

DEZECHILIBRUL ENERGETIC – CAUZA TUTUROR BOLILOR

Anna Guțul

Conducător științific: Svetlana Cravcenco

Catedra de Limba română și terminologie medicală, USMF „Nicolae Testemițanu”

Introducere. Tot ce există pe planeta noastră este alcătuit din atomi, care rezonază la diferite frecvențe. Știința admite faptul că electronii, protonii și neutronii, formând atomi, sunt alcătuiți din energie, care bombardează corpul uman în fiecare zi. Dezechilibrul energetic poate fi cauza tuturor bolilor omenesti. **Scopul lucrării.** Prezentarea efectelor negative a câmpurilor energetice asupra organismul uman și metodelor de menținere a sănătății. **Material și metode.** A fost studiată literatura de specialitate în domeniul educației nutriționale și procesele care au loc sub influența aportului alimentar. Au fost consultate jurnale alimentare, au fost evaluate chestionare de frecvență a consumului alimentar și s-au efectuat măsurări a cheltuielilor de energie. Toate aceste metode și materiale au esențiale pentru evaluarea precisă și gestionarea eficientă a dezechilibrului energetic, ele contribuind la prevenirea și tratarea problemelor legate de sănătate și activitatea metabolică. **Rezultate.** Impactul câmpurilor energetice asupra organismului uman poate fi la nivel molecular, celular, cât și la nivelul organelor. Disfuncția creierului sau sistemelor diferite ale organismului din cauza influenței energiei pot provoca dureri de cap, oboseală, o slăbire a sistemului imunitar și alte simptome. Pentru a menține sănătatea în contextul echilibrului energetic, trebuie să se mențină un stil de viață sănătos și activ: prin alimentație rațională, exerciții fizice aerobice și anaerobice, odihnă corectă și emoții pozitive. **Concluzii.** În secolul dezvoltării tehnologiilor moderne, omul este primul care a fost expus pericolului din partea câmpurilor energetice. De aceea, oamenii trebuie să-și mențină echilibrul energetic pentru a preveni dezvoltarea proceselor patologice în organism. **Cuvinte-cheie:** dezechilibru energetic, câmpuri energetice, stil sănătos de viață, energie electromagnetică.

ENERGY IMBALANCE - THE CAUSE OF ALL DISEASES

Anna Guțul

Scientific adviser: Svetlana Cravcenco

Department of Romanian Language and Medical Terminology, Nicolae Testemițanu University

Background. Everything on our planet is made up of atoms that resonate at different frequencies. Science admits that electrons, protons and neutrons, forming atoms, are made up of energy, which bombs the human body every day. Therefore, energy imbalance can be the cause of all human diseases. **Aim of the study.** Presentation of the negative effects of energy fields on the human body and methods of maintaining health. **Material and methods.** The specialized literature in the field of nutritional education and the processes that take place under the influence of food intake were studied. Food diaries were consulted, food frequency questionnaires were assessed, and energy expenditure measurements were taken. All these methods and materials are essential for the accurate assessment and effective management of energy imbalance, contributing to the prevention and treatment of problems related to health and metabolic activity. **Results.** The impact of energy fields on the human body can be at the molecular, cellular and body level. Dysfunction of the brain or different body systems due to the influence of energy can cause headaches, fatigue, a weakening of the immune system and other symptoms. In order to maintain health in the context of energy balance, we must maintain a healthy and active lifestyle through rational nutrition, aerobic and anaerobic exercise, proper rest and positive emotions. **Conclusion.** In the century of development of modern technologies, man is the first to be exposed to danger from energy fields. That is why people need to maintain their energy balance to prevent the development of pathological processes in the body. **Keywords:** energy imbalance, energy fields, healthy way of life, electromagnetic energy.