

HEMATOMAS · GUIA SEGURO

# PROTOCOLO VASO FORTE

*Pare as manchas roxas sem abandonar o anticoagulante*

Marevan · Xarelto · Eliquis · Clopidogrel · AAS

LONGEVIDADE VIVA · EDIÇÃO PREMIUM

14 páginas · letra grande · entrega imediata

— A PROVOCAÇÃO

# Seu sangue está muito fino?

Quem usa **Marevan, Xarelto, Eliquis, Clopidogrel ou AAS** conhece bem: qualquer esbarrão vira **mancha roxa**. O remédio reduz a capacidade de estancar micro-vazamentos nos capilares, e a parede do vaso fica frágil por dentro.

Este eBook não pede para você abandonar o anticoagulante — pede para você **reforçar a parede do vaso pelo lado de fora**. Em 14 páginas, letra grande, com a **Fórmula Vaso Forte**, a tabela completa de alimentos Marevan vs Xarelto e os 5 afinadores ocultos da sua cozinha.

## — A FÓRMULA VASO FORTE

# O reboco que falta no seu vaso.

Esta é a **fórmula secreta completa** para reduzir ao máximo os hematomas em quem 'afina' o sangue. **Seis ativos sinérgicos** que reforçam a parede do capilar (endotélio + colágeno tipo 1 + colágeno tipo 2 + integridade enzimática) sem interferir na ação do anticoagulante. **Posologia:** tomar **em jejum** — 1 hora antes ou 2 horas após as refeições — para absorção máxima. Resultado em 30–60 dias: menos manchas roxas espontâneas e vaso mais resistente.

## FÓRMULA SECRETA VASO FORTE · EM JEJUM

- Verisol (peptídeos bioativos colágeno Tipo 1) — 2,5 g
- Nutricolin (silício orgânico) — 100 mg
- Castanha da Índia (*Aesculus hippocastanum*) — 300 mg
- Zinco quelado — 15 mg
- Vitamina C — 200 mg
- Rutina (bioflavonoide) — 150 mg
- Tomar em JEJUM: 1 h antes ou 2 h após as refeições
- + Hidratação da pele diária (ureia 10% após o banho)

— PILAR #01 · CASTANHA DA ÍNDIA

## O selante natural dos capilares.

A **Aesculus hippocastanum** padronizada em **escina** aumenta o tônus venoso e **reduz a permeabilidade capilar** — fecha as frestas por onde o plasma escapa. Estudos europeus (referência clássica para insuficiência venosa crônica) mostram melhora objetiva de edema, sensação de peso e fragilidade.

**Dose do protocolo:** 300 mg em jejum. **Atenção:** em alta dose ou quando isolada (chá puro, extrato sem padronização), pode **potencializar** Marevan/Xarelto. Por isso usamos a **dose fitoterápica padronizada** dentro da fórmula — segura e previsível.

— PILAR #02 · RUTINA + VITAMINA C

## O reboco bioflavonoide que falta.

**Rutina e Vitamina C** são a dupla clássica para fortalecer a **matriz extracelular** do vaso. A Rutina age como um cimento sobre as junções endoteliais; a Vit C é matéria-prima para o colágeno do endotélio (a mesma que falta quando aparecem hematomas espontâneos no escorbuto).

**Dose do protocolo:** Rutina 150 mg + Vit C 200 mg em jejum. Sinergia comprovada: a Rutina aumenta a meia-vida da Vit C, e juntas reduzem a fragilidade capilar mensurável pelo teste de pressão (Rumpel-Leede).

— PILAR #03 · ZINCO QUELADO

## O resgate da cicatrização.

O Clopidogrel e o AAS depletam o Zinco intracelular — exatamente o cofator de mais de **300 enzimas da cicatrização**. Sem Zinco: a fase inflamatória vira crônica, a divisão celular trava, as metaloproteinases não remodelam o colágeno e o que devia ser cicatriz vira 'remendo quebradiço'.

### AS 3 FASES QUE O ZINCO RESGATA

- Fase inflamatória: regula macrófagos e neutrófilos
- Fase proliferativa: sintetiza DNA e divide células
- Remodelação: ativa metaloproteinases do colágeno
- Integridade endotelial: mantém a parede do vaso íntegra
- Velocidade: compensa o que o Clopidogrel atrapalha
- Imunidade local: evita celulite e úlcera em microferidas
- Dose: 15 mg de Zinco quelado em jejum (forma absorvível)

— PILAR #04 · VERISOL 2,5 G + NUTRICOLIN

## Pele forte, vaso superficial protegido.

A **pele seca rasga, o vaso superficial rompe**. Por isso o **Verisol 2,5 g** (peptídeos bioativos do colágeno Tipo 1) entra como pilar central — reforça a matriz dérmica e a parede do vaso superficial. Combinado ao **Nutricolin 100 mg** (silício orgânico biodisponível), ativa a síntese de colágeno endógeno e elastina. Tomar **em jejum**, junto com os demais ativos da fórmula.

### TOP 10 COLÁGENOS HIDROLISADOS — RESUMO

- 1. Puravida Protein Verisol — pele + massa magra
- 2. Nutrify Renew Verisol — pele, cabelo e unhas
- 3. Bodyaction Verisol c/ Ácido Hialurônico — anti-idade
- 4. Dark Lab — cápsulas (custo-benefício)
- 5. Vitafor Colagentek — foco em silício
- 6. Nutrends Verisol Premium — cápsulas
- 7. Natural Vitaminas c/ Biotina — cabelo e unhas
- 8. Profit Betacaroteno — pele + bronzado
- 9. Muwiz Verisol — cápsulas práticas
- 10. Maxinutri 2 em 1 Verisol — pele/cabelo/unhas

— TABELA · MAREVAN × XARELTO

## O que muda no seu prato.

No **Marevan** (Varfarina) o segredo é a **constância** da Vit K — se comer couve hoje, comer sempre na mesma quantidade. No **Xarelto** (Rivaroxabana) a comida pesa menos, mas **suplementos afinadores** (alho, gengibre, cúrcuma) têm efeito aditivo. Eliquis e Pradaxa seguem padrão semelhante ao Xarelto.

### RESUMO DAS 5 CATEGORIAS

- Verdes (couve, espinafre, brócolis): Marevan controla · Xarelto livre
- Frutos do mar: ambos exigem moderação (Vit K e ômega-3)
- Chás: chá verde e ginseng PROIBIDOS no Marevan
- Condimentos: alho cru, gengibre e cúrcuma — alerta no Xarelto
- Álcool: alto risco com Marevan, moderado com Xarelto
- Ginkgo Biloba: PROIBIDO em ambos
- Castanha da Índia em alta dose isolada: cuidado em ambos

## — AFINADORES OCULTOS

## 5 perigos silenciosos no seu armário.

Os ‘naturais’ que afinam o sangue são a causa nº 1 de hematomas inesperados em pacientes anticoagulados. Não basta seguir a bula — é preciso revisar suplementos, chás e temperos. Nenhum deles é ‘proibido para sempre’; o problema é a **combinação com o anticoagulante**.

### OS 5 AFINADORES QUE PRECISAM SAIR

- Alho cru em excesso — potencializa Clopidogrel e AAS
- Gengibre em alta dose (cápsula) — efeito antiplaquetário
- Cúrcuma em cápsula — inibe agregação plaquetária
- Ginkgo Biloba — perigo silencioso, suspender
- Vitamina E acima de 400 UI/dia — alongamento de TS
- Resveratrol em alta dose — efeito aditivo
- Óleo de peixe acima de 3 g/dia — cuidado com Xarelto

— VITAMINA K · A REGRA DA CONSTÂNCIA

## Não é proibir. É manter a dose.

O erro mais comum de quem usa **Marevan** é cortar verduras de uma vez. Isso **desestabiliza o RNI** tanto quanto comer demais. A regra é simples: **quantidade constante** de Vit K, todos os dias da semana, com revisões a cada ajuste de dose.

Se hoje você come 1 xícara de couve, mantenha 1 xícara amanhã. Se passou um dia sem, tudo bem — mas não compense em dobro depois. Anote o consumo durante 7 dias e mostre ao cardiologista para **calibrar a dose do Marevan** ao seu padrão real, não ao teórico.

## — HIDRATAÇÃO DA BARREIRA

# Pele firme, vaso protegido.

A **xerose** (pele seca) é causa direta de hematomas em idosos anticoagulados: o vaso superficial não está mais protegido pela camada lipídica, e qualquer fricção da roupa rompe capilares. Hidratar não é estética — é **prevenção mecânica** do hematoma.

## ROTINA ANTI-XEROSE — 5 PASSOS

- Banho morno (não quente) e curto (até 7 minutos)
- Sabonete syndet com pH 5,5 (não tradicional)
- Hidratante com ureia 5–10% logo após o banho (pele úmida)
- Manga longa em casa nos meses frios — proteção contra atrito
- Óleo de gergelim ou amêndoa nas pernas à noite
- Beber 30 ml de água por kg/dia · ômega-3 oral 1 g/dia
- Evitar buchas e esfoliantes — eles raspam o capilar

## — SINAIS DE ALARME

## Quando ligar para o seu médico.

Hematomas pequenos e isolados são esperados. Mas alguns sinais exigem **contato imediato** com o cardiologista — pode haver excesso de anticoagulação, interação medicamentosa ou outra causa. Não espere a consulta de rotina nestes casos.

### ALARME · LIGAR HOJE

- Hematoma espontâneo > 5 cm sem trauma claro
- Sangramento gengival ao escovar (todos os dias)
- Urina escura ou avermelhada (hematúria)
- Fezes pretas (melena) ou com sangue vivo
- Sangramento nasal repetido (epistaxe)
- Dor de cabeça súbita, intensa, após queda
- Ferida que não estanca em 10 minutos com pressão

— PROTOCOLO PIN · 30 DIAS

## O passo a passo do Vaso Forte.

Este é o protocolo aplicado para **quem já usa anticoagulante** (Marevan, Xarelto, Eliquis, Clopidogrel ou AAS) e quer reduzir as manchas roxas sem mexer na medicação principal. Sempre individualizado, sempre com supervisão do cardiologista. **Não suspender o anticoagulante por conta própria.**

### PRESCRIÇÃO INTEGRATIVA · DIA A DIA

- EM JEJUM (ao acordar, 1 h antes do café):
- Verisol 2,5 g + Nutricolin 100 mg
- + Castanha da Índia 300 mg + Zinco 15 mg
- + Vitamina C 200 mg + Rutina 150 mg
- Pele: hidratante com ureia 10% após o banho
- Comida: bioflavonoides (cítricos, uvas escuras, cacau)
- Reavaliar RNI / função renal em 4 semanas com cardiologista

— A DECISÃO INTELIGENTE

## Vasos fortes, zero manchas roxas.

O **Protocolo Vaso Forte** não substitui o seu anticoagulante — ele **protege a parede do vaso** enquanto o medicamento segue trabalhando. Fórmula secreta completa (Verisol 2,5 g + Nutricolin + Castanha da Índia + Zinco + Vit C + Rutina, em jejum), tabela alimentar Marevan vs Xarelto e os 5 afinadores ocultos para tirar do seu armário.

*Este eBook é educativo. Cada caso exige avaliação médica individual. Procure um cardiologista habilitado antes de iniciar qualquer suplementação ao lado de anticoagulantes.*

[drwalter.xyz/ebook/hematomas-protocolo-vaso-forte](https://drwalter.xyz/ebook/hematomas-protocolo-vaso-forte)

Edição completa · R\$ 27 · entrega imediata · garantia 7 dias