

# Control de peso – Adelgazamiento



Tanto la acupuntura como la auriculoterapia para adelgazar han ganado espacio como una alternativa eficaz en el control de peso.

La aplicación de agujas y balines en determinados sitios del cuerpo y de la oreja actúan sobre los centros de la saciedad y el apetito, además te ayudan a controlar la ansiedad por comer y estimulan al organismo para que emplee sus propias reservas grasas.

Como todo tratamiento adelgazante debe acompañarse de otras medidas tales como una buena alimentación y actividad física para asegurar que la pérdida de peso sea permanente.

La duración del tratamiento dependerá del objetivo del paciente, de la velocidad y cantidad de peso perdido y de manera importante de tu disposición para cambiar ciertos hábitos y buscar un estilo de vida saludable. **PERDER PESO PARA SIEMPRE, PARECE SER MUY AMBICIOSO Y OPTIMISTA PERO ES REAL, SOLO DEPENDE DE TI.**