

Supraponderabilitatea, cu partea ei patologică obezitatea, este recunoscută de Organizația Mondială a Sănătății ca fiind o epidemie.

Obezitatea este o problemă de sănătate publică mondială. Prevalența acestei maladii este în creștere. Impactul este și mai mare în țările industrializate datorită asocierii acesteia cu o multitudine de boli cronice cum sunt hipertensiunea arterială, diabetul zaharat, bolile osteo-articulare, anumite tipuri de cancer și o mortalitate crescută. De asemenea, prevalența problemelor sociale ale persoanelor obeze este crescută.

Obezitatea nu este numai o problemă de nutriție ci este o patologie, o problemă medicală, cu ample repercusiuni asupra stării generale de sănătate, asupra funcționării unor organe în particular. Mai mult obezitatea își pune amprenta și asupra psihicului persoanei supraponderale.

Complicațiile obezității pot fi: afecțiuni cardiace și vasculare, hipertensiune, tulburări locomotorii, sindrom de apnee în somn.

Supraponderabilitatea și obezitatea sunt definite și clasificate potrivit OMS (Organizația Mondială a Sănătății) în funcție de Indexul de Masă Corporală (BMI - body mass index) un raport între greutate în kilograme și înălțime exprimată în centimetri. Un indice mai mare de 25 indică supraponderabilitate, iar unul mai mare de 30 înseamnă obezitate.

CAUZELE OBEZITĂȚII:

Factorii generatori de obezitate sunt multipli și sunt individuali cât și sociali/de mediu.

Enumerăm doar câțiva factori comuni și mai des întâlniți:

Sedentarismul - este de departe cea mai frecventă cauză a obezității. Indiferent că nu îți place să faci sport sau modul de viață nu îți permite să faci mișcare, sedentarismul provoacă obezitate.

Supra alimentarea este și ea o cauză a obezității, însă aici se impun discuții suplimentare având în vedere că apetitul crescut poate fi determinat la rândul său de alți factori.

Stresul psihic și depresia - conduc la ingerare accentuată de alimente și tulburarea funcțiilor digestive.

Probleme hormonale - cad strict sub analiza și corecție medicală. Din păcate, tratarea lor pe cale alopatică este foarte dificilă și implică deseori dezechilibre viitoare. Utilizarea acupuncturii în această direcție s-a dovedit a fi fără urmări și cu o foarte mare eficiență.

Trebuie menționat că există un cerc vicios în ceea ce privește obezitatea:

Obezitatea ESTE DETERMINATĂ și de traume psihice, probleme afective, consum de medicamente, de alcool, și aspectul revers/simetric este că și OBEZITATEA poate determina apariția acestor manifestări, pe un teren prielnic, dacă individual încă nu le-a manifestat.

De ce sunt pline de eșec metodele de slăbit cunoscute azi?

Metodele actuale de tratare a obezității sunt în foarte mare parte fără succes pentru că nu ating rădăcinile problemei în individ. Nu există o formulă standard sau generalizată de tratament a obezității așa cum se prezintă în programele de slăbit de pe canalele mass-media. În plus marea majoritate a formelor de terapie a obezității ating aspecte pur fizice și nu se ating de

aspectele emoționale și de cele energetice ale individului.

Abordarea modernă a slăbitului este greșită. Se pune prea mult accent pe calorii, proteine, substanțe chimice în general. Dietele dezvoltate de mulți așa-ziși nutriționiști sunt greșite. Produsele dezvoltate de industriile farmaceutice sunt eronate. De fapt s-a dezvoltat o întreagă industrie farmaceutică, extrem de profitabilă, tocmai pe obezitate. Pacienții sunt induși în derută. Sunt îndemnați să consume produse pentru slăbit în timp ce li se promovează sau chiar impun un mediu/mod de viață și o alimentație total eronate. Acupunctura s-a dovedit extrem de eficientă în corectarea problemelor de obezitate și în menținerea rezultatelor. Cu alte cuvinte, prin acupunctură nu numai că slăbiți ci spre deosebire de alte metode rezultatele se și mențin în timp.

De ce este acupunctura atât de eficientă în a trata problemele de obezitate?

RĂSPUNS: pentru că acupunctura lucrează la toate nivelele necesare pentru a combate obezitatea: plan fizic, plan emoțional și plan/nivel energetic

- 1) acupunctura pentru slăbit face corecțiile energetic necesare în meridianele afectate;
- 2) acupunctura corectează starea psihică anxioasă, sau stări de altă natură care cauzează sau care întrețin patologia;
- 3) acupunctura inhibă, prin mecanisme foarte puternice senzația de foame, și dorința de a mânca exagerat.
- 4) în plus acupunctura stimulează endorfine cu un rol foarte important și face reglaje hormonale în tratarea obezității. Acupunctura în slăbit accelerează metabolismul și reglează absorbția și metabolizarea substanțelor nutritive și a sărurilor. Organismul își restabilește starea optimă de sănătate.
- 5) acupunctura poate chiar să întărească tonusul specific al mușchilor stomacului pentru a crea starea de sațietate.

A face acupunctură pentru slăbit este cea mai bună abordare a acestei patologii.

În rezumat: acupunctura în slăbit accelerează/reglează metabolismul (după caz), îmbunătățește digestia, reglează hormonii specifici, întărește funcția ficatului, pancreasului și a altor organe cu rol în metabolism și digestie.

Concluzia este că acupunctura funcționează ca metodă de scădere în greutate și menținere a noii greutate. Stimularea acupunctelor nu este un panaceu, o cură minune, este doar o poartă prin care poate trece noua ta cale, un nou stil de viață în care „mănânci mai puțin” și „faci mai multă mișcare” fiindcă asta îți face plăcere.

Dr. Ochișor Victor

tel: 0727 800 630,

e-mail: victor_ochisor@yahoo.com