ÁGUA CURA

até 80% dos sintomas!

DESDE 1996

"Somente água comum...
Sem custos, sem remédios!"

Wandy Casalecchi

ÁGUA CURA

até 80% dos sintomas!

"Somente água comum...
Sem custos, sem remédios!"

Wandy Casalecchi

Direitos reservados desta edição

Portal Mundo de Luz

Diagramação e capa: Equipe Portal Mundo de Luz

C334v Casalecchi, Wandy Casalevchi
Água Cura - Até 80% dos seus sintomas,Campinas-SP. 2016.
42 p. il. P&B; 16 x 23 cm.

1. Saúde. 2, Água. 3, Bem-estar.
I. Título II Autor.

Não precisa acreditar neste método.
Aplique em sua saúde e acredite
em si mesmo depois de observar
os resultados surpreendentes.

Agradecimentos

Agradeço imensamente a todos os meus pacientes e colaboradores, desde 1996, que foram meus maiores mestres. Me ensinaram tolerância, paciência, amorosidade, caridade, humildade, dedicação e entrega incondicional. Grato, grato, grato!

Agradeço a Flor, ex-jurada do programa Silvio Santos, que abriu as portas dos seus dois programas de televisão, me permitindo desenvolver o tema deste livro que se tornou uma campanha nacional de saúde a baixo custo. Foram dezenas de participações abordando cada um dos onze passos que compõem o Método Casalecchi, saúde coletiva a baixo custo. Você e sua irmã Iris estarão sempre dentro do meu coração e das centenas e pessoas beneficiadas por este método através do seu programa de televisão.

Agradeço a minha mestra Ana Maria Marinelli, sem a qual não estaria na área da saúde. Agradeço ao Mestre Wu Tou Kwang, sem o qual não teria praticado a Medicina Tradicional Chinesa. Agradeço a Heloisa Capelas, mentora do Processo Hoffman no estado de São Paulo, por ter me dado acesso a esta ferramenta de reprogramação emocional, sem a qual não teria voltado para a área da saúde após conflitos emocionais.

Agradeço a minha mãe Aydée, que cuida de nós lá de cima, por me fazer persistente, a minha irmã Márcia por me fazer forte e ao meu irmão Marco Antonio por me fazer lúcido.

Agradeço ao meu Self por se tornar paulatinamente o meu guia neste planeta, ocupando o espaço antes totalmente dominado pelo Ego, que lentamente se funde na minha Divindade interna, tornando minhas sombras douradas.

Dedicamos este livro a todas as pessoas que escolheram a caridade como caminho e a doação ao seu semelhante como missão. Sempre encontrarão em nós os parceiros incondicionais para o bem estar coletivo. Que possamos juntos semear uma cesta de saúde e valores humanos entre aqueles que cruzarem o nosso caminho.

Sobre este livro

Este trabalho foi fruto de dez anos de pesquisa (não indexada) sobre o funcionamento do corpo humano através do cruzamento de dados da fisiologia acadêmica e da medicina tradicional chinesa.

Tudo começou com uma ideia após Wandy Casalecchi verificar a reincidência de sinais e sintomas na sua prática clínica em 1996. Empiricamente, Casalecchi definiu práticas específicas como lições de casa, que mais tarde (em 2002, 2007, 2008, 2012 e 2016) se tornariam cinco livros de saúde a baixo custo.

Em 2003 protagonizou um projeto pedagógico para uma escola de acupuntura, chancelado por uma universidade e por um conselho federal, tendo sido o mentor e consultor independente de professores na formação de 60 profissionais da saúde como especialistas em acupuntura em três turmas. A base de formação destes profissionais tem como elemento principal o conteúdo deste livro.

Depois de ser um professor de acupuntura em seis estados brasileiros e participar de congressos nacionais e internacionais de Acupuntura, formou-se programador neurolinguístico em 2007, desenvolvendo o tema da saúde com mais eficiência na qualidade de um palestrante com excelência. Sua didática proporcionou que pessoas menos instruídas, porém não menos sábias, entendessem e aplicassem o método melhorando muito a sua saúde, popularizando o método rapidamente.

De lá para cá o Método Casalecchi já atingiu milhares de pessoas, dentro e fora do Brasil, com mais de duzentos depoimentos ratificando a eficiência desta terapêutica simples.

O desafio deste método é reduzir até oitenta por cento dos seus sinais e sintomas já no primeiro mês, sem remédios e sem custos. Para ter certeza de que funciona, você anota todos os seus sinais e sintomas como será

proposto neste trabalho e aplica os onze passos. Um mês depois reveja a sua lista e perceberá que até oitenta por cento dos sinais e sintomas anotados amenizaram muito e outros tantos desapareceram.

Isso garantirá a você que o método funciona. A partir daí é só ensinar o que aprendeu e espalhar a noticia. Imagine todo o povo brasileiro com até oitenta por cento a menos de sinais e sintomas. Vamos esvaziar hospitais e postos de saúde em todo o País. Povo saudável é povo feliz.

Não precisa acreditar neste método. Aplique em sua saúde e acredite em si mesmo depois de comprovar a sua eficiência. Um mundo melhor começa com atitude. Vamos juntos!

Website:

Campanha Brasil Saudável

www.campanhabrasilsaudavel.com.br

Índice

15 Introdução

17 A cartilha da saúde - Entendendo a fisiologia do método

23 Revelando nossa descoberta

27 Comprovando o método de forma inquestionável

33 Perguntas frequentes

39 Considerações finais

43 Fim do ebook

Introdução

Como dito, este método nasceu em 1996 através da observação clínica do profissional de Medicina Tradicional Chinesa, Wandy Casalecchi.

Inicialmente, notou a dificuldade que as pessoas tinham para se manter saudáveis após o fim do tratamento. Através dos seus estudos, estabeleceu a metáfora de que somos "uma máquina com um motorista dentro".

Se você não fizer a manutenção do seu carro (água no radiador e óleo no motor) não adianta levá-lo ao mecânico, concorda? Casalecchi entendeu que não fazendo o mesmo com a máquina fisiológica (manutenção), o médico (mecânico) terá dificuldades em "consertá-la".

O que começou com uma simples observação, seguida da prática com seus pacientes, se transformou em dez anos de estudos como autodidata para embasar, através do conhecimento disponível na fisiologia acadêmica, os incríveis resultados obtidos, ou seja, a eliminação de até oitenta por cento dos sintomas de todas as pessoas que aplicaram o método, dentro do primeiro mês.

Desde então, foram publicados quatro livros descrevendo tecnicamente o funcionamento do organismo numa linguagem popular e um quinto livro revisado (este livro), disponível no formato Ebook, gratuito.

Como o método é auto-comprovável, propomos que aplique e veja os resultados por si mesmo. Criamos um movimento que chamamos de Campanha Brasil Saudável que recentemente, ganhou uma nova roupagem e muito mais apoio de pessoas influentes na mídia televisiva. No website da campanha você poderá observar depoimentos de profissionais da saúde, celebridades, estrangeiros etc. Isso talvez o estimule a aderir a este método simples de promoção da saúde.

"No mundo das ideias factíveis de comprovação através da aplicação do conceito, sendo esse gerador de resultados que podem mudar a realidade de um país (até oitenta por cento menos sintomas, sem custos), não cabe a resistência egóica, mas a parceria para criar um Brasil Saudável. Não busque em mim títulos que satisfaçam cientistas, pois não sou nada, sou ninguém... mas, esse método, que funciona sem custos, é tudo para todos. Aplique, comprove e una-se a nós por um mundo melhor!"

Wandy Casalecchi

A CARTILHA DA SUA SAÚDE!

Segundo o Método Casalecchi

SAÚDE COLETIVA A BAIXO CUSTO

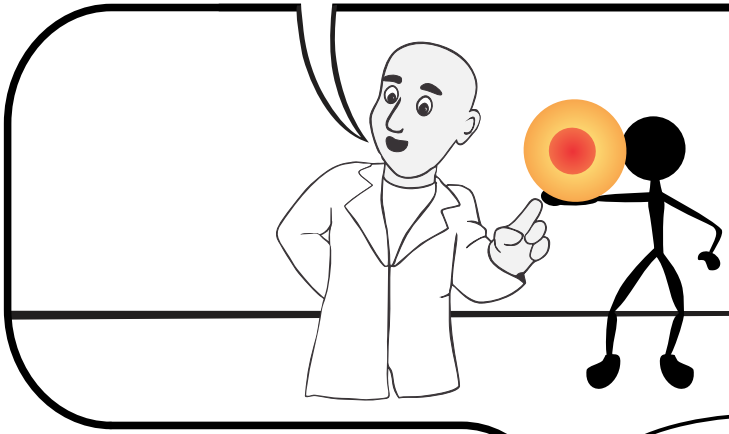
Olá, eu sou o Jalecchinho, a versão animada do Wandy Casalecchi. Sou eu que vou apresentar o Método Casalecchi e juntos vamos viajar pelo corpo humano. Apertem os cintos que lá vamos nós!

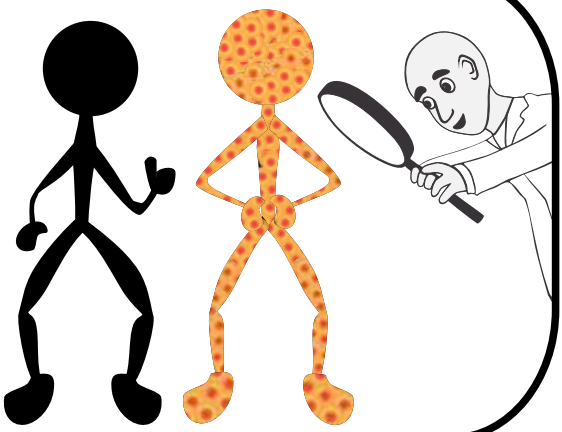
Jalecchinho

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde não é simplesmente a ausência de doenças, mas o adequado bem estar físico, mental e emocional. Em outras palavras, você pode não ser classificado em nenhuma doença pela medicina, mas se apresentar sinais e/ou sintomas físicos, mentais ou emocionais, segundo a OMS, você não terá saúde.
Então, você tem essa qualidade de saúde?

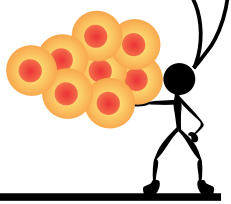
Para que você entenda este método, vamos ver do que o nosso corpo é feito...

Isto é uma célula.
Temos milhões como ela dentro do nosso corpo, mas tudo começa com apenas uma célula fecundada dentro do útero da mamãe...

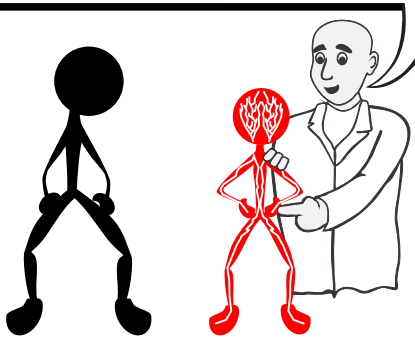




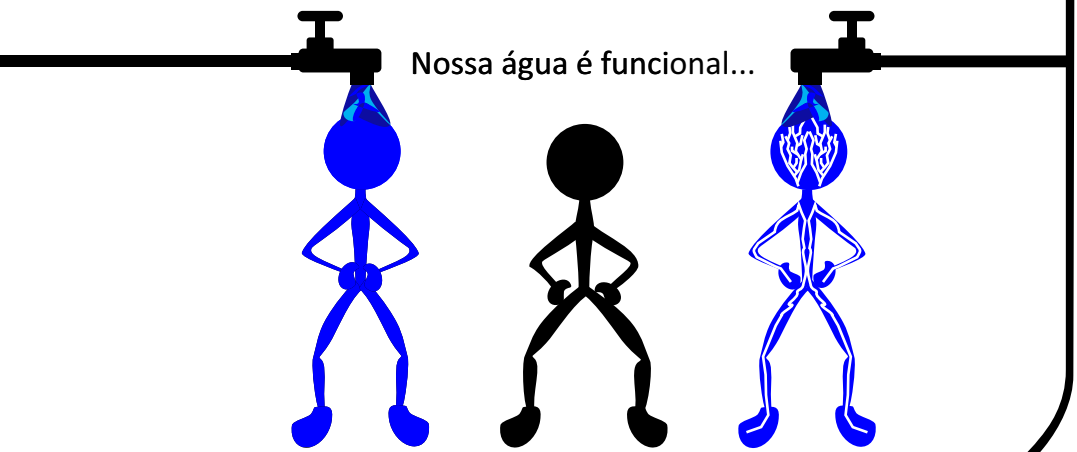
Quando as células ficam juntas elas formam tudo em nosso corpo. Somos parecidos com uma parede de células.

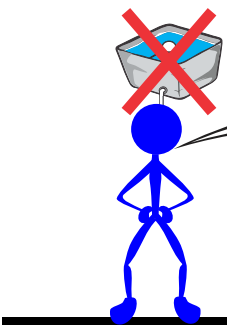


Dentro do corpo temos a circulação sanguínea. Ela é semelhante a um encanamento por onde o sangue circula por todo o nosso corpo, alimentando as células.



Precisamos de um volume mínimo de água dentro do sangue para manter a pressão sanguínea e dentro das células para mantê-las vivas. Isso significa que nossa água é funcional, ou seja, cumpre um papel dentro do corpo.

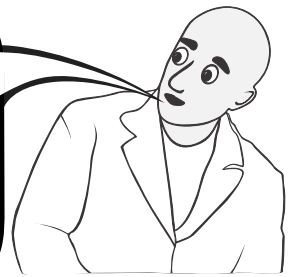




Corpo não tem caixa d'água!

Nosso corpo não tem reserva de água, pois nossa água está sendo usada o tempo todo para manter nosso organismo vivo e funcionando adequadamente. Essa informação é importante para que você entenda porque esse método funciona tão bem. Em breve vamos usá-la novamente.

Para que você entenda o que vem a seguir, primeiro temos que explicar algo simples, mas que tem um nome esquisito. Vamos falar sobre a temperatura e pH ideais, para que o sangue cumpra o seu papel de alimentar as células do seu corpo. Calma, já vamos explicar.



Tudo o que comemos e bebemos, após a digestão feita pelo estômago e intestinos, é absorvido para dentro do sangue (alimento das células). O que conserva esse alimento é uma temperatura próxima de 36,5ºC com um *pH de 7,4 (neutro). * 7,35 sangue venoso e 7,4 sangue arterial.

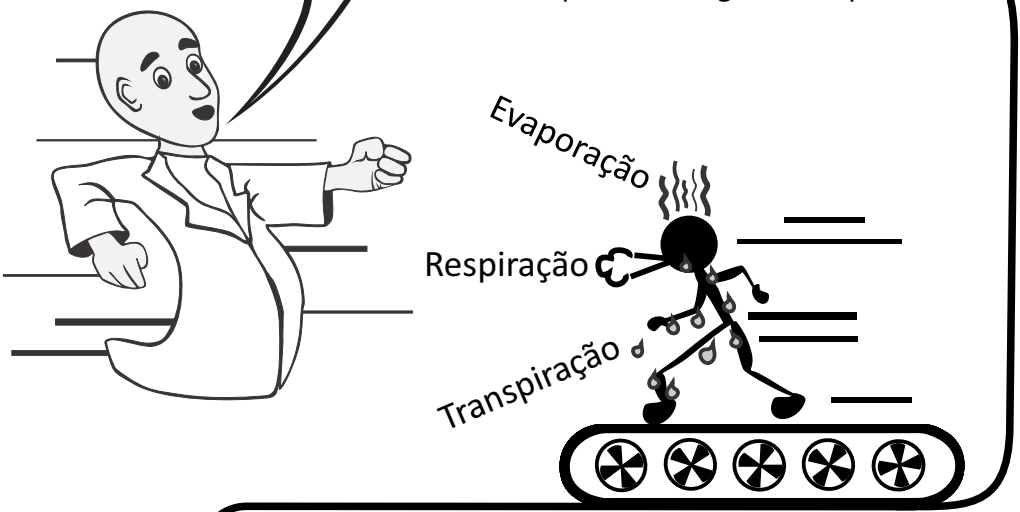
Atenção! Se a temperatura interna subir o pH ficará menor (ácido), destruindo o alimento das células (acidose metabólica). Se ingerimos muitos alimentos e bebidas ácidos a temperatura também sobe.

SANGUE - Temperatura 36,5ºC e pH 7,4

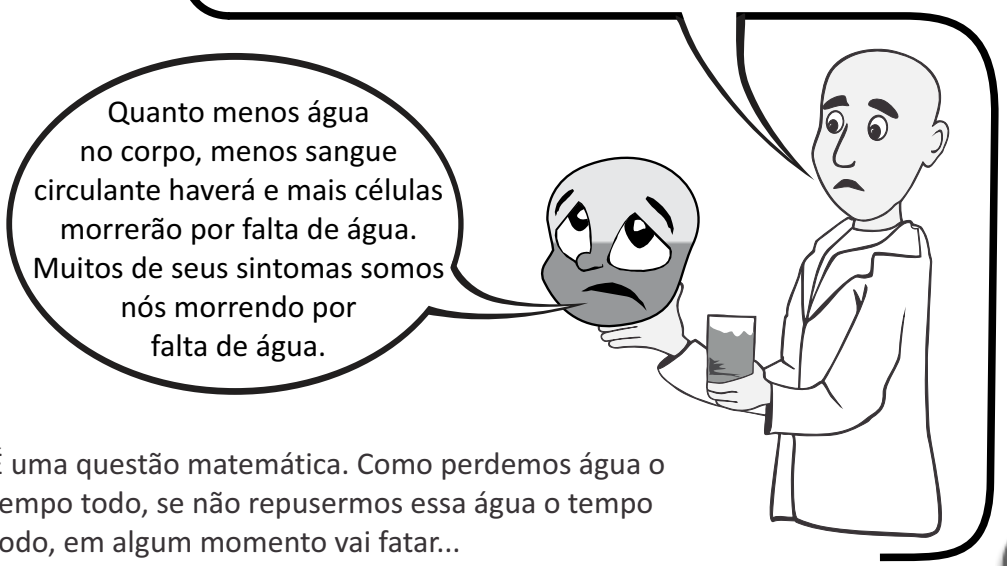
Toda vez que a temperatura do corpo sobe, seja por alimentação ácida, exercícios etc., seu cérebro ativa processos internos para eliminar esse excesso de calor, normalizando a temperatura (36,5ºC) e o pH do sangue (7,40), garantindo a base fisiológica (homeostase) e, por consequência, a manutenção da vida. A seguir vamos ver esses mecanismos em ação.

ATENÇÃO NOVAMENTE! Como vimos anteriormente, precisamos manter a temperatura do sangue em torno de 36,5ºC. Assim, eliminamos calor e, consequentemente, água pela respiração, pela transpiração e pela evaporação, quando o sangue vai para a pele na superfície do corpo.

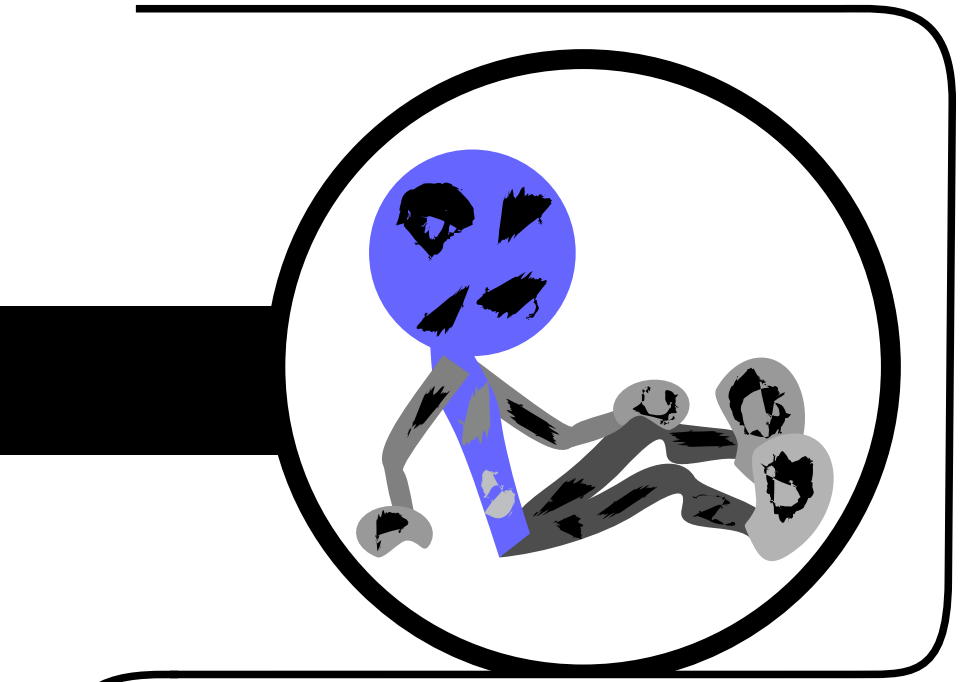
... perdemos água o tempo todo...



Como perdemos água o tempo todo, temos que repor esta água o tempo todo, pois não temos caixa d'água, lembra-se? Se não repusermos esta água, em algum momento ela ficará abaixo do mínimo necessário para manter as células vivas e o sangue circulante (45% do sangue é feito de água).



É uma questão matemática. Como perdemos água o tempo todo, se não repusermos essa água o tempo todo, em algum momento vai fatar...

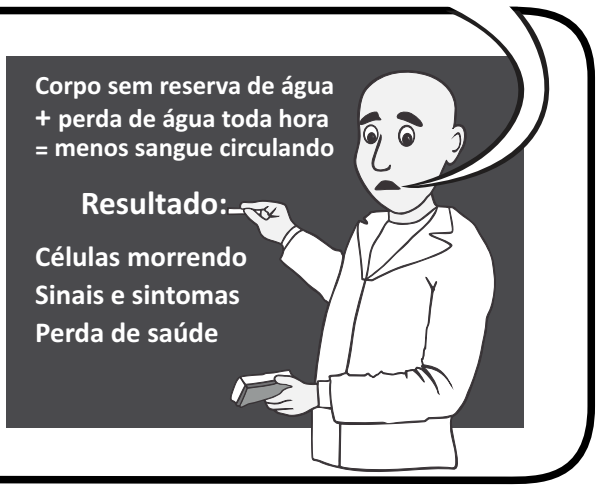


Quando a água interna fica abaixo do mínimo necessário para o equilíbrio fisiológico, nosso computador central (cérebro) prioriza a oferta de água para regiões mais importantes (órgão vitais e cérebro (encéfalo)), deixando em segundo plano as regiões menos importantes, comparativamente, ou seja, vísceras, membros superiores e inferiores, pele, unhas, cabelos etc. Quanto mais tempo ficamos sem ingerir água, mais sinais e sintomas teremos porque células estarão morrendo. Isso se agrava muito nos climas secos, em pessoas que executam atividades físicas ostensivas, em idosos que tem a regeneração celular reduzida, em pessoas acometidas de doenças crônicas, em pessoas com padrão emocional alterado de forma significativa etc. **Note que só estamos falando da falta da ingestão de água gerando tudo isso.**

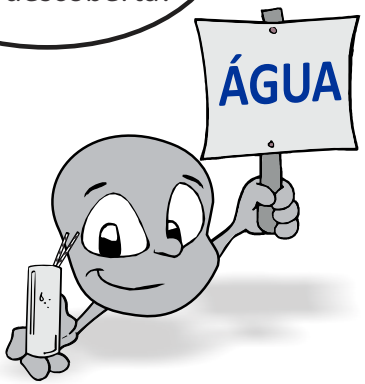
O objetivo do corpo é nos manter vivos, com ou sem saúde.

Para isso temos um computador na cabeça que funciona independente da nossa vontade consciente...

Ainda bem, senão já teríamos morrido há muito tempo!



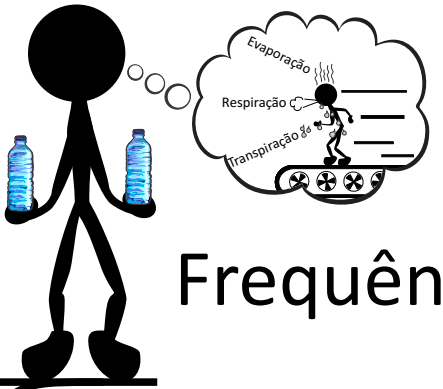
REVELANDO NOSSA DESCOBERTA



OUTROS MÉTODOS

Quantidade...

NOSSO MÉTODO

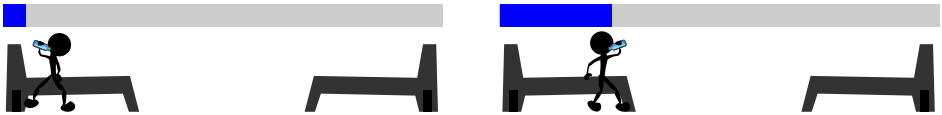


Frequência!

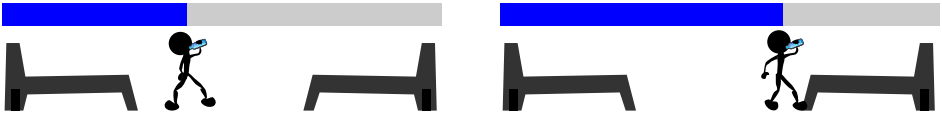
Alguns profissionais da saúde indicam o consumo de dois litros de água por dia, pois o foco deles está na quantidade.
No método Casalecchi você aprendeu que perdemos água o tempo todo e não temos caixa d'água, portanto, precisaremos repor a água perdida, o tempo todo. Nosso foco está na **frequência de ingestão de água**, como proporemos a seguir...

Veja agora como beber água neste método...

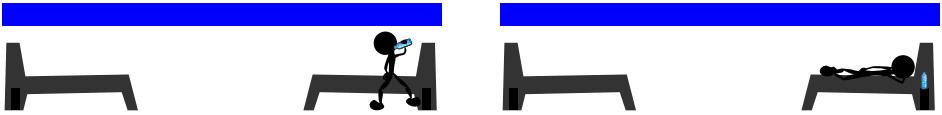
Assim que acordar pela manhã beba água dentro de cada hora do dia, ou seja, enquanto estiver de olhos abertos, continue bebendo água...

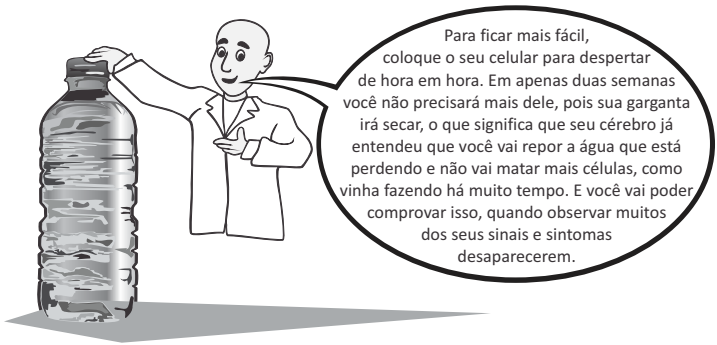


Mesmo que seja apenas um golinho, beba água dentro de cada hora do dia. Enquanto estiver acordado jamais passe de uma hora sem água...

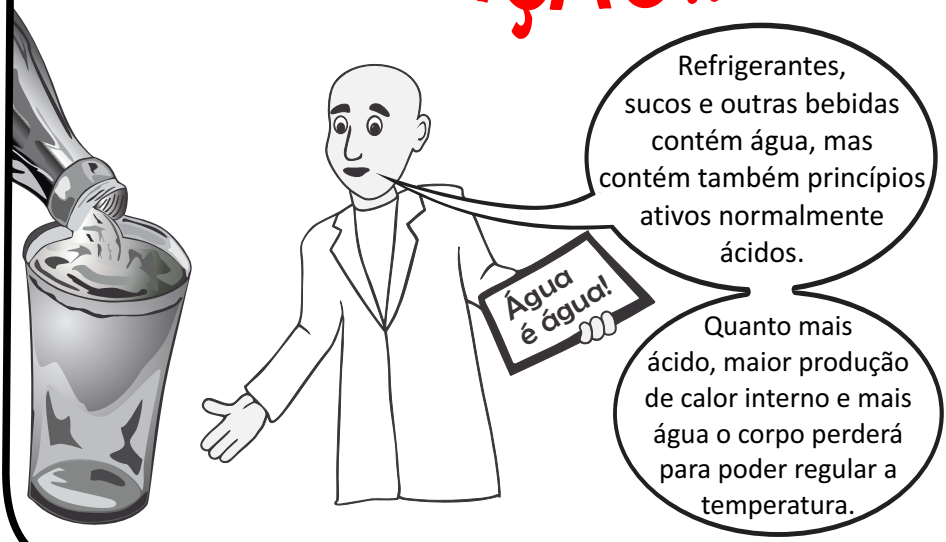


Não se preocupe com a quantidade, pois seu computador cerebral cuida disso. Concentre-se em beber água dentro de cada hora do dia, ok?





MAS, ATENÇÃO!!!!!!!!!!



ATENÇÃO

O objetivo da ingestão de água com um pH próximo do sangue (7,4) é manter o volume mínimo de água interna, garantindo assim a pressão sanguínea que é responsável por levar o sangue a todas as partes do corpo, cumprindo assim seu papel nutritivo e mantenedor da saúde.

BEBA ÁGUA DENTRO DE CADA HORA EM QUE ESTIVER ACORDADO!

LEVE SEMPRE UMA GARRAFINHA COM VOCÊ...

EM TODO LUGAR

no shopping
no lazer
em casa
no carro
na festa
na bolsa
na balada
na escola
na faculdade
na academia
no trabalho

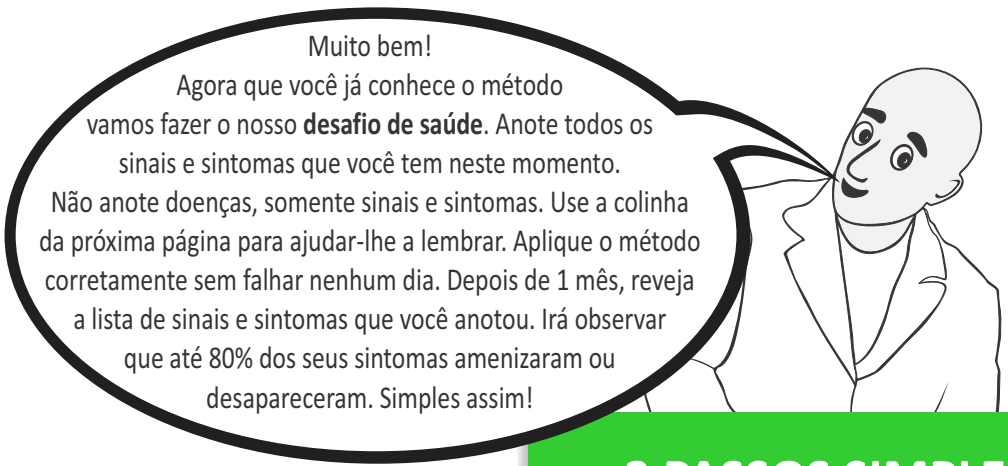
RESUMINDO

Leve sempre uma garrafinha com você aonde for. Lembre-se de que se quiser comprovar que esse método funciona tem que fazer corretamente, ok ? A seguir vamos fazer um desafio onde você irá se convencer de que este método funciona mesmo.

CHEGOU O MOMENTO

DE VOCÊ COMPROVAR

QUE ESSE MÉTODO FUNCIONA!



3 PASSOS SIMPLES

Passo 1. Anote todos os seus sinais e sintomas. Os exemplos estão na página seguinte.

Passo 2. Beba água dentro de cada hora do dia, enquanto estiver de olhos abertos.

Passo 3. Depois e 1 mês, reveja sua lista de sinais e sintomas e notará que **até 80% deles reduziram ou desapareceram.**

APLIQUE, COMPROVE E ESPALHE A BOA NOTÍCIA!

EXEMPLOS DE SINAIS E SINTOMAS

( ) Dor lombar
( ) Dor no meio das costas
( ) Dor no pescoço
( ) Dor de cabeça
( ) Ardor nos olhos
( ) Visão embaçada
( ) Olhos vermelhos
( ) Olheiras escuras
( ) Coceira nos olhos
( ) Sensação de areia nos olhos
( ) Lacrimejamento espontâneo
( ) Secreção matinal nos olhos
( ) Secura nos olhos
( ) Congestão nasal
( ) Coceira no nariz
( ) Espirros
( ) Coriza
( ) Secreção endurecida no nariz
( ) Sangramento nasal
( ) Narinas ressecadas
( ) Hálito forte
( ) Sangramento gengival
( ) Aftas
( ) Boca amarga
( ) Boca seca
( ) Tensão mandibular
( ) Zumbido no ouvido
( ) Muito cerúmen no ouvido
( ) Entupimento do ouvido
( ) Descamação orelha
( ) Coceira na orelha
( ) Alergia ao furo do brinco
( ) Garganta com coceira
( ) Garganta dolorida
( ) Garganta com secreção matinal
( ) Pigarro emocional
( ) Rouquidão

( ) Afonia
( ) Garganta seca
( ) Engasgamento com líquidos
( ) Engasgamento com comida
( ) Tosse seca
( ) Tosse com catarro
( ) Falta de ar à noite
( ) Falta de ar de dia
( ) Calafrios
( ) Opressão torácica
( ) Dor torácica
( ) Suspiros espontâneos
( ) Respiração ofegante com esforço
( ) Palpitações espontâneas
( ) Azia
( ) Queimação no estômago
( ) Refluxo
( ) Dor no estômago
( ) Empachamento no estômago
( ) Arrotos
( ) Soluços
( ) Vômitos
( ) Pouco apetite
( ) Apetite exacerbado
( ) Enjoos
( ) Intestino preso
( ) Fezes ressecadas
( ) Fezes bolinhas
( ) Fezes diarréicas
( ) Ardor no ânus
( ) Presença de sangue nas fezes
( ) Cólica de gases
( ) Gases
( ) Borborigmos intestinais
( ) Urina com cheiro forte
( ) Urina com escassa
( ) Urina com ardor

EXEMPLOS DE SINAIS E SINTOMAS

( ) Acorda a noite para urinar
( ) Incontinência urinária
( ) Urgência urinária
( ) Gota de urina na cueca
( ) Gota de esperma na cueca
( ) Ejaculação precoce
( ) Impotência sexual (homem)
( ) Perda de ereção durante
( ) Ereção sem ejaculação
( ) Libido baixa (homem e mulher)
( ) Acidez vaginal
( ) Coceira Vaginal
( ) Menstruação - cólica
( ) Menstruação - coágulos
( ) Menstruação - sangue escuro
( ) TPM com inchaço nos seios
( ) TPM com dor nos seios
( ) TPM com inchaço na barriga
( ) TPM com inchaço no corpo
( ) TPM com irritação
( ) TPM com melancolia
( ) TPM com choro
( ) TPM com compulsão por doces
( ) TPM com dor de cabeça
( ) TPM com dor lombar
( ) TPM com dor nas pernas
( ) TPM com cólica
( ) Demora para adormecer
( ) Acorda após adormecer
( ) Sono agitado
( ) Acorda cansado
( ) Fica cansado até o almoço
( ) Sonolência após o almoço
( ) Sonolência no final do dia
( ) Cansaço no final do dia
( ) Tonturas por movimentação
( ) Tonturas em pé
( ) Tonturas deitado
( ) Tonturas sentado
( ) Tonturas com esforço
( ) Dor na articulação dos dedos
( ) Dor na articulação do punho
( ) Dor no antebraço
( ) Dor na articulação do cotovelo
( ) Dor no braço
( ) Dor na articulação do ombro
( ) Dor na articulação do tornozelo
( ) Dor na perna
( ) Dor na articulação do joelho
( ) Dor na coxa
( ) Dor na articulação do quadril
( ) Dor no pé
( ) Dor na sola do pé
( ) Mãos frias
( ) Pontas dos dedos das mãos frias
( ) Mãos muito quentes
( ) Transpiração nas mãos
( ) Pele seca das mãos
( ) Cutículas despontadas
( ) Cortes na pele das mãos
( ) Dedos das mãos arroxeados
( ) Unhas das mãos quebradiças
( ) Unhas das mãos desfolhantes
( ) Unhas das mãos - pontos brancos
( ) Unhas das mãos - estrias brancas
( ) Coceira nos braços
( ) Cãibras nas mãos
( ) Formigamento nas mãos
( ) Cãibras nos braços
( ) Formigamento braços
( ) Tremores nas mãos
( ) Espasmos nos braços
( ) Furúnculos nos braços
( ) Inchaço nas mãos

EXEMPLOS DE SINAIS E SINTOMAS

( ) Inchaço nos braços
( ) Pés frios o tempo todo
( ) Pés frios à noite
( ) Pés muito quentes
( ) Transpiração pés
( ) Calcanhar ressecado
( ) Calcanhar rachado
( ) Cortes na pele dos pés
( ) Dedos dos pés arroxeados
( ) Unhas dos pés quebradiças
( ) Unhas dos pés desfolhantes
( ) Unhas dos pés - pontos brancos
( ) Unhas dos pés - estrias brancas
( ) Coceira nas pernas
( ) Cãibras na panturrilha
( ) Cãibras nos pés
( ) Formigamento nos pés
( ) Formigamento nas pernas
( ) Espasmos nas pernas
( ) Furúnculos nas pernas
( ) Unhas do dedão do pé alteradas
( ) Inchaço nos pés
( ) Inchaço nas pernas
( ) Transpiração excessiva de dia
( ) Transpiração dormindo
( ) Transpiração ao comer
( ) Transpiração com cheiro forte
( ) Queda de cabelos anormal
( ) Cabelos secos por inteiro
( ) Cabelos com raiz oleosa
( ) Cabelos com pontas secas
( ) Cabelos inteiro oleosos
( ) Caspa
( ) Pele da face oleosa
( ) Coceira no pescoço
( ) Coceira na cabeça
( ) Coceira na face

( ) Coceira nas costas
( ) Coceira na barriga
( ) Emocionalmente Irritado
( ) Extremamente irritado
( ) Ansioso
( ) Extremamente ansioso
( ) Explosivo
( ) Intolerante
( ) Ruminante emocional
( ) Assusta-se ao menor estímulo
( ) Memória fraca - fatos recentes
( ) Memória fraca - estudos e trabalhos
( ) Memória fraca -fatos antigos
( ) Falta de concentração para leitura
( ) Sente muito sono ao ler um livro
( ) Esquecer o que está falando
( ) Falta de vontade para coisas simples
( ) Apatia
( ) Choro
( ) Melancolia
( ) Pânico
( ) Coceira no pescoço
( ) Coceira na cabeça
( ) Coceira na face
( ) Angústia
( ) Face pálida
( ) Face escurecida
( ) Face inteira vermelha
( ) Face malar vermelha
( ) Testa vermelha
( ) Pescoço vermelho
( ) Ponta do nariz vermelha
( ) Tiques nervosos
( ) Espasmos musculatura facial
( ) Espasmos nos olhos
( ) Agitação ansiosa de extremidades
( ) Agregados endurecidos na cabeça

( ) Hematomas ao menor estímulo
( ) Espinhas na face
( ) Espinhas nas costas
( ) Espinhas no pescoço
( ) Espinhas nos braços
( ) Coceira no pescoço
( ) Coceira na cabeça
( ) Coceira na face
( ) Angústia
( ) Face pálida
( ) Face escurecida
( ) Face inteira vermelha
( ) Face malar vermelha
( ) Testa vermelha
( ) Pescoço vermelho
( ) Ponta do nariz vermelha
( ) Tiques nervosos
( ) Espasmos musculatura facial
( ) Espasmos nos olhos
( ) Agitação ansiosa de extremidades
( ) Agregados endurecidos na cabeça
( ) Hematomas ao menor estímulo
( ) Espinhas na face
( ) Espinhas nas costas
( ) Espinhas no pescoço
( ) Espinhas nos braços
( ) Espinhas na barriga
( ) Espinhas no tórax
( ) Espinhas nas pernas
( ) Espinhas nas nádegas

Posso substituir a água por outras bebidas?

Para suprir as necessidades básicas do seu organismo, sugerimos a ingestão de água dentro de cada hora do dia, num pH próximo de 7 (que é próximo do pH do sangue). Desta forma, ela incorpora no sangue sem gerar alterações fisiológicas, como acontece com sucos, refrigerantes e outras bebidas, cujo pH é normalmente ácido (abaixo de 7). Pode ingerir outras bebidas, desde que a água esteja presente dentro de cada hora do seu dia, ajudando a eliminar do seu corpo até 80% dos sinais e sintomas mais comuns entre as pessoas tidas como "saudáveis".

Tenho que beber alguma água especial neste método?

Nosso sangue tem um pH próximo de 7, portanto, sugerimos a ingestão de água próximo desse pH para que ela não altere a fisiologia do corpo. Nos últimos tempos as pessoas têm ingerido águas alcalinizadas (pH superior a 8) na intenção de combater os efeitos acidificantes dos alimentos e bebidas industrializados, emoções ostensivas provocando descargas hormonais acidificantes, drogas lícitas e ilícitas etc. Desta forma, a ingestão de água com pH acima de 7 pode ser interessante. Contudo, este método se baseia na frequência da ingestão de água dentro de cada hora do dia, num pH próximo de 7, não necessitando comprar nenhum equipamento ou qualquer tipo de água especial. Basta seguir o que propomos e poderá comprovar os resultados em apenas um mês, sem custos, ou seja, ingerindo somente água comum.

Meus sintomas vão sumir só tomando água comum?

Vão sim, desde que você cumpra o que o método propõe, ou seja, anotar todos os seus sinais e sintomas antes de iniciar a ingestão de água dentro de cada hora do dia, enquanto estiver de olhos abertos, o dia todo, todos os dias. Em apenas um mês, ao rever sua lista, perceberá que até 80% deles amenizaram e/ou desapareceram, mesmo aqueles muito antigos. Os 20% de sintomas restantes em seu organismo são de competência clínica, ou seja, são gerados por psicossomatizações emocionais, alimentação inadequada, sedentarismo, consumo de drogas lícitas e ilícitas, carga excessiva de trabalho, sono inadequado etc. Necessitam da orientação e intervenção de um profissional da saúde.

Posso aplicar este método em crianças?

Pode sim. Orientamos que as crianças sejam estimuladas através de garrafinhas temáticas que gerem um vínculo emocional entre beber água e brincar. Para os bebês recém-nascidos, consulte primeiro seu pediatra para que ele diga se há restrições no caso do seu filho. Nós orientamos uma colherinha de plástico com água dentro de cada hora em que o bebê estiver acordado. As mamadas não são afetadas e os sinais e sintomas quentes (irritações cutâneas, transpiração excessiva, insônia e irritabilidade) amenizam e/ou desaparecem em até um mês. Isso se deve ao fato de que a água com pH próximo de 7 incorpora no plasma sem gerar alterações digestivas que produzem calor e expulsam a água do organismo para regular a temperatura basal. A ingestão de água atua como apoio às funções do leite materno, o que pode ser comprovado anotando os sintomas da criança antes de iniciar a oferta de água como propomos.

Alimentos e bebidas calóricos podem me prejudicar?

Em climas secos podem sim. Vamos entender que Caloria é a capacidade do alimento em gerar calor no organismo:

- 1 Caloria gera 1 grau em 1 litro de água.
- 10 Calorias geram 10 graus em 1 litro de água.
- 100 Calorias geram 100 graus em 1 litro de água e assim por diante.

O sangue tem um pH próximo de 7 para uma temperatura de aproximadamente 36,5ºC.

- Se subir a temperatura o pH desce abaixo de 7 e fica ácido (acidose metabólica).
- Se o pH desce abaixo de 7 e fica ácido a temperatura sobe acima de 36,5ºC.

O organismo tem que manter pH e temperatura do sangue dentro do basal para evitar que o sangue se torne ácido de perca sua funcionalidade. Assim, cada vez que ingerimos alimentos calóricos (que produzem calor interno), independentemente de serem ingeridos em temperatura artificial gelada, a temperatura sobe acima de 36,5ºC e o pH fica ácido. Imediatamente o organismo gera vasodilatação periférica e transpiração para corrigir esse efeito tóxico eliminando o calor excessivo e também água. Em climas secos, eliminar água é algo que pode reduzir o volume de sangue e sua circulação pelo corpo, gerando ou agravando sinais e sintomas típicos desse tipo de clima.

Sugerimos evitar ao máximo em climas secos:

- Pimenta, pimentão, gengibre, ginseng, malte, cevada, etanol (presente nas bebidas alcóolicas).

Ingerir muita água faz mal?

Em quantidades excessivas faz muito mal. Por isso, este método se baseia na frequência da ingestão de água (dentro de cada hora em que estiver de olhos abertos) e não na quantidade, pois seu organismo pede a quantidade.

Entendemos que a quantidade de água que o organismo precisa, depende diretamente do seu gasto diário.

Por exemplo;

- Se uma pessoa está num clima seco, fazendo atividades físicas ao sol, ela necessitará ingerir uma quantidade maior de água porque eliminará mais água.

- Se uma pessoa está num clima úmido, sem atividades físicas, ela necessitará ingerir uma quantidade menor de água porque eliminará menos água.

Assim, propomos que as pessoas ingiram pelo menos um gole de água dentro de cada hora do dia, podendo aumentar essa quantidade de acordo com a solicitação do organismo (garganta e boca secas).

Conforme você automatizar essa frequência de ingestão de água comum (dentro de cada hora do dia), ou seja, quando não precisar mais prestar atenção para beber água desta forma, a quantidade naturalmente se adaptará ao seu gasto diário, que pode ser mais do que dois litros no caso de uma diarréia e menos de dois litros num clima muito úmido com você descansando, por exemplo.

O Ministério da Saúde conhece este método?

Estamos divulgados este método desde 1996, quando ele foi criado e testado clinicamente (pesquisa não indexada). Desde o ano 2000, quando publicamos nosso primeiro livro a respeito, buscamos os mais diversos canais de comunicação para fazer este método de saúde coletiva sem custos ficar conhecido.

Em função do lançamento desta campanha, retiramos do ar diversos vídeos que foram feitos e colocados em mídias sociais, justamente para unificar a linguagem. Entendemos que a maneira como ele estava sendo comunicado, não estava efetiva para chamar a atenção das autoridades da saúde do nosso país.

Acreditamos que agora este método poderá ser testado e comprovado pelos cientistas da saúde do nosso país. Assim, numa campanha maciça, poderemos ajudar o povo brasileiro a eliminar até 80% dos seus sintomas apenas com a ingestão de água comum, de hora em hora.

Isso muda a economia do país e desmonta a indústria da doença, esvaziando hospitais e postos de saúde que vão se concentrar em 20% de sintomas, gerados por fatores patogênicos, ambientais, alimentares etc.

Essa é nossa missão enquanto cidadãos brasileiros. Vem conosco!

Campanha
BRASIL SAUDÁVEL
MÉTODO CASALECCHI

Considerações finais

É inacreditável a positividade que nos toma neste momento, pois este ebook simboliza o resultado de vinte anos de esforço pessoal, sem recursos e, ainda assim, com um alcance internacional deste método simples de promoção da saúde, sem custos.

Nosso objetivo é um Brasil com até oitenta por cento menos sintomas, sem remédios e sem custos. Isso certamente desmontará a indústria da doença e proporcionará uma nação saudável, com mais recursos e capaz de decidir melhor sobre nosso futuro, enquanto povo brasileiro.

O melhor deste método é que não precisamos esperar que ele seja cientificamente comprovado para que o mesmo seja validado. Como ele é auto comprovável, as milhares de pessoas que o testaram puderam ver em seu próprio corpo a redução dos sinais e sintomas, apenas bebendo água de hora em hora.

Vamos juntos por um Brasil Saudável!

Wandy Casalecchi

Valorize sua Saúde!

Comece agora mesmo a aplicar este método.
Comente e espalhe para todo mundo.
Assista ao vídeo do método:

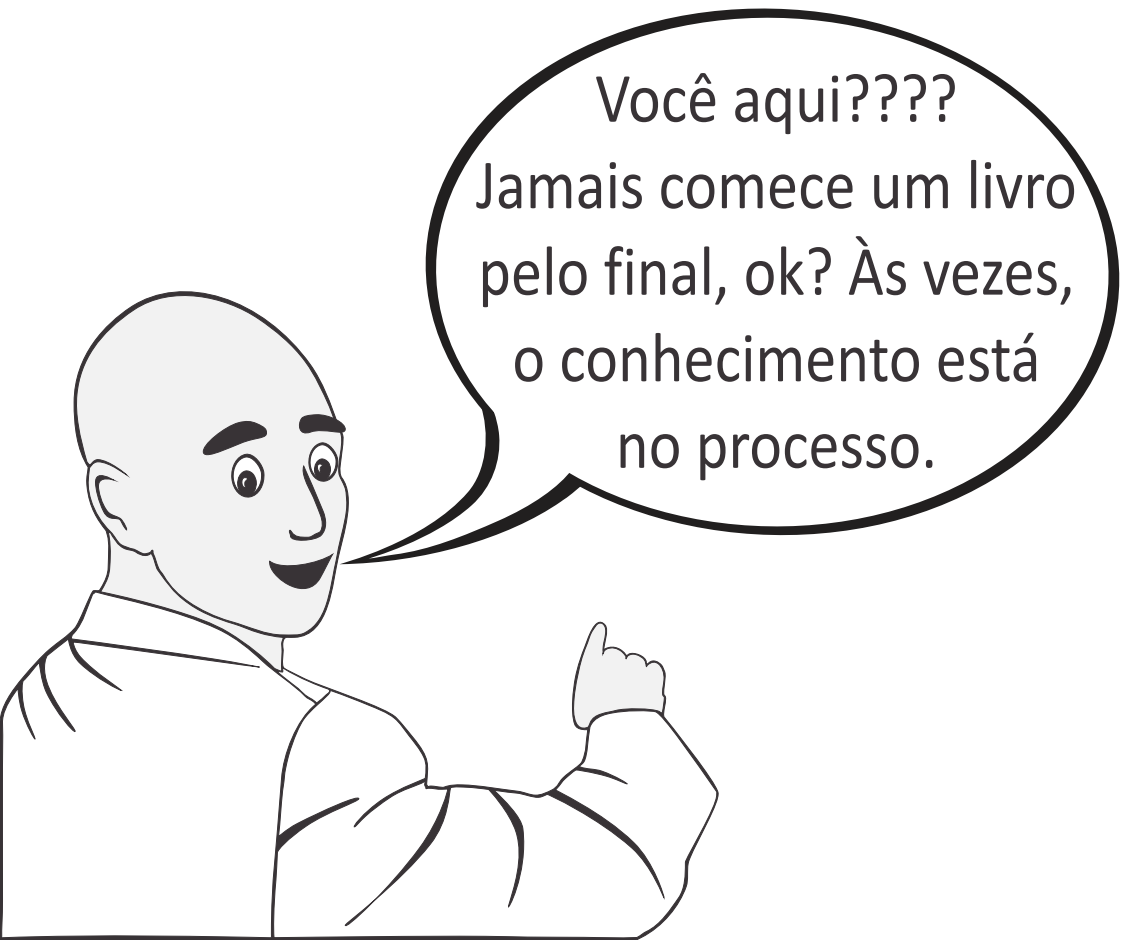
www.campanhabrasilsaudavel.com.br

Grave um depoimento em seu celular e envie para

depoimento@campanhabrasilsaudavel.com.br

Ele será publicado no *website* da campanha.

Site Oficial

Campanha Brasil Saudável

www.campanhabrasilsaudavel.com.br