

**L**E Stress a été scientifiquement défini en 1956<sup>1</sup> par Hans SELYE comme « la réponse non spécifique de l'organisme à toute sollicitation » mais aussi comme « l'usure que la vie inflige à la machine humaine ».

SELYE était un endocrinologue d'origine Hongroise. Le stress est d'abord une réaction endocrinienne, ultérieurement définie de manière plus exacte comme « Syndrome Global d'Adaptation », à médiation première par les hormones surrénaliennes dites « hormones de stress ».

C'est le Docteur Jean GAUTIER<sup>2</sup>, puis son élève et héritier Jean du CHAZAUD<sup>3</sup> qui mettront en évidence le rôle fondamental de la « fatigue thyroïdienne » qu'ils distinguent très clairement de l'hypothyroïdie, dans la troisième phase du stress, celle de l'épuisement.

La technique Équilibos permet d'agir sur l'ensemble du système glandulaire afin de corriger les effets délétères du stress et de rendre sa vitalité à une personne épuisée.

.....

<sup>1</sup> Hans SELYE, *Le stress de la vie, le problème de l'adaptation*, Gallimard

<sup>2</sup> Jean GAUTIER, *L'enfant ce glandulaire inconnu*, Edition Equil Vital

<sup>3</sup> Jean du CHAZAUD, *La thyroïde glande de la vie, la méthode d'équilibrage glandulaire par la technique Équilibos*

