



ULTIMATE

Reboot-Camp

Rancho
Vidāsana

Ana Desvignes

L A M E T A E S E L C A M I N O



Ana ha dedicado los últimos 30 años de su vida a una búsqueda personal incluyendo los ámbitos de la nutrición, la práctica de yoga, meditación, tradiciones antiguas y el bienestar humano, la cual la lleva al día de hoy a sintetizar una visión integrada de la mente, el cuerpo y el alma como partes indivisibles e interactivas del ser humano, qué hay que atender para la evolución y la salud integral.

Actualmente opera y dirige Rancho Vidāsana en Valle De Bravo, en donde vive con sus dos hijos, como una plataforma de retiros que puedan beneficiar a la evolución de la conciencia de la humanidad.



LA INTENCIÓN DE ESTE PROCESO ES:

“Resetear” o “Reiniciar” el metabolismo humano,
fortaleciéndolo y mejorándolo de una manera radical.
En el bosque mágico de **Valle de Bravo**, con la experiencia de más
de 30 años en el mundo del bienestar y **con el apoyo del equipo
médico de PREVITA, Ana Desvignes**, fundadora y directora de
Rancho Vidasana, es anfitriona y guía en este proceso diseñado
exclusivamente para grupos pequeños y por lo regular privados,
(máximo 10 personas).





APOYO MÉDICO PROFESIONAL:

PREVITA
HOSPITAL EN CASA

Mini check up a domicilio antes y después del proceso para medir la evolución médica del cuerpo. Todos los beneficios posibles a nivel físico, mental y emocional. **Protocolo intensivo de 8 días.**

ACTIVIDADES DE REFUERZO SUGERIDAS:

- Yoga
- Contacto con la naturaleza
- Baños de vapor
- Baños de hielo
- Meditación e hipnosis
- Caminatas en el bosque
- Fisioterapias



BENEFICIOS DE UNA LIMPIEZA HEPÁTICA:



El **hígado**, en conjunto con su hermano organo: **la vesícula biliar**, es el **órgano sólido más grande del cuerpo**, lleva a cabo muchas funciones necesarias para la supervivencia, incluida **la desintoxicación y la purificación de la sangre**, así como el metabolismo de las grasas, las proteínas y los carbohidratos.

Dado que la persona promedio consume diariamente varias formas de toxinas de los alimentos, el agua, la bebidas alcohólicas y las medicinas comunes, entre otras, no se debe pasar por alto la importancia del hígado.

Desafortunadamente, en nuestra sociedad, existe una tendencia a abusar y sobrecargar el hígado. Sin embargo, este tiene la capacidad asombrosa para regenerarse, si se le da la oportunidad.

SALUD ÓPTIMA = HÍGADO SANO.

BENEFICIOS BÁSICOS:

I M P U L S O D E E N E R G Í A :



Es bien sabido que el azúcar, los alimentos procesados, las grasas hidrogenadas, la cafeína y otros alimentos desgastan los sistemas corporales generando un estado de letargia en el ser humano. Cuando suspendemos el consumo de este tipo de alimentos, se genera un aumento de energía generalizado en el organismo.



LIBERACIÓN IMPORTANTE DE TOXINAS :

El hígado en conjunto con la vesícula, funcionan como la coladera o el filtro del cuerpo, desafortunadamente se satura cuando se inunda con toneladas de toxinas.

Las toxinas acumuladas pueden ser físicas, pero también, emocionales y mentales.

Es sorprendente la cantidad de desechos que el cuerpo puede retener durante meses y años, en todos los niveles. Esta acumulación de toxinas puede causar muchos tipos de problemas de salud como: trastornos del sueño, dolor en las articulaciones, alergias, problemas de la piel y estreñimiento.

Llevando a cabo la limpieza del hígado, el cuerpo deja ir la acumulación de toxinas. Esto ayuda a aliviar y hasta eliminar algunas de las condiciones físicas relacionadas con el mal

funcionamiento de este tan importante órgano.

Al finalizar el proceso de depuración, el practicante puede ver el desecho de las conocidas “piedras de la vesícula” flotando en el agua de su WC, hay quienes las rescatan y mandan analizar al laboratorio, servicio que también se ofrece en los laboratorios colaboradores, con un costo a parte.



FORTALECIMIENTO DEL SISTEMA INMUNOLÓGICO:

El hígado juega un papel fundamental en el sistema inmunológico. Es todo un laboratorio del cuerpo humano. Basta con decir que se necesita un hígado sano para una inmunidad sana. La limpieza hepática ayuda al óptimo funcionamiento de este y el efecto es prolongado, sobre todo cuando se mantiene una consciencia de los alimentos y bebidas que se ingieren los días posteriores al detox.



PROMEDIO DE PÉRDIDA DE PESO:

Entre 2 y 5 kgs en 8 días, los cuales serán mantenidos así siempre y cuando la ingestión de alimentos y bebidas posterior al proceso sea adecuada.

El hígado va a funcionar como si fuera nuevo en los días posteriores y por lo tanto seguirá eliminando toxinas, grasas y todo lo que no necesitamos de una manera mucho más eficiente que antes.

AYUDA EN LA PÉRDIDA DE PESO :

Al depurar el hígado, el metabolismo de las grasas se vuelve mucho más eficiente generando entre muchas cosas el equilibrio hormonal. Cuando los sistemas hormonales no funcionan correctamente, el exceso de peso puede ser uno de los síntomas. También al ser el filtro del organismo, el hígado saturado no absorbe los nutrientes de los alimentos que consumimos, no desglosa la información vitamínica, ni proteíca que necesita el cuerpo para alimentarse, de ahí otra razón para subir de peso.

¿ QUIÉN ES CANDIDATO PARA LA LIMPIEZA HEPÁTICA ?

La respuesta a eso realmente depende del estado de cada organismo humano. Sin embargo, existen algunos signos y síntomas que pueden indicar que ya es necesaria una limpieza del hígado:



- Estreñimiento incluso después de implementar un cambio en la dieta alta en fibra.
- Cansancio constante.
- Dificultad para dormir bien por la noche.
- Dificultad para perder peso.
- Emocionalmente deprimido.
- Dolores de cabeza a menudo.
- Brotes de acné.
- Diarrea o exceso de gases.
- Distensión abdominal recurrente.
- Alguna condición autoinmune.
- Comezón.
- Dolor de articulaciones.

¿QUÉ ESPERAR DE LOS DÍAS DE DEPURACIÓN?

Durante estos 8 días se llevará a cabo un programa específico en la ingesta de alimentos y líquidos para lograr el mejor resultado del proceso.

Al llegar a las instalaciones del retiro, se le entrega a cada participante un horario que incluye horas de alimentos y bebidas así como las actividades periféricas al detox que son las clases de yoga, meditaciones, baños de vapor y demás.



Es importante tomar en cuenta que si bien es un proceso profundo y nuevo en el que el confinamiento es sugerido y el apoyo grupal recomendado, en estos tiempos es entendible que no podemos “desconectarnos” del todo de la vida, por lo que todas las actividades son opcionales y, algunas no están incluidas en el precio de la estancia y el protocolo de depuración.

Todos los participantes tendrán la libertad de convivir con el resto del grupo o quedarse aislados viviendo su proceso, teniendo acceso a la red de internet ya que para algunos es importante seguir trabajando remotamente, durante estos días.



O J O . A D V E R T E N C I A :

Este protocolo no está diseñado para pacientes médicos con condiciones determinadas, no tratamos ni curamos enfermedades específicas. Si la persona interesada padece de alguna condición física en particular debe consultarlo con su médico tratante.

Durante estos días, los niveles de energía pueden variar en cada persona dependiendo del propio metabolismo. Al poner al cuerpo en este proceso tan diferente a los hábitos cotidianos, puede ser que en un inicio falte la energía y haya mucho cansancio acumulado que salga a flote, conforme pasan los días la energía se ve recuperada para terminar con un aumento notable de energía física y mental.



U L T I M A T E
Reboot-Camp



Para reservar tu grupo favor
de comunicarte con:

Ana Desvignes

Whatsapp:

5554157443

Correo:

anitadesvignes@gmail.com