

Listagem do PH dos Alimentos e a importância dos Alimentos Alcalinos

Ed Santos

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Tabela PH dos Alimentos

- Esta tabela não representa o pH real dos alimentos (antes de serem consumidos), representa sim algo mais importante, que é a sua capacidade de produzir "resíduos" mais ou menos ácidos, após serem processados pelo nosso organismo, e deve ser utilizada como uma espécie de guia para ajudar a equilibrar o pH do organismo, ou seja, para atingir o equilíbrio ácido-alcalino.
- Sendo assim, quanto mais alto for o nível de pH na tabela abaixo, maiores são os benefícios desse alimento no contexto de uma Dieta Alcalina.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Tabela PH dos Alimentos

- Ordem Decrescente de Alcalinidade:
 - Alimentos pH 8 » São Altamente Alcalinizantes
 - Alimentos pH 1 » São Altamente Acidificantes

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde

- Antes de conhecer quais são os alimentos alcalinos, é preciso que você entenda primeiramente o que são a acidez e alcalinidade do sangue. O pH diz respeito ao potencial de hidrogênio no organismo, que deve estar sempre alcalino (com 70% de alcalinidade de apenas 30% de acidez) para manter o corpo livre de doenças, como o câncer, a diabetes, a hipertensão, a insônia, entre outros.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde

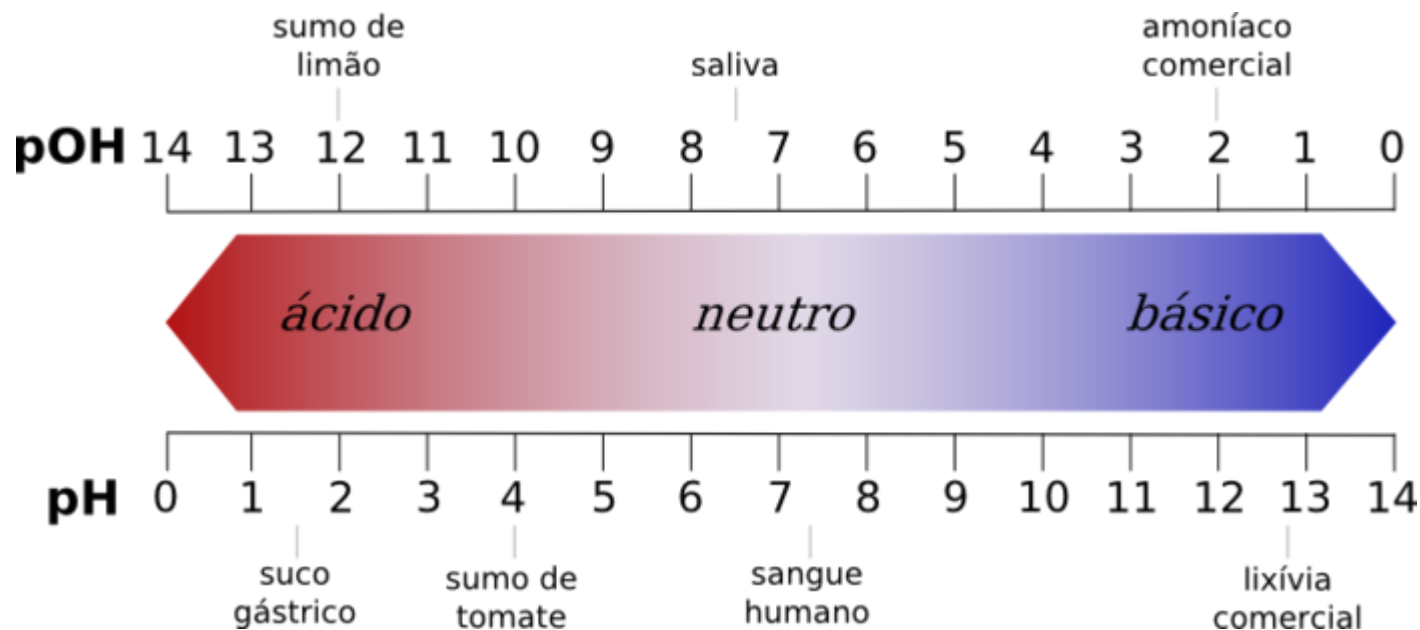
- Sendo assim, é lógico entender que o pH do sangue precisa estar praticamente livre de acidez para ficar saudável, certo? Pois bem. Neste caso, o ácido excessivo presente no sangue só é obtido por meio da alimentação com produtos ácidos, aliados a uma rotina de estresse emocional, acúmulo de toxinas e/ou reações imunes a qualquer processo que priva as células de oxigênio e outros nutrientes.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde



PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



[CLIQUE AQUI](#)

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde



PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde



PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde

- **O que são alimentos alcalinos?**
- Ainda seguindo a escala de medida de pH do sangue, é possível entender porque alguns alimentos são considerados alcalinos e outros ácidos. Alimentos com pH 7 são considerados neutros, enquanto os com pH abaixo de 7 são considerados ácidos e acima do pH 7 alcalinos. Estes últimos estão dentro da medida estimada para manter o organismo saudável, que, como você leu acima, deve estar entre 7,35 e 7,45.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde

- **O que são alimentos alcalinos?**
- Os alimentos alcalinos são livres de acidez por não passarem pelo processo de industrialização, que leva aos alimentos muitos agentes químicos e conservantes. É por isso que a maioria das frutas, vegetais, legumes, folhas, entre outros que você vai conhecer no decorrer desse artigo, estão entre os alimentos mais indicados por médicos e nutricionistas para fazer a dieta alcalina e manter o corpo saudável e em forma.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde

- **Eles ajudam a emagrecer?**
- Ajudam sim. Por serem livres de ácidos, os alimentos alcalinos realmente podem auxiliar de maneira eficiente no emagrecimento. Isso se deve, principalmente, às propriedades termogênicas e diuréticas que a maioria deles traz, deixando o nosso corpo livre da retenção líquida, do acúmulo de gordura e das toxinas, que são os maiores responsáveis pelo ganho de peso.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Importância dos Alimentos com PH Alcalinos à nossa saúde

- **Lista de alimentos alcalinos**
- Agora que você já sabe o que são os alimentos alcalinos e qual a sua importância para a saúde, veja agora a lista dos que não devem faltar na sua alimentação para assegurar que o pH do sangue fique saudável e o organismo menos suscetível à doenças.

TABELA (o nº não representa o pH, mas sim o nível de acidez / alcalinidade numa escala de 1 a 8)

1	2	3	4
5	6	7	8

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI

Lista dos Alimentos Alcalinos

Alimentos Alcalinos

A **dieta alcalina** deve fazer parte de, pelo menos, **70% da sua alimentação**, sendo os demais 30% composta por **alimentos ácidos**. Neste caso, indica-se comer uma porção de 3 alimentos alcalinos para cada 1 ácido por dia para equilibrar o pH do organismo e manter a saúde em dia.



Alimentos **altamente** alcalinos

Sal mineral, pepino, adoçante stévia, couve, salsa, coentro, erva de trigo, semente de abóbora, cevada, algas marinhas.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



[CLIQUE AQUI](#)

Lista dos Alimentos Alcalinos



Alimentos **moderadamente** alcalinos

Beterraba, abacate, rabanete, brócolis, tomate, aipo, pimentão, cebola, repolho, alface, gengibre, orégano, pimenta cayena, alho, feijão branco, tomilho, soja.













Alimentos **levemente** alcalinos

Lentilha, farinha de soja, tofu, ervas aromáticas e a maioria das especiarias, azeite, óleo de abacate, de coco, linhaça, onagra, e de fígado de bacalhau, côco, limão, quinoa, espelta, chicória, cenoura, couve-flor, abobrinha, nabo, berinjela, alcachofra, cebolinho, alho francês, espargo, repolho roxo, agrião, ervilha, ginseng.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)










Lista do PH dos Alimentos

Alimento	pH	Imagem Ilustrativa	Categoria
Algas marinhas	8		Algas
Legumes do mar	8		Algas
Água	6		Bebidas
Água alcalina	8		Bebidas
Água mineral	7		Bebidas
Cerveja / Licores / Vodka / Etc	1		Bebidas
Café	1		Bebidas
Chá de gengibre	5		Bebidas
Chá preto	2		Bebidas
Chá verde	6		Bebidas

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Refrigerantes	1		Bebidas
Saquê	7		Bebidas
Sucos de Fruta Natural	4		Bebidas
Vinho	2		Bebidas
Carne de bovinos e suínos	2		Carnes
Carne de caça / javali	3		Carnes
Carne de faisão	3		Carnes
Carne de galinha / frango	2		Carnes
Carne de ganso	1		Carnes
Carne de enchidos / órgãos	4		Carnes
Carne de ovelha / cordeiro	3		Carnes
Carne de pato	4		Carnes

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)













Lista do PH dos Alimentos

Carne de veado	4		Carnes
Frutos do mar (processados)	1		Carnes
Aveia	5		Cereais
Amaranto	5		Cereais
Arroz branco	3		Cereais
Arroz integral	4		Cereais
Centeio	2		Cereais
Cereias (pequeno-almoço)	2		Cereais

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Cevada em grão	2		Cereais
Farinha (processada)	1		Cereais
Milho	4		Cereais
Quinoa	5		Cereais
Tapioca	3		Cereais
Torradas	1		Cereais
Trigo	3		Cereais
Adoçante artificial	1		Conservantes / Aditivos
Agave nectar	4		Conservantes / Aditivos
Aspartame	1		Conservantes / Aditivos
Açúcar	1		Conservantes / Aditivos
Cacau (Chocolate)	2		Conservantes / Aditivos

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Benzoato	3		Conservantes / Aditivos
Geleias	3		Conservantes / Aditivos
Levadura / Lúpulo / Malta	1		Conservantes / Aditivos
Maionese / Ketchup	2		Conservantes / Aditivos
Mel	4		Conservantes / Aditivos
Melaço	4		Conservantes / Aditivos
Sacarina	2		Conservantes / Aditivos
Sal marinho	7		Conservantes / Aditivos
Vinagre acético / branco	1		Conservantes / Aditivos

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Vinagre balsâmico

3



Conservantes / Aditivos

Vinagre de maçã

6



Conservantes / Aditivos

Absinto

5



Especiarias / Ervas

Alçaçuz

7



Especiarias / Ervas

Aloe vera

7



Especiarias / Ervas

Angélica

6



Especiarias / Ervas

Baunilha

3



Especiarias / Ervas

Bicarbonato de sódio

8



Especiarias / Ervas

Canela

7



Especiarias / Ervas

Caril

4



Especiarias / Ervas

Noz moscada

3



Especiarias / Ervas

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)







Lista do PH dos Alimentos

Pimenta	7		Especiarias / Ervas
Stevia (Estévia)	7		Especiarias / Ervas
Urtiga	6		Especiarias / Ervas
Valeriana	7		Especiarias / Ervas
Abacate	7		Frutas
Abacaxi (Ananás)	5		Frutas
Ameixa	6		Frutas
Ameixa (passas)	5		Frutas
Amora	5		Frutas

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Azeitona	7		Frutas
Banana	5		Frutas
Caqui	8		Frutas
Castanha	4		Frutas
Cereja	6		Frutas
Coco	5		Frutas
Cogumelos / fungos	4		Frutas
Damasco	5		Frutas
Figo	6		Frutas
Framboesa	6		Frutas
Fruta enlatada	3		Frutas

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Frutos secos	5		Frutas
Ginja	7		Frutas
Groselha	6		Frutas
Goiaba	4		Frutas
Kiwi	7		Frutas
Laranja	5		Frutas
Lima	8		Frutas
Limão	7		Frutas
Maça	6		Frutas
Manga	5		Frutas

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)












Lista do PH dos Alimentos

Melancia	7		Frutas
Melão	6		Frutas
Mirtilo	6		Frutas
Morango	5		Frutas
Nectarina	6		Frutas
Oxicoco	2		Frutas
Papaia (Mamão)	5		Frutas
Pêra	5		Frutas
Pêssego	6		Frutas
Romã	4		Frutas

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Tâmara	6		Frutas
Tangerina / Bergamota	5		Frutas
Tomate	7		Frutas
Toranja	7		Frutas
Uvas / Uvas (passas)	5		Frutas
Alfarroba	2		Legumes
Ervilhas	6		Legumes
Feijão verde	5		Legumes
Feijão azuki	3		Legumes
Feijão branco	3		Legumes
Feijão frade	4		Legumes

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Grão de bico	5		Legumes
Lentilhas	6		Legumes
Soja	7		Legumes
Tofu / Seitan	5		Legumes
Alimentos fritos	1		Óleos
Azeite de oliveira	5		Óleos
Óleo de fígado de bacalhau	6		Óleos
Óleo de linhaça	5		Óleos
Ovo de codorniz	6		Ovos
Ovo de galinha	4		Ovos
Ovo de pato	5		Ovos

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)













Lista do PH dos Alimentos

Lagosta	1		Peixe / Mariscos
Mexilhões	2		Peixe / Mariscos
Moluscos	3		Peixe / Mariscos
Pescado	4		Peixe / Mariscos
Gelado / Sorvete	1		Produtos lácteos
Ghee (manteiga clarificada)	5		Produtos lácteos
Iogurte	4		Produtos lácteos
Leite de soja	4		Produtos lácteos
Leite de vaca	3		Produtos lácteos
Leite materno	8		Produtos lácteos

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Manteiga	4		Produtos lácteos
Queijo de cabra	3		Produtos lácteos
Queijo de soja	2		Produtos lácteos
Queijo fundido	1		Produtos lácteos
Requeijão / Ricota	2		Produtos lácteos
Alho	7		Raízes
Batata (sem casca)	4		Raízes
Batata doce / inhame	6		Raízes
Beterraba	7		Raízes
Casca de batata	5		Raízes
Cebola	8		Raízes
Cenoura	6		Raízes

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)












Lista do PH dos Alimentos

Cherivia	7		Raízes
Jicama / Batata d'água	5		Raízes
Nabo	6		Raízes
Raíz de bardana	8		Raízes
Raíz de gengibre	7		Raízes
Ruibarbo	5		Raízes
Amêndoas	6		Sementes / Brotos
Amendoim	3		Sementes / Brotos
Avelã	4		Sementes / Brotos

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)



Lista do PH dos Alimentos

Brotos	8		Sementes / Brotos
Caju	3		Sementes / Brotos
Noz do Brasil	4		Sementes / Brotos
Nozes	4		Sementes / Brotos
Sementes (a maioria)	5		Sementes / Brotos
Sementes germinadas	8		Sementes / Brotos
Sementes de abóbora	8		Sementes / Brotos
Semente de papoula (papoila)	7		Sementes / Brotos
Sementes de pistache	2		Sementes / Brotos
Sementes de sésamo (gergelim)	6		Sementes / Brotos
Abóbora	5		Verduras

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)













Lista do PH dos Alimentos

Abobrinha (courgette)	5		Verduras
Aipo / Cebolinha	5		Verduras
Alcachofra	6		Verduras
Alface	6		Verduras
Beringela	6		Verduras
Brócolos	8		Verduras
Coentros	6		Verduras
Couve	8		Verduras
Couve de Bruxelas	7		Verduras
Couve-flor	6		Verduras

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Lista do PH dos Alimentos

Dente de leão	8		Verduras
Erva Trigo	8		Verduras
Espargos	7		Verduras
Espinafres	8		Verduras
Folhas de mostarda	7		Verduras
Gramma de Cevada	8		Verduras
Nabiças	5		Verduras
Pepino / Quiabo	7		Verduras
Pimentos	6		Verduras
Rabanete	7		Verduras
Repolho	6		Verduras
Rúcula / Agrião	7		Verduras

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

[CLIQUE AQUI](#)

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

- Agora se quiser aprender a perder peso de verdade com uma Dieta simples e poderosa, você precisa conhecer o curso da Dieta Alcalina

VOCÊ NÃO PRECISA FICAR HORAS NA ACADEMIA PARA EMAGRECER!!! **DESCUBRA A ALIMENTAÇÃO "QUE NÃO QUEREM QUE VOCÊ SAIBA" E QUE ESTÁ TRANSFORMANDO A VIDA DE MILHARES DE MULHERES E HOMENS!**



PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

VOCÊ NÃO VAI MAIS:

- ✘ Ganhar todo o peso de volta, de novo;
- ✘ Fazer dietas “milagrosas” e sem resultado;
- ✘ Se sentir sem energia e cansado;
- ✘ Passar Fome;
- ✘ Perder horas na academia;
- ✘ Sentir dores intermináveis em todo o corpo;

VOCÊ DESCOBRIRÁ:

- ✓ Quais alimentos que emagrecem;
- ✓ Quais alimentos que inflamam;
- ✓ Qual a forma certa de comer no dia a dia;
- ✓ Como se exercitar para potencializar o emagrecimento;
- ✓ Como “reiniciar” seu corpo para ele mesmo



PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Resultados visíveis logo após o início do método!!!



Finalmente você irá Emagrecer de forma saudável com a metodologia DETOX 10 sem passar fome.

Os resultados são visíveis porque este método, além de fazer você emagrecer, trata seu corpo dos anos de intoxicação que você sofreu pelas idéias erradas que a indústria te fez acreditar e, por isso, você tem doenças silenciosas e dores pelo corpo hoje em dia.

Seguindo a metodologia que eu vou passar para você no ebook e nas vídeo aulas, você já vai se sentir mais leve e disposto nos primeiros 3 dias!

VOCÊ VAI DAR UM RESTART NO SEU METABOLISMO

Com a alimentação correta, você fará com que o seu corpo coloque para fora toda as toxinas acumuladas durante anos e que fazem você se sentir cansado o tempo todo, que te deixa doente mais fácil e engorda cada vez mais.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Resultados visíveis logo após o início do método!!!



Você emagrece e ganha mais saúde

Os alimentos que você acaba consumindo, acreditando que são saudáveis, têm o efeito de te inflamar e, com isso, engordar progressivamente (sem contar as doenças que seu corpo desenvolve com essas inflamações por anos).

Aprendendo os métodos comprovados de se alimentar de forma saudável POR MAIS DE 1137 ARTIGOS QUE VOCÊ PODE CONFERIR NO FINAL DO SITE, você VAI desinchar e eliminar toda a gordura extra que seu corpo acumulou como forma de se proteger, recuperar sua saúde e ficar magro e feliz de uma vez por todas!

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

O seu corpo vai **Recuperar a capacidade de tratar as doenças que você tem ou possa vir a ter como:**

• **DIABETES**

• **COLESTEROL**

• **HIPERTENSÃO**

• **TIREÓIDE**

• **ALERGIAS**

• **ANSIEDADE**

• **DEPRESSÃO**

• **ESTRESSE**

• **DORES MUSCULARES**

• **IRRITAÇÃO FREQUENTE**

VOCÊ VAI REGULAR TODO O SEU ORGANISMO

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Presentes que separei para você **EMAGRECER COM SAÚDE!!!**



Como criar metas poderosas para sua vida . A Natasha gravou um MINI Treinamento em vídeo te ensinando as melhores técnicas para você conseguir finalmente cumprir tudo que você planejou para o ano novo, transformando assim suas metas em hábitos!



Guia de meditação Separei os melhores vídeos sobre meditação + minhas músicas favoritas para meditar e coloquei lá na área de membros para você!



ALONGA HIIT Com ele você irá aumentar a sua flexibilidade como nunca, com essas Video Aulas Você irá aliviar dores nas costas, pescoço. Irá ter uma maior consciência corporal e menos estresse.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Presentes que separei para você
EMAGRECER COM SAÚDE!!!



JEJUM INTERMITENTE 4.0 + VIDEO Pra manter você focado e antenado na sua alimentação eu separei pra você o JEJUM 4.0, que é uma coleção de 4 e-books, onde você vai aprender tudo sobre:



TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE O GLUTEN Nessa serie de vídeos eu vou te explicar tudo o que precisa saber sobre o glúten e sobre como ele pode estar atrapalhando seu emagrecimento:



O PODER DA MENTE Você já percebeu que quando você começa a ter resultados de verdade, acontece algo e você simplesmente volta a comer e engorda tudo de novo? Então, com o Curso PODER DA MENTE, isso vai acabar.

 Os segredos do Jejum Intermitente

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Presentes que separei para você
EMAGRECER COM SAÚDE!!!



27 RECEITAS LOWCARB

+27 Receitas para uma Dieta Low-carb, para fazer após os 10 dias. Você vai encontrar pães, bolos, Tortas e muito + coisas deliciosas !

+ DE 100 RECEITAS DELICIOSAS
QUE NÃO ENGORDAM!!!

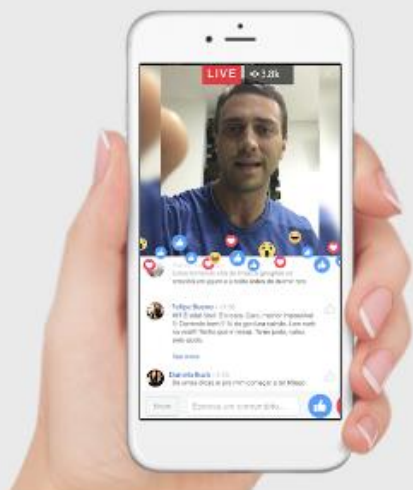
SUGESTÃO PARA POTENCIALIZAR
SUAS MEDIDAS

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Presentes que separei para você
EMAGRECER COM SAÚDE!!!



Comunidade **SECRETA**



COM UMA LIVE ESPECIAL
TODA SEMANA, PARA
TIRAR DÚVIDAS COM
RAPHAEL CAPEL

ACESSO IMEDIATO



COMUNIDADE SECRETA FAMÍLIA DETOX 10 Você irá ganhar o acesso ao grupo mais unido e saudável do Brasil! Dentro da comunidade você vai encontrar apoio das pessoas que estão na mesma jornada que você, vai poder trocar ideias de rotina saudável, vai ter acesso às minhas lives exclusivas.

Lista de compras detox 10 Uma lista de compras completa que vai te ajudar na hora que for fazer suas compras no super mercado, sem precisar ficar perdendo horas para encontrar os alimentos certos!

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Presentes que separei para você
EMAGRECER COM SAÚDE!!!



Módulo Treino HIIT O Treino Hiit é um programa de Treinamento que utiliza apenas 12 minutos por dia do seu esforço para treinar em casa e com o peso do seu próprio corpo. São apenas 12 minutos de Treino que aceleram seu Metabolismo por até 49 horas comprovados cientificamente. Este programa já ajudou milhares de pessoas, e você terá a oportunidade de receber 3 vídeos desse programa gratuitamente, caso queira acelerar ainda mais os seus resultados em 10 dias

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Olá, Me chamo Raphael Capel, Sou Nutricionista certificado nos Estados Unidos, Educador Físico, Graduando em Medicina e estudioso em alimentação alcalina e especialista em Emagrecimento.

Dedico parte da minha vida em produzir conteúdo para ajudar milhões de pessoas que querem emagrecer, pessoas que sofrem com obesidade, diabetes, depressão outras tantas doenças.

O meu maior objetivo agora é compartilhar a minha vivência e meus conhecimentos com o maior número de pessoas, pois vivemos em um sistema de desinformação. As diretrizes alimentares estão repletas de mitos e erros, e as pessoas são enganadas por indústrias que só buscam o lucro.

Gostaria de falar mais para você sobre como é rápido e fácil emagrecer, se você quiser aprender como funciona uma alimentação verdadeira, e todos os benefícios que essa nova dieta traz para a saúde. Espero que me acompanhe nesta empreitada.



PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!

Veja o que algumas pessoas, que já aplicaram o método DETOX 10 nas suas vidas, dizem:



Iuzia Camargo - 3.59

Emagreci 10 kg's graças ao raphael e ao Detox 10, eu nem sabia que o gluten fazia tao mal pra mim, eu achei que era só dieta mas ele abriu minha mente, **GRAÇAS A DEUS ELE APARECEU NA MINHA VIDA, NUNCA PENSEI QUE 97 REAIS IA MUDAR TANTO MINHA VIDA**

Curtir Responder 700 Feb 15, 2017 9:59pm



Luciana Paez - 7.39

FORAM 8 KILOS PRO SACO EM 16 DIAS, TO SUPER FELIZ... GRATIDÃO RAPHAEL PELO DETOX 10 E POR TODO SEU CONHECIMENTO 😊😊 COMPARTILHADO!!!!

Curtir Responder 79 Jan 18, 2018 8:34pm



Vanessa Lopez - Ibitinga

Emagreci 18Kg's **SERIO!!!! QUE ISSO - GRATIDÃO RAPHAEL CAPEL VOCÊ MUDOU A MINHA VIDA O DETOX 10 ME SALVOU, ACHEI QUE NUNCA IA CONSEGUIR SER DIFERENTE, HOJE EU SEI QUE SOU MAGRA PARA SEMPRE!!!! 😊😊**

Curtir Responder 159 Mar 13, 2017 2:54pm



Rogeria Leão - 8.20

EU PEEEEERRRRRDDI 16 QUILOOOOSSSS!!!!!! DETOX 10 NA VEIA RSRRSRS... Raphael e a familia detox 10 mudou minha vida, só tenho a agradecer nem animada assim eu era!!! RSRRSRS 😊

Curtir Responder 79 Jan 18, 2018 8:34pm



Fernando e Lara - Cascavel

Eu e meu marido perdemo 18 quilo no total, ele pereu 8 e eu perdi 10 tanto muito feliz, tudo simples e baratinho para fazer em casa o rapahel passa as receita pra nois muito boa mesmo. **Gratidão raphael**

Curtir Responder 529 Set 17, 2017 20:34pm



Maria do Carmo - Porto Alegre

Com o Detox 10 eu ganhei Vida, Acabaram as dores nas articulações e também as dores de estomago, emagreci e descobri que poderia prevenir minha diabetes. 😊

Curtir Responder 29 Set 18, 2017 21:23pm



Maria do Carmo - Porto Alegre

Olá Dr Raphael, depois de ver seus vídeos e seguir suas receitas minha vida mudou completamente, eu não sei como agradecer só dizer para você que graças a tudo que o senhor fez por mim, hoje meu marido me olha diferente, eu me olho diferente, eu tenho disposição graças a você eu descobri que tinha uma alergia muito forte a certos alimentos, eu emagreci 16 kilos apenas comendo alimentos que não me fazem mal. **Gratidão Doutor Você é um ANJO e o seu método precisa chegar a milhoes de pessoas. sentir o que eu senti não tem preço essa mudança não tem preço!!! 😊😊😊**

Curtir Responder 53 Out 11, 2017 19:23pm



Noemi Pereira -Rio de Janeiro

Meu esposo parou de tomar remédios e hoje ele se sente super bem depois de 5 meses aplicando os conhecimentos que aprendeu no detox 10 ele emagreceu 19 kilos e hoje vive na sua melhor versão fazia anos que não via ele tão forte e feliz!!!

Curtir Responder 73 Out 13, 2017 18:23pm



Lucimara Rodrigues -Rio de Janeiro

Eliminei 6 Quilos e Meu marido 10 e ninguém acredita que é só comendo comida saudavel. Quando conto que foi pela internete minhas amiga ficam doidas rrsrs.... **Parabéns Raphael Capel e a Toda Familia Detox10 Vocês são Incriveis!!!! 😊😊**

Curtir Responder 23 Out 18, 2017 17:42pm

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário

CLIQUE AQUI

Perca peso rápido e ganhe muita saúde!



É MUITO SIMPLES

QUALQUER PRODUTO DO HIITCLUB VEM COM UMA GARANTIA DE 30 DIAS.

SE EM QUALQUER MOMENTO DOS PRÓXIMOS 30 DIAS VOCE NÃO TIVER NENHUM RESULTADO, OU SE VÔCE NÃO ESTIVER SATISFEITA, POR QUALQUER MOTIVO, APENAS ENVIE UM E-MAIL PARA RAPHACAPEL@TREINOHIT.COM, QUE EU PESSOALMENTE DEVOLVO TODO O SEU DINHEIRO, SEM NENHUMA OBJEÇÃO.

EU CRIEI ESSA GARANTIA PORQUE SEI QUE OS MEUS TREINAMENTOS VÃO MUDAR COMPLETAMENTE A SUA VIDA E EU NÃO QUERO QUE VOCE PERCA A OPORTUNIDADE DE TRANSFORMAR COMPLETAMENTE O SEU CORPO. ESTOU TE DANDO TODAS AS OPORTUNIDADES PARA VOCÊ TER OS MELHORES RESULTADOS DA SUA VIDA.

AGORA SÓ FALTA VOCÊ CLICAR NO BOTÃO AQUI EM BAIXO PARA ALCANÇAR O CORPO DOS SEUS SONHOS.

PERCA PESO COM SAÚDE
Método Revolucionário



CLIQUE AQUI