



SAÚDE & BEM-ESTAR

Por **DRA. IVANI MANZO** ivani@gazetanews.com

Dra. Ivani Manzo é doutora em Ciências pela Escola Paulista de Medicina UNIFESP - EPM com ênfase em obesidade, gestação e exercício. Em 2010 iniciou seus estudos em Life Coach e desde então trabalha ajudando as pessoas a alcançarem seus objetivos. Site: www.myclickcoach.com

“Profissionais” da saúde estão inventando falsos modismos

A primeira mensagem que recebi hoje em uma mídia social, foi de uma amiga e profissional da saúde. Essa mensagem era o encaminhamento de um vídeo que amaldiçoava a aveia! Se algum leitor achou isso absurdo vamos lembrar que houve alguém amaldiçoando o glúten, o ovo, a manteiga e tantos outros alimentos. É preciso entender que não existe um alimento que vai te salvar e nem um alimento que vai te matar. Por exemplo o açúcar refinado não é nada bom mesmo, mas você não precisa eliminar da dieta se não tiver alguma doença. É possível que tenha que eliminar se não tiver cuidado e comer demais. E isso vai acontecer com todos os alimentos. Se houve excesso de ingestão de qualquer alimento, sem dúvida você estará sobrecarregando seu corpo e as consequências podem ser ruins. Quando digo podem, estou levando em conta as diferenças entre as pessoas. Existem pessoas com o sistema digestório mais sensível e claro outras pessoas com o sistema digestório menos sensível.

Na minha opinião existe uma grande carga de culpa nas costas desses profissionais, mas existe tam-

bém uma parte de culpa nas pessoas que ao invés de buscarem profissionais da saúde para emagrecer, melhorar os hábitos alimentares, não querem pagar pelos serviços e se baseiam nas postagens das mídias sociais. Muitas coisas são bem legais (inclusive eu mesma sempre publico informações) e a dúvida pode estar em como distinguir.

O que mais atrapalha e leva as pessoas a acreditarem em verdadeiros absurdos é a vontade de que tudo aconteça rápido e fácil. É nisso que esses péssimos profissionais se baseiam. Então este é o primeiro ponto, se a solução apresentada pelo profissional for fácil e rápida, desconfie. Outro ponto são explicações que parecem fazer sentido, mas os leigos não conseguem entender. É uma ótima forma de parecer correto e estudado. Nós que estudamos muito e queremos de fato ajudar as pessoas sabemos que temos que explicar de maneira que todos possam entender, caso contrário não estaremos atingindo o objetivo que é ajudar.

Se estas duas considerações forem feitas, acredito que a maioria das pessoas irá se livrar dessas falsas informações e modismos sem sentido.



Oatmeal é a “vilã” da vez na área de saúde.

Pixabay



Geralmente o leão corre atrás de quem dá motivos ou marca bobeira!



A tranquilidade de um Imposto de Renda bem feito custa menos do que você imagina!

Income Tax na Business Choice!

20 anos de experiência na Flórida, com um grande diferencial:

NUNCA TIVEMOS NENHUM CLIENTE AUDITADO!

Imposto de Renda | Abertura de Empresa | Contabilidade | Relatórios financeiros
Relatórios anuais | Payroll | Auditoria, representação junto ao IRS
Planejamento Tributário Brasil x USA | Abertura de empresas para compra de imóveis

businesschoiceTM
tax experts

954 782.1829 | BChoiceTax.com
1369 East Sample RD, Pompano Beach, FL 33064