



TEST POUR DÉTECTER UN DÉFICIT EN SILICIUM

Est-ce que votre organisme dispose d'une quantité suffisante de silicium ? Le test suivant l'indiquera. Répondez aux questions suivantes, comptabilisez les points et lisez l'évaluation.

1. **Avez-vous les cheveux ternes ou abîmés?**
2. **Perdez-vous vos cheveux?**
3. **Vos cheveux poussent-ils peu ou lentement?**
4. **Avez-vous les ongles fragiles ou cassants?**
5. **Avez-vous la peau sèche ou sensible?**
6. **Avez-vous le teint pâle?**

Oui 2
Parfois 1
Jamais 0

Oui 2
Parfois 1
Jamais 0

Oui 2
Parfois 1
Jamais 0

Oui 2
Parfois 1
Jamais 0

Oui 2
Parfois 1
Jamais 0

Oui 2
Parfois 1
Jamais 0

TOTAL

		TOTAL ANTÉRIEUR:	
		
7.	Avez-vous des cernes?	Oui	2
		Non	0
8.	Votre peau a-t'elle tendance à s'irriter ou a-t'elle des tâches?	Oui	2
		Parfois	1
		Jamais	0
9.	Souffrez-vous de neurodermite, allergies cutanées ou autres maladies cutanées (herpès, prurit, lupus, eczéma,...)?	Oui	2
		Parfois	1
		Jamais	0
10.	Souffrez-vous d'une maladie produite par des champignons ?	Oui	2
		Parfois	1
		Jamais	0
11.	Avez-vous des varices?	Oui	2
		Non	0
12.	Avez-vous les dents fragiles ou les gencives qui saignent ?	Oui	2
		Parfois	1
		Jamais	0
13.	Ressentez-vous un manque d'énergie ou une sensation de faiblesse générale?	Oui	2
		Parfois	1
		Jamais	0
14.	Êtes -vous sujet(te) aux infections?	Oui	2
		Parfois	1
		Jamais	0
15.	Avez-vous des problèmes ou une maladie liée au système articulaire?	Oui	2
		Parfois	1
		Jamais	0
16.	Souffrez-vous de déminéralisation ou d'ostéoporose?	Oui	2
		Non	0
17.	Souffrez-vous de sclérose en plaques ou d'une autre maladie immunitaire ?	Oui	2
		Non	0

		TOTAL

		TOTAL ANTÉRIEUR:	
		
18. Avez-vous des douleurs fréquentes aux muscles ou des spasmes?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
19. Avez-vous récemment eu une fracture?	Oui	2	
	Non	0	
20. Avez-vous des douleurs aux tendons et aux ligaments?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
21. Ressentez-vous de la gêne/douleur en marchant ou en faisant du sport?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
22. Souffrez-vous de problèmes artériels ou de cholestérol élevé?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
23. Avez-vous souffert récemment d'un vertigo?	Oui	2	
	Non	0	
24. Souffrez-vous de problèmes d'estomac (acide ou reflux gastrique) ou d'autres problèmes digestifs?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
25. Souffrez-vous d'asthme ou de problèmes respiratoires?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
26. Avez-vous des problèmes de thyroïde ou hormonaux?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
27. Souffrez-vous de migraines fréquentes?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
28. Avez-vous des problèmes de sommeil, de nervosité ou d'hyperactivité?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	
29. Souffrez-vous de dépression ou avez-vous des problèmes émotionnels?	Oui	2	
	Parfois	1	
	Jamais	0	

		TOTAL

30. **Avez-vous moins de 35 ans? (0 point)**
Entre 35-55 ans (1 point)
Plus de 55 ans (2 points)

TOTAL ANTÉRIEUR:

.....

.....

TOTAL

RÉSULTATS DU TEST

MOINS DE 12 POINTS

- Toutes nos félicitations! Vous n'avez pas de déficit en silicium.

ENTRE 12-34 POINTS

- **Silicium organique recommandable**

Attention! Vous n'avez pas une carence en silicium très prononcée mais vous pourriez tirer parti des bienfaits de ce minéral. Après une prise régulière pendant quelques semaines, vous noterez une nette amélioration au niveau de votre bien-être général.

ENTRE 35-60 POINTS

- **Silicium organique absolument nécessaire**

Précautions! Différents éléments indiquent que vous souffrez d'un manque en silicium organique. En prenant ce produit naturel – préférablement sous forme de traitement pendant 2-3 mois – votre état de santé s'améliorera en toute sécurité. Le silicium organique favorise la santé de votre corps ainsi que la beauté de votre peau, cheveux et ongles.