

Quelle efficacité la MTC apporte pour la Perte de Poids et le Bien-Être à la Ménopause

Symptôme et Impact sur votre poids	Les atouts des Méthodes Traditionnelles chinoises	Les effets
Bouffées de Chaleur et Sueurs Nocturnes (entraînent fatigue, fringales et perturbation du métabolisme)	La Digipuncture a un effet prouvé. Des études montrent qu'elle réduit l'intensité des bouffées de chaleur et améliore la qualité du sommeil (via la régulation de la thermorégulation et de l'axe hormonal).	<i>"Quand vos nuits sont plus calmes, votre corps n'est plus en état de stress permanent. C'est la première étape pour que votre corps arrête de stocker."</i>
Stress, Anxiété, Irritabilité (favorisent les fringales et le stockage de graisse abdominale)	La Digipuncture agit sur les neurotransmetteurs et le système nerveux . Elle fait circuler l'énergie du Foie, souvent stagnante.	<i>"Quand votre esprit est apaisé, vous reprenez le contrôle de vos envies et vous évitez les compulsions alimentaires."</i>
Fatigue et Baisse d'Énergie (empêche l'activité physique et ralentit le métabolisme)	Les compléments alimentaires chinois et le TuiNa (massage) tonifient l'énergie (Qi) et apporte la vitalité.	<i>"Contrairement aux régimes stricts qui épuisent, l'approche MTC vous redonne de l'énergie. C'est grâce à cette vitalité retrouvée que vous pourrez bouger sans effort et brûler plus de calories."</i>
Sensation de Lourdeur Digestive / Ballonnements (liés au stockage des graisses et à l'inconfort)	Souvent un signe d'accumulation de l'humidité dû à une dysharmonie du foie, et de la Rate en MTC. Renforcer ces deux organes permet une meilleure digestion et ainsi réduit le gonflement.	<i>"Adieu les ventres gonflés ! Nous ciblons la faiblesse digestive pour que vous assimiliez mieux les nutriments et drainiez l'excès d'eau, retrouvant un confort appréciable."</i>
Rétention d'Eau / Gonflement des Membres (masque la perte de poids et donne une sensation de lourdeur)	L'Énergie du rein et de la rate sont ici souvent concernée. Mais pas que... La prise en charge personnalisée en MTC relance la bonne gestion des liquides organiques . D'autre part, les compléments alimentaires que je vous conseillerai peuvent être d'une aide très précieuse.	<i>"Nous ne cherchons pas seulement à vous faire perdre du poids, mais à vous faire sentir légère. En traitant la rétention, nous obtenons souvent une perte rapide en centimètres très motivante."</i>
Appétit Excessif et Envie de Sucré (sabotent les efforts de régime)	La Digipuncture peut moduler l'appétit en stimulant des points spécifiques (sur le corps ou l'oreille qui aident à réguler la sensation de faim.	<i>"Si vos envies sont hormonales ou émotionnelles, la MTC peut les atténuer à la source. Vous arrêtez de lutter contre votre assiette pour vous concentrer sur votre bien-être."</i>