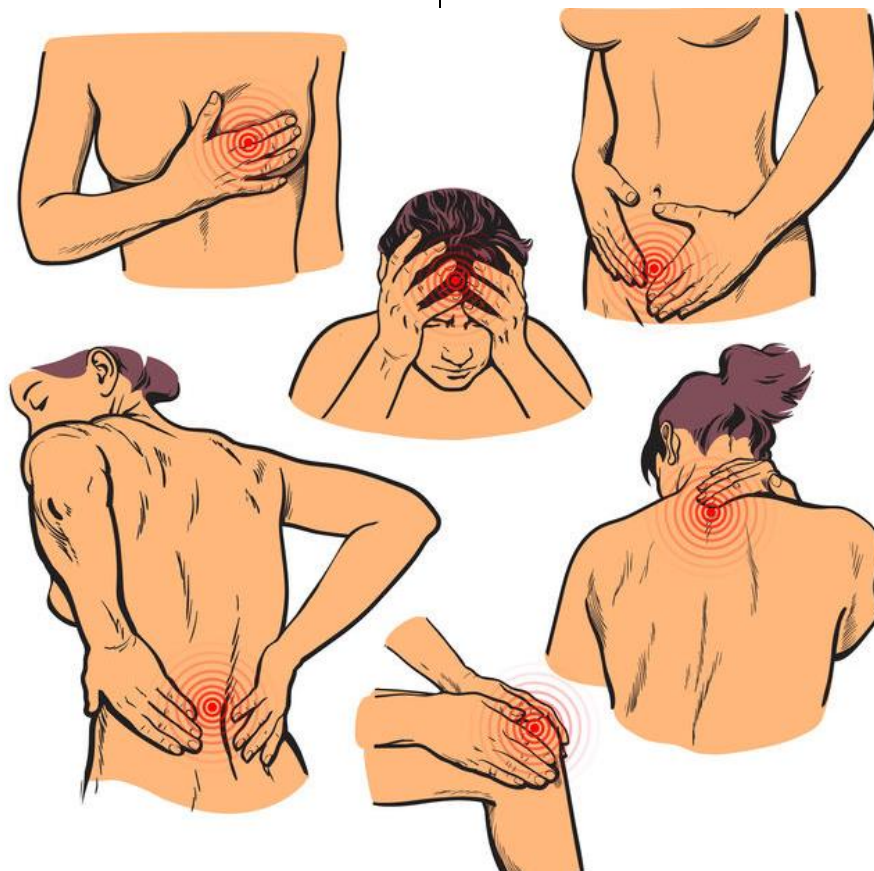


## SYMPTOMS HELP YOU KNOW YOUR BODY

## LOS SÍNTOMAS TE AYUDAN A CONOCER TU CUERPO



Author: Dr. Omar Moreno – ND

January 11<sup>th</sup>, 2021

### Symptoms Are Messages From Your Body Needed To Help You Regulate It

Having daily, weekly, monthly, or bimonthly symptoms are alerts that your body's alarm system sends you asking for attention.

Your car has several alarms (that of the seat belt, fuel, engine temperature, battery charge, maintenance alarm, camera and back-up alarm, lights on and key on if you open the door and others) that warn you when your car requires your attention in a

### Los Síntomas Son Mensajes De Tu Cuerpo Necesarios Para Ayudarte A Regularlo

Tener síntomas diarios, semanales, mensuales o bimestrales son avisos que el sistema de alarma de tu cuerpo te envía pidiendo atención.

Tu auto tiene diversas alarmas (la del cinturón de seguridad, del combustible, temperatura del motor, carga de batería, alarma de mantenimiento, de cámara y alarma de retroceso, alarma de luces encendidas y de llave en encendido si abres la puerta y otras) que te avisan

certain aspect before becoming a bigger problem.

Your body also has alarm symptoms that tell you when and where it needs your attention; identify them, understand them and take care of them before they get worse.

Imagine... What would happen if the plane you are about to board has several of its alarms damaged and they do not warn the pilots of the danger that lies ahead; it is surely the perfect recipe for an air disaster. You don't want to board that plane because...



Unfortunately, the alarm symptoms have been demonized by those who profit from the disease, making them look bad when they are not. The problem is not the alarm symptoms that warn you; the bad thing is to ignore them because it creates problems in the short, medium, or long term.



Your body will warn you for a while that something needs attention; However, if you do not pay attention, it is highly likely that

cuando tu auto requiere tu atención en determinado aspecto antes de convertirse en un problema mayor.

Tu cuerpo igualmente cuenta con síntomas alarma que te avisan cuándo y dónde este necesita tu atención; identificalos, entiéndelos y atiéndelos antes de que se agraven.

Imagínate... qué sucedería si el avión que estás por abordar tiene varias de sus alarmas dañadas y no advierten a los pilotos del peligro que se avecina; seguramente es la receta perfecta para un desastre aéreo. No te conviene abordar ese aeroplano porque...



Lamentablemente los síntomas alarma han sido satanizados por quienes lucran de la enfermedad haciéndolos ver como malos

cuando no lo son. El problema no son los síntomas alarma que te advierten tempranamente; lo malo es no hacerles caso porque crea problemas a corto, mediano o largo plazo.

Tu cuerpo te avisará por un tiempo que algo necesita atención; sin embargo, si no lo atiendes es muy probable que cansado

your body becomes tired of warning you, and simply stops doing it, giving way to a more serious condition that can generate a negative prognosis. You should keep track of your symptoms every 30 to 60 days and take the appropriate measures to understand them, care for them and prevent future illnesses.

A normal person can present between 30



and 40 alarm symptoms with daily, weekly, monthly, or bi-monthly frequencies and

among these may be: thirst, dry skin, gas, dizziness, forgetfulness, pain, frequent urination, itching, irritability, nervousness, negative thoughts, cramps, heartburn, etc. These are the most valuable tools that your body uses as alarms to notify you when it requires your attention. Having less than 30 alarm symptoms means that you are most likely asymptomatic, and this is not good for you because you will not realize when your body needs help; You will see information about this below.

## **Symptom's Categories**

de avisarte simplemente deje de hacerlo dando paso una condición más grave que puede generar un pronóstico negativo. Conviene que lleves un control cada 30 a 60 días de tus síntomas y tomes las medidas oportunas para entenderlos, atenderlos y prevenir enfermedades futuras.

Una persona normal puede presentar



entre 30 y 40 síntomas alarma con frecuencias diarias, semanales,

mensuales o bimestrales y entre estos pueden estar: sed, sequedad en piel, gases, mareos, falta de memoria, dolor, micción frecuente, picazón, irritabilidad, nerviosismo, pensamientos negativos, calambres, acidez, etc. Estas son las más valiosas herramientas que como alarmas de advertencia tu cuerpo utiliza para avisarte cuando requiere de tu apoyo. El tener menos de 30 síntomas alarma significa que muy probablemente eres asintomático(a) y esto nos es bueno porque no te darás cuenta cuando tu cuerpo necesita ayuda; verás información sobre esto más adelante.

## **Categoría De Síntomas**

The fact that you feel or not symptoms is important, especially if you frequently eat dangerous food from the **BROWN LIST** or **RED LIST** that tur Natural Medicine Detoxifying/Daily Healthy Lifestyle (DDHLS) program suggests you don't eat temporarily or neutralize if you are going to eat them.



Regarding alarm symptoms, there are three categories:

**CLINIC:** If your body shows alarm symptoms, these will help a well-trained health professional to identify the problem and give you the help in the proper time that your body requires. This is the best of the categories because it helps you protect your body. Counting your warning symptoms is important; 30-40 symptoms occurring 1 or more times in a month are common because you have enough of your alarm systems monitoring you and working to protect you from serious illness. It's very important; understand them and solve them. DDHLS will help you achieve it. If you have more than 41 symptoms, don't worry, you are hypersymptomatic, and that is treatable.

**PRODROMIC:** the person evaluated presents between 10 and 29 warning symptoms on a monthly basis (medium risk category), but the results of laboratory tests,

El hecho de sentir o no síntomas resulta importante sobre todo si ingieres con alguna frecuencia comestibles peligrosos de la **LISTA MARRÓN** o **LISTA ROJA** que nuestro programa de “**Medicina Natural de Estilo de Vida Saludable Desintoxicante/Diario (EVSD)**” te sugiere no comer temporalmente o neutralizar si los vas a comer.



Sobre síntomas alarma, existen tres categorías:

**CLÍNICA:** Si tu cuerpo presenta síntomas alarma, estos ayudarán al profesional de salud bien entrenado a identificar el problema y darte la ayuda oportuna que tu organismo requiere. Esta es la mejor de las categorías porque te ayuda a proteger tu cuerpo. Contar tus síntomas de advertencia es importante; entre 30 y 40 síntomas que se presentan 1 o más veces en un mes es común porque tienes suficiente cantidad de sistemas de alarma monitoreándote y trabajando para protegerte contra enfermedades graves. Es muy importante entenderlos y resolverlos. EVSD te ayudará a lograrlo. Si tienes más de 41 síntomas, no te preocupes, eres hiposintomático(a) y eso es tratable.

**PRODRÓMICA:** la persona evaluada presenta entre 10 y 29 síntomas de advertencia con frecuencia mensual (categoría con riesgo medio), pero los

or radiology indicate certain problems that must be solved.

**PRECLINIC:** The results of laboratory tests or radiology of the evaluated person are wrong, but the asymptomatic person does not present obvious symptoms, which makes him/her think that he/she is in perfect health. This is the riskiest of the categories because that person may be eating harmful products, but his/her body does not say that it needs help.

The truth is that your body could be getting intoxicated rapidly and, when symptoms finally appear, the disease could be in a more advanced stage, which greatly reduces the possibility of helping you regain your health or save your life.

Patients with less than 10 alarm symptoms per month are known as "asymptomatic" patients and should visit their allopathic doctor at the recommended annual frequency to detect problems because their body will not warn them on time.

This explains the reason why in certain cases, people are surprised when they are informed that their friend who was so healthy, who exercised, ate and drank everything, but never got sick of anything, dies suddenly, of short-term cardiac arrest, stroke, cancer or liver cirrhosis.

resultados de exámenes de laboratorios, o radiología indican ciertos problemas que se deben resolver.

**PRECLÍNICA:** Los resultados de exámenes de laboratorio o radiología de la persona evaluada salen mal, pero la persona asintomática no presenta síntomas evidentes, lo que le hace pensar que está en perfecto estado de salud. Esta es la más peligrosa de las categorías porque esa persona puede estar ingiriendo productos perjudiciales, pero su cuerpo no le avisa que necesita ayuda. La verdad es que su cuerpo podría estar intoxicándose aceleradamente y, cuando finalmente aflore algún síntoma, la enfermedad podría estar en una etapa muy avanzada, lo que disminuye mucho la posibilidad de ayudarlo a recuperar su salud o salvar su vida.

A los pacientes con menos de 10 síntomas alarma mensuales se les conoce como pacientes "asintomáticos" y deben visitar a su médico alópata (medicina convencional) y naturópata iridólogo idóneo con la frecuencia anual recomendada para detectar problemas porque su cuerpo no les avisará a tiempo. Esto explica la razón por la que, en ciertos casos, las personas se sorprenden cuando les informan que su amigo(a) que era tan sano(a), que hacía ejercicio físico, que comía y bebía de todo, pero que nunca se enfermaba de nada, fallece súbitamente, de paro cardíaco, derrame

Our system, Natural Medicine for a **Detoxifying/Daily Healthy Lifestyle** (DDHLS) will help you understand your body's alarms and give them preventive care.

However, if you are asymptomatic, DDHLS will also help you prevent diseases and pandemics before they suddenly strike, cutting short your family or professional dreams.

Below is a PDF of the Annulus Rheumaticus Symptom Form (ARSF) that you can fill out to help you count your symptoms. This detailed form is very helpful in your etiological assessment. It is important that you take the time to fill it thoroughly.

In February 2002, I discovered a group of colored signs on the eyes that I called Annulus Rheumaticus (AR). We spent 16 years studying its effects and how to control them on more than 20,000 patients with the help of a group of health professionals.

AR generated a new iridology making it a more complete diagnostic tool.

cerebral, cáncer de corta duración o cirrosis hepática.

Nuestro sistema, Medicina Natural de **Estilo de Vida Saludable Desintoxicante** (EVSD) te ayudará a entender las alarmas de tu cuerpo y a darles atención preventiva.

Sin embargo, si tu eres asintomático@ también te ayudará a prevenir enfermedades y pandemias antes de que ellas se presenten súbitamente cortando tus sueños familiares o profesionales.

A continuación, se muestra un PDF del formulario de síntomas de Annulus Rheumaticus (ARSF) que puedes completar para ayudarte a contar tus síntomas. Este formulario detallado es muy útil en tu evaluación etiológica. Es importante que te tomes el tiempo necesario para llenarlo completamente.

En febrero de 2002, descubrí un grupo de signos de colores en los ojos que llamé Annulus Rheumaticus (AR). Durante 16 años estudiamos sus efectos y cómo controlarlos en más de 20.000 pacientes con la ayuda de un grupo de profesionales sanitarios.

Los AR generaron una nueva iridología convirtiéndola en una herramienta de diagnóstico más completa.

The symptoms form helps to perform a metabolic evaluation of AR, while the iris exam organically does.

DDHLS reduces or avoids AR.

The ARs indicate an excessive buildup of acids, usually uric acid, in your cells—not your blood—and other compounds that harm, inflame, age, and destroy your organs if unregulated.

An AR in the liver can cause cirrhosis in a non-drinker. Learn to manage your ARs with the DDHLS ebook.

### **LIST OF ALARM SYMPTOMS AND CONDITIONS THAT DHLS HELP TO SOLVE.**

When we use the word discomfort, it means any of the following conditions: Numbness, Agitation, Burning, Bulging, Cramp, Tiredness, Weakness, Dysfunction, Pain. It also means Hardening, Redness, Cold, Pimples, Swelling or edema, Tingling, Inflammation, Movement, Tightness, Heaviness, Itching, Pricking pain, Dryness, Wheezing, Stuffy, Trembling, Tugging or Pulling, Buzzing.

\_\_\_ Allergies to dust or odors, in eyes, skin, nose, throat, or frequent sneezing.

\_\_\_ Anxiety or food anxiety.

\_\_\_ Arthritis in few joints.

El formulario de síntomas ayuda a realizar una evaluación metabólica de AR, mientras que el examen de iris lo hace orgánicamente.

EVSD reduce o evita AR.

Los AR indican una acumulación excesiva de ácidos, generalmente ácido úrico, en sus células—no en su sangre—, y otros compuestos que dañan, inflaman, envejecen y destruyen sus órganos si no se regulan.

Un AR en el hígado puede causar cirrosis en un no bebedor. Aprenda a administrar sus AR con el libro electrónico EVSD.

### **LISTA DE SÍNTOMAS ALARMA Y CONDICIONES QUE EVSD AYUDA A RESOLVER.**

cuando utilizamos la palabra molestia significa cualquiera de las siguientes condiciones: Adormecimiento, Agitación, Ardor, Bombeo, Calambre, Cansancio, Debilidad, Disfunción, Dolor, Endurecimiento, Enrojecimiento, Frío, Granos, Hinchazón o edema, Hormigueo, Inflamación, Movimiento, Opresión, Pesadez, Picazón o comezón, Punzada, Resequedad, Silbido, Tapado, Temblor, Tirón o Halón, Zumbido.

1 t Acidez estomacal (gastritis) o reflujo gastroesofágico

\_\_\_ Arthritis in many joints.  
 \_\_\_ Asthma.  
 \_\_\_ Bitter or strange taste in the mouth when waking up or during the day.  
 \_\_\_ Breast discomfort – pulling, stinging, burning, or cysts.  
 \_\_\_ Brownish vaginal discharge between periods or at the end of menstruation.  
 \_\_\_ Cancer.  
 \_\_\_ Capillary fragility, bruises on your thighs and you don't remember hitting yourself.  
 \_\_\_ Chills or being chilly.  
 \_\_\_ Cholesterol, high.  
 \_\_\_ Clench your jaws or grinding your teeth when sleeping Burning sensation under the skin anywhere on the body.  
 \_\_\_ Constipation – you have a bowel movement once every two days or less frequent.  
 \_\_\_ Decreased libido or lack of sexual desire.  
 \_\_\_ Depression, reluctance, sadness for no reason.  
 \_\_\_ Dermatitis.  
 \_\_\_ Diabetes, unmedicated.  
 \_\_\_ Diabetes controlled with pills.  
 \_\_\_ Discomfort in ears.  
 \_\_\_ Discomfort in eyes.  
 \_\_\_ Discomfort in fingers or toes.  
 \_\_\_ Discomfort in the back, hip, where the buttocks begin.  
 \_\_\_ Discomfort in the face (pain, swelling, itching, etc.).  
 \_\_\_ Discomfort in the waist.  
 \_\_\_ Discomfort in vagina.  
 \_\_\_ Discomfort in various muscles.  
 \_\_\_ Discomfort when eating fat.

1 t Adormecimiento, calambre, hormigueo o pesadez en extremidades, manos o pies al despertar o durante el día.  
 1 t Agitación por ejercicio, al subir escalera de 2 plantas o lomas o se cansa rápido al caminar.  
 \_\_\_ Al dormir, habla dormido, sonambulismo, temores infundados  
 1 s/s Alergias a polvo u olores, en ojos, piel, nariz, garganta o estornudos frecuentes.  
 \_\_\_ Angina de pecho: molestia en brazo, pecho y cuello  
 \_\_\_ Ansiedad general o por comida  
 \_\_\_ Aprieta o rechina los dientes al dormir  
 1 s Ardores por debajo de la piel en cualquier lugar del cuerpo  
 \_\_\_ Arteriosclerosis  
 1 s Artritis en muchas articulaciones  
 \_\_\_ Artritis en pocas articulaciones  
 1 t Asma  
 1 n Caída de cabello excesivo  
 \_\_\_ Come y bebe de todo lo que se le antoja —incluye comidas y bebidas nocivas o chatarras— pero nunca se enferma de nada.  
 1 t Cansancio al levantarse en la mañana.  
 1 t Cansancio general durante el día  
 \_\_\_ Congestión para-nasal  
 \_\_\_ Debilidad en brazos y piernas o falta de fuerza en manos para abrir frascos  
 \_\_\_ Debilidad o fallo articular en tobillo o rodilla que desequilibre al caminar  
 1 t Depresión, desgano, tristeza sin motivo

\_\_\_ Discomfort when sleeping – startle or restless sleep or nightmares or dreaming a lot, or feeling that you are falling out of bed, into the abyss, into a hole or talking asleep or feeling fears without reason or premonitions.

\_\_\_ Diverticula.

\_\_\_ Dizziness or vertigo.

\_\_\_ Drowsiness, cramping, tingling, or heaviness in the extremities.

\_\_\_ Dry eyes.

\_\_\_ Dry skin

\_\_\_ Dryness in mouth, lips, nose, throat.

\_\_\_ Dyspnea for no reason – feeling short of breath for no reason.

\_\_\_ Ear itches, buzzes, whistles, hurt, hearing problems, you do not understand when someone speaks to you in your language.

\_\_\_ Elbow discomfort.

\_\_\_ Emotional dyspnea – you feel short of breath when angry or stressed.

\_\_\_ Erectile dysfunction – flaccid or no erection.

\_\_\_ Excess gas by mouth or anus.

\_\_\_ Excessive hair loss.

\_\_\_ Excessive lacrimation, tears come out of your eyes for no reason.

\_\_\_ Eyes prick, hurt, sting, burns, sudden sensation that does not exist.

\_\_\_ Failed colds – you feel like you are going to catch a cold when you wake up in the morning, but it goes away as the hours of the day go by.

\_\_\_ Fatty liver.

\_\_\_ Foot discomfort when getting up in the morning or when standing for a short time.

\_\_\_ Frequent colds – more than twice a year.

**1 t** Descamación o resequedad en piel de palmas de mano y plantas de pies si no se aplica cremas.

\_\_\_ Desequilibrio al caminar, se va de lado.

\_\_\_ Diabetes controlada con pastillas o insulina inyectable

\_\_\_ Diabetes sin control de medicamentos.

\_\_\_ Digestión lenta

\_\_\_ Disfunción eréctil – erección flácida o nula

\_\_\_ Disminución de libido o falta de deseo sexual.

\_\_\_ Disnea emotiva – le hace falta el aliento al enojarse o estresarse o sin motivo.

\_\_\_ Divertículos.

**1 t** Dolor cadera baja posterior

\_\_\_ Electricidad – le pasa al tocar objetos o personas

\_\_\_ Escalofrío o ser friolenta

**1 t** Estreñimiento – evacua 1 vez cada dos días o más

**1 t** Estrés o ansiedad con o sin motivo.

**1 s** Flujos vaginales de color amarillo, blanco leche o marrón entre menstruaciones o se alarga más allá de 3 días el flujo menstrual

**1 t** Fogaje, calores, sensación de fiebre o cuerpo o extremidades calientes, ardores por debajo de la piel

\_\_\_ Fosa nasal obstruida.

**1 t** Fragilidad capilar, se le forman moretones en muslos y no recuerda haberse golpeado.

\_\_\_ Gases in the chest towards the heart.  
\_\_\_ Gases that move or sound in your intestine, winnowing or abdominal distention when eating.  
\_\_\_ Gastroesophageal reflux.  
\_\_\_ General tiredness during the day.  
\_\_\_ Hand discomfort.  
\_\_\_ Hard or stiff hands when waking up in the morning.  
\_\_\_ Head discomfort (pains, migraines, pumping, sensation of smoke).  
\_\_\_ Heart discomfort, throbbing, pain, tightness, gas, tachycardia, change of rhythm.  
\_\_\_ Heartburn or gastroesophageal reflux.  
\_\_\_ Hemorrhoids, blood in stools, discomfort or burning in the anus, stool pellets.  
\_\_\_ Hiccup.  
\_\_\_ Hoarseness, tonsillitis, dysphonia, choking when swallowing, you choke on your saliva, you feel something stuck in your throat.  
\_\_\_ Hot flash, feeling of fever, or hot body or limbs, burning under the skin.  
\_\_\_ Hypertension, not medicated.  
\_\_\_ Hypertension, medicated.  
\_\_\_ hypertension, which is medicated but does not respond to medication.  
\_\_\_ Imbalance when walking, which makes you go sideways.  
\_\_\_ Infertility  
\_\_\_ Insomnia, it is difficult for you to fall asleep when you go to bed or if you wake up in the morning it is difficult for you to go back to sleep.  
\_\_\_ Irrascibility

1 s Garganta, carraspera, amigdalitis, disfonía, atoramiento al tragar, se atora con su saliva, siente algo metido en su garganta.  
\_\_\_ Gases en pecho hacia el corazón  
1 s Gases excesivos por boca o recto  
1 s Gases que se mueven o suenan en su intestino, aventamiento o distención abdominal al comer.  
\_\_\_ Heces sueltas - evacuaciones sueltas o aguadas.  
1 Hemorroides, sangre en heces, molestia o ardor al evacuar, evacuaciones intestinales en bolita  
1n Hígado graso  
\_\_\_ Hipertension, no medicada.  
1 s Hipertension, medicada.  
\_\_\_ hipertension, medicada pero no responde a la medicación.  
\_\_\_ Hipo  
\_\_\_ Hongos en uñas de manos o pies  
\_\_\_ Infección vaginal recurrente  
\_\_\_ Infecciones virales recurrentes  
1 t Insomnio, le cuesta conciliar sueño al acostarse o si despierta en la madrugada se le dificulta volver a dormir  
\_\_\_ Irregularidad menstrual  
1 s Irritabilidad, se enoja con facilidad.  
\_\_\_ Lacrimación excesiva, salen lágrimas de sus ojos sin motivo.  
\_\_\_ Mancha claras u oscuras en piel  
\_\_\_ Manos duras o rígidas al despertar en la mañana  
\_\_\_ Mareos, vértigos o convulsiones.  
\_\_\_ Memoria mala, se le olvida para que llamaba o lo que iba a buscar

\_\_\_ Irregular menstruation or menstrual cramps.

\_\_\_ Irritability, you get angry easily, whether you control it or not.

\_\_\_ Itchy skin or vagina.

\_\_\_ Joint's popping or cracking noise in various joints.

\_\_\_ Joint pain.

\_\_\_ Knee discomfort.

\_\_\_ Lateral hip, thigh joint, and hip discomfort.

\_\_\_ Leg discomfort.

\_\_\_ Light or dark spots on your skin.

\_\_\_ Little or no perspiration.

\_\_\_ Loose stools – loose or watery stools.

\_\_\_ Lower, middle or upper abdomen discomfort.

\_\_\_ Lupus.

\_\_\_ Mastoid discomfort (area behind the ears).

\_\_\_ Nails are weak, break easily or grow little or little at all.

\_\_\_ Neck discomfort.

\_\_\_ Numbness in hands, arms, or legs upon waking in the morning.

\_\_\_ Osteoporosis or osteopenia.

\_\_\_ Other symptoms.

\_\_\_ Ovarian discomfort or menstrual cramps.

\_\_\_ Overweight.

\_\_\_ Paranasal congestion, rhinitis or sinusitis.

\_\_\_ Peeling or dry skin on the palms of your hands and soles of your feet if you don't apply skin cream.

\_\_\_ Perineum, (area between the testicles and anus) itches or feels discomfort there.

\_\_\_ Perspiration in hands and/or feet.

\_\_\_ Poor calcium metabolism.

\_\_\_ Metabolismo deficiente del calcio

1 t Migrañas

\_\_\_ Molestia abdomen bajo central, bajo derecho, bajo izquierdo, medio central, medio derecho, medio izquierdo, superior central, superior derecho o izquierdo,

\_\_\_ Molestia al comer grasas

\_\_\_ Molestia al dormir – sobresalto o sueño inquieto o pesadillas o soñar mucho o sensación de que se cae de la cama, en abismo, en agujero o habla dormida o siente temores sin razón o premoniciones.

\_\_\_ Molestia apéndice

1 s Molestia cabeza

\_\_\_ Molestia cadera lateral, la articulación del muslo y la cadera

\_\_\_ Molestia cara

\_\_\_ Molestia cintura

1 t Molestia hombro, codo, muñeca, mano o dedos

\_\_\_ Molestia corazón, punzada, dolor, opresión, gas, taquicardia, cambio de ritmo

\_\_\_ Molestia costilla

\_\_\_ Molestia cuello

\_\_\_ Molestia dedo, en uno o en varios dedos del pie

\_\_\_ Molestia espalda alta, media o baja

\_\_\_ Molestia mandíbula

\_\_\_ Molestia mastoides

\_\_\_ Molestia músculos diversos.

\_\_\_ Molestia oídos u ojos

1 t Molestia omoplato

\_\_\_ Molestia ovario o cólico menstrual.

\_\_\_ Molestia pie al levantarse en la mañana o al estar de pie corto tiempo

\_\_\_ probable harmful effects of medications and vaccines.  
 \_\_\_ Psoriasis.  
 \_\_\_ Recurrent vaginal infection.  
 \_\_\_ Recurrent viral infections of any nature.  
 \_\_\_ Rib discomfort.  
 \_\_\_ Saliva in excess or acid saliva.  
 \_\_\_ Seizures.  
 \_\_\_ Shoulder blade discomforts.  
 \_\_\_ Shoulder discomfort.  
 \_\_\_ Skin discomfort.  
 \_\_\_ Skin with pimples or irritations.  
 \_\_\_ Slow digestion.  
 \_\_\_ Sneeze frequently when you get up in the morning.  
 \_\_\_ Snore hard.  
 \_\_\_ Static electricity – happens to you when you touch objects or people.  
 \_\_\_ Stress or anxiety, with or without reason.  
 \_\_\_ Thin or thick varicose veins.  
 \_\_\_ Tiredness when getting up in the morning.  
 \_\_\_ Tremors in extremities.  
 \_\_\_ Upper, middle, or lower back discomfort.  
 \_\_\_ Urinary discomfort, burning when urinating, stream of urine is in the form of a shower, stream split in two, thin stream, frequent small amount of urine, urinate a lot at night, urge to urinate if you drink some water,  
 \_\_\_ Urinary discomfort, very yellow urine frequently or clear like water, incontinence if you don't urinate right away or if you cough or laugh, feeling of not emptying your bladder after urinating.  
 \_\_\_ Vaginal dryness.

\_\_\_ Molestia de piel.  
 1 s Molestia pierna, rodilla, **tobillos**  
 \_\_\_ Molestia senos – halón, punzada, ardor  
 \_\_\_ Molestia senos por quiste  
 \_\_\_ Molestia urinaria, ardor al orinar, , chorro en forma de regadera o intermitente, chorro partido en dos o es delgado, demora inicial  
 \_\_\_ Molestia urinaria, orina frecuente en poca cantidad o en mucha cantidad en el día o la noche.  
 \_\_\_ Molestia urinaria, orina mucho si toma agua  
 \_\_\_ Molestia urinaria, orina transparente como agua o amarillo fuerte frecuente.  
 \_\_\_ Molestia urinaria, se le sale la orina si no va a orinar enseguida  
 \_\_\_ Molestia urinaria, se sale la orina si tose o ríe  
 \_\_\_ Molestia urinaria, sensación de no vaciar la vejiga después de orinar  
 1 t Molestia vagina  
 \_\_\_ Oído pica, zumba, silba, duele, oye poco, se tapa su oído  
 \_\_\_ Oído, no entiende cuando le hablan en su idioma  
 \_\_\_ Ojos punza, duele, pica, arde, sensación de brusca que no existe  
 1 s Ojos resecos  
 \_\_\_ Osteoporosis u osteopenia  
 \_\_\_ Perineo, (área entre testículos y ano) punza o siente molestias allí  
 1 s Picazón piel o vagina  
 \_\_\_ Piel con granos o irritaciones  
 1 s Piel reseca

- \_\_\_ Varicose veins that are painful or itchy.
- \_\_\_ Weakness in arms and legs or poor strength in hands to open jars.
- \_\_\_ Weakness or failure of ankle or knee joints resulting in walking imbalance or fall.
- \_\_\_ While sleeping, talking or walking while asleep. Unfounded fears.
- \_\_\_ Wrist discomfort.
- \_\_\_ You eat and drink everything—including unhealthy or junk foods and drinks—but you never get sick of anything.
- \_\_\_ You sweat a lot in the head and neck during the day or while you sleep.
- \_\_\_ You sweat excessively (too much and must change your shirt once a day or more).



If you, any of your family or friends answer positively to 30 or more of these symptoms and want to learn information that will help you solve them, then the "**Detox / Daily Healthy Lifestyle (DDHLS)**" is indicated.

- 1 t Resequedad en boca, labios, nariz, garganta
- \_\_\_ Resequedad vaginal
- \_\_\_ Resfriados fallidos – siente que se va a resfriar, pero se le quita con el paso de las horas del día
- \_\_\_ Resfriados frecuentes – más de tres al año
- \_\_\_ Resfriados nulos – tiene más de 3 años que no se resfría
- 1 t Ronca **duro** o suave
- \_\_\_ Sabor en boca al levantarse ácido o metálico
- 1 t/n Sabor en **boca amargo** al levantarse o pastoso o molestia al **comer grasa**
- \_\_\_ Saliva en exceso, blanca leche o ácida
- \_\_\_ Sinusitis o rinitis
- \_\_\_ Sobrepeso excesivo
- \_\_\_ Sobresalto, sueño inquieto, pesadilla, soñar en exceso, sensación de caída de cama-agujero o abismo
- \_\_\_ Suda mucho la cabeza y el cuello en el día o al dormir.
- 1 s Suda mucho las manos y los pies
- \_\_\_ Sudoración poca o nula – no suda nada
- \_\_\_ Temblores en extremidades
- 1 t Traqueo articular en muchas o pocas articulaciones, voluntario o no.
- \_\_\_ Uñas débiles, se quiebran fácilmente o crecen poco o no crecen casi nada
- 1 Varices delgadas o **gruesas** que duelan o no. *A los 90 días son menos notorias*



For more information contact us via WhatsApp or Telegram text message in English or Spanish at +507 6841-2312 or visit <https://evnis.info>



Si tú, alguno de tus familiares o amistades contesta positivo a 30 o más de estos síntomas y quiere aprender información que le ayude a resolverlos, entonces el **“Estilo de Vida Saludable Desintoxicante/Diario (EVSD)”** es lo indicado.



Para más información contáctanos por mensaje de texto en Español o Inglés vía WhatsApp o Telegram al +507 6841-2312 para más información o visita <https://evnis.info>

Día 1: tengo 43 síntomas antes de empezar EVNIS. (Síntomas marcados con un 1 son los síntomas iniciales).

Día 30: tengo 27 síntomas. Eliminé 16 síntomas desde que empecé. (Después de 30 días de practicar EVNIS nivel 1. Esos son los síntomas marcados con "1" ya no suceden o apenas los siento). Esto es bueno.

Día 60: aun tengo 4 síntomas, pero los siento menos que antes, gracias a la información recibida en el servicio de chat del Doctor Moreno. Eliminé 39 síntomas desde que empecé. (Después de 30 días de practicar EVNIS nivel 2. Esos son los síntomas marcados con "1s" ya no suceden o apenas los siento). Esto es excelente.

Día 90: tengo 2 síntomas, pero los observo menos que antes. He eliminado 41 síntomas desde que inicié EVNIS (Después de 90 días de práctica de EVNIS nivel 1 y 2 aquellos síntomas marcados con "1n" no ya no suceden o apenas los siento). Esto es excelente.

Los síntomas marcados con la el número 1 persisten, pero en menor medida que antes.