

La Réflexologie Faciale et Crânienne est une technique réflexe de relaxation aux répercussions positives sur tout le corps. Elle est issue de la thérapie crânio-sacrée. On estime que la tête intègre à elle seule 300 points réflexes, où se concentrent les terminaisons nerveuses, souvent différentes de ceux de l'acupuncture chinoise, permettant d'agir sur le cerveau et ainsi sur l'état psychique générale de la personne. Une simple pression décongestionne les zones obstruées, et détend les sutures, les os, les muscles, les fascias, les tissus, en même temps. La réflexologie faciale et crânienne a des effets calmants et relaxants, et par conséquent, elle diminue des tensions grâce aux effets qu'elle produit sur le système neuro-hormonal et musculaire. Différents récepteurs sensitifs de la peau déclenche des effets antalgiques et anxiolytiques. La peau sécrète également des endorphines. Une fois libérées dans le sang, elles se dispersent dans l'ensemble de l'organisme et produisent leur effet bénéfique : lutte contre la douleur, la fatigue, l'anxiété, l'angoisse, l'anxiété, la dépression...



Elisabeth Breton, criminologue de formation universitaire, s'oriente depuis 2001 vers le domaine de la Réflexologie et de la Gestion du stress, du Développement Personnel et du Bien-être de la personne. Elle est auteur des livres sur la "Réflexologie pour la forme et le bien-être" et la "Réflexologie, un vrai remède au stress", aux Éditions Vie.



978-3-639-81421-7



Elisabeth Breton

## Réflexologie Faciale et Crânienne

**Éditions Vie**  
Votre édition pour le remède en  
forme, le bien-être et la santé

