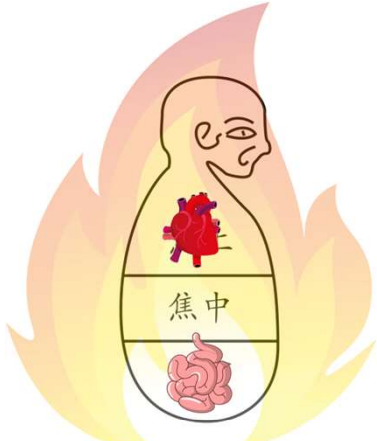
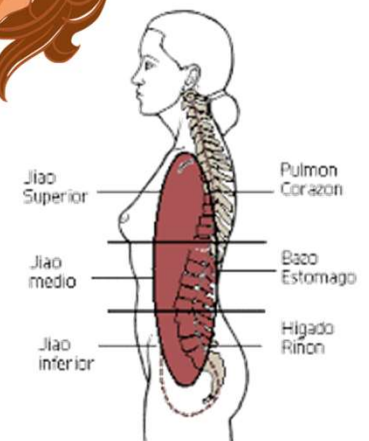
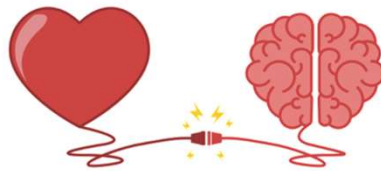


ENERGIA FUEGO

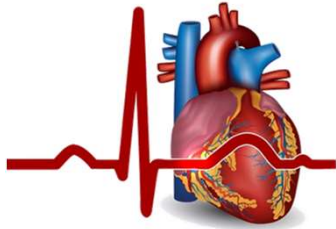


LA LUZ, EL RITMO, EL IMPULSO
Y LA POTENCIA DE LA VIDA

- EL Corazón impulsa la Sangre y nutre al cuerpo de forma adecuada con sangre y Energía nutritiva. **La fuerza del impulso y del latido depende de la Energía del Corazón.**
- El Corazón acoge y envuelve al Espíritu. Se refleja en la capacidad de comunicación, expresión emocional, la mente serena, el brillo de los ojos y una tez luminosa.
- Nutre La Tez. La Energía del Corazón se reflejará en una tez brillante y saludable.
- Se conecta con la lengua. Nutre el Sentido del Gusto y el Habla.
- **Mantiene la conciencia y gobierna la Mente. Nos da Claridad Mental.**
- La fuerza del Espíritu albergada en el Corazón marca el ritmo y el impulso de la vida.
- **La capacidad de valorarse como ser individual y al mismo tiempo unido con el TODO pertenece al Corazón. La identificación consciente con la naturaleza, con la humanidad y la compasión emanan desde el Corazón.**
- El Intestino Delgado ayuda al Corazón purificando y transportando los líquidos y las sustancias que entran en la sangre.
- El Pericardio protege al Corazón. También, es responsable del Placer e impulso sexual. Rige el intercambio en las relaciones, los estímulos “fuego”: visión, calor, tacto, palabra.
- Triple Calentador: "El Calentador Superior controla la ingesta, el Calentador Medio controla la transformación y el Calentador Inferior controla la eliminación." Es conocido como el “Oficial del Balance y la Armonía”. Comanda y alimenta las tres grandes funciones que proporcionan calor y vida produciendo energía: Cardio-respiratorias, Digestivas y Génito-urinarias.



CONSECUENCIAS DE LOS DESEQUILIBRIOS DE LA ENERGIA DEL CORAZON, PERICARDIO, INTESTINO DELGADO Y TRIPLE CALENTADOR



PROBLEMAS CARDIOVASCULARES



DEPRESION



FRIGIDEZ O
FALTA DE INTERES SEXUAL



SUEÑO INQUIETO



PROBLEMAS DE ENROJECIMIENTO Y
ERUPCIONES EN EL ROSTRO, COMO:
ROSACEA Y ACNE



EXCESIVO CALOR Y
SUDORACION



METABOLISMO LENTO.
HIPERLIPIDEMIAS



TRASTORNOS DEL HABLA Y
DE APRENDIZAJE



TRASTORNOS MENTALES O
PSIQUIATRICOS

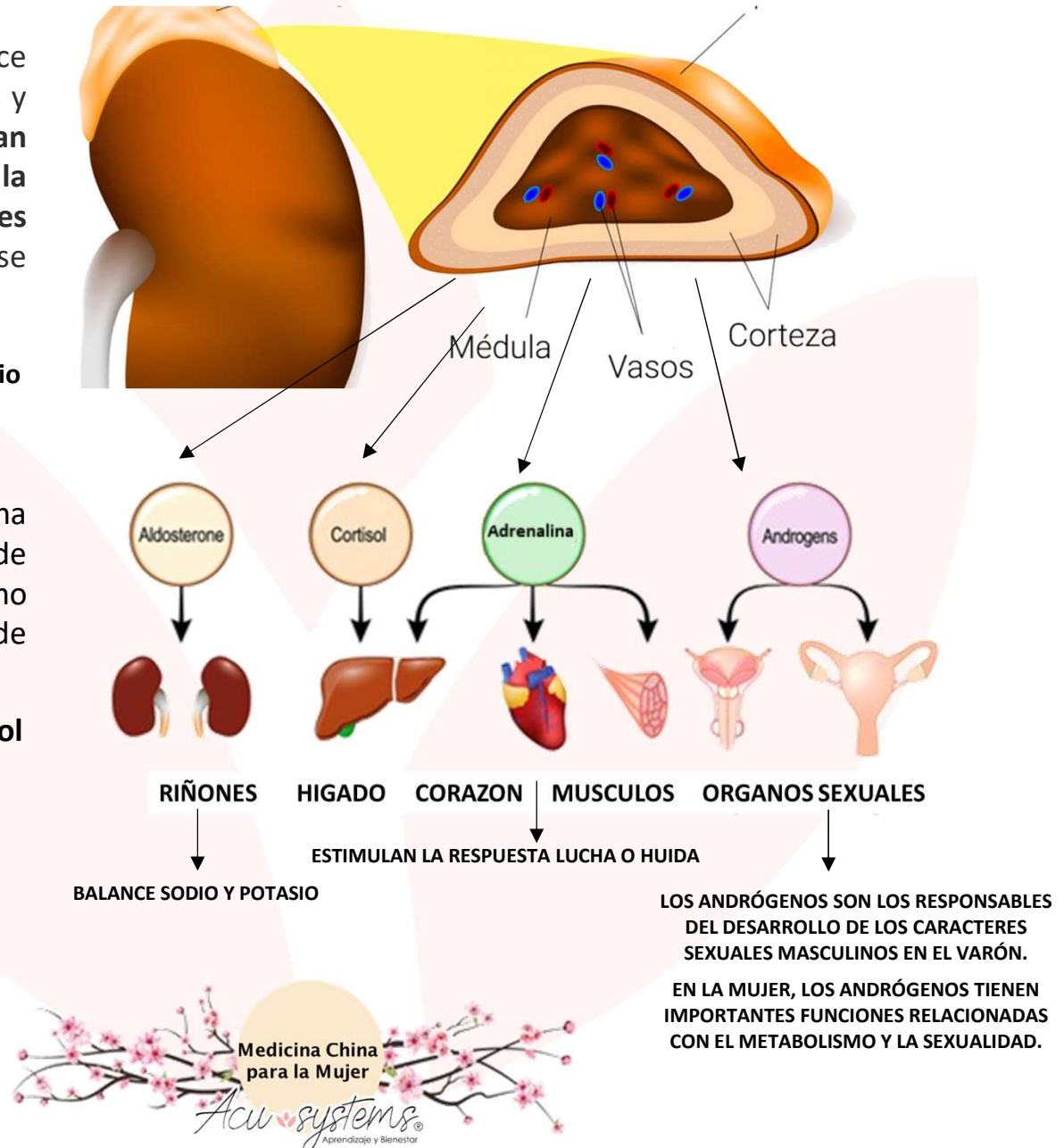
GLANDULAS SUPRARRENALES

Glándula pequeña que produce hormonas esteroideas, epinefrina y norepinefrina. Estas hormonas ayudan a controlar los latidos del corazón, la presión arterial y otras funciones importantes del cuerpo. También se llama glándula adrenal.

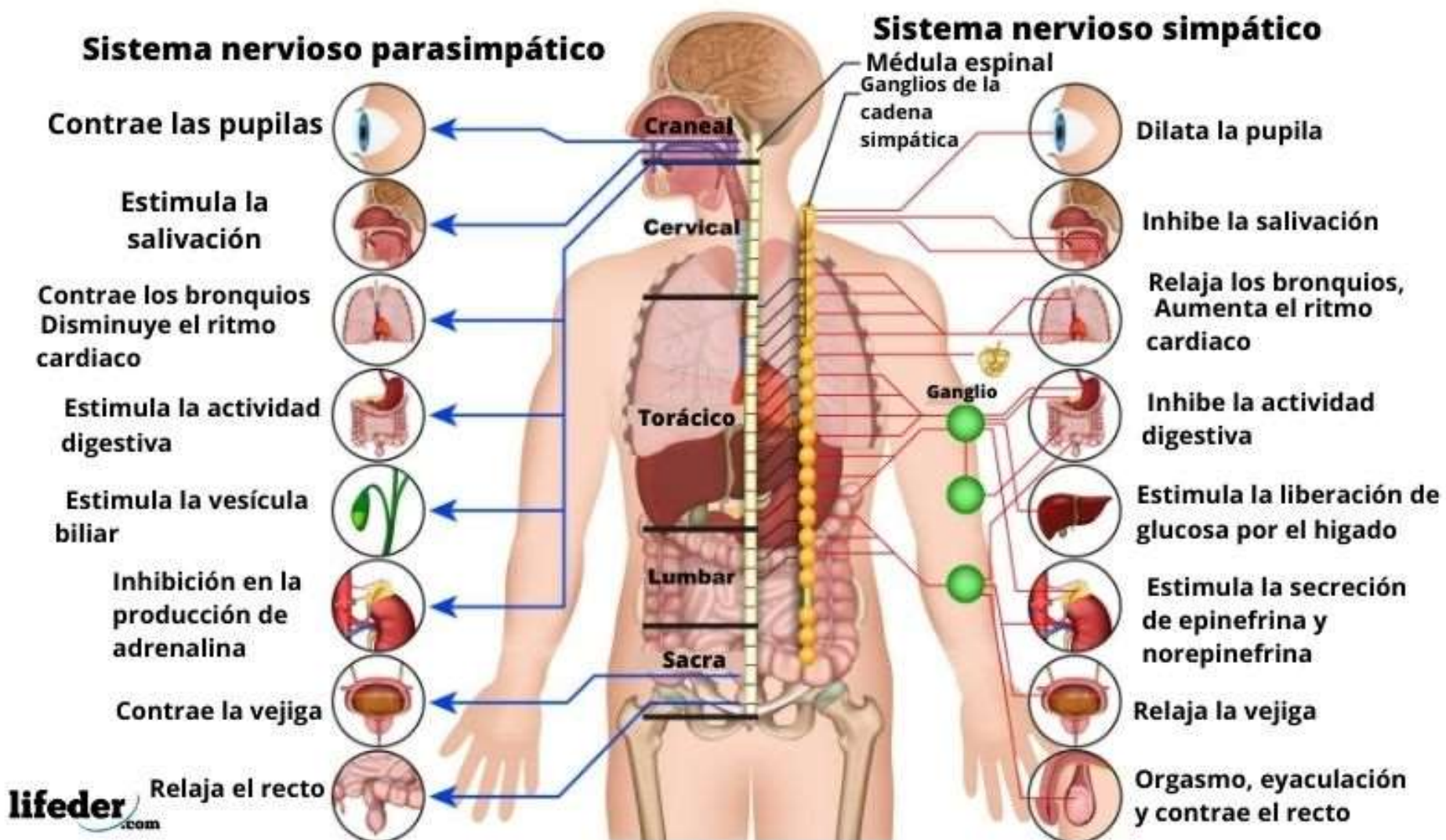
<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/glandula-suprarrenal>

EL CORTISOL es una hormona esteroidea, producida por la corteza de la glándula suprarrenal. Se libera como respuesta al estrés y a un nivel bajo de glucosa en la sangre.

<https://es.wikipedia.org/wiki/Cortisol>

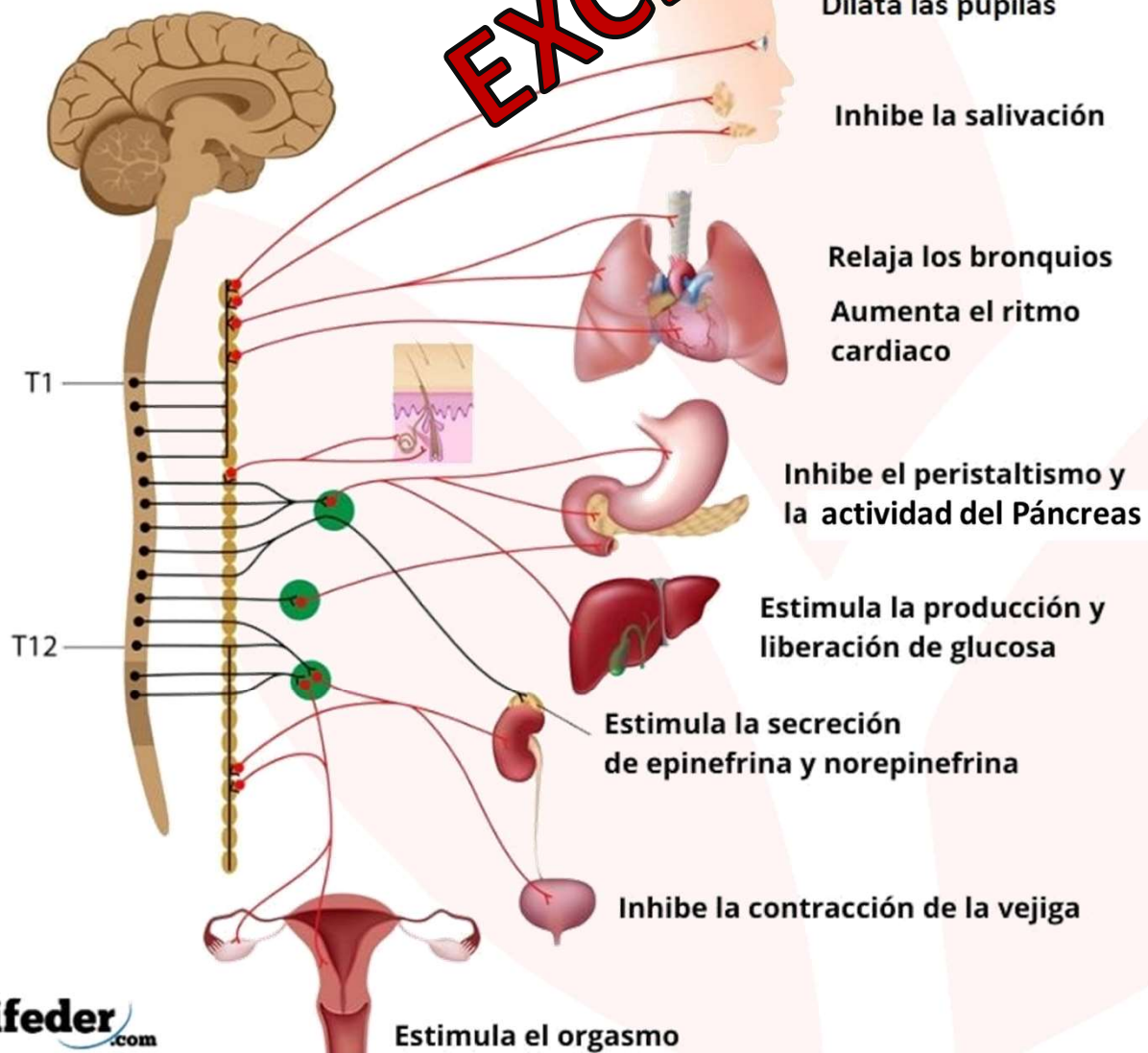


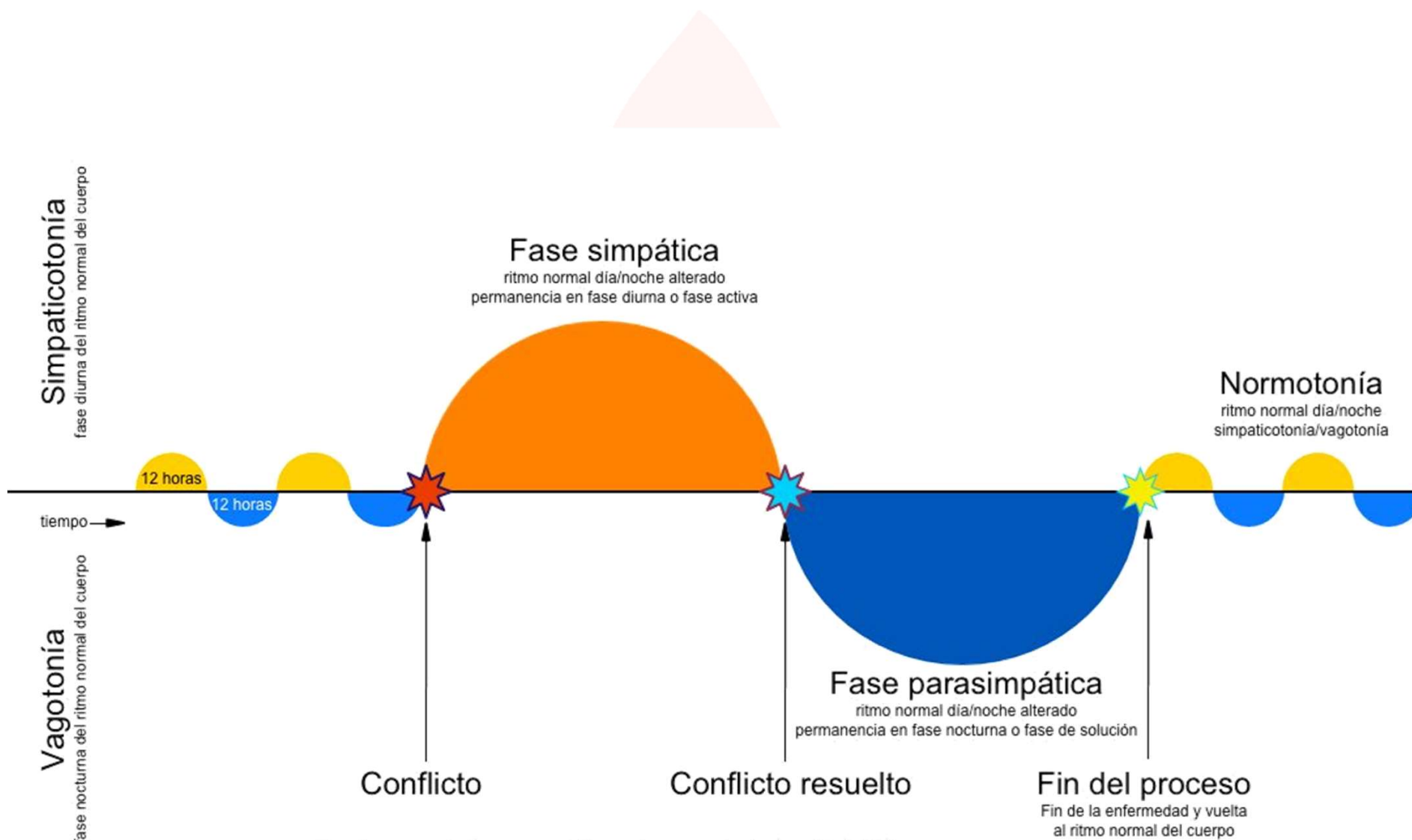
Sistema nervioso autónomo



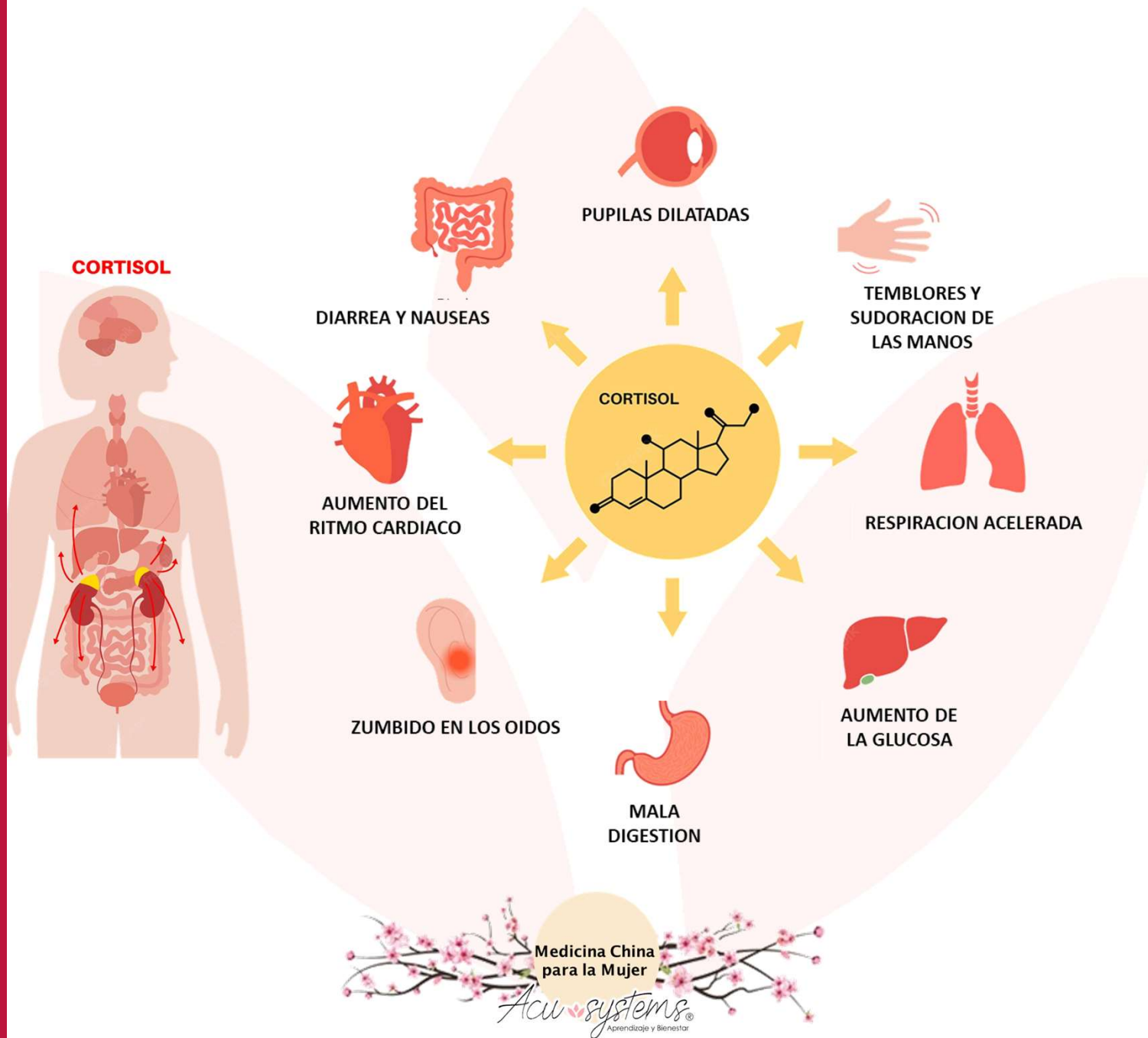
SISTEMA NERVIOSO SIMPÁTICO

EXCESO





Puede usar esta imagen gratuitamente por cortesía de métodoECI.com





GENERADORES DE CORTISOL (ESTRÉS)



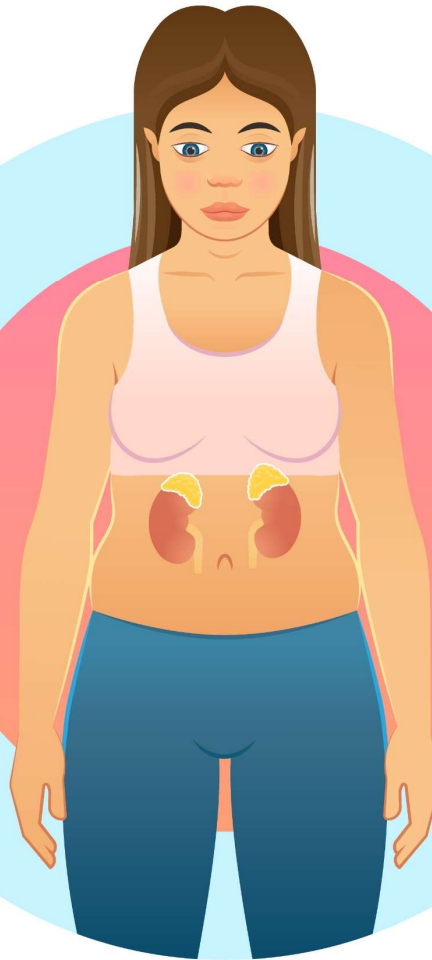
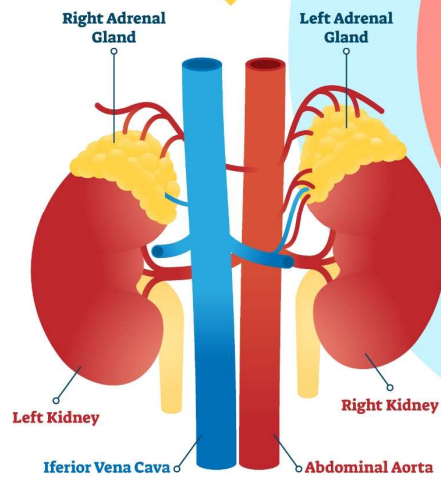
CONSECUENCIAS DEL CORTISOL ALTO



FATIGA ADRENAL

Las Glándulas Adrenales producen una variedad de hormonas esenciales para la Vida.

La producción excesiva de una o mas de estas hormonas, puede generar Fatiga Adrenal.



FATIGA



CAIDA DE ENERGIA



DEPRESION



ANSIEDAD



MAL SUEÑO



ATURDIMIENTO



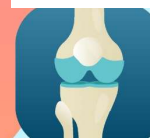
INFECCIONES FRECUENTES



CAIDA DEL CABELLO



NECESIDAD DE CAFEINA



DOLORES ARTICULARES



MENTA NUBLADA



OJERAS OSCURAS



AUMENTO DE PESO



DESEO DE CARBOHIDRATOS



DESEO DE SAL

COMO AYUDAR A NUESTRAS SUPRARRENALES



BAJARLE AL ESTRES



ELIMINA EL AZUCAR Y LOS ALIMENTOS PROCESADOS



MEJORA LA CALIDAD DE SUEÑO



BAJA EL CONSUMO DE CAFEINA

SUPLEMENTOS



VITAMINA C



CONSUMO DE ADAPTOGENICOS



VITAMINA B

Según diversas investigaciones, las mujeres son mucho más susceptibles al estrés que los hombres. De esta manera, también tienen más probabilidades de sufrir depresión.

4 de cada 10 mujeres dicen sentirse estresadas o en situaciones de estrés frente a 2 de cada 10 hombres.

CAUSAS DEL ESTRÉS EN LAS MUJERES

Entre las principales causas de estrés y de ansiedad se pueden encontrar las siguientes:

- En los últimos años las mujeres comenzaron a sobre exigirse como nunca lo habían hecho, desarrollándose en lo profesional y laboral.
- Una mayor carga de responsabilidades simultáneas como el hogar, los hijos y la profesión.
- Mayores cambios hormonales que los hombres.
- Mayor predisposición genética a padecer dichos cuadros.
- Más permiso social para expresar lo que emocionalmente sienten, incluidos los temores”.
- En relación con las hormonas y los cambios fisiológicos, sucede que el cerebro femenino es más sensible a la corticotropina, una hormona producida en los momentos de ansiedad. Y no solo es más susceptible a ella sino que tampoco tiene la capacidad de afrontarla cuando se presenta en niveles altos, por tanto para las mujeres es mucho más difícil controlar el estrés.

<https://www.nascia.com/estres-mujer/>



- **DISTRIBUCIÓN ECONÓMICA.**
- **CUESTIONES LABORALES.**
- **EXIGENCIAS SOCIALES.**
- **COMBINAR “VIDAS”.**
- **CUIDAR DE LOS PADRES, HERMANOS O FAMILIARES.**
- **PROBLEMAS DE PAREJA.**
- **VIOLENCIA.**



AURICULOTERAPIA



ENDOCRINO (GLÁNDULA PITUITARIA, SECRECIÓN INTERNA):

Este punto además de ayudar a la regulación homeostática de las hormonas endocrinas, es utilizado en la MTC para reducir la humedad, hinchazón y edema.

TALAMO: En la MTC, el Punto Tálamo tonifica el cerebro y calma la mente.

TRIPLE CALENTADOR: Trabaja sobre los órganos internos y las glándulas endocrinas. También influye sobre el sistema circulatorio, respiratorio y termorregulador. Da alivio a la indigestión, falta de aliento, anemia, Hepatitis, distensión abdominal, estreñimiento y edema. Regula la circulación del agua y la distribución de fluidos en los tres sistemas principales del cuerpo.

DU MAI 20

DU MAI 24



TRIANGULO DE BUDA



TRIANGULO DE BUDA: CORAZON 7 + PULMON 9 + PERICARDIO 6

**COMBINACIÓN AUXILIAR PARA EL ESTRÉS, ANSIEDAD CON SENSACIÓN EN EL PECHO O EN EL ESTOMAGO .
MOLESTIAS DIGESTIVAS RELACIONADAS CON ANSIEDAD, MIEDO, VERGÜENZA, TRAUMA O ESTRÉS.**