

THAYNÁ DANERY

TRATAMENTOS NATURAIS

NATUROLOGIA E VIDA

Sumário

O que é naturologia?	02
Aspectos importantes para os tratamentos naturais	03
Geoterapia (tratamento com argila)	04
• Como manipular a argila	04
• Orientações	05
• Tratamento 01 - Acnes ou Espinhas	05
• Tratamento 02 - Assadura	05
• Tratamento 03 - Dor ciática	06
• Tratamento 04 - Dores na coluna	06
• Tratamento 05 - Enxaqueca	07
• Tratamento 06 - Cortes e feridas	07
• Tratamento 07 - Gastrite	08
• Tratamento 08 - Hemorroida	08
• Tratamento 09 - Má digestão	08
• Tratamento 10 - Menopausa	09
• Tratamento 11 - Picadas Venenosas	09
• Tratamento 12 - Pele	09
• Tratamento 13 - Queimaduras	10
• Tratamento 14 - Rinite	10
• Tratamento 15 - Suor nos pés e odor	10
• Tratamento 16 - Sinusite	11
• Tratamento 17 - Torcicolo	11
Hidroterapia (tratamento com água)	12
• Insônia	12
• Banho de temperatura crescente para os braços	13
• Escalda pés alternados	13
• Banho de imersão	13
• Inalação	13
• Compressas frias localizadas	14
• Enfaixamento ventral	14
• Envoltório de gelo	14
Biografia	15

O que é Naturologia?

Naturopatia ou naturologia é uma forma de medicina alternativa onde se utiliza elementos naturais (provindos da natureza) para a prevenção, tratamento e cura de doenças. Tem como objetivo recuperar e promover a saúde e equilíbrio do organismo proporcionando consequentemente uma melhor qualidade de vida.

Trata o indivíduo de forma holística, considerando aspectos emocionais, mentais, físicos e sociais buscando conscientizar o mesmo de sua condição de saúde e estilo de vida.



Aspectos importantes para os tratamentos naturais

Antes de iniciar qualquer tratamento natural é importante saber que os mesmos só terão bons resultados se combinados a um estilo vida saudável, o que envolve todos os aspectos de sua vida sendo o principal a alimentação. Tudo inicia pela boca, e você é aquilo que você come.

É importante ressaltar os 8 remédios naturais que irão te ajudar a manter uma boa saúde e potencializar os procedimentos naturais na cura de diversas enfermidades. São eles:

Água;
Ar puro;
Luz solar;
Repouso/ sono;
Nutrição;
Exercício físico;
Temperança;
Confiança.

