

Larissa Pavei
Nutricionista CRN: 2046

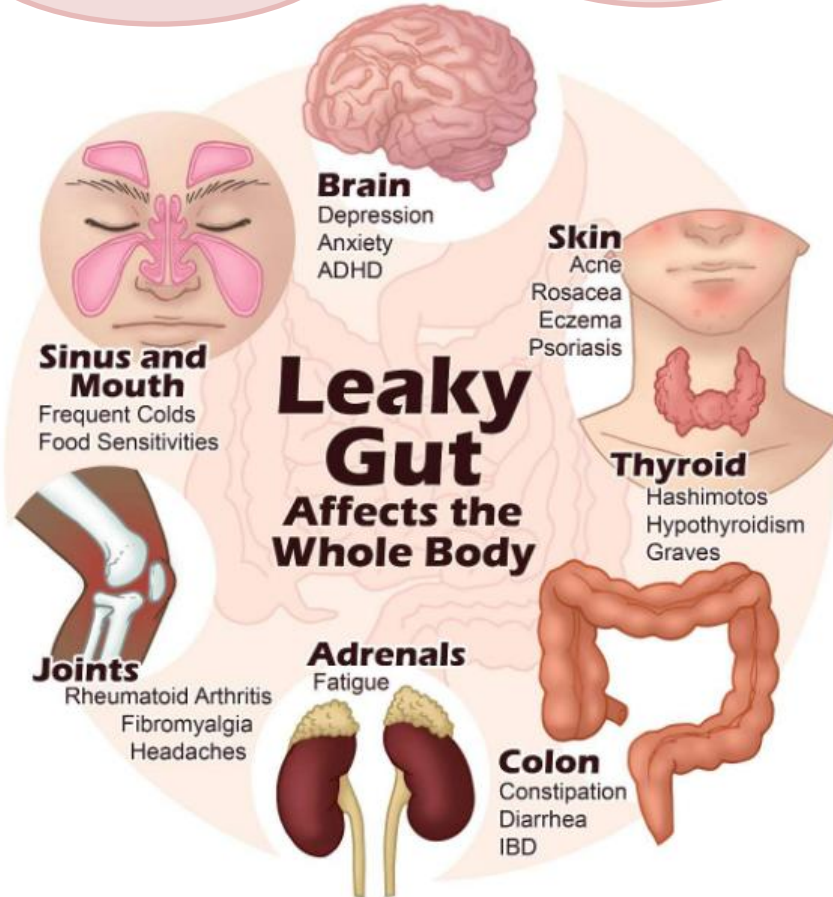
INFLAMAÇÃO E SAÚDE INTESTINAL



**ORGANISMO
INFLAMADO**



**Saúde
intestinal**



SINAIS "NÃO USUAIS" DE DESEQUILÍBRIO INTESTINAL



DEPRESSÃO



BAIXA
IMUNIDADE



CANDIDÍASE
DE REPETIÇÃO



DOENÇA
AUTOIMUNE OU
INFLAMATÓRIA
EM ATIVIDADE



QUEDA DE
CABELO



SONO DE BAIXA
QUALIDADE



DEFICIÊNCIAS
NUTRICIONAIS
(ZINCO, FERRO, B12,
ENTRE OUTROS)



FADIGA

Fungos ou
manchas na
unhas dos pés ou
das mãos

Gases, inchaço
abdominal, coceira
na garganta

Alterações na pele



Mulher: Larica por
doces.

Homem: Loucura
por comer carne.



Saburra lingual



Biofilme bacteriano e resíduos alimentícios

Excesso de:

Gordura e proteína animal;
Bebidas estimulantes;
Açúcar e CHO refinados;
Líquidos nas refeições;
Alérgenos alimentares;

Deficiência de:

Fibras e integrais;
Frutas e verduras;
Água.



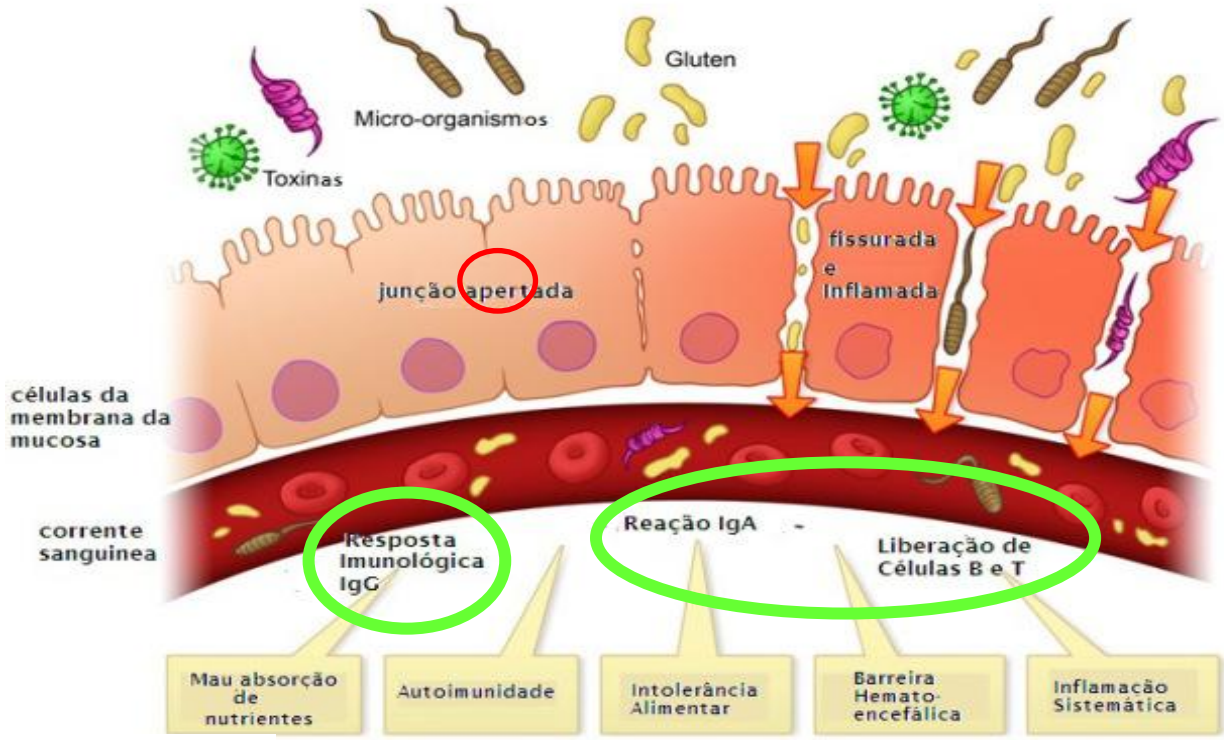
Pobre em:

Gordura saturada e trans;
Medicamentos e álcool;
Alérgenos alimentares

Rica em:

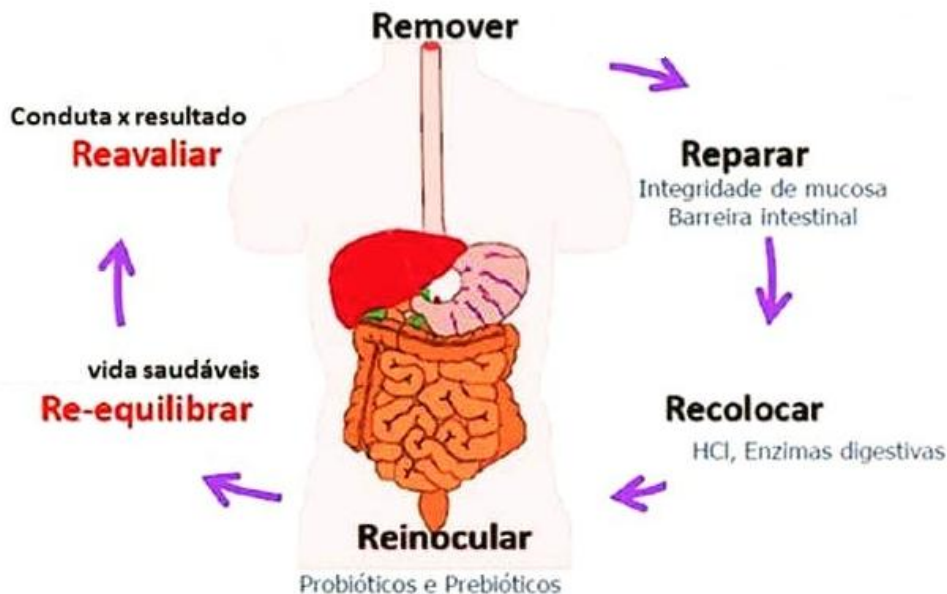
Alimentos ricos em fibras;
Frutas e verduras;
Água.

Adequado equilíbrio das bactérias intestinais.



COMO TRATAR

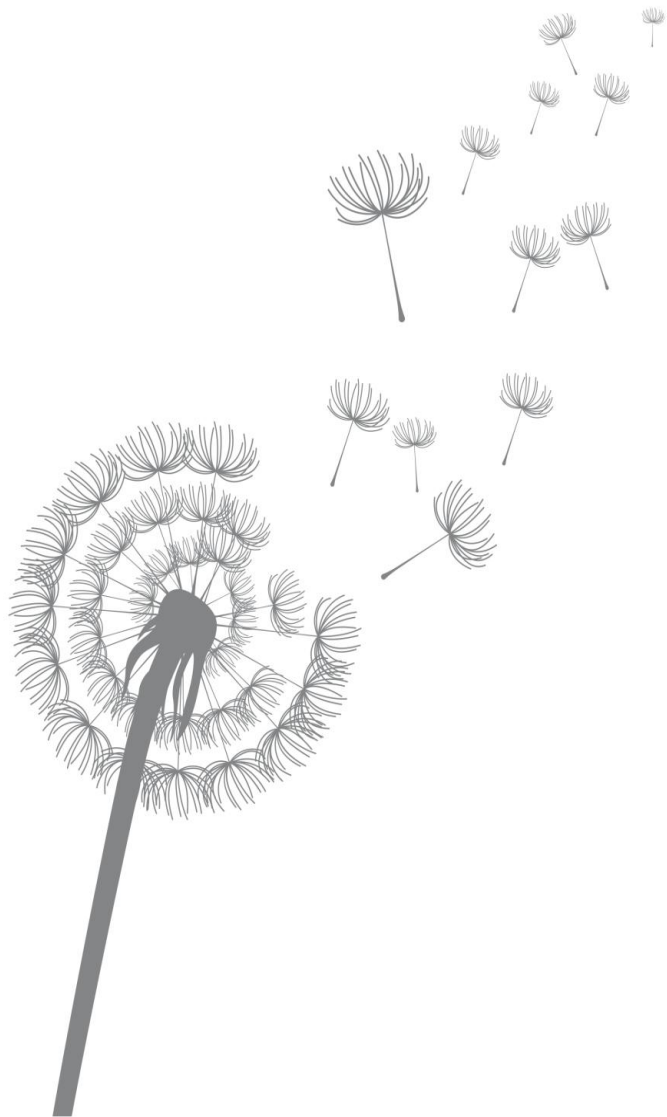
PROGRAMA 6 R'S



The Institute For Functional Medicine

Referências:

- Márcia Rocha Parizzi, João Gabriel Marques Fonseca. Nutrição na gravidez e na lactação. Rev Med Minas Gerais 2010; 20(3): 341-353.
- Leonel AJ, Alvarez-Leite JI. Butyrate: implications for intestinal function. Curr Opin Clin Nutr Metab Care. 2012 Jul 12. [Epub ahead of print].
- Chamo M, Hoebler C. Functional food for pregnant, lactating women and in perinatal nutrition: a role for dietary fibres. Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care:12 565-574, 2009.
- Luoto R.; Kalliomaki M.; Laitinen K.; Isolauri E. The impact of perinatal probiotic intervention on the development of overweight and obesity: follow-up study from birth to 10 years. Int J Obes (Lond). 2010.
- Patin RV et al. J. Pediatr; 82(1):63-69, 2006.
- CAO, X.Y.; JIANG, X.M.; DOU, Z.H. al. Timing of vulnerability of the brain to iodine deficiency in endemic cretinism. N Engl J Med; 331: 1739-44, 1994.
- O'DONNELL, K.J.; RAKEMAN, M.A.; ZHI-HONG, D.; et al. Effects of iodine supplementation during pregnancy on child growth and development at school age. Dev Med Child Neurol;44(2):76-81, 2002



A energia que você espalha
É a mesma que você recebe.



LARISSA PAVEI
NUTRIÇÃO FUNCIONAL



(48) 9.9994.5219



larissapavei@gmail.com



www.larissapavei.com.br



LarissaPaveiNutri