

**Puntos claves de
acupresión para
manejo del dolor.**

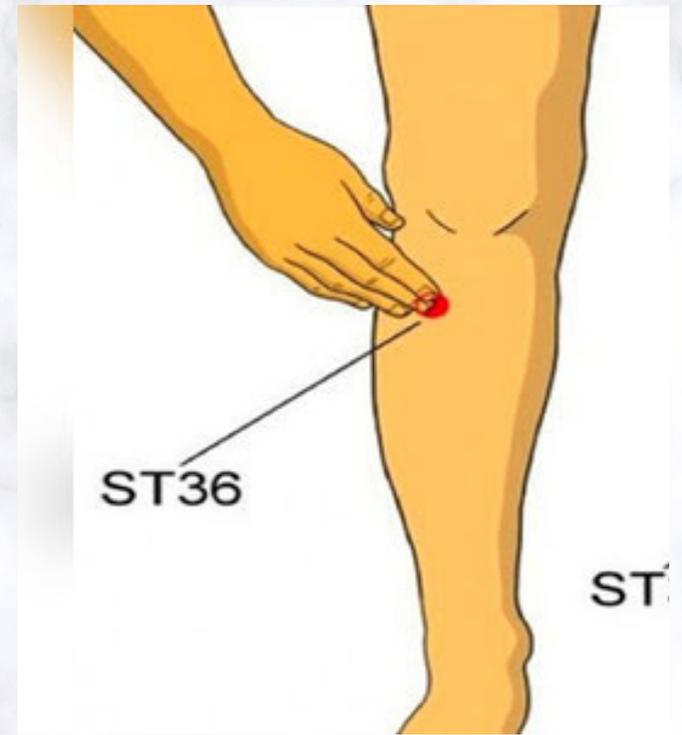
Muchos de nosotros en algún momento de la vida, hemos vivido un cuadro de dolor en alguna zona del cuerpo.

**El cuerpo grita lo que el alma calla
Manifiesta un cuadro de defensa ante un estímulo, que le afecte exteriorizando en forma de dolor repeliendolo. Te brindaré hoy, unos puntos claves muy efectivos para disminuir el dolor que directamente puedes autotratarte en casa.**

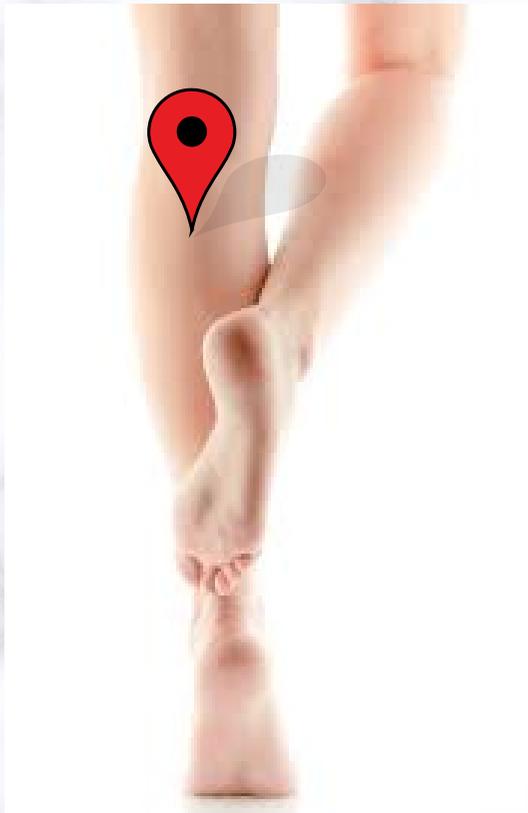
Recuerda hacer una introspección para que logres identificar el sentimiento o estímulo que te afecta físico-emotivo.

Ten en cuenta que hay diferentes tipos de dolor, como son: óseo, articular, muscular, órganos, cutáneo entre otros. Los puntos que te aliviaran se conocen como puntos CHI GUNG, es un método milenario alternativo de origen oriental. Consiste en dar suaves masajes en sentido de manecillas del reloj.

Con las manos limpias y la ayuda de aceite de caléndula - aloe vera - menthol - aceite de almendras - árnica - gel o crema para dolor. Si no tienes a la mano puedes improvisar una mezclando (solo en el momento de usar) la punta del cuchillo de bicarbonato de sodio con vivk vaporub y dar sobitos por un minuto en cada punto, como comenté en sentido del reloj y manera inversa.



Si duele cintura hacia abajo





**Si duele
cintura
hacia
arriba**



**Recuerda que es en lado
izquierdo y derecho,
no importa el lado que duela.
Si dolor persiste consulta
tu médico de confianza.**



NADINE VIANA
Terapeuta Natural Alternativo

Mejora la relación con tu entorno...

**Terapias Alternativas de Reiki Usui - Karuna
- Arcangélico, Shiatsu, Magnetoterapia,
Turqueza, Reflexología, Mixta, Drenaje
Linfático Facial Manual, Terapia Natural
Remota, Aromaterapia, Protección
Biomagnética Corporal, Talleres grupales
Sistema Inmunológico y Vivienda Saludable.**

**Citas: WhatsApp +57300 8438415
Barranquilla - Colombia**