



Baja 2 a 3 kilos x Semana | Sin Hambre o Rebote

EL PROBLEMA:

Sabes porque falla el 99% de dietas y productos dieteticos? ...fracazan por el rebote de peso que regresa al final; debido a que solo tratan los sintomas y NO la causa o raiz del problema

El Sobrepeso, Obesidad y Diabetes no son el problema. Son solo el síntoma o el resultado de un desorden metabolico aun mas profundo y peligroso llamado: El Sindrome Metabolico

EL SINDROME METABOLICO:

Este es un problema que se origina silenciosamente, por la acumulacion de toxinas y malos habitos de vida, que progresivamente desequilibran los organos que controlan al metabolismo

LA SOLUCION:

Eliminar las toxinas y los malos habitos, nos permite normalizar el organismo y asi eliminar el sindrome metabolico, junto con los sintomas que produce: Sobrepeso, Obesidad y Diabetes

CONTRADIETA ~ LOGRA LO QUE EL 99% DE PRODUCTOS AUN NO PUEDE
(1) Normaliza el metabolismo (2) Mejora la condicion fisica (3) Mejora la calidad del sueño

100% NATURAL Y SEGURO

Sin termogenicos, sin anfetaminas, sin diureticos, sin medicamentos. Nada que acelera o estresa al metabolismo como en las dietas tradicionales, que si descompensan al cuerpo.

INTRODUCCION

Este tratamiento NO es una dieta:

***El hambre, ansiedad y rebote. (NO existen aqui) ...eso solo sucede en las dietas**

- :: El Sistema ContraDieta va directo al desorden metabolico que hace engordar a las personas en y lo elimina de raiz!
- :: Solo se pierde grasa. (*no musculo, hueso o agua ...estos permanecen intactos*)
- :: Los bancos de grasa ***Tipo Alfa 2*** que deforman al cuerpo desaparecen con gran facilidad. (*Esas zonas del cuerpo, consideradas por muchos como casi imposibles de eliminar, aun atravez de ejercicios, dietas y productos dieteticos tradicionales*)

Como funciona el sistema

la fase 1: (desintoxica el cuerpo, y adelgaza 300 gramos por dia)

la fase 2: (estabiliza el peso final, y esto elimina el efecto rebote)

El hipotalamo y la tiroides son organos muy importantes que automaticamente controlan varias funciones metabolicas: ritmo cardiaco, respiracion, temperatura, presion arterial, apetito, la hora de dormir, despertar, comer, ir al baño, etc.

El problema son las toxinas: (metales pesados, quimicos y aditivos en alimentos)

El hipotalamo y la tiroides ya no funcionan bien, debido a las sustancias toxicas acumuladas en el cuerpo *Que nos afectan a nivel celular y dañan nuestro ADN.

Eliminar la carga de toxinas que altera a estos organos, permite regresarlos a su punto de equilibrio dinamico (llamado homeostasis), y de esta manera normalizar rapidamente su funcionamiento, y los procesos del metabolismo...

...esto elimina el **sindrome metabolico** y los problemas de salud que a su vez provocaba: como sobrepeso, obesidad y diabetes. Los resultados son inmediatos y los beneficios permanentes! Pero solo mientras no se consuman toxinas de nuevo

Los testimonios hablan

Muchas personas reportan que su salud mejora tanto, que en pocas semanas han podido reducir y hasta eliminar totalmente medicamentos, que por años habian estado tomando. **Esto no es recomendable sin la supervision de tu medico.*

Trastornos de salud que mejoran y desaparecen con frecuencia

...diabetes, hipertencion, insomnio, artritis, colitis, ulceras, estreñimiento, asma, jaquecas, dolor cronico, edema, fatiga cronica, depresion, ansiedad, indigestion, colestesterol alto, mala memoria, alergias, bronquitis y otros...

TOXICOS COMUNES

LA IDEA ES: VIVIR Y COMER LO MAS NATURAL POSIBLE

Comer: alimentos frescos/naturales sin procesar (sin quimicos, sabores, olores, colores artificiales)
Cocinar en: acero inoxidable, vidrio refractario, barro/ceramica (sin plomo), en teflon, al vapor.
Limpiar con: vinagre, limon, bicarbonato, aceites, extractos y jabones naturales u organicos.

ALGUNAS FUENTES COMUNES DE TOXINAS

ALIMENTOS CHATARRA

- AZUCAR BLANCA/REFINADA** → (Usa: miel, piloncillo, azucar morena, melaza, stevia)
-Roba vitaminas al cuerpo, causa estres y graves desequilibrios al metabolismo
- ENDULZANTES ARTIFICIALES** → (Usa: miel, piloncillo, azucar morena, melaza, stevia)
-Son neurotoxinas: Aspartame/Splenda/Nutrasweet/Sweet N Low/etc..
- PAN BLANCO/ARROZ BLANCO** → (Usa: pan, arroz y granos integrales)
-Los granos/semillas: pierden 95% de nutrientes al pulir su capa exterior y quitarles su germen
- REFRESCOS** → (Toma: agua natural, agua de coco, jugos de frutas, te, leche)
-Un coctel altamente toxico: Saborizantes, Colorantes, Conservadores y Azucar Refinada
- FRITURAS/FRITANGAS** → (Cocina tus alimentos: al vapor, al horno, en agua, en teflon)
-Calentar aceites a altas temperaturas los vuelve altamente toxicos, oxidantes y cancerigenos
- MARGARINA** → (Usa: mantequilla, aceite de olivo, aceite de coco, aceite de ajonjolli)
-La margarina, manteca vegetal, aceites hidrogenados y grasas trans son muy peligrosos
*al formar parte de la membrana celular, asfixia las celulas del cuerpo, esto es algo muy grave!
- CONSOMATE** → (Usa: ajo, pimienta, clavo, tomillo, cebolla, aprende a condimentar)
-Un coctel altamente toxico: Neurotoxinas, Hidrogenados, Glutamato Monosodico (MSG)
- COMIDA ENLATADA** → (Come: solo alimentos frescos y naturales)
-Contienen: Conservadores, Sabores, Olores, Colores, Impurezas del Metal o Plastico
- HUEVO COMERCIAL** → (Come: huevo de gallinas en libertad de rancho u organico)
-Contienen: Antibioticos, Hormonas y muchas Toxinas del estres al que es sometido el pobre animal

UTENCILIOS DE COCINA

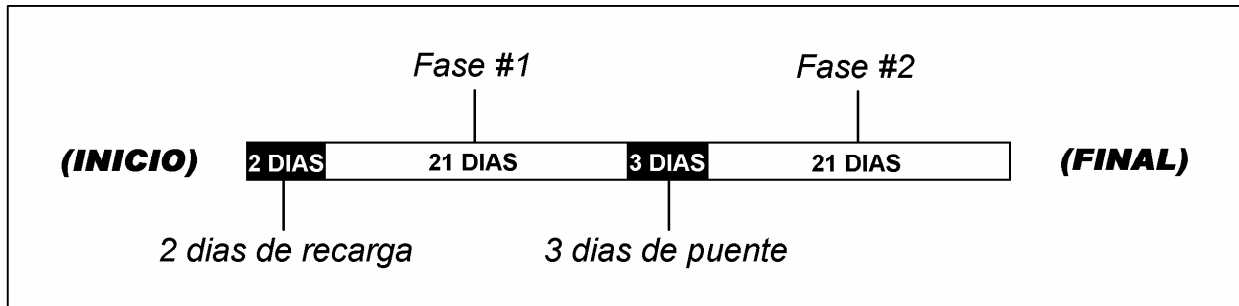
- PELTRE (Contiene Cadmio)**
-El Cadmio es Neurotoxico: afecta las funciones cerebrales, hígado y riñones
- ALUMINIO (Se acumula en el cerebro)**
-El Aluminio es Neurotoxico: afecta al metabolismo cerebral (ligado a Alzheimers)
- BARRO/CERAMICA (El "brillo" esmalte frecuentemente contiene Plomo)**
-El Plomo es Neurotoxico: afecta las funciones cerebrales y los grandes organos del cuerpo
- PLASTICO**
-Substancias del plastico como "Bisfenol" son cancerigenas y alteran al sistema endocrino (hormonal)
*Quimicos del plastico pasan a la comida. En el cuerpo actuan como exo-estrogenos muy peligrosos.
*Especialmente en plasticos suaves/blandos, en contacto con alimentos calientes o acidos.

COSMETICOS Y QUIMICOS

- COSMETICOS, CREMAS Y PASTA DENTAL** → (Usa: alternativas naturales y organicas)
-Contienen: Propilenglicol y Parabenos (propil, metil, etil y butilparabeno) *Toxinas que causan cancer
- ALFOMBRAS, PLASTICOS, PINTURAS, PEGAMENTOS Y MATERIALES SINTETICOS**
-Sus olores son quimicos vaporizados, al respirarlos entran al torrente sanguineo (algo muy peligroso)
- AROMATIZANTES, INSECTICIDAS, HERBICIDAS, CLORO Y LIQUIDOS DE LIMPIEZA**
-Evita totalmente o usa guantes y NO aspires sus olores. ~Usa alternativas naturales y organicas~

EL SISTEMA EN 4 PASOS

Nota Importante: debes seguir las indicaciones de este manual al pie de la letra (sin modificar nada), para poder alcanzar el 100% de los beneficios. Esto es indispensable para lograr una *desintoxicacion completa* y *curar tu metabolismo* *El peso baja automaticamente como consecuencia



(Paso 1) - Los 2 días de recarga *se toma formula sublingual

Se inicia recargando bancos de grasa estructural y glucogeno - (esto evitara el hambre)

Duracion: 2 días

(Paso 2) - La Fase #1 *se toma formula sublingual

En Fase #1 se pierde peso (300 gramos x día en promedio) al limpiar el cuerpo de toxinas Dura 21 días pero puede **extenderse** para perder mas peso (con mas *formula sublingual*)

Duracion: 21 días (minimo)

(Paso 3) - Los 3 días de puente

Durante 3 días debemos comer lo mismo que en Fase #1 (*pero sin formula sublingual*)

Duracion: 3 días (72 horas)

(Paso 4) - Fase #2

Al final estabilizamos y grabamos el nuevo peso basal - (esto eliminara el efecto rebote) Evitamos subir o bajar mas de 950g (este es el nuevo peso al que tu cuerpo se aferrara)

Duracion: 21 días

5 ARTICULOS PARA INICIAR

YA ESTOY LISTO! QUE NECESITO PARA EMPEZAR?

(1) LA FORMULA SUBLINGUAL (no intentes el tratamiento sin esta formula)

- ESTE TRATAMIENTO SOLAMENTE FUNCIONARA CON LA FORMULA DE NUTRIENTES -

(2) Bascula Corporal (de precision)

para medir tu peso cada mañana

(3) Basculita de Cocina

para medir las porciones de 100g

(4) Vaporera o un Sarten de Teflon

para cocinar carne y vegetales (sin aceite)

(5) Bolsitas ZipLock (tamaño sandwich)

para congelar porciones de 100g de carne

:: Si ya tienes los 5 artículos descritos arriba, ahora solo ve al mercado y surte los alimentos permitidos para Fase #1 ...*ver la pagina < 9 >*

Ejemplo:

*1kg de pescado, 1kg de pechuga de pollo, 1kg de camarón

*1kg de manzana, 1kg de naranja, 1kg de toronja, 1kg de fresas

*lechuga, brocoli, col, apio, pepino, espinaca, cebolla

*te verde, te de limón, te de jamaica, te de manzanilla

:: Por último, utiliza la "basculita de cocina" y las "bolsitas ziplock"

*Pesa y congela: porciones individuales de 100g de "carne cruda"

(En toda la Fase #1 usaras estas porciones de carne congelada)

Nota: trata de ser preciso y pesa exactamente 100g por bolsita, quitando toda la grasa de la carne y la pechuga de pollo.

3 PUNTOS IMPORTANTES...

I - MUJERES :

- *Las mujeres deben iniciar al terminar su menstruacion (1 dia despues).
- *Las mujeres deben suspender la Formula Sublingual en dias de menstruacion.
 - No bajaran de peso en esos dias** (*No desperdicien sus dosis*)
 - Continuen tomando la Formula al terminar su menstruacion (1 dia despues)

II - LA FORMULA SUBLINGUAL:

INGREDIENTES* Vitaminas: (en estado co-enzimado) D3, B1, B3, B6, B12, B15, B17. Minerales: (en estado coloidal) Cromo, Germanio, Molibdeno, Selenio, Silicio, Zinc. Plantas: (extractos en frio) Suma (Pfaffia paniculata), Cardo Mariano (Silybum marianum), Leuzea (Leuzea cartmoides), Eleutero (Eleuterococcus senticosus) Panax ginseng (Panax quinquefolium), Rosa Arctica (Rhodiola rosea) Rooibos (Aspalatus linearis), Alcachofa (Cynara scolymus) Spirulina (Spirulina maxima), Astragalus (Astragalus membranaseus) Schisandra (Schisandra chinensis), Reishi (Ganoderma lucidum).

LA FORMULA SUBLINGUAL

Refrigerar Siempre*

Tomar: cada 12 horas en ciclos continuos de (**6 dias si, 1 dia no**)
--- *lejos de comida y pasta dental (20 minutos antes o despues)* ---

Dosis: 0.5 ml (*1/2 mililitro*) *mantener bajo la lengua por (15 minutos)*
--- **No inyectar** (*la jeringa es solo para medir la dosis exacta*) ---

***No usar en menores de 18 o embarazadas**

III - ATENCION! ESTO PUEDE EVITAR QUE BAJES DE PESO:

- ***RELAJATE** → *ALTOS NIVELES DE ESTRES* (altera el sistema neuro-endocrino)
- ***DESCANSA** → *TRABAJAR DE NOCHE O NO DORMIR* (afecta niveles de insulina)
- ***MODERATE** → *EXCESO DE EJERCICIO O ACTIVIDAD FISICA* (deprime al sistema inmune)
- ***MODIFICAR LAS INSTRUCCIONES DE ESTE MANUAL** → (rompe la sinergia del sistema)

EL SISTEMA INICIA EN LA PROXIMA PAGINA...

2 DIAS DE RECARGA

Duracion: 2 días.

Proposito: Recargar los bancos de grasa estructural y glucogeno del cuerpo.

Esto es muy importante para no sentir **hambre** en la FASE (1) y para no tener **rebote** de peso al final de este tratamiento.

LOS 2 DIAS DE RECARGA - **SON REALMENTE MUY IMPORTANTES**
NO DEBES SALTARTE ESTE PASO - PARA QUE FUNCIONE EL SISTEMA

** El Tratamiento inicia aqui has esto solo 2 dias,
despues pasa a (FASE 1) en la siguiente pagina >>>*

EN LA MAÑANA (al despertar)

- (1) Anota tu Peso Corporal. (despues de orinar)
- (2) Bebe Agua Natural (750 ml)
- (3) Toma la **Formula Sublingual** (y mantenla 15 minutos bajo la lengua)
- (4) Desayuna: (5 minutos despues)

DESAYUNO	*Estos 2 dias - <u>Come Muchas Calorias</u> - Debes subir 1 a 3 kilos*
COMIDA	*COME COMIDA GRASOSA: Crema, Mantequilla, Mayonesa, etc... <i>pero NO chatarra (evita la margarina, grasa trans o hidrogenada)</i>
CENA	-El peso que subas: TODO SE BAJARA en el primer dia de (fase 1)-

EN LA NOCHE (antes de dormir)

- (5) Toma la **Formula Sublingual** (lejos de comida y pasta dental 20 min antes/despues)

FASE (1)

Duracion: Minimo 21 dias. (en esta fase se baja de peso/adelgaza)

Si en estos 21 dias no bajo todo el peso que deseo perder?

Esta fase la podemos extender, consiguiendo mas *formula sublingual* o un segundo tratamiento. Hacer esto permite perder todo el peso necesario para alcanzar tu meta o tu peso ideal.

Proposito: Eliminar toxinas y bajar de peso!

Prohibido: **Grasas, Azucar, Carbohidratos, Alcohol, Cosméticos (cremas y labiales)**

***21 dias (minimo) debe durar la FASE (1) para que sea efectiva.**

En 21 dias se bajan 7 kilos (en promedio). Pero en caso que solo quieras bajar (por ejemplo: 4 o 5 kilos) *Entonces deberas duplicar las porciones de alimentos cuando alcances el peso deseado. Hasta completar los 21 dias.

***Bajar 1/3 kilo al dia (es el promedio), habra dias que bajes mas y otros menos.**

El peso que bajes es directamente proporcional a la cantidad de toxinas que elimines.

Sigue las instrucciones: (sin modificar nada, y sin comer de mas o de menos)

Todo tiene una razon: (estimular las fuerzas regenerativas de tu cuerpo)

Recuerda, lo que realmente vale en esta vida requiere algun grado de esfuerzo, (personas mediocres serian grandes triunfadores, de no ser asi) en este caso el esfuerzo es minimo de tu parte, y la recompensa muy grande! (tu salud, bienestar, y calidad de vida) ...y eso es tan valioso que ni todo el dinero lo puede comprar. Solo tu, con voluntad y disciplina lo puedes alcanzar.

Los beneficios de salud son reales y verdaderos. Esto cambiara tu vida para bien.

*Preparate para una agradable sorpresa...

Para sentirte tan bien mientras adelgazas que casi no lo vas a creer!

Adelgazar nunca habia sido tan facil y tan saludable como con ahora con ContraDieta!

Aqui viene lo bueno (LA FASE 1) en la proxima pagina...

ESTO FUE LA MITAD DEL MANUAL

***RECIBE EL MANUAL COMPLETO
AL ORDENAR TU TRATAMIENTO**

ORDENA AQUI: www.ContraDieta.com

Av Chapultepec 730, Guadalajara Mexico - Tel (33) 1505-6830



ADELGAZA SANAMENTE

SISTEMA CONTRADIETA