



straddacoaching.com.mx

ANALIZADOR BIO CUÁNTICO



29) Ojo



1

1

+



A continuación, detallo las recomendaciones para los rubros de “Problemas probablemente” y “Tendencias Sub” relacionados con el Sistema Ocular, enfocadas en proteger la visión, mejorar la salud de los tejidos oculares y prevenir problemas asociados con el envejecimiento o la fatiga visual.

1. Problemas probablemente: Ojo

Estos problemas pueden estar relacionados con fatiga visual, sequedad ocular, visión borrosa, sensibilidad a la luz o problemas relacionados con la exposición a pantallas y el envejecimiento ocular.

- **V-GLUTATION:**
 - **Beneficios:** Protege contra el estrés oxidativo que afecta los tejidos oculares, mejora la regeneración celular y previene el daño causado por radicales libres.
 - **Ingredientes clave:** Glutación, Vitamina C, Cúrcuma.
 - **Dosis sugerida:**
 - 2 cápsulas al día como mantenimiento.
 - Hasta 6 cápsulas al día en casos de fatiga visual crónica.
 - **V-OMEGA 3:**
 - **Beneficios:** Mejora la hidratación ocular y reduce la inflamación que causa sequedad y malestar en los ojos.
 - **Ingredientes clave:** EPA, DHA, Tocotrienoles, Vitamina D.
 - **Dosis sugerida:** 3 cápsulas al día, una con cada comida.
 - **V-CURCUMAX:**
 - **Beneficios:** Reduce la inflamación en los tejidos oculares y mejora la circulación sanguínea, ayudando a mantener una visión saludable.
 - **Ingredientes clave:** Cúrcuma, MSM, Condroitina, Vitamina C.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
-

2. Problemas probablemente: Casos crónicos o severos

En condiciones como degeneración macular, glaucoma, cataratas o daño ocular debido al envejecimiento o enfermedades metabólicas:

- **V-COLLAGEN:**
 - **Beneficios:** Fortalece los tejidos conectivos en los ojos, mejorando la elasticidad y previniendo problemas como la degeneración macular.
 - **Ingredientes clave:** Colágeno Hidrolizado, Lisina, Vitamina C, MSM.
 - **Dosis sugerida:**
 - 2 cápsulas al día como mantenimiento.
 - Hasta 6 cápsulas al día en casos severos.
- **V-ITAREN:**

- **Beneficios:** Apoya la detoxificación del organismo, reduciendo la acumulación de toxinas que pueden afectar la salud ocular.
 - **Ingredientes clave:** Jamaica, Cola de Caballo, Diente de León.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día; hasta 6 cápsulas en casos de daño ocular avanzado.
-

3. Tendencias Sub: Ojo

Estas tendencias indican predisposición a desarrollar problemas leves de visión oculares si no se toman medidas preventivas.

- **V-GLUTATION:**
 - **Beneficios:** Protege los tejidos oculares contra el daño oxidativo y mejora la capacidad de regeneración.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día como medida preventiva.
 - **V-OMEGA 3:**
 - **Beneficios:** Mejora la hidratación ocular y reduce el riesgo de fatiga visual causada por el uso prolongado de pantallas.
 - **Dosis sugerida:** 3 cápsulas al día.
 - **V-CURCUMAX:**
 - **Beneficios:** Ayuda a prevenir inflamaciones y mejora la circulación en los tejidos oculares.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
-

4. Productos complementarios para la salud ocular:

- **V-FORTYFLORA:**
 - **Beneficios:** Optimiza la salud intestinal, mejorando la absorción de antioxidantes y nutrientes clave para la salud ocular.
 - **Ingredientes clave:** Carbón activado, Magnesio, L-Lisina.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
 - **V-ASCULAX:**
 - **Beneficios:** Mejora la circulación sanguínea en los ojos, promoviendo la oxigenación y nutrición de los tejidos oculares.
 - **Ingredientes clave:** Alcachofa, Romero, MSM.
 - **Dosis sugerida:** 2 cápsulas al día.
-

Sugerencias adicionales:

1. **Descanso ocular:** Aplica la regla 20-20-20 para reducir la fatiga visual (cada 20 minutos, mira algo a 20 pies de distancia por 20 segundos).
2. **Dieta rica en antioxidantes:** Incorpora alimentos como zanahorias, espinacas, arándanos y cítricos para apoyar la salud ocular.
3. **Protección solar:** Usa gafas de sol con filtro UV para proteger los ojos de los rayos ultravioleta dañinos.

Estas recomendaciones están diseñadas para mantener una visión saludable, prevenir problemas oculares y apoyar el bienestar de los tejidos oculares. ¡Si necesitas más información, no dudes en consultarme!