## ¿Cómo saber si tu terreno B (basocolítico) está desequilibrado?

### Haz el cuestionario!

Marca con una "X" los síntomas y trastornos que tengas actualmente o de forma intermitente (que van y vienen).

Alergias
Inflamaciones
Gases
Dolor intestinal
Trastornos del tránsito
Molestias ORL (garganta, nariz y oídos)
Hinchazón abdominal
Dificultades digestivas
Dolores articulares
Enfermedades auto-inmunes
Debilidad del sistema inmunitario
Intolerancias alimentarias

### Resultados

De 3 a 5: terreno moderadamente desequilibrado. Cuídate un poco más!
De 5 en adelante: terreno desequilibrado. Necesitas cambiar tu estilo de vida, aprender a controlar el estrés y adoptar una alimentación rica en fibra así como enriquecer tu microbiota intestinal. Es posible que también necesites tomar un suplemento adecuado.

## Paula Pencef Pérez

## Experta en Nutrición Biológica y Alimentación Saludable

Si quieres saber más acerca de este terreno y del resto de los **terrenos chanbio**, **visita el blog**, **escríbeme un email** o **hazte con el Plan Prepara el Terreno** (incluye el **test bionutricional Iomet**). Dieta, estilo de vida y suplementación individualizada!
Consulta la **promoción** en **bionutricionortomolecular.com** o **suscríbete** al **newsletter** y entérate de todo!

**Web:** bionutricionortomolecular.com
**Blog:** lacocinaortomolecular.com
**Email:** consultabionutricion@gmail.com
**Teléfono:** +34 692 422 983

@bionutricelular

@bionutricionortomolecular

#bionutricion