

Auriculoterapia: a chave para o bem-estar físico e mental

Descubra os benefícios desta terapia milenar que tem como foco a orelha para equilibrar o corpo e a mente.



by Eduardo Siqueira Bigaton

Introdução à auriculoterapia

A auriculoterapia é uma terapia alternativa que tem como foco pontos específicos que se encontram na orelha, altamente innervada, para restaurar o equilíbrio energético do corpo.

História da auriculoterapia como terapia de cura

Originária da China



A auriculoterapia remonta a mais de 2000 anos na medicina tradicional chinesa.

Desenvolvida na França



No início do século XX, o médico francês Paul Nogier adaptou a auriculoterapia chinesa criando um mapa auricular completo.

Atualidade

Atualmente é considerada uma terapia complementar e alternativa.

Pontos de acupuntura auricular

São mais de 200 pontos que se encontram na orelha e estão relacionados diretamente aos órgãos e outras partes do corpo.

Vértice	Cabeça	Fantasma
Rim	Glândula Pineal	Esôfago
Pulmão	Olho	Traqueia
Coração	Fígado	Pâncreas

Os benefícios da auriculoterapia

1 Alívio da dor

A terapia pode ajudar a aliviar dores físicas e dores de cabeça.

2 Redução do estresse

A auriculoterapia também é conhecida por reduzir os níveis de estresse e ansiedade.

3 Melhora da qualidade do sono

O tratamento pode ajudar a melhorar a qualidade do sono e a combater a insônia.

4 Equilíbrio emocional

O equilíbrio energético proporcionado pela auriculoterapia também pode contribuir para um estado emocional mais saudável.

Aplicações da auriculoterapia

A auriculoterapia pode ser aplicada em diversas áreas, tais como:

Doenças crônicas

O tratamento pode ser utilizado para tratar ou amenizar sintomas de doenças como artrite, fibromialgia e asma.

Dependência química

Estudos mostraram que a auriculoterapia pode ajudar no tratamento da dependência de drogas e álcool.

Emagrecimento

A terapia também pode auxiliar no processo de emagrecimento.

Como é feita a auriculoterapia

O tratamento envolve a estimulação de pontos específicos na aurícula com agulhas, sementes ou esferas de cristal. Também pode ser feita a estimulação elétrica dos pontos auriculares para intensificar a ação da terapia.

Riscos e precauções

Embora seja uma terapia segura, a auriculoterapia apresenta alguns riscos que devem ser considerados:

Infecção

A inserção das agulhas pode causar infecção se não for feita com a devida higiene.

Dor

Algumas pessoas podem sentir dor ou desconforto durante o tratamento.

Tonturas

Em casos raros, a auriculoterapia pode causar tonturas ou desmaios.

Por isso, é importante escolher um profissional experiente e de confiança para realizar a terapia.