

L'Endocrino-Psychologie & la Méthode ÉquiliOS

Retrouver l'équilibre naturel du corps et de l'esprit

L'Endocrino-Psychologie : une approche globale de l'être

L'endocrino-psychologie est une discipline fondée sur les travaux du Docteur Jean Gautier, puis développée par le psychologue Jean du Chazaud. Elle part d'un constat fondamental : les glandes endocrines jouent un rôle absolument central dans le fonctionnement de l'organisme humain, bien au-delà de leur seule fonction hormonale.

Nos glandes régissent non seulement notre métabolisme physique, mais aussi notre énergie, nos émotions, notre mémoire, notre capacité de concentration, notre sommeil et notre résistance au stress. Ainsi, un déséquilibre hormonal, même subtil, peut engendrer des troubles variés, aussi bien sur le plan physique que psychologique et intellectuel.

Pourquoi notre équilibre glandulaire peut-il être altéré?

Les glandes endocrines se soutiennent mutuellement et tentent de compenser leurs déficiences respectives. Mais d'où viennent ces déficiences? Nos habitudes de vie, l'alimentation, l'état d'esprit, les mauvaises habitudes, les ondes électromagnétiques, etc., modifient l'état glandulaire à cause d'une stimulation systématique d'une glande, ce qui la fatigue et la fragilise, et le déséquilibre s'installe. Cela peut créer plusieurs types de problèmes, dont la prise de poids, la fatigue ou l'épuisement, un cycle menstruel perturbé, des allergies, des problèmes de digestion, des douleurs musculaires, articulaires ou nerveuses, du stress, de l'anxiété, de la dépression, des troubles du sommeil, par exemple.

La Méthode ÉquiliOS® : comment ça fonctionne ?

La méthode ÉquiliOS® est l'outil issu de l'endocrino-psychologie. C'est une méthode de ré-harmonisation du système endocrinien, qui agit sur l'ensemble de la personne, tant au niveau physiologique que psychologique et émotionnel. Elle repose sur l'utilisation d'un appareil émettant un champ électromagnétique pulsé de moyenne fréquence, capable d'agir en profondeur sur le système endocrinien par effet de résonance moléculaire.

Le déroulement d'une séance

La séance se déroule dans le calme. Vous êtes allongé, habillé, sur une table de soins. Deux plaques sont placées au niveau de l'abdomen et du bas du dos. Un réglage personnalisé est défini en début de séance, selon votre état, physique, émotionnel et psychique, et vos besoins spécifiques. Vous ne ressentez rien de particulier pendant la séance et en général, la détente s'installe. C'est parfois même l'occasion d'une petite sieste.

Chaque séance dure environ 45 minutes.

Un rythme d'une à deux séances par semaine est recommandé en début d'accompagnement, avant un espacement progressif à mesure que l'équilibre se rétablit. Les effets peuvent être ressentis dès la première séance mais peuvent, dans certains cas, nécessiter quelques séances pour qu'un changement concret soit remarqué.

Les bienfaits de la méthode Équios®

Les bénéfices observés touchent l'ensemble des dimensions de la personne. On constate généralement :

- Une amélioration notable de la vitalité et de la résistance physique
- Un apaisement du système nerveux : réduction du stress, de l'anxiété et de l'irritabilité
- Une meilleure qualité de sommeil
- Un renforcement des capacités de mémoire, de concentration et d'apprentissage
- Une stabilisation de l'humeur et un état d'esprit plus positif
- Une meilleure adaptation aux contraintes de l'environnement
- Un soutien du système immunitaire et une augmentation du métabolisme de base
- Un rééquilibrage du fonctionnement thyroïdien, surrénalien et hormonal général

Indications et domaines d'application

La méthode Équios® s'adresse à tous. Elle constitue un complément précieux à votre prise en charge mais vous restez maître à bord et devrez faire votre part afin que l'équilibre glandulaire et ses effets positifs soient maintenus... Voici toutefois des indications dans lesquelles Équios® peut se révéler très aidant.

Stress, émotions et équilibre psychologique

- Gestion du stress chronique et de ses manifestations (fatigue, nervosité, insomnie, obsessions, irritabilité, sommeil)
- Anxiété, états dépressifs passagers ou installés, burn out
- Manque de volonté
- Manque de confiance en soi
- Traumatismes divers
- Troubles obsessionnels compulsifs (TOC), tics, bégaiement
- Aide au sevrage d'addictions : tabac, alcool, jeux, drogues (s'il y a volonté de votre part)
- Hyperactivité

Enfants et adolescents

- Hyperactivité, troubles de l'attention (TDAH)
- Difficultés d'apprentissage et/ou de concentration, troubles DYS (dyslexie, dyspraxie...)
- Troubles du comportement, énurésie, somnambulisme, terreurs nocturnes
- Difficultés d'adaptation scolaire ou sociale
- Retard d'acquisition du langage, difficultés motrices

Santé physique et métabolisme

- Déséquilibres thyroïdiens (hypo ou hyperthyroïdie)
- Troubles menstruels, bouffées de chaleur de la ménopause, aménorrhée
- Troubles digestifs fonctionnels
- Douleurs dorsales et cervicales
- Fatigue chronique et burn out
- Difficultés de gestion du poids
- Manifestations dégénératives
- Problèmes de mémorisation ou pertes de mémoire
- Douleurs chroniques, fibromyalgie, syndrome des jambes sans repos, tétanie, spasmophilie.
- Troubles du sommeil (difficultés d'endormissement, réveil nocturne, non réparateur, insomnies, somnambulisme, ronflements, apnée du sommeil...)

Est-ce qu'il y a des effets secondaires ?

La technologie Équios® ne comporte pas d'effets secondaires. Un léger mal de tête ou une difficulté de sommeil peuvent survenir lorsque le réglage n'est pas adéquat. Ces réglages sont à discuter en début de séance, en fonction de votre état et des évolutions remarquées après la séance précédente.

Quelles sont les contre-indications ?

La technologie Équios® est contre indiquée pour les femmes enceintes, les personnes portant un pacemaker ou tout dispositif médical comportant de l'électronique ou des piles.

Cette pratique s'inscrit dans un cadre de prévention et de bien-être. Elle ne remplace pas un traitement médical ni un suivi médical conventionnel, mais peut constituer un accompagnement complémentaire précieux.