

C'est quoi,

la naturo - thérapie?

La naturo-thérapie est une science qui regroupe des connaissances et des techniques qui permettent au thérapeute de choisir le traitement le plus efficace pour son client, issues des médecines dites complémentaires, et ainsi proposer à la personne en souffrance, les meilleures solutions possibles pour retrouver son bien-être

Le naturo-thérapeute n'est pas un médecin. Il n'est pas là pour poser un diagnostic, ni pour étiqueter et attribuer un nom aux symptômes que vous présentez.

Son rôle est de tout mettre en œuvre pour faire en sorte que votre corps puisse ré-accéder à un équilibre, une harmonie énergétique et psychique et ainsi lui permettre, de retrouver le chemin de la santé.

Ce qui différencie un naturo-thérapeute d'un naturopathe

Étymologiquement ...

- ✚ "naturo" vient du latin "natura" signifiant *la nature, l'essence...*
- ✚ "thérapie" vient du grec "therapeûô" signifiant *soigner, prendre soin* et "Therapeia - remède, guérison.
- ✚ "pathie" vient du grec "pathos" signifiant *la maladie, le mal.*



La naturopathie cherche à aider le plus naturellement possible l'organisme pour qu'il retrouve un état de santé. Il va stimuler les défenses naturelles du corps, en proposant des purges, des drainages, un changement d'alimentation tout en prescrivant des traitements d'appoint à base de plantes, oligo-éléments, compléments vitaminés, lorsque cela est nécessaire. Certains naturopathes pratiquent également l'homéopathie. Plus axée sur la prévention
La naturopathie correspond aussi à l'art de soulager d'une manière naturelle.

La naturo-thérapie va plus loin, puisqu'elle englobe, lorsque "les maux" sont installés, également des techniques de soins naturels, comme ;

- ☯ massages énergétiques, de l'acupressure (ou acupuncture),
- ☯ des soins énergétiques (Reiki), du magnétisme,
- ☯ méthodes de relaxation,
- ☯ bien d'autres thérapies manuelles, énergétiques et relaxantes...

Cette méthode **intervient plus dans le curatif**

Mieux se connaître pour être acteur et responsable de sa propre santé devient de nos jours essentiel et vital. La personne devient co-responsable de sa santé.

Les deux thérapies s'appuient une vision holistique et sur un concept fondé sur une synthèse de méthodes naturelles de santé, des plus anciennes aux plus récentes, afin de favoriser la restauration des facultés d'auto guérison *c'est-à-dire les moyens que possède l'organisme pour rétablir son état d'équilibre tout au long de sa vie.*

Les problèmes abordés dans le cadre de la naturo-thérapie.

Le naturo-thérapeute peut vous aider à soulager ces problèmes quotidiens qui vous empoisonnent la vie, lors de séances totalement personnalisées, uniques & ultra adaptées

- ∞ stress de toutes sortes
- ∞ états d'anxiété, déprime passagère,
- ∞ état dépressif,
- ∞ tensions nerveuses,
- ∞ douleurs musculaires,
- ∞ mal de dos,
- ∞ troubles du sommeil,
- ∞ migraines,
- ∞ sautes d'humeur
- ∞ fatigues chronique, nerveuse
- ∞ douleurs rhumatismales,
- ∞ troubles liés à la ménopause
- ∞ troubles digestifs, douleurs abdominales
- ∞ troubles circulatoires,
- ∞ problèmes de la sphère gynécologique,
- ∞ ...



Enfin, il est possible de faire appel aux conseils d'un naturo-thérapeute en soutien à un traitement allopathique lourd ou en post-opératoire afin d'aider l'homéostasie générale et une meilleure acceptation des traitements traditionnels.

Les principes clés qui caractérisent l'esprit & la démarche du naturo-thérapeute

- **Une volonté d'action** sur les causes de la maladie qui guide le praticien, et non la répression des symptômes.
- **Le client étant le meilleur connaisseur** de son état, se place au cœur de la démarche thérapeutique, et pas seulement sa maladie (domaine médical).
- **Le choix d'une thérapie est décidé conjointement** par la personne en souffrance et le thérapeute. Ce dernier présente les options envisageables, leurs avantages et leurs inconvénients.
- **La relation de confiance** qui s'établit au fil des séances, est un élément qui participe à la guérison



Avertissement: les informations et recommandations contenues sous cette rubrique ne sont fournies qu'à titre informatif et ne constituent pas un avis médical. Elles ne remplacent en aucun cas une consultation chez votre médecin.

Sources : personnelles et net