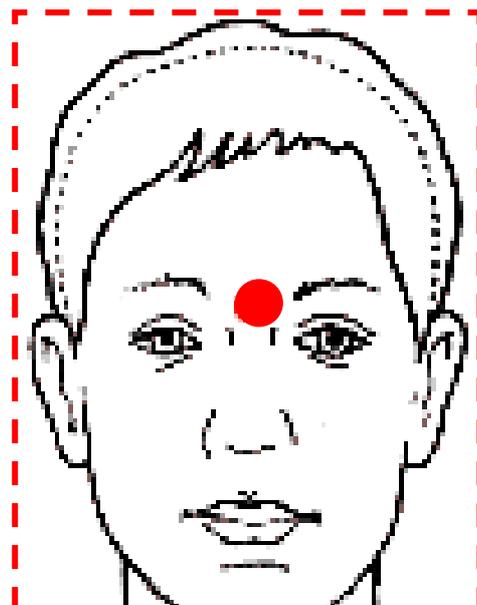
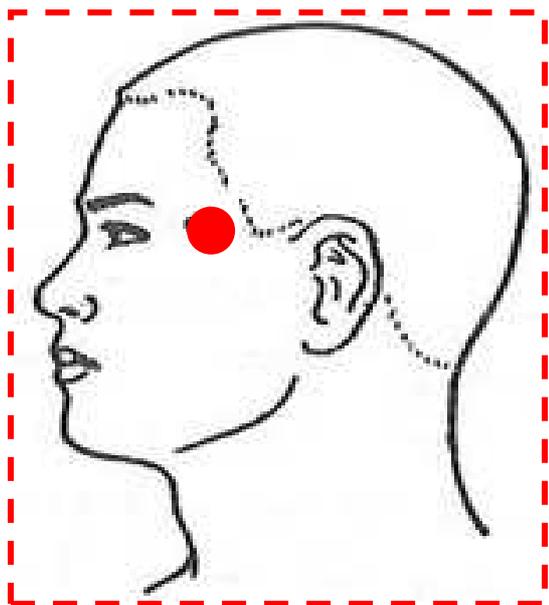


## ALIVIE A DOR DE CABEÇA COM MÉTODOS ALTERNATIVOS

A acupuntura é uma terapia oriental complementar que, através de pontos específicos de energia localizados ao longo do corpo, busca a partir da inserção de agulhas reequilibrar o organismo e estimular seu potencial de cura. Segundo esta terapia, nosso corpo possui um fluxo de energia que, ao ser interrompido, interfere no equilíbrio do corpo. Com a perda do equilíbrio, conseqüentemente, surgem os sintomas e as doenças. Estes pontos podem ser estimulados também por pressão ou calor.

Aqui seguem algumas dicas simples deste tipo de terapia para auxiliar no alívio de um dos sintomas que mais afetam a população em geral: a cefaléia, popularmente conhecida como dor de cabeça.

*Basta massagear os pontos abaixo durante 10 a 15 segundos*



A massagem também pode ser um excelente complemento no alívio da dor de cabeça, produzindo alto poder relaxante.



Lembre-se: Os efeitos benéficos das terapias alternativas atuam de forma complementar e não substitutiva!