

PROGRAMA DE LIMPIEZA PARA EL TRATAMIENTO DE FIBROMAS

PROGRAMA DE 4 DIAS

5:00 AM – Tome 16 onzas de Agua de limón (sin endulzar)

5:15 AM – Devocional

5:45 AM – Ejercicio (caminar)

7:00 AM – 1 cucharada de Melaza Negra

8 onzas de agua con 1 cucharada de polvo de psilio (psyllium husk powder)

3 cápsulas de Senna (tómelas cada tercer día)

7:15 AM – 12 onzas de jugo de manzana o uva (fresco- natural- recién exprimido)

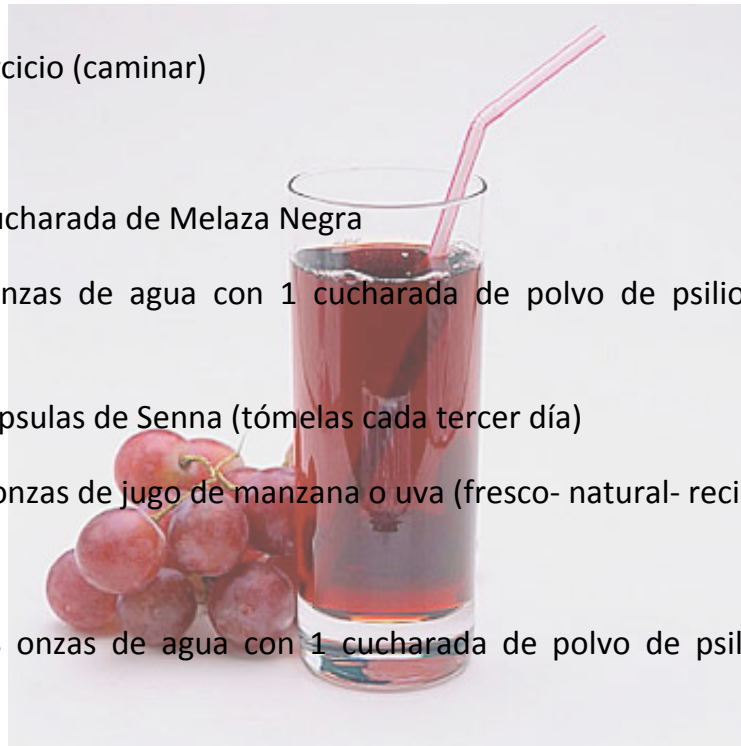
11:00 AM – 8 onzas de agua con 1 cucharada de polvo de psilio (psyllium husk powder)

12:00 PM – 1 cucharada de Melaza Negra

Jugo de Vegetales 10 onzas

4 onzas de Zanahoria

4 onzas de Apio



2 onzas de Betabel

4 dientes de Ajo

2 Cucharadas de Polvo de Cebada (Barley Green)

1 onza de Espinacas

1 onza de Repoyo

1 onza de Pepino



Tome el jugo tan pronto salga del extractor y asegúrese de tratar de masticarlo para su ensalivación entre más ensalivado este, mejor su absorción.

4:00 PM – 8 onzas de agua con 1 cucharada de polvo de Psilio (psyllium husk powder)

6:00 PM – Jugo Fresco

Jugo de Vegetales 10 onzas

4 onzas de Zanahoria

4 onzas de Apio

2 onzas de Betabel

4 dientes de Ajo

2 Cucharadas de Polvo de Cebada (Barley Green)

1 onza de Espinacas

1 onza de Repollo

1 onza de Pepino



Tome el jugo tan pronto salga del extractor y asegúrese de tratar de masticarlo para su ensalivación entre más ensalivado este mejor su absorción.

7:00 PM – Enema**

8:00 PM – Devocional

9:15 PM – Supositorio vaginal

9:30 PM – Hora de acostarse (asegúrese de dejar entre abierta la ventana para que circule el aire fresco. Aún cuando haya mal clima)

- **Es mejor si utiliza un frasco con su tapa para tomarse el psilio ya que lo puede cerrar y agitar vigorosamente y así evitar que se hagan grumos. Tómelo inmediatamente!**
- ***El mejor enema para este caso se llama enema de retención y para este entibie agua y agréguele el jugo de 3 limones a la bolsa del enema. Una vez que lo haya introducido por el recto procure retener el agua de unos 15 a 30 minutos antes de evacuar.**

