

IOLANDO MENESES

**MEU OPÚSCULO - CONHECENDO UM POUCO
MAIS A NATUROPATIA**

1ª. edição

MEU OPÚSCULO - CONHECENDO UM POUCO MAIS A NATUROPATIA

**MEU OPÚSCULO - CONHECENDO UM POUCO
MAIS A NATUROPATIA**

Iolando Meneses

Livrorama
2022

MEU OPÚSCULO - CONHECENDO UM POUCO MAIS A NATUROPATIA

Capa: Livrorama

Foto Capa: Livrorama

Revisão: Do autor

1ª. Edição: 2022

Iolando320@gmail.com

O QUE É A NATUROPATIA?

A Naturopatia é um sistema de medicina alternativa que busca estimular a capacidade inata de cura do corpo, utilizando métodos naturais e abordagens holísticas para promover a saúde e o bem-estar.

A naturopatia é um sistema de medicina complementar e alternativa que se baseia em abordagens naturais e holísticas para promover a saúde, prevenir doenças e tratar distúrbios. Essa prática tem como objetivo estimular os mecanismos de cura do corpo, utilizando métodos terapêuticos naturais, nutrição adequada, estilo de vida saudável e abordagens emocionais e espirituais.

A naturopatia considera o corpo como um organismo completo, integrando os aspectos físicos, mentais, emocionais, sociais e espirituais da saúde. Os naturopatas acreditam que a doença é causada por uma desarmonia ou desequilíbrio nesses aspectos, e o papel do terapeuta é identificar e tratar as causas subjacentes, em vez de apenas aliviar os sintomas.

A palavra "naturopatia" deriva do termo latino "natura", que significa natureza, e "pathos", que significa doença. Assim, a naturopatia se baseia na ideia de que a natureza contém os recursos necessários para a manutenção da saúde e para a recuperação de doenças.

HISTÓRICO:

A naturopatia tem raízes antigas e remonta a várias culturas ao redor do mundo. Os princípios da naturopatia podem ser encontrados