

Éditions Vie

Votre édition pour la remise en forme, le bien-être et la santé



Réflexologie pour la forme et le bien-être

Elisabeth Breton



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

Elisabeth Breton

Réflexologie pour la forme et le bien-être

ISBN: 978-3-639-68621-0

La réflexologie dite "moderne" ou "occidentale" a été développée au début du XXe siècle par des médecins américains et européens ayant analysé le rôle des réflexes dans le système nerveux. La réflexologie se base sur le fait que les nerfs et les organes du corps sont reliés à des points spécifiques (appelés zones réflexes) situés aux extrémités des pieds, des mains et du visage. Les zones réflexes sont reliées aux organes par des connexions nerveuses. La pratique de la Réflexologie est liée aux stimuli nerveux. Le toucher réflexe est un stimulus, capté par différents récepteurs de la peau et transformé en influx nerveux. Il est avéré que des courants électriques traversent le corps passant à travers tout le système nerveux, lui-même relié à tous les organes et tissus du corps. La réflexologie a une action régulatrice des équilibres nerveux, sanguin et métabolique. Elle est une solution douce et efficace en cas de maux à répétition, d'ordre psychosomatique: constipation, douleurs musculaires du dos, migraine, fatigue, surmenage, troubles hormonaux, trouble du sommeil, tension nerveuse, anxiété, agitation... La réflexologie a un effet calmant, déstressant, drainant et revitalisant.

www.get-morebooks.com

More
Books!

info@editions-vie.com

www.editions-vie.com