

# Mis imanes



## Guía de uso doméstico



∞ Ara Junquera  
SANACIÓN ENERGÉTICA Y BIOMAGNETISMO

Si ya has adquirido tu primer par de imanes  
¡enhorabuena!

Si todavía no los tienes o quieres hacerte  
con más, puedes adquirirlos aquí:

<https://arajunquera.com/iman-en-tu-botiquin/>

Con esta pequeña guía sabrás cómo  
utilizarlos desde el primer momento,

y en qué situaciones pueden ayudarte  
mejor.

[arajunquera.com](http://arajunquera.com)

Es importante comprender que aunque los imanes puedan ayudarte a tratar pequeñas dolencias,

ninguna de las posiciones que encontrarás en esta guía,

sustituye al Tratamiento Personalizado (el que tú y sólo tú necesitas) determinado por un Terapeuta Cualificado durante la sesión de Biomagnetismo.

Es por esto que, para cualquier tipo de afección, mi recomendación es buscar, siempre, asesoramiento profesional.

Si necesitas ayuda para solucionar cualquier problema de salud puedes encontrarla aquí:

<https://arajunquera.com/sanacion-energetica/>

# ÍNDICE DE CONTENIDO

## COMPRAR IMANES

Enlace de compra

O 2

O 3

## INTRODUCCIÓN Y AYUDA PROFESIONAL

## PRECAUCIONES

que debes tener en cuenta

O 5

O 6

## IDENTIFICAR LOS POLOS

Negativo y Positivo

## TIEMPOS DE APLICACIÓN

de los imanes

O 6

O 7

## INDICACIONES Y POSICIONES GENERALES

de los imanes

## OTRAS POSICIONES

“Bocadillo” y Bansal

1 O

12

## POSICIONES PARA CASOS ESPECÍFICOS

# PRECAUCIONES

Los imanes no pueden hacernos daño, no va a pasar nada si te confundes al colocarlos, simplemente no harán el efecto esperado.

Pero sí hay **ciertas precauciones que se deben tener en cuenta en casos determinados.**

Los imanes pueden provocar daño en aparatos electrónicos, por eso, si llevas puesto un **MARCAPASOS o DESFIBRILADOR** implantado, lo más recomendable es no utilizar imanes. Nunca debes situarlos cerca del lugar donde se encuentran implantados, pues podría interferir en su funcionamiento, con el riesgo que esto supondría.

Otro caso en el que no se deben utilizar imanes es bajo tratamiento oncológico de **QUIMIOTERAPIA, RADIOTERAPIA** o similar, o si lo has recibido anteriormente. Hay cierta controversia con este tema. Algunos profesionales establecen un margen de unos 10 años (desde la recepción del tratamiento oncológico) para poder utilizar los imanes con seguridad.

En caso de **EMBARAZO** tendremos especial cuidado de no posicionarlos en la zona del útero para evitar estimularlo, ya que podrían producirse contracciones y precipitarse el parto. Alejados de esta zona, bajo mi propia experiencia, pueden ser de gran ayuda en la forma de uso habitual.

Protege tus **DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS Y OTROS APARATOS**. Mantenlos alejados de los imanes. Televisores, móviles, tarjetas de crédito, ordenadores, soportes de datos, relojes mecánicos, audífonos, altavoces,... pueden verse afectados por el campo magnético que generan los imanes. Para evitar que se estropeen, nunca acerques tus imanes a ellos.

**MANEJO DE LOS IMANES.** Cuando vayas a separar tus imanes, sujeta uno con cada mano con firmeza. Lo mismo cuando vayas a acercarlos. Los imanes terapéuticos son muy potentes y tienen una gran fuerza de atracción. Para evitar pequeños accidentes (por ejemplo, contusiones por aprisionamiento al pillarte un dedo o la piel) pon atención siempre que vayas a manejarlos.

Ahora que ya conoces las precauciones a tener en cuenta, es hora de comenzar a sacarle partido a tus imanes.

## **IDENTIFICAR LOS POLOS DEL IMÁN**

El lado del Imán que está en color AZUL o NEGRO es el POLO NEGATIVO

El lado del Imán que está en color ROJO es el POLO POSITIVO

Cuando indicamos poner un Imán NEGATIVO en la zona, lo que queremos decir es que debemos poner su POLO NEGATIVO (AZUL o NEGRO) hacia el cuerpo o, lo que es lo mismo, en contacto con la piel.

Cuando indicamos poner un Imán POSITIVO en la zona, lo que queremos decir es que debemos poner su POLO POSITIVO (ROJO) hacia el cuerpo o, lo que es lo mismo, en contacto con la piel.

**Nota:** Los imanes actúan a través de la ropa, no es necesario ponerlos en contacto directo con la piel. Si bien es cierto que la ropa que utilicemos no ha de ser muy gruesa, para evitar que la aplicación de los imanes pierda efectividad.

## **TIEMPOS DE APLICACIÓN**

En general los imanes se aplican en tramos de 15 minutos aproximadamente, aunque no pasa nada si están puestos más tiempo.

De hecho, en algunos casos, será necesario aplicarlos por períodos más prolongados.

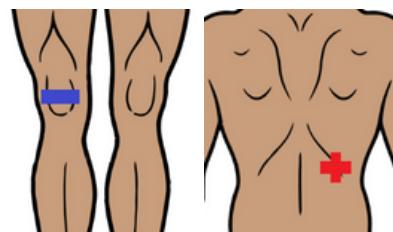
# INDICACIONES Y POSICIONES GENERALES

Siempre que necesites CALMAR un dolor, puedes aplicar un imán negativo en la zona, aunque más adelante te hablaré de como calmar determinados tipos de dolores.

Cuando necesites DESINFLAMAR, puedes aplicar un imán negativo en la zona inflamada y un positivo en el riñón del lado más cercano a la inflamación.

**Ejemplo: Rodilla Derecha inflamada.**

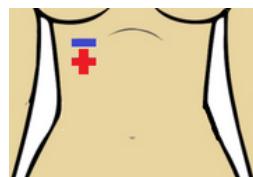
Pondríamos un Negativo en la Rodilla Derecha, y un Positivo en el Riñón Derecho.



Para EQUILIBRAR una tejido afectado u órgano puedes aplicar un imán negativo junto a un imán positivo en la zona a tratar.

**Ejemplo: Equilibrar el Hígado**

Pondríamos un Negativo y un Positivo juntos sobre el Hígado



**Nota:** Una regla a tener en cuenta cuando colocamos los imanes sobre el cuerpo es que, si ponemos Negativo y Positivo juntos (como en la posición EQUILIBRAR) **el Negativo irá normalmente en la parte Derecha o Superior del cuerpo,** mientras que **el Positivo se pondrá en la parte Izquierda o Inferior.**

**CALMAR:** Negativo en la zona

**DESINFLAMAR:** Negativo en la zona y Positivo en el riñón más cercano

**EQUILIBRAR:** Negativo y Positivo juntos en la zona

A veces puede resultar muy útil combinar las tres posiciones anteriores

Dependiendo del caso, podrás utilizar una de ellas, dos o las tres.

Veamos algunos EJEMPLOS:

### En caso de **GOLPE**

Podrías aplicar primeramente la posición de DESINFLAMAR y hacerlo lo antes posible para evitar que se produzca la inflamación en la medida de lo posible.

A continuación podrías poner la posición de CALMAR para aliviar el dolor.

Y terminar con la de EQUILIBRAR para favorecer la recuperación del tejido.

### Otro caso sería la **PICADURA DE UNA AVISPA** u otro insecto

Resulta muy efectivo aplicar la posición de DESINFLAMAR rápidamente para evitar la hinchazón que normalmente se produce.

En caso de alergia a este tipo de picaduras, no evitara la reacción, pero sí ayudará a mitigar el efecto de las mismas si aplicas los imanes rápidamente.

A continuación, tras un periodo de aplicación de entre 15 y 30 minutos, podrías aplicar las otras posiciones si todavía sientes molestias.

Imagina que tras la comida sientes **PESADEZ DE ESTÓMAGO** o **DIFICULTADES CON LA DIGESTIÓN**

Podrías aplicar la posición EQUILIBRAR a la altura del estómago para facilitar el proceso.

Esto sería aplicar un Imán Negativo junto con un Imán Positivo sobre el órgano.

Más adelante encontrarás esta posición con más detalle.

Cuando tengas un **DOLOR DE MUELAS** las tres posiciones pueden ayudarte.

En este caso es probable que haya inflamación, así que deberías poner la posición de DESINFLAMAR.

La posición de CALMAR puede ayudarte con el dolor.

Aunque también es probable que el dolor se deba a algún tipo de infección, y en este caso la posición de EQUILIBRAR sería también adecuada.

**En caso de infección**, lo mejor es tratarla adecuadamente buscando el desequilibrio o desequilibrios que hay en tu organismo que están dando lugar a ella, para poder corregirlos y revertir la situación lo antes posible.

Habría que realizar un Rastreo de Par Biomagnético completo y determinar las posiciones de imanes adecuadas para ti en este caso.

Si necesitas ayuda profesional puedes seguir este enlace:

<https://arajunquera.com/parceibe/par-biomagnetico/>

# OTRAS POSICIONES DE IMANES que pueden ayudarte

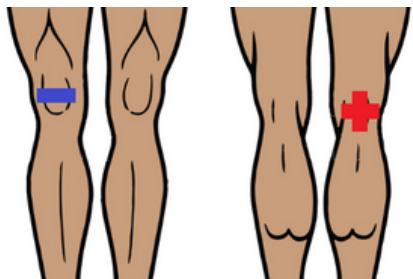
## En caso de LESIÓN ARTICULAR, MUSCULAR, FRACTURA, ROTURA, etc

Una posición que favorece muchísimo la recuperación es la que se coloca en forma de "BOCADILLO".

Imagina que tienes una lesión en una articulación, como por ejemplo una rodilla.

Tendrías que poner un Imán Negativo por una lado de la misma, y un Imán Positivo por el lado contrario, como si hicieses un bocadillo con los imanes y tu articulación.

Aquí una imagen para que lo comprendas mejor:



Aunque cada caso es diferente y lo mejor es que el terapeuta determine la mejor posición para tu lesión, si no resulta posible, puedes colocar los imanes de este modo en la zona a recuperar.

En este tipo de casos es conveniente **lleva puestos los imanes durante todo el tiempo posible**, durante días, semanas o hasta completar la recuperación.

Los imanes se pueden sujetar con la ayuda de vendajes o cintas, a veces hay que echarle un poco de imaginación ;)

Otras posiciones de imanes que pueden ayudarte de forma general, son las **Técnicas del DOCTOR BANSAL**

**Para dolencias de cintura para arriba**, coloca un imán Negativo en la palma de la mano derecha y un Positivo en la palma de la mano izquierda.

**Para dolencias de cintura para abajo**, coloca un Negativo en la planta del pie derecho y un Positivo en la planta del pie izquierdo.



**Para dolencias en la parte derecha de tu cuerpo**, coloca un imán Negativo en la palma de la mano derecha y un Positivo en la planta del pie derecho.

**Para dolencias en la parte izquierda de tu cuerpo**, coloca un imán Negativo en la palma de la mano izquierda y un Positivo en la planta del pie izquierdo.

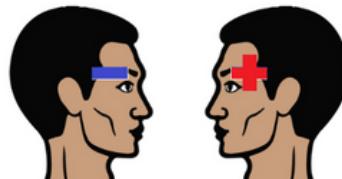
**Para problemas digestivos**, coloca un imán Negativo en la palma de la mano derecha y un Positivo en la planta del pie izquierdo.

# POSICIONES PARA CASOS ESPECÍFICOS

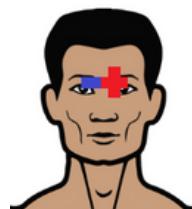
Para el **DOLOR DE CABEZA**

Algunas de las posiciones que pueden causar alivio son las siguientes:

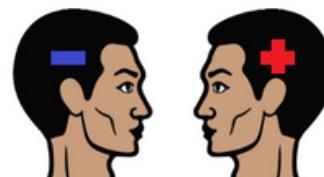
Imán Negativo en la Sien Derecha, e Imán Positivo en la Sien Izquierda



Imán Negativo e Imán Positivo a la altura del Entrecejo (Negativo en el lado Derecho y Positivo en el lado Izquierdo)



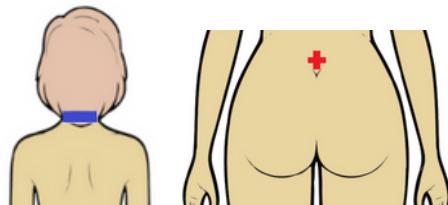
Imán Negativo en el Temporal Derecho, e Imán Positivo en el Temporal Izquierdo



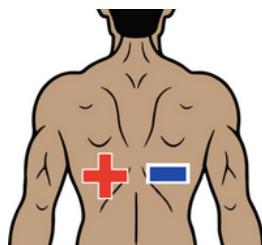
Para facilitar el **SUEÑO y/o la RELAJACIÓN**

Algunas posiciones que pueden ayudarte son:

Negativo en la Cervical, Positivo en el Sacro

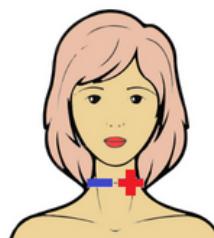


Negativo en la Suprarrenal Derecha y Positivo en la Suprarrenal Izquierda



## Para el **ESTRÉS**

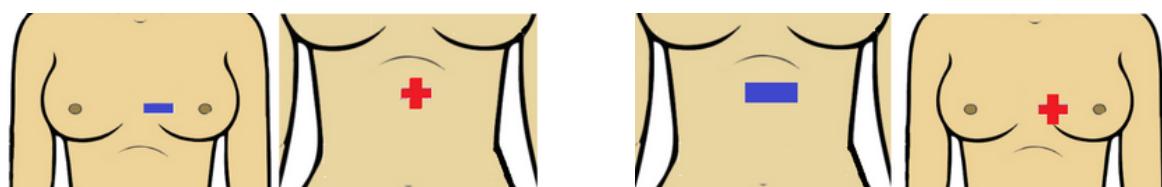
Negativo y Positivo juntos en la Tiroides (Negativo en el lado Derecho y Positivo en el lado Izquierdo).



## Para la **ANSIEDAD**

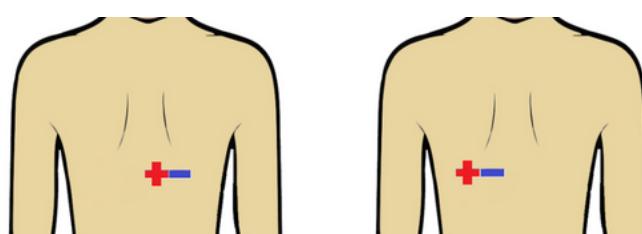
Negativo en el Corazón y Positivo en el Estómago.

Y también de forma invertida: Negativo en el Estómago y Positivo en el Corazón.



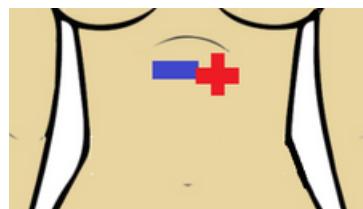
Negativo y Positivo juntos en la Suprarrenal Derecha.

Negativo y Positivo juntos en la Suprarrenal Izquierda.



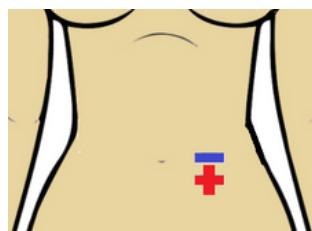
Para la **DIGESTIÓN** (pesadez, reflujo, acidez,...)

Negativo y Positivo juntos en el Estómago (Negativo en el lado Derecho y Positivo en el lado Izquierdo).



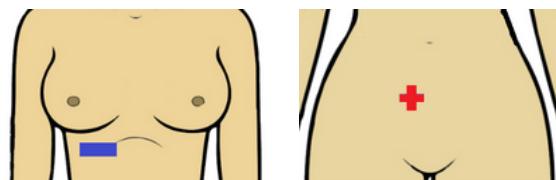
Para el **INTESTINO** (gases y malestar)

Negativo y Positivo juntos en el Colon Descendente (Negativo Arriba y Positivo Abajo).

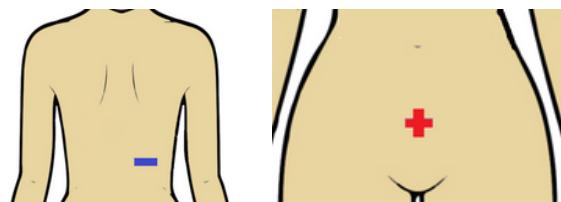


Para el **DOLOR MENSTRUAL**

Negativo en el Hígado y Positivo en la Trompa de falopio (derecha o izquierda)



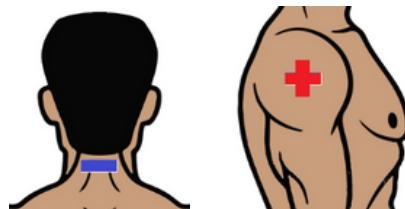
Negativo en el Riñón (derecho o izquierdo) y Positivo en el Útero.



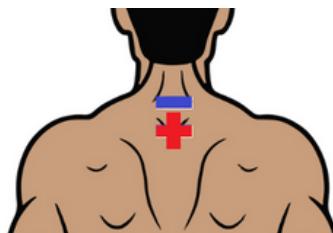
## Para el **DOLOR DE ESPALDA**

ZONA CERVICAL (parte alta de la espalda) para relajar cuello y hombros:

Negativo en Cervical y Positivo en Deltoides (derecho o izquierdo)

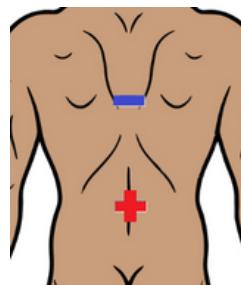


Negativo en Vértebra Cervical 7 y Positivo en Vértebra Dorsal 1



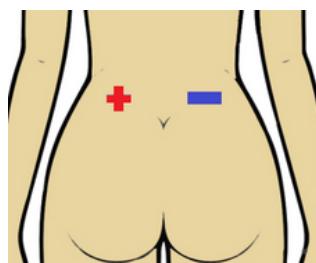
ZONA DORSAL (parte central de la espalda):

Negativo en Vértebra Dorsal 5 y Positivo en Vértebra Lumbar 4



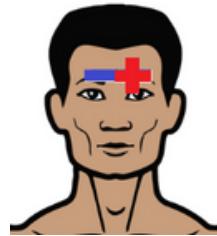
ZONA LUMBO-SACRA (parte baja de la espalda):

Negativo en Cuadrado lumbar Derecho y Positivo en Cuadrado lumbar Izquierdo

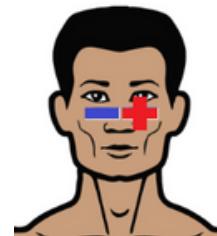


## Para **SINUSITIS** o CONGESTIÓN NASAL

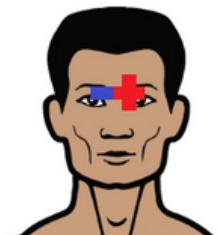
Negativo en el Seno Frontal Derecho, Positivo en el Seno Frontal Izquierdo,



Negativo en el Seno Maxilar Derecho, Positivo en el Seno Maxilar Izquierdo,

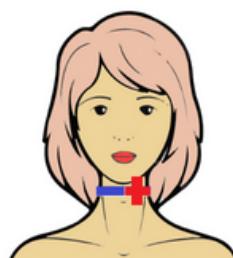


Negativo y Positivo juntos debajo del entrecejo (Negativo en el lado Derecho y Positivo en el lado Izquierdo).



## Para la **GARGANTA**

Negativo en la parte Derecha de la Garganta, Positivo en la parte Izquierda de la Garganta.



Recuerda que aunque los imanes pueden ayudarte a tratar pequeñas dolencias, ninguna de las posiciones que encontrarás en este manual, sustituye al Tratamiento Personalizado (el que tú y sólo tú necesitas) determinado por un Terapeuta Cualificado durante la sesión de Biomagnetismo.

Por eso para afecciones de mayor envergadura, ya sean agudas o crónicas, mi recomendación es buscar, siempre, asesoramiento profesional.

Si necesitas ayuda para solucionar cualquier problema de salud puedes encontrarla aquí:

<https://arajunquera.com/sanacion-energetica/>

[arajunquera.com](http://arajunquera.com)