EFT

Savez-vous qu’il existe plus de 600 études scientifiques qui prouvent l'efficacité des soins énergétiques (toutes techniques confondues, dont l'EFT).

Voici quelques  points  importants concernant les études sur l’EFT Clinique :

● Les recherches publiées dans les plus grands journaux de psychiatrie montrent que la psychologie énergétique **stimule l'expression des gènes pour une santé optimale.**

● Des études montrent que l'EFT **réduit la production des hormones de stress comme le cortisol.**

● La **réduction** moyenne **de la douleur physique** dans 5 études est de 68%.

● Tout le monde sait que les personnes qui suivent un régime reprennent toujours tout le poids qu'elles ont perdu, n'est-ce pas ? Et bien pas après l’utilisation de la psychologie énergétique. Six essais cliniques montrent que les personnes continuent à perdre du poids au cours de l'année suivante.

● Les recherches montrent qu'après la pratique de l'EFT, les envies de chocolat, de tabac et d'alcool diminuent en moyenne de 83%.

**L'efficacité d'une technique thérapeutique** est mesurée par les scientifiques grâce à un coefficient appelé "d de Cohen". Si ce coefficient est égal à 2, l'efficacité de la méthode est considérée comme faible. Si elle est égale à 4, elle est moyenne. Si elle est également ou supérieure à 8, elle est forte. Une méta-analyse sur l'effet de l'EFT par rapport au traitement du TSPT affiche un score incroyable de 29,6 !