

Substância	Fontes naturais)	Onde conseguir	Dose recomendada
Ivermectina	Bactérias do solo (avermectina)	Na prescrição	0,4mg/kg semanalmente por 4 semanas Se sintomático, consulte o Protocolo FLCCC I-Recover *Verifique as instruções da embalagem para determinar se há contraindicações antes de usar
Hidroxicloroquina		Na prescrição	200mg semanalmente por 4 semanas *Verifique as instruções da embalagem para determinar se há contraindicações antes de usar
Vitamina C	Frutas cítricas (por exemplo, laranjas) e vegetais (brócolis, couve-flor, couve-de-bruxelas)	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	6-12g por dia (dividido igualmente entre ascorbato de sódio (vários gramas), vitamina C lipossomal (3-6g) e palmitato de ascorbilo (1 – 3g)
Prunella Vulgaris (comumente conhecida como autocura)	Planta de autocura	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	7 onças (207ml) diariamente
agulhas de pinheiro	Pinheiro	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Consumir chá 3 x ao dia (consumir óleo/resina que se acumula no chá também)
neem	Neem árvore	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	De acordo com as instruções do seu médico ou preparação
Extrato de Folha de Dente de Leão	planta dente de leão	Suplemento (chá de dente-de-leão, café dente-de-leão, tintura de folhas): lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos dietéticos, online	Tintura de acordo com as instruções do seu médico ou preparação
N-Acetil Cisteína (NAC)	Alimentos ricos em proteínas (feijão, lentilha, espinafre, banana, salmão, atum)	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Até 1200 mg por dia (em doses divididas)
chá de funcho	erva-doce	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Sem limite superior. Comece com 1 xícara e monitore a reação do corpo.
chá de anis estrelado	Árvore perene chinesa (Illicium verum)	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Sem limite superior. Comece com 1 xícara e monitore a reação do corpo.
Erva de São João	planta de erva de São João	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Conforme indicado no suplemento
folha de confrei	gênero de planta Symphytum	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Conforme indicado no suplemento
Nattokinase	Natto (prato japonês de soja)	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Conforme indicado no suplemento
Boswellia serrata	Boswellia serrata árvore	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Conforme indicado no suplemento
Cominho preto (Nigella sativa)	família de plantas de botão de ouro	Mercearias, lojas de produtos naturais	
curcumina	Cúrcuma	Mercearias, lojas de produtos naturais	
Óleo de peixe	Peixe gordo/oleoso	Mercearias, lojas de produtos naturais	Até 2000mg diários
Canela	gênero de árvore Cinnamomum	Bomboneria	
Fisetina (flavonoide)	Frutas: morangos, maçãs, mangas Legumes: cebolas, nozes, vinho	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Até 100mg por dia (Consumir com gorduras)
Apigenina	Frutas, vegetais e ervas salsa, camomila, espinafre, aipo, alcachofra, orégano	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	50mg diariamente
Quercetina (flavonoide)	Frutas cítricas, cebola, salsa, vinho tinto	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Até 500mg duas vezes ao dia , consumir com zinco
Resveratrol	Amendoins, uvas, vinho, mirtilos, cacau	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Até 1500mg diariamente por até 3 meses
Luteolina	Legumes: aipo, salsa, folhas de cebola Frutas: cascas de maçã, flores de crisântemo	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	100-300mg diariamente (recomendações típicas do fabricante)
Vitamina D3	Peixe gordo, óleos de fígado de peixe	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	5.000 – 10.000 UI diariamente
Vitamina K	Vegetais de folhas verdes	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	90-120mcg diariamente (90 para mulheres, 120 para homens)
Zinco	Carne vermelha, aves, ostras, grãos integrais, produtos lácteos	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	11-40mg diariamente
Magnésio	Verduras, grãos integrais, nozes	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Até 350mg diários
Chá de jasmim	Folhas de plantas comuns de jasmim ou Sampaguita	Mercearia, lojas de produtos naturais	Até 8 xícaras por dia
especiarias		Bomboneria	
folhas de louro	plantas de folha de louro	Bomboneria	
Pimenta preta	planta piper nigrum	Bomboneria	
noz-moscada	Semente de árvore Myristica fragrans	Bomboneria	
Sábio	planta sálvia	Bomboneria	
rutina	Trigo sarraceno, aspargos, damascos, cerejas, chá preto, chá verde, chá de flor de sabugueiro	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	500-4000mg diariamente (consulte o médico antes de tomar doses mais altas)
limoneno	Casca de frutas cítricas, como limões, laranjas e limas	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Até 2000mg diários
Baicalein	gênero de planta Scutellaria	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	100-2800mg
hesperidina	Citrino	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	Até 150 mg duas vezes ao dia
Chá verde	Folhas da planta Camellia sinensis	Bomboneria	Até 8 xícaras de chá por dia ou conforme indicado no suplemento
tubérculos de batata	Batatas	Bomboneria	
Algas Verdes Azuis	Cianobactéria	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	1-10 gramas por dia
Andrographis Paniculata	planta chiretta verde	Suplemento: lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos alimentares, online	400mg x 2 diariamente *Verifique se há contradições
Extrato de cardo mariano	Silimarina	Suplemento; Lojas de produtos naturais, farmácias, lojas de suplementos dietéticos, online	200mg x 3 diariamente
Soja (orgânica)	Soja	Mercearia, lojas de produtos naturais	