



“A doença não é contrário à saúde,
é uma continuidade errada”

Editorial

Dezembro chegou!

E com ele a nossa Quintessence faz 3 anos! Estamos felizes em realizar nossos atendimentos para com nossos pacientes por 3 anos! Foram muitas mudanças e esperem mais para os próximos anos! Obrigada à você que confia em nosso trabalho!



Equipe Quintessence

Realizar

“A melhor forma
de fazer algo é
fazendo.”

Amelia Earheart.



As marcas do envelhecimento

Mais um ano se passa.

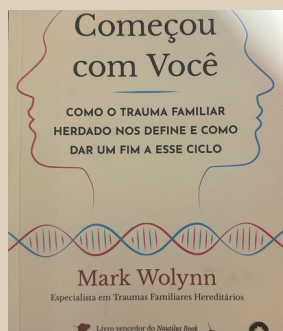
Qual é a sua sensação? Está envelhecendo bem ou ...?

Envelhecer não precisa ser um problema e muito menos uma doença. Vamos conhecer nutrientes que podemos usar para um BOM ENVELHECER!

- Massa muscular- HMB ou pool de aminoácidos endovenoso.
- Cabelos e pele- Biotina endovenosa associada à silício orgânico.
- Cérebro- pool de cognição e Azul de metileno endovenosos e PQQ (coenzima Q10) intramuscular.
- Desinflamar- Curcumina intramuscular
- Ossos e articulações- Prolina e glutamina no soro.
- Memória: Complexo B ativo neuronal e L-BAIBA
- Emagrecimento- Glutathione e Ácido alfa lipóico no soro.

Os cientistas já comprovaram esses feitos! Venha você também comprovar!

Dica de Livro

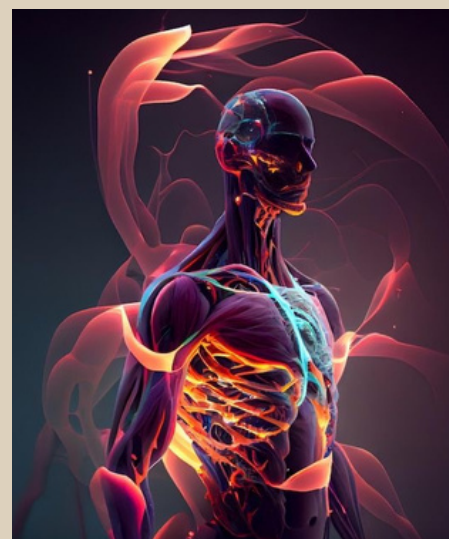


Não começou com você, Mark Wolynn

Uma cegueira temporária levou Mark a receber um sábio conselho de seu mestre: "volte e fique com seus pais." A partir dali, ele se renova e recomeça a estudar os traumas transgeracionais. Este livro é um convite para entender o que nos acontece à luz das constelações familiares.

Sarcopenia: ativos que vão te ajudar na perda da massa muscular!

Estamos todos observando uma nova onda crescente de uma nova síndrome, a SARCOPENIA, que significa perda de massa muscular. Também conhecida como desuso do músculo ou perda da força muscular. Seja por ocasião do envelhecimento, seja pelo uso das famosas "canetinhas", seus músculos se vão, e com eles a possibilidade de manter sua independência após os 70 anos. Mas calma que tem jeito! Independente da causa, natural ou provocada, além da musculação existem nutracêuticos que a ciência comprovou serem eficazes tanto na desinflamação, quanto na manutenção da força. São eles: HMB, curcumina, L-baiba, TWK-10, Coenzima Q10, Di-leucina, Peptstrong e Urolitina-A. Cada um agindo de uma forma, seja desinflamando, seja hipertrofiando, esses ativos vão te auxiliar se você tem 40+. Mas um segredo: não precisa usar todos de uma vez, você só precisa saber o que dá certo com você! Quer saber qual?



MARQUE A SUA CONSULTA AGORA E VAMOS ANALISAR SEUS EXAMES!

Eixo Intestino- músculo, o elo perdido



Tenho certeza que você já ouviu falar dela, a ligação existente entre o funcionamento do seu intestino e a reservação dos seus músculos e isso se torna mais importante quando você já entrou na menopausa ou "andropausa". O intestino permeável ou em inglês, *Leaky Gut*, pode levar seu projeto de definição para o final de ano à perder, isso porque tudo o que você come ou te dá empaxamento ou diarreia. Por onde começar? Em primeiro lugar saber quais são os alimentos que você tem sensibilidade é um bom começo. Somente então afastá-los para recompor barreiras mucosas, e re-inocular as "boas bactérias". Isso já é possível sem gastar tanto, afinal, de nada adiantará investir naquele Whey caríssimo sem saber como anda sua sensibilidade a caseína. Pense nisso!

**Quer saber mais sobre algum desses tópicos?
Mande uma mensagem para nós!
85-99264-5913.**