

Remédio Caseiro

# Auriculoterapia: o que é e quais são as suas vantagens?



[www.remediocaseiro.blog.br](http://www.remediocaseiro.blog.br)



Imagem de brgfx

## Auriculoterapia: o que é e quais são as suas vantagens?

O que é auriculoterapia? Essa técnica terapêutica pode trazer **benefícios para a saúde física e mental**, sendo uma ótima alternativa de tratamento para diversas doenças.

Acompanhe o artigo para entender mais sobre auriculoterapia: saiba o que é, para que serve, conheça os seus benefícios e descubra quem pode utilizar essa técnica para cuidar do seu corpo e mente. Vamos à leitura?

### O que é auriculoterapia?

A [auriculoterapia](#) é uma técnica terapêutica baseada na Medicina Tradicional Chinesa que consiste na **estimulação de pontos específicos na orelha**, com o objetivo de promover o equilíbrio energético do corpo e tratar uma série de doenças e sintomas.

Essa técnica pode trazer diversos **benefícios para a saúde física e emocional**. É importante ressaltar que a auriculoterapia não substitui o tratamento médico convencional, mas pode ser utilizada como um complemento terapêutico em diversas situações.

## Para que serve?

A auriculoterapia pode ser utilizada no tratamento de diversas condições, sejam elas **problemas de saúde** (ansiedade, depressão, dores crônicas, insônia, perda de peso, tratamento de vícios.) **ou distúrbios físicos e emocionais**.

Ela também é muito utilizada para **melhora geral do organismo**, sendo capaz de estimular a circulação sanguínea, reduzir inflamação, [melhorar a digestão](#), reduzir o estresse e melhorar o equilíbrio emocional.

## Benefícios da auriculoterapia

O tratamento oferece diversos benefícios para o corpo e a mente de seus pacientes. Entre eles, destacamos:

### Redução da Ansiedade e Depressão

A auriculoterapia pode ajudar a reduzir os sintomas de ansiedade e depressão, pois os pontos de pressão na orelha correspondem a áreas do cérebro relacionadas ao controle do humor e do estresse.

### Tratamento de Dores Crônicas

A auriculoterapia também pode ser usada para tratar a dor crônica, como dor nas costas, [dores de cabeça](#) e dor no joelho, pois a técnica ajuda a liberar endorfinas, substâncias produzidas pelo próprio corpo que reduzem a sensação de dor.

### Tratamento de Vícios

É possível tratar vícios como o tabagismo e o alcoolismo, pois a técnica ajuda a reduzir a ansiedade e os sintomas de abstinência.

## Estímulo da Circulação Sanguínea

A técnica ajuda a melhorar a circulação sanguínea, o que promove vantagens na vida de pessoas que sofrem de problemas circulatórios.

## Melhora do Equilíbrio Emocional

A auriculoterapia ajuda a equilibrar as emoções, trazendo benefícios para pessoas que sofrem de desequilíbrios emocionais, como a irritabilidade e a instabilidade emocional.

## Quem faz a auriculoterapia?

**O tratamento por auriculoterapia é indicado para todas as idades.** Os seus benefícios podem ser sentidos igualmente tanto em crianças, quanto em adultos ou idosos.

A única recomendação é que **o tratamento seja feito com cautela em pacientes imunodeprimidos ou que façam uso de anticoagulantes.** Pacientes que estejam com **infecção ativa** também requerem atenção especial.

Vimos neste artigo sobre auriculoterapia: o que é, quem faz, para que serve, além de conhecermos alguns de seus benefícios. Essa técnica terapêutica pode ajudar a aliviar sintomas e tratar uma série de condições, sendo uma opção interessante para quem busca tratamentos complementares e alternativos para a saúde e bem-estar.

Este conteúdo foi útil para você? Compartilhe com os seus amigos!

**IMPORTANTE:**

As informações contidas neste artigo têm caráter unicamente informativo e não podem e nem devem ser utilizadas como substitutas ao diagnóstico médico ou mesmo substitutas ao aconselhamento de um profissional da saúde.