Bionutrición

Terreno H

Hipoglucémico

¿Cómo saber si tu terreno H (hipoglucémico) está desequilibrado?

Haz el cuestionario!

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

- Fatiga
- Mareos
- Trastornos del sueño
- Temblores
- Antojos de azúcares o alimentos dulces frecuentemente
- Alteración de la visión
- Dolor de cabeza
- Palidez
- Estrés crónico
- Síndrome metabólico (hipertensión, sobrepeso, colesterol y triglicéridos elevados, diabetes de tipo II)

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 que corrija la tendencia que llevas ahora de desarrollar una diabetes de tipo II (no-insulino-dependiente así como el desarrollo del síndrome metabólico). 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