

# Astrologia Sensitiva e a Perda de Peso

written by Sofia Estrela | 27 de Abril, 2024



A astrologia sensitiva tem vindo a ganhar destaque no campo da saúde e do bem-estar, particularmente no que diz respeito à **perda de peso e à luta contra a obesidade**.

Embora possa parecer uma abordagem pouco convencional, muitas pessoas têm encontrado benefícios ao combinar as práticas desta ciência com métodos de emagrecimento.

A astrologia sensitiva parte do princípio de que os corpos celestes exercem influência sobre as energias e emoções humanas, e que cada signo do zodíaco possui características únicas que podem ser exploradas para promover mudanças positivas na vida das pessoas.

No contexto da perda de peso, os seguidores desta **disciplina esotérica** acreditam que é possível identificar padrões

cósmicos que podem ajudar a entender as causas subjacentes do excesso de peso e a **encontrar soluções personalizadas para cada indivíduo**.

Um dos princípios fundamentais desta **prática espiritual** é o **conceito de que cada signo do zodíaco governa partes específicas do corpo humano**. Por exemplo, Áries rege a cabeça e o rosto, enquanto Touro está associado ao pescoço e à garganta. **Ao analisar a posição dos planetas no momento do nascimento de uma pessoa e relacioná-la com as características do seu signo solar, é possível identificar áreas do corpo que podem estar mais propensas a acumular gordura ou a sofrer de problemas relacionados com o peso.**

Além disso, também **são considerados outros elementos do mapa astral**, como a posição da Lua, do Ascendente e de outros planetas, que podem fornecer informações adicionais sobre os padrões de comportamento, as emoções reprimidas e os desafios pessoais que podem influenciar o peso de uma pessoa. Por exemplo, uma pessoa com a Lua em Escorpião pode ter tendência para **comer emocionalmente** como forma de lidar com conflitos internos, enquanto alguém com Vénus em Capricórnio pode ter **dificuldade em encontrar prazer na alimentação saudável**.

Com base nessas informações, os terapeutas de astrologia sensitiva podem oferecer orientações personalizadas sobre mudanças de estilo de vida, dieta e exercício físico que estejam em sintonia com as energias cósmicas de cada indivíduo. Por exemplo, uma pessoa com Marte em Leão pode beneficiar de um **programa de exercícios vigorosos e desafiadores** que estimule a sua energia criativa e a sua autoconfiança, enquanto alguém com Saturno em aspeto difícil ao Sol pode precisar de um **plano de perda de peso estruturado e disciplinado** para superar bloqueios emocionais e mentais.

A astrologia sensitiva pode também ajudar as pessoas a compreenderem melhor os **ciclos naturais do corpo** e a escolherem os **momentos mais propícios** para iniciar uma **dieta**

**ou um programa de exercícios**, de acordo com a posição dos planetas no céu. Por exemplo, uma Lua Nova em Virgem pode ser um momento favorável para começar um regime alimentar mais saudável e organizado, enquanto uma Lua Cheia em Peixes pode ser uma altura mais indicada para praticar exercícios físicos que estimulem a flexibilidade e a intuição.

É importante salientar que a **astrologia sensitiva** não substitui os cuidados médicos profissionais nem deve ser encarada como uma solução milagrosa para a perda de peso. **É apenas uma ferramenta complementar que pode ajudar as pessoas a compreenderem melhor os padrões inconscientes que podem estar a afetar o seu peso e a encontrarem formas mais holísticas de promoverem o seu bem-estar físico, emocional e espiritual.**

A astrologia sensitiva pode desempenhar um papel valioso na luta contra a obesidade ao ajudar as pessoas a identificar as causas profundas do seu excesso de peso e a desenvolverem estratégias personalizadas para alcançarem um equilíbrio saudável em todas as áreas das suas vidas. Ao integrar os princípios da astrologia sensitiva com abordagens tradicionais de emagrecimento, é possível criar um plano de perda de peso mais abrangente e eficaz que respeite a individualidade e a unicidade de cada pessoa.

**Correio Astral:** [dra.sofiaestrela@gmail.com](mailto:dra.sofiaestrela@gmail.com)