

## Le rôle du naturopathe

Le praticien naturopathe est avant tout un éducateur de santé, il cherche la cause de la maladie et pousse le corps à l'auto-guérison.

Le naturopathe s'adresse à la personne dans son intégralité, c'est une médecine holistique.

*« Le corps et l'esprit sont indissociables »*

Il pratique et conseille les thérapies douces.

**Conseils en hygiène alimentaire individualisé.**

**Rééquilibrage alimentaire** ciblé selon la pathologie.

**Phytothérapie** : utilisation des plantes médicinales, en teinture mère, en macérât glycéiné (bourgeons de plantes), tisane, infusion et en extrait sec.

**Aromathérapie** : utilisation des huiles essentielles par voie orale, diffusion, massage, inhalation ou bain aromatique.

**Oligothérapie** : zinc, magnésium, calcium etc.

**Nutrithérapie** : vitamines et minéraux.

**Soins par l'argile** : cataplasme, bains de bouche, masques, bain d'argile.

**Réflexologie plantaire** : c'est une thérapie manuelle qui agit par pression sur les points réflexes de la plante des pieds correspondant aux organes et aux glandes de notre corps. La réflexologie stimule en cas de fatigue, soulage et apaise en cas d'anxiété et de stress, rééquilibre l'énergie dans le corps.

**Pose de ventouses** : soulage l'arthrite, arthrose, contracture musculaires, bronchites etc.

Le naturopathe fait de la Prévention et de l'Intervention

### Prévention

N'attendez pas d'être malade pour vous soigner.

Avant l'hiver, pour renforcer votre système immunitaire afin de vous prévenir de la grippe, virus, infection ORL, gastro-entérite, etc.

Avant le printemps, pour les allergies, intolérances alimentaires, déprime saisonnière, drainage, cure désintoxinante.

*« Apprenez à écouter votre corps pour mieux gérer votre santé ».*

### Intervention

Pathologies chroniques, invalidantes, récidivantes etc.

Dépression, maladie auto-immune, rhumatisme inflammatoire, arthrite, arthrose, fibromyalgie, spasmophilie, anxiété, fatigue chronique, cystite, ménopause, problèmes de poids, manque d'appétit, cholestérol, diabète, cancer, psoriasis, troubles circulatoires, jambes sans repos etc.