

Nutrizione **integrativa.** Funziona?

Ci sono molti pareri sull'efficacia o meno della **nutrizione integrativa**.

Per fare chiarezza su questo argomento bisogna considerare che la qualità della nostra vita dipende dal modo in cui ci prendiamo cura di noi stessi.



Sembra che solo per il 5% il nostro benessere sia influenzato dai geni, il 95% può essere influenzato dalle scelte di vita e dal modo in cui pensiamo.

Se credi che qualcosa non va, ad esempio che **la nutrizione integrativa che stai assumendo non funzioni**, sicuramente devi fare qualche passo indietro e iniziare a lavorare sulla qualità dei tuoi pensieri.

Per sentirsi bene è importante avere una buona qualità di pensieri oltre che mangiare sano. Le nostre relazioni, la carriera, l'esercizio fisico e la spiritualità ci nutrono ad un livello molto più profondo di quello che c'è nel piatto o nell'integratore alimentare.

Daltronde, se ci fosse **una nutrizione integrativa adatta a tutti**, sarebbe disponibile più energia e vitalità per la maggior parte delle persone.

Mentre la maggior parte delle **scuole di nutrizione integrativa** insegnano una dieta che funzioni per tutti, ci rendiamo conto che la nutrizione è una scienza emergente con nuove informazioni che vanno mediate.

Ritengo che sia opportuno rifarsi al principio della bio-individualità.

Ciò significa nessuna dieta, nutrizione integrativa oppure stile di vita funzionano universalmente per tutti.

La nutrizione integrativa offre un approccio olistico globale non solo di nutrizione. Attraverso l'attenzione che facciamo a ciò che serve al nostro organismo per funzionare meglio, ci predisponiamo ad un migliore stile di vita.

Se prendo un integratore alimentare, mangio correttamente e poi sono completamente sedentario, vivo in un ambiente malsano, coltivo emozioni negative e relazioni poco nutrienti, allora devo considerare alcuni cambiamenti.

La nutraceutica sta giocando un ruolo molto importante nell'aiutare le persone a capire come attuare sane scelte alimentari e quindi aiutarle a mettere in pratica uno stile di vita che avrà un enorme impatto sul loro benessere a lungo termine.

Mentre valuti l'opportunità di integrare un determinato alimento, devi gioco forza diventare più consapevole del perchè ne hai bisogno in quel determinato momento. Se hai mal di testa, prima di mandare giù una pillola dovresti chiederti il perchè di quel malessere. Se non lo fai e non lavori contestualmente anche sullo stile di vita e sulla qualità dei tuoi pensieri, probabilmente il disagio persisterà.

Personalmente ho scoperto che **fare Network Marketing nel settore della nutraceutica** mi offre l'opportunità di avere uno specchio attraverso il quale entrare in contatto con i miei limiti per poterli superare.

Occuparmi di nutrizione integrativa con Forever Living mi permette di ottenere la formazione necessaria per trasformare

la mia salute, il mio stile di vita e una nuova carriera appagante.

Diventando incaricato indipendente della Forever Living Prodcuts potrai avviare il tuo Network della salute fisica e finanziaria con la migliore formazione aziendale al mondo. Ricevere tutti gli strumenti necessari per seguire la tua rete.

Lancia ora la tua nuova e appagante carriera nel settore della salute e benessere e inizia a **fare soldi facendo un lavoro che ami.**



Vuoi ricevere tutte le novità? >>>>>>>> **Seguimi su Facebook!**