

# Insônia

## Tratamento através da Auriculoterapia



# Insônia

## Tratamento através da

# Auriculoterapia

*"Já chorei até pegar no sono, mas também já fui dormir tão feliz, ao ponto de nem conseguir fechar os olhos."*

*(Clarice Lispector)*

# Insônia

孀 Você dorme bem?



# Insônia

Insônia A insônia é caracterizada pela dificuldade de:

Insônia Iniciar o sono, e/ou

Insônia Manter o sono, (acordar precocemente) e/ou

Insônia Pela sensação de sono não reparador

# Insônia

Atinge 25% da população;

Principalmente mulheres e idosos;



# Insônia

Muitos são os fatores que levam à insônia:

• Ambiente não adequado;

• Doenças/dores;

• Estresse (não desliga);

• Preocupação, ansiedade;

• E muitos outros...(fatores físicos e psicológicos)

# Insônia

婚 A qualidade do sono é aspecto fundamental do conceito atual de saúde. Quando dormimos mal todos os sistemas do corpo são afetados.

婚 O sono também apresenta uma função de reparação mental muito grande: é como se, durante as horas dormidas, o cérebro fosse desfragmentado, tal qual o disco rígido de um computador, jogando-se fora o que não serve mais e abrindo espaço para novas percepções e tarefas. Sem o sono, esta atividade de reparação mental diminui e a capacidade cognitiva é prejudicada: a concentração cai, a memória enfraquece e a própria capacidade de fixar novas informações e lembranças se torna frágil.

# Insônia - 失眠 (Shīmián)

媮 “Quando o Yin Qi é preponderante e o Yang Qi está enfraquecido, os olhos se fecham e dormimos; na manhã, quando o Yang Qi é preponderante e o Yin Qi fica enfraquecido, acordamos para realizar as atividades diurnas.”

媮 (Ling Shu)



# Insônia - 失眠 (Shīmián)

媿 É um desequilíbrio entre Yin-Yang;

媿 Desarmonia entre Fogo e Água;

# Insônia - 失眠 (Shīmián)

媯 Etiopatogenia (principais):

1. Excesso de trabalho mental e/ou preocupação excessiva;
2. Excesso de Atividade Sexual;
3. Alimentação Inadequada;
4. Irritabilidade e Emoções Reprimidas.

# Insônia - 失眠 (Shīmián)

## Auriculoterapia -

### Tratamento

- Sangria no Ápice da Orelha
  - Área da Neurastenia
- Área dos Sonhos Excessivos
  - Ponto da Neurastenia
- Ponto do Sono Profundo
  - Ponto da Ansiedade

▪ Shenmem  
marciacantero@pontomar.  
com.br

Insônia - 失眠 (Shīmián)

Auriculoterapia -

Tratamento

婁 Baço

婁 Fígado

婁 Rim

(este é só um exemplo de protocolo, o tratamento deve ser estabelecido de acordo com a Diferenciação de Síndromes e demais Teorias da MTC.)

# Auriculoterapia

媿 Protocolo e localização dos pontos baseados na Escola de Auriculomedicina da Prof<sup>a</sup> Huang Li Chun;

媿 Técnica de Auriculoterapia extremamente eficaz, para Diagnóstico e Tratamento.

# Insônia - 失眠 (Shīmián)

## Auriculoterapia -



# Palestrante:

娟 Prof<sup>a</sup> Marcia Cantero

娟 Master em Auriculoterapia;

娟 Discípula direta da Prof<sup>a</sup> Huang Li Chun;

娟 Diretora Clínica da PontoMar –  
Acupuntura

娟 Prof<sup>a</sup> da EBRAMEC – Escola Brasileira  
de Medicina Chinesa.

# Contato

婣 [marciacantero@pontomar.com.br](mailto:marciacantero@pontomar.com.br)

婣 [Facebook.com/Marcia.Cantero](https://www.facebook.com/Marcia.Cantero)

Obrigada pela atenção!

谢谢 - Xièxiè

marciacantero@pontomar.  
com.br