



TERAPIA ANTIESTRÉS

ESTRÉS



Exceso de tensión en la fibra nerviosa.

NEURONAS:

Médula Espinal

Cerebro

Nervios



CAUSAS DEL ESTRÉS

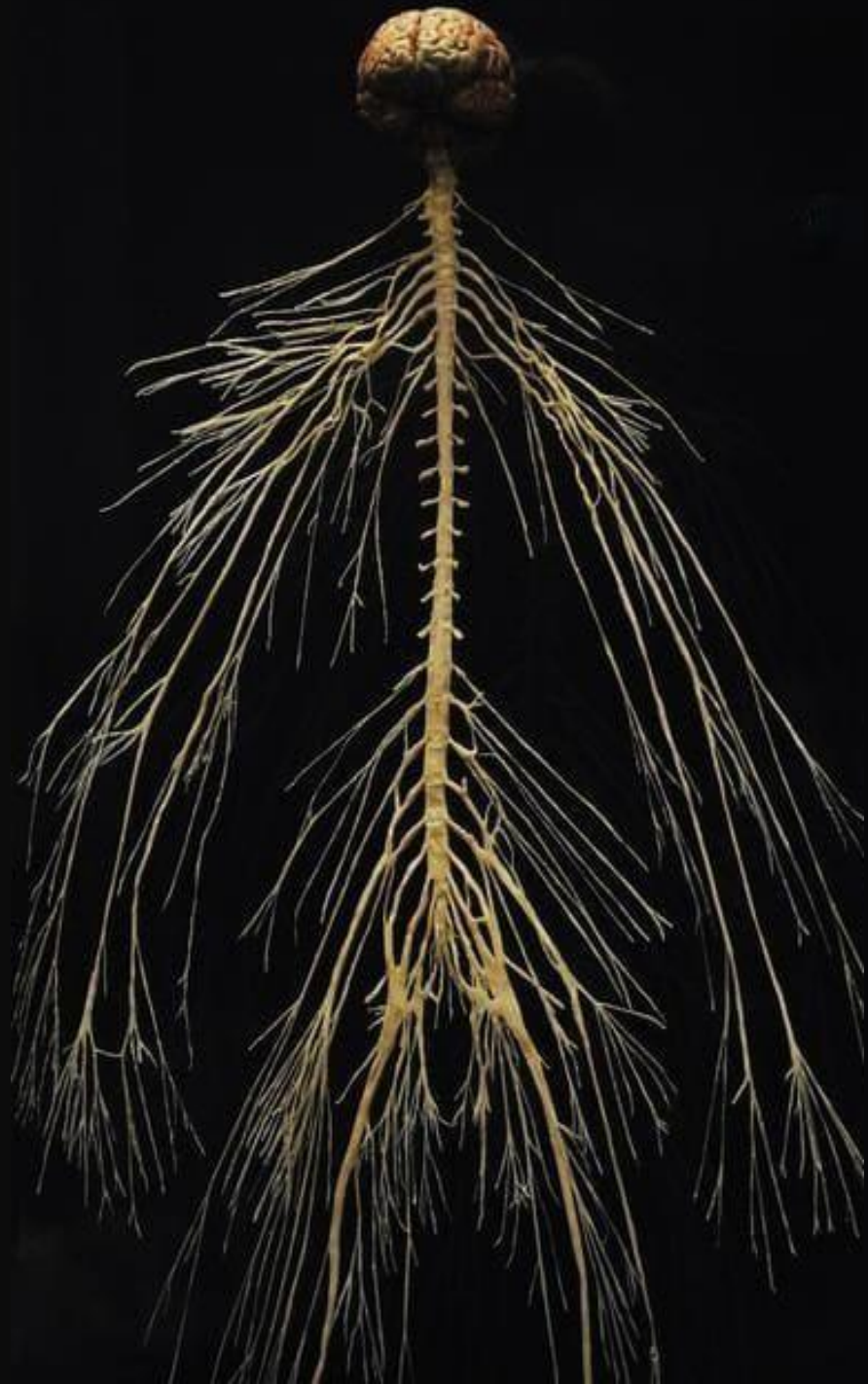
EXTERNAS

- Exceso de trabajo.
- Trasnocarse.
- Ruido.
- Mala alimentación.
- Mal trato.
- Desprecio.



INTERNAS

- Compromisos
- Preocupación.
- Temores.
- Culpas.
- Frustración.



SISTEMA DE PLEXOS

CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS

- Insomnio.
- Pérdida de memoria.
- Reumatismo.
- Lumbalgia.
- Cervicalgia.
- Cefalea.
- Depresión...







TERAPIA

Práctico

Sencillo

SENSORIAL

A vibrant sunset scene with a bright sun low on the horizon, casting long, golden rays of light through a sky filled with scattered, colorful clouds. The sun's reflection is visible on the calm water in the foreground, creating a shimmering path of light. The overall atmosphere is warm and serene.

- Tacto
- Vista
- Oído
- Olfato
- Gusto

SENSITIVA

- Imaginación
- Palabra
- Música
(sonido)
- Silencio

