

Dein Vital- und Fitness-Check

Individuelle Analyse Deiner Körperdaten

Analyse-ID: 20639483-20260207-1770499940v1-e601

DISCLAIMER

Dieses Dokument ist eine rein informative Auswertung der vom Kunden zur Verfügung gestellten Daten. Bitte beachte: Es handelt sich nicht um eine medizinische Diagnose. Es ersetzt keine ärztliche Diagnose, Beratung oder Therapie. Bei akuten Beschwerden wende Dich bitte an einen Arzt.

Die Analyse basiert ausschließlich auf mathematisch-statistischen Parametern des Messgerätes sowie den angegebenen Daten der getesteten Person.

Es werden keinerlei medizinische Aussagen oder Heilversprechen gemacht. Alle Aussagen beziehen sich ausschließlich auf Lifestyle- und Ernährungsoptionen.

Das UNISON-Messsystem steht in keinem Zusammenhang mit PM-International oder deren Produkten.

Empfehlungen zu Lifestyle- oder Nahrungsergänzungsoptionen sind neutral, unverbindlich und dienen der allgemeinen Orientierung.

Daten werden ausschließlich anonymisiert gespeichert und sind damit DSGVO-konform.

Diese Analyse enthält KI-gestützte Auswertungen. Kleine Abweichungen oder Interpretationsfehler sind möglich.

Die Ergebnisse dienen ausschließlich der persönlichen Orientierung und erheben keinen medizinischen Anspruch.

Deine persönlichen Angaben

Basisdaten

Geschlecht: Weiblich

Alter: 23

Grösse: 160

Gewicht: 63

Produkte und Medikamente

Aktuelle Medikamente:

Aktuelle Nahrungsergänzungsmittel:

im Dezember hatte die Kundin genommen: morgens Basics, 3 ML Activize und 6 Amino Sie hatte auch abends Restorate Citrus probiert, aber es hatte ihr nicht geschmeckt und sie hatte starken Brechreiz. Januar/Februar hat sie keine Fitline-Produkte mehr genommen

Beschwerden und Ziele

Beschwerden und Ziele:

Haarausfall, wenig Ausdauer, nach Mittagessen müde

Behandlungen

Operationen / Behandlungen:

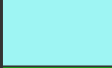
Impfungen seit 2020:

0

Bluthochdruck:

Hinweis: Alle hier erfassten Angaben bleiben anonymisiert und werden nicht gespeichert. Sie dienen ausschließlich der korrekten Interpretation der Messwerte im Rahmen dieses Berichts.

Körperphasenanalyse

Datum	23 - 11 - 25	28 - 12 - 25	07 - 02 - 26	Legende	
Entgiftung Bewertet die Fähigkeit des Körpers, belastende Stoffe über Leber, Niere, Darm, Haut und Lymphsystem auszuleiten. Hinweis: Ein niedriger Wert kann auf eine Überlastung oder auf fehlende essentielle Cofaktoren hinweisen.	45%	75%	60%		exzellent
Aufbau Zeigt, wie gut der Körper in der Lage ist, Vitamine, Mineralien, Aminosäuren und weitere essenzielle Bausteine aufzunehmen und zu verwerten. Diese Phase beeinflusst Energie, Hormone, Immunsystem und Strukturen wie Haut, Muskeln und Kollagen.	45%	55%	35%		gut
Regeneration Misst die Fähigkeit des Körpers, Gewebe zu reparieren, Stress abzubauen und Energie langfristig bereitzustellen. Eine eingeschränkte Regeneration zeigt sich oft in Schlafqualität, Energielevel und Belastbarkeit.	50%	55%	35%		ausserhalb der Norm
					schlecht
					sehr schlecht

Zusammenfassung: Modo de protección con recursos de reconstrucción limitados

En la medición actual se ve buena capacidad funcional de depuración hepática, pero el sistema no dispone del mismo margen para construir y regenerar. La tolerancia digestiva y el “flujo” general aparecen más tensos, lo que reduce la integración de nutrientes y la estabilidad energética. Además, hay señales de carga de barrera intestinal y de equilibrio mineral-vitamínico irregular, lo que favorece compensación en lugar de rendimiento sostenido. Por eso la estrategia prioriza estabilizar digestión e integración antes de intensificar construcción o activación.

Hinweis: Die Körperphasenanalyse ist eine mathematisch-statistische Modellberechnung. Sie ersetzt keine medizinische Diagnose und dient ausschließlich der Interpretation der Messwerte.

Essentielle Grundbausteine

Messwert	23.11. 2025	28.12. 2025	
Darmbakterien-Koeffizient	1.88	2.11	0.56
Kalzium	2.94	2.97	3.01
Eisen	0.6	0.7	0.77
Zink	1.08	1.1	0.69
Selen	1.28	1.46	1.31
Phosphor	1.93	2.03	1.88
Kalium	0.57	0.62	0.4
Magnesium	0.32	0.43	0.87
Kupfer	0.34	0.45	0.29
Kobalt	4.82	5.29	5.46
Mangan	0.74	0.7	0.87
Jod	3.29	2.06	2.93
Nickel	5.63	5.69	4.9
Fluor	3.07	4.35	3.71
Molybdän	1.47	1.71	1.07
Vanadium	3.58	3.39	3.17
Zinn	6.53	6.34	1.26
Silizium	2.85	3.31	5.44
Strontium	1.26	5.4	2.21
Bor	3.18	2.85	2.77
Vitamin A	0.34	0.39	0.39
Vitamin B1	3.33	2.61	2.77
Vitamin B2	1.6	2.16	1.48
Vitamin B3	13.32	13.41	18.63
Vitamin B6	0.66	0.76	0.9
Vitamin B12	10.94	20.07	2.41
Vitamin C	3.83	3.93	4.05
Vitamin D3	6.87	6.9	4.52
Vitamin E	3.44	3.63	5.18
Vitamin K	1.09	1.13	1.17
Lysin	0.48	0.57	0.71
Tryptophan	4.48	4.54	4.61
Phenylalanin	1.95	2	2.45
Methionin	1.22	1.32	1.22
Threonin	0.73	0.76	0.98
Isoleucin	3.66	3.68	3.47
Leucin	9.16	9.12	5.42
Valin	5.6	5.79	9.34
Histidin	4.23	4.49	6
Arginin	1.7	1.77	1.49
Homocystein	0.79	0.97	1.04
Nicotinamid	1.36	1.45	1.29
Biotin	0.68	0.7	1.92
Pantothensäure	1.1	1.12	1.65
Folsäure	1.7	2.23	1.62
Coenzym Q10	1.32	1.57	1.52
Glutathion	0.76	1.19	0.94
Linolsäure	0.54	0.58	0.51
α-Linolensäure	0.81	0.86	0.93
γ-Linolensäure	1.03	1.29	1.15
Arachidonsäure	0.63	0.66	0.64
Augen	5.9	6.07	8.29
Zähne	5.83	5.87	6.44
Haare und Haut	6.17	4.97	1.79
Endokrines System	7.4	8.2	8.23
Durchfluss-System	3.78	3.91	4.13
Verdauungssystem	4.68	4.71	2.74
Immunsystem	2.72	2.74	4.48
Motorisches System	5	5.23	6.01
Muskelgewebe	8.09	7.88	4.42
Fettstoffwechsel	6.2	6.29	6.33
Entgiftung und Stoffwechsel	8.35	8.43	8.4
Reproduktiv-System	4.3	3.92	4.24
Nervensystem	3.82	4.04	4.2
Skelett	5.8	5.91	8.31

Kategorien
Probiotik
Mineralien
Vitamine
Aminosäuren
Coenzyme&Fettsäuren
Kollagen

Legende
gut
ausserhalb der Norm
schlecht
sehr schlecht

Dies sind Lifestyle- und Ernährungsoptionen, die auf Deinen Messwerten basieren.

Detailanalyse

Digestión, absorción y tolerancia: el cuello de botella actual

La función digestiva global aparece más limitada, con absorción gástrica e intestinal que no sostienen una integración estable.

El descenso del coeficiente bacteriano intestinal sugiere un ecosistema menos favorable para tolerancia y aprovechamiento.

- Con esta base, el cuerpo tiende a protegerse y reduce inversión en construcción y regeneración.
- La depuración hepática puede estar activa, pero sin buen tránsito y absorción se vuelve difícil convertir aporte en progreso.
- Por eso conviene una estrategia suave y regular, con pausas y mínima carga digestiva.
- Puede aumentar la somnolencia tras comer por gestión energética menos eficiente y mayor coste digestivo.
- La absorción irregular favorece altibajos de energía y dificulta sostener rendimiento y concentración.
- La competencia de demasiados productos a la vez puede aumentar el estrés digestivo y empeorar la tolerancia.
- La limitación digestiva reduce el retorno de estrategias orientadas a aminoácidos y construcción.
- La estabilidad intestinal suele ser condición previa para mejorar piel, cabello y resiliencia diaria.
- El cansancio después del almuerzo encaja funcionalmente con una digestión que consume más recursos y rinde menos energía neta.
- La baja resistencia puede amplificarse cuando el intestino no sostiene una absorción constante durante el día.

Detailanalyse

Hígado, bilis y carga metabólica: depuración activa pero soporte de salida variable

La función de depuración hepática está activa, lo que indica capacidad de procesamiento y adaptación.

La secreción biliar y marcadores biliares se ven más tensos, y eso puede afectar la digestión de grasas y el confort.

- Una depuración relativamente fuerte no equivale a regeneración alta; puede coexistir con protección.
- Si la bilis y el intestino no acompañan, el sistema prioriza evacuar y defenderse.
- Por eso el plan evita intensificar demasiado y se centra en estabilidad diaria.
- La digestión de comidas más grasas puede sentirse más pesada cuando la salida biliar está ajustada.
- La carga metabólica sostenida puede competir con energía disponible para rendimiento físico.
- Un hígado activo sin buen “drenaje” intestinal puede traducirse en sensación de saturación o bajón.
- La mejoría de diciembre sugiere que el organismo responde bien cuando hay soporte, pero hoy falta continuidad.
- Estrategias simples y constantes suelen ser mejor toleradas que picos de activación.
- La baja resistencia puede reflejar que el cuerpo dedica recursos a procesamiento y defensa en lugar de rendimiento.

Detailanalyse

Energía y resistencia: entrega cardiovascular funcional irregular

El patrón sugiere una entrega funcional menos eficiente, con signos de volumen por latido más bajo y resistencia periférica más alta.

La perfusión miocárdica y el consumo de oxígeno del corazón se mueven, apuntando a adaptación con coste energético variable.

- Con regeneración y construcción bajas, el cuerpo puede mantener actividad, pero con coste y fatiga acumulada.
- La estrategia evita estímulos fuertes y busca estabilidad de base y mejor tolerancia digestiva.
- Cuando la base se estabiliza, suele ser más fácil mejorar la resistencia sin forzar.
- Puede aparecer sensación de poca gasolina en esfuerzos sostenidos o escaleras, incluso con motivación suficiente.
- Los bajones postprandiales se notan más cuando el sistema circulatorio ya trabaja en modo ahorro.
- Si el intestino absorbe irregular, el soporte energético al músculo llega tarde o es intermitente.
- Una pauta con pausas puede mejorar tolerancia y evitar picos que se “pagan” con cansancio.
- La hidratación funcional y el equilibrio mineral influyen en cómo se siente el rendimiento diario.
- La poca resistencia encaja con el patrón de entrega funcional más ajustada.
- La somnolencia tras comer puede sentirse más intensa si el sistema ya opera con margen limitado.

Detailanalyse

Micronutrientes y tejido periférico: prioridad baja del cuerpo para cabello y piel

El indicador de “cabello y piel” cae con fuerza, compatible con baja inversión en tejidos periféricos.

En minerales y vitaminas hay señales mixtas, con varios elementos clave fuera de zona funcional, lo que dificulta constancia.

- En modo protección, el cuerpo suele desviar recursos desde cabello/piel hacia funciones centrales.
- Por eso una sustitución agresiva no es lo más eficiente si la digestión está limitada.
- Primero se busca mejorar integración, luego se reevalúan apoyos más específicos.
- La caída de cabello puede persistir si la absorción y el ecosistema intestinal no se estabilizan.
- Los aminoácidos mejoran en parte, pero sin buen “uso” sistémico su efecto puede ser discreto.
- El tejido periférico responde lentamente y necesita regularidad más que intensidad.
- El estrés digestivo puede empeorar marcadores de piel por efecto barrera.
- La estrategia prioriza que lo que entre se pueda usar, no sólo “añadir más”.
- La queja de caída de cabello encaja directamente con la caída del indicador de cabello y piel.
- La baja energía diaria también reduce la capacidad de sostener crecimiento y renovación periférica.

Detailanalyse

Balance de fluidos y “carga” diaria: tendencia a sequedad y drenaje poco eficiente

Los indicadores de pérdida de humedad y bloqueo linfático sugieren que el drenaje y la regulación de fluidos no son óptimos.

Cargas ambientales (p. ej., plomo) se mantienen elevadas y pueden aumentar la necesidad de compensación.

- Con drenaje menos eficiente, el cuerpo tolera peor cambios y tiende a protegerse.
- Esto apoya una selección de productos corta, con buena tolerabilidad y pausas.
- La meta es reducir carga funcional para liberar recursos hacia regeneración.
- Puede sentirse hinchazón leve, pesadez o variación de bienestar a lo largo del día.
- La sequedad funcional puede afectar piel y confort general.
- El cuerpo puede “ahorrar” energía cuando percibe carga de eliminación sostenida.
- La regularidad del plan y el descanso entre tomas reducen competencia de absorción.
- Menos intensidad al inicio suele mejorar adherencia y tolerancia.
- La sensación de bajón tras comer puede aumentar cuando la regulación de fluidos y el drenaje no acompañan.

Gesamtbild Deiner Gesundheit

La medición actual muestra una depuración hepática activa, pero con regeneración y construcción claramente limitadas.

Esto suele indicar que el cuerpo prioriza protección y manejo de carga antes que rendimiento y reparación.

El principal cuello de botella ahora es la digestión e integración: el indicador de sistema digestivo cae respecto a los dos controles previos.

El coeficiente de bacterias intestinales desciende con fuerza, lo que sugiere menor estabilidad de tolerancia y absorción real.

En este contexto, "añadir más" suplementos puede aportar menos de lo esperado y aumentar estrés digestivo.

La somnolencia después del almuerzo encaja funcionalmente con una digestión que cuesta más energía y rinde menos estabilidad.

La baja resistencia también es coherente con una entrega funcional menos eficiente, incluyendo un volumen sistólico más limitado.

En paralelo, el indicador de cabello y piel cae a una zona claramente desfavorable, alineándose con la queja de caída de cabello.

Varios micronutrientes aparecen irregulares, pero con el intestino más tenso la prioridad es mejorar uso, no sólo aporte.

Diciembre mostró que con soporte el organismo puede activar más la depuración, pero hoy falta continuidad y margen regenerativo.

Por eso la estrategia de productos es conservadora y estabilizadora, con foco en base nutricional tolerable y soporte de recuperación.

Se prioriza una rutina simple, con pausas para reducir competencia de absorción y evitar náuseas o rechazo digestivo.

Se evita Restorate por la mala tolerancia descrita y porque no es imprescindible en el cuello de botella actual.

Se pospone el uso intensivo de aminoácidos, porque la digestión actual sugiere que su aprovechamiento sería subóptimo.

En cambio, se busca primero estabilizar energía de base en la mañana y apoyar la recuperación nocturna con opciones más neutras.

Si en próximas mediciones mejora el sistema digestivo y el coeficiente bacteriano, se puede reintroducir construcción de forma escalonada.

La meta práctica para el día a día es menos bajón postcomida, mejor estabilidad energética y mejor tolerancia general.

Con esa base, suele ser más fácil trabajar resistencia y, en segundo plano, cabello y piel con mejor retorno.

Grundsätzliche Produktauswahl

Basics

1 sobre — Por la mañana, separado de comidas si se tolera bien, para reducir competencia digestiva.

Aporta una base amplia y relativamente estable, útil cuando hay irregularidad mineral-vitamínica y se busca regularidad con pocos productos.

Activize Sensitive

2-3 cucharas medidoras (ajuste conservador por tolerancia) — Por la mañana, junto con Basics en un mismo "cóctel" si resulta más práctico.

Apoya activación suave y sostenida; se elige la versión sensible por el cuello de botella digestivo y la tendencia a bajón tras comidas.

C-Balance

1 sobre — A media tarde, con distancia a comidas para mejorar tolerancia y evitar competir con el desayuno.

El valor de vitamina C se mantiene fuera de zona óptima; aquí se usa como apoyo de base con un enfoque simple y tolerable.

D-Drink

1 sobre — Con una comida principal para favorecer integración y reducir irritación gástrica. Se observa descenso de vitamina D3 en la última medición; se propone apoyo moderado y regular, sin sobrecargar el sistema.

Yoghurt-Drink

200 ml — Por la tarde o noche temprano, separado de otras tomas para mejorar tolerancia. Con el coeficiente bacteriano intestinal bajo, un soporte alimentario sencillo puede ser funcionalmente más adecuado que intensificar productos complejos.

Täglicher Einnahmeplan

07:30

- **Basics - 1 sobre**

En 250–300 ml de agua; si hay estómago sensible, tomar lentamente.

- **Activize Sensitive - 2 cucharas medidoras**

Si se tolera bien durante 5–7 días, subir a 3 cucharas medidoras.

13:00

- **D-Drink - 1 sobre**

Tomarlo con la comida del mediodía para mejor tolerancia.

16:30

- **C-Balance - 1 sobre**

En agua; si hay sensibilidad, dividir en dos medias tomas en días alternos.

19:30

- **Yoghurt-Drink - 200 ml**

Separado de otras tomas; si hay hinchazón, reducir cantidad y observar tolerancia.

Allgemeine Hinweise

- Se omite Restorate Citrus por la intolerancia marcada (brechreiz) descrita; hoy la prioridad es tolerancia digestiva y estabilidad.
- Se pospone ProShape Amino por ahora: con el sistema digestivo más limitado, su aprovechamiento podría ser bajo y más irritante.
- Si tras 10–14 días el cansancio postcomida mejora y la digestión se siente más estable, se puede reevaluar introducir aminoácidos de forma gradual.
- Con 63 kg se podría ajustar dosis, pero se decide conservador para no aumentar carga digestiva al inicio.

Dein Gesundheitscoach

Für mehr Vitalität und Wohlbefinden!

Mehr Energie & Leistungsfähigkeit

Bessere Mikronährstoffversorgung

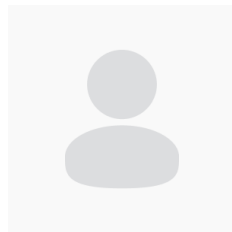
Verbesserte Regeneration

Optimierter Stoffwechsel

Persönliche Begleitung

Dein nächster Schritt zu mehr
Energie, Balance und Wohlbefinden

Bereit für Deinen persönlichen Erfolg?



Dario Leon Fiammingo

Guairá, Paraguay

Telefon / WhatsApp: **0983740355**

Hinweis: Dies ist keine medizinische Beratung. Die Empfehlungen basieren ausschließlich auf Deinen erfassten Messwerten und Deinem angegebenen Lebensstil.

