

## Moxa

La moxa (*erba che brucia*) è un rimedio praticato con una **tecnica non invasiva** e per nulla dolorosa che consiste nella stimolazione di determinati punti nel corpo, tramite **calore**, con coni o sigari di **artemisia** che vengono accesi. Il calore e i principi attivi, liberati dalla combustione aiutano a **ristabilire un ottimale equilibrio energetico**, stimolando e **potenziando le difese dell'organismo**.

La millenaria tradizione conferisce alla moxa la capacità di trattare **condizioni di deficit**, stasi energetiche e **problematiche causate da freddo e umidità**. Tali condizioni sono spesso alla base di problematiche come stanchezza, ansia e stress, insonnia, dolori articolari e muscolari, mal di schiena, difficoltà digestive, sindromi mestruali, mal di testa. Ben noto è l'uso della moxa per la **rotazione del feto podalico**.



## Coppettazione

La **coppettazione** ha come fondamento la creazione di un vuoto (vacuum) all'interno di coppette di vetro, plastica o bambù. Le coppette vengono fatte aderire sul corpo del ricevente effettuando una suzione in corrispondenza di **punti ben precisi**. L'effetto vacuum stimola la circolazione sanguigna e linfatica, decongestiona i ristagni e genera un **sollie-**

**vo alle zone dolenti**. Grazie alla sua azione dinamizzante molti comuni disturbi possono trovare sollievo con questa tecnica: **dolori cronici e muscolari**, disturbi digestivi, ansia e depressione, insonnia, trattamento della cellulite. L'uso della coppettazione può lasciare segni sulla pelle che solitamente scompaiono nel giro di pochi giorni.



## TuiNa Rivitalizzante Viso

Il TuiNa estetico per il viso è una **metodica nuova** che si avvale del massaggio per rilassare i muscoli facciali e consentire alla digitopressione e a particolari manovre **l'attivazione dei principali punti energetici del viso**. La stimolazione rende possibile un vero e proprio rimodellamento del viso. Le manovre, dolci ma allo stesso tempo penetranti e profonde, coinvolgono viso, testa, collo,

capelli, spalle e décolleté; il tessuto cutaneo fin dal primo trattamento apparirà più tonico, le linee di contorno delle labbra più pronunciate, il contorno occhi più uniforme con una rinnovata luminosità dello sguardo. I benefici effetti ottenuti dall'applicazione di queste tecniche, procurano un **effetto rilassante e riposante** che si estende a **tutto il corpo** e alla **sfera psico-emotiva**.

**ATTENZIONE:** i trattamenti tuina NON sono mirati alla cura di patologie (competenza del medico) né alla riabilitazione (competenza del fisioterapista), ma al riequilibrio del flusso del "qi" (energia vitale) e delle altre sostanze "preziose" del corpo. Il miglioramento di disturbi presenti è da intendersi come una conseguenza secondaria del lavoro fatto sul qi.

### Per info e appuntamenti



**Antonio Santostasi**

Tel. 328 4135632  
asantostasi.tuina@gmail.com

Operatore qualificato **FISTQ**  
(Federazione Italiana Scuole  
Tuina e Qigong)

Operatore in  
massaggio Tuina,  
tecniche complementari  
di Medicina Tradizionale  
Cinese e Qigong

TRENTO  
massaggi benessere trento.it

PERGINE VALSUGANA  
studiomedicosmeabiomed.it



Dalla Medicina Tradizionale Cinese

**UN MASSAGGIO DOLCE, ENERGICO,  
CONTINUO E PROFONDO**

推  
Tui Na  
拿



**«Curare una malattia quando è ormai comparsa è come iniziare a scavare un pozzo quando si ha sete, o forgiare le armi quando la guerra è già iniziata».**

*(Dal "Nei Jing", il testo di medicina più influente dell'antica Cina)*

## Prevenzione

Prenditi cura di te stesso prima di restare bloccato!

Ricevere un massaggio tuiNa con regolarità è un eccellente metodo per **prevenire molti disturbi, fortificare il nostro sistema immunitario e migliorare la nostra salute.**

Attraverso un ciclo di massaggi, concordati con il tuo *tuiNaista* di fiducia, è possibile riportare armonia ed equilibrio nel flusso energetico della persona, evitando nel tempo l'accumularsi di

tensioni muscolari croniche che possono sfociare nella malattia. Un buon massaggio TuiNa, ricevuto da un professionista, è inoltre una coccola che ci possiamo concedere nei momenti di maggiore **stress o tensione.**



## Auricologia

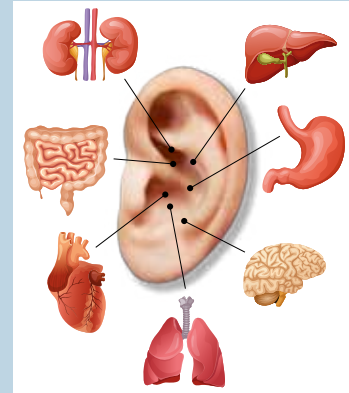
L'auricologia si basa sull'idea che il padiglione auricolare sia un **microsistema che riflette l'intero corpo umano.**

La sua forma, infatti, richiama la disposizione di un feto a testa in giù.

Questa tecnica, usata da sola o a supporto di un trattamento tuiNa consiste nella stimolazione di specifici punti o microaree dell'orecchio esterno, capaci di **apportare benefici ad altre parti del corpo**, siano queste, strutture ossee, organi, ghiandole, ecc.

Per la stimolazione sono usati vari metodi, tra cui l'applicazione a dimora e la pressione per mezzo di semi di vaccaria, di sferette magnetiche o di aghi (per i medici agopuntori).

L'auricologia apporta benefici in caso di numerose problematiche come do-



lori articolari, dipendenze, ansia e stress, insonnia, cefalee, problematiche della sfera ginecologica, menopausa e altri disturbi.



## Il TuiNa è un massaggio

che fa parte delle antiche arti della

**Medicina Tradizionale Cinese** esercitata da oltre

tremila anni. Riconosciuto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità nel 1998, il TuiNa viene regolarmente praticato negli ospedali cinesi insieme all'agopuntura, alla fitoterapia, alla dietetica e alle ginnastiche mediche (qigong).

Durante un massaggio l'operatore TuiNa esegue numerose tecniche di manipolazioni specifiche su muscoli, articolazioni, canali energetici e digitopressione sui punti di agopuntura.

## Un tocco salutare

Le sue tecniche agiscono anche a livelli più profondi, influenzando il flusso di energia vitale del corpo (chiamato "qi") e lo stato di benessere fisico, emotivo, intellettuale e spirituale.

**Accresce vitalità e benessere e di conseguenza stimola il sistema immunitario e migliora lo stato generale di salute.**



Tali tecniche possono essere eseguite in modo dolce, energico, continuo e profondo, **adeguandosi di volta in volta alla costituzione energetica del ricevente.**

L'operatore in massaggio TuiNa può agire, dopo un'accurata **valutazione energetica** del ricevente, sull'equilibrio vitale della persona riportandolo nella condizione ottimale, capace di potenziare la salute e il benessere interiore ed esteriore.

Il massaggio tuiNa, oltre ad avere un'**azione preventiva** aiuta la risoluzione di:

- dolori **muscolari e articolari**;
- **cefalee**;
- disturbi dell'**apparato digerente** e dell'**apparato respiratorio**;
- problematiche della **sfera ginecologica** e disturbi della **menopausa**;
- **ansia, stress e insonnia**;
- **astenia**;
- diversi **malesseri difficilmente inquadrabili** secondo la visione occidentale.