Cristiane Ribeiro
TERAPEUTA
MEDICINA GERMÂNICA



Fibromialgia não é só dor. *É tudo o que vem depois.*

Um guia para entender o meu trabalho com a Medicina Germânica e o Bioalinhamento — e como ele caminha junto com o seu tratamento médico.

CRISTIANE RIBEIRO · TERAPEUTA INTEGRATIVA
ABRATH CRTH-BR 20070 · EDIÇÃO 2026

PRODUÇÃO
heusi digital.

ANTES DE COMEÇAR

Você já ouviu *alguma destas?*

“Mas você nem parece doente.”

OUVIDO NO TRABALHO

“É coisa da sua cabeça.”

OUVIDO NO CONSULTÓRIO

“Que frescura.”

OUVIDO EM CASA

A parte mais cansativa não é a dor. É ter que provar que ela existe.

Para a família, que pergunta se hoje você acordou melhor. Para o trabalho, que não vê nada de errado. Para o médico, que olha o exame e diz que está tudo normal. E, nos dias piores, até para você.

Você não está inventando. E não está só. Este guia foi escrito para você entender como eu trabalho — e decidir, com calma, se faz sentido conversarmos.

QUEM É A CRISTIANE

Sou terapeuta e atendo *pessoas com fibromialgia.*

Atendo online, para todo o Brasil, há mais de cinco anos. Sou terapeuta integrativa registrada na ABRATH (CRTH-BR 20070), e hoje o meu foco é quem vive com fibromialgia. Trabalho com Medicina Germânica e Bioalinhamento — e explico os dois com calma nas próximas páginas.

Eu conheço esse lugar por dentro. Sei o impacto que a dor e as limitações podem ter na nossa vida e na forma como nos enxergamos. Por isso, hoje, acolho quem vive com fibromialgia enxergando a pessoa além da dor.

> *Mas o que eu faço, antes de qualquer técnica, é acreditar no que você sente.*

— Cristiane Ribeiro



O MEU JEITO DE OLHAR

Eu começo pela sua história, *não pelo seu exame.*

> *O sintoma é apenas um recado.*

> *O corpo não é vilão.*

> *Eu tento entender a pessoa por trás do sintoma.*

Cada pessoa tem uma história diferente. Duas pessoas podem ter o mesmo diagnóstico de fibromialgia e, ainda assim, viver experiências completamente diferentes. Por isso, o meu trabalho busca compreender a pessoa que sente o sintoma, e não apenas o sintoma isoladamente.

Isso não significa afirmar que todo sintoma tenha uma causa emocional, ou que exista uma explicação única para todas as pessoas. Significa olhar para a pessoa como um todo — o corpo, a história, as emoções e o que ela vive hoje.



A REFERÊNCIA QUE EU USO

O que é a *Medicina Germânica?*



A Medicina Germânica foi proposta pelo médico alemão Ryke Geerd Hamer. Ela faz uma leitura dos sintomas a partir das experiências vividas pela pessoa — especialmente situações de conflito inesperadas, vividas de forma intensa e, muitas vezes, em silêncio.

No meu trabalho, uso a Medicina Germânica como **referência para olhar a sua história**: quando os sintomas começaram, o que estava acontecendo na sua vida naquele momento, que situações parecidas se repetiram ao longo do tempo.

Ela me ajuda a fazer uma pergunta diferente. Em vez de "o que está errado comigo?", a pergunta passa a ser **"o que aconteceu comigo?"**.

A Medicina Germânica **não substitui** acompanhamento médico, exames ou tratamentos. No meu trabalho, ela caminha junto com o seu médico — nunca no lugar dele.

COMO EU APLICO

O que é o *Bioalinhamento?*

O Bioalinhamento é uma metodologia que integra a leitura da Medicina Germânica com outras ferramentas terapêuticas. É a forma como eu organizo o cuidado — corpo, mente e emoção — e transformo essa leitura em algo prático para a sua vida.

Ele me ajuda a:

- investigar, com calma, a sua história de vida e a história dos seus sintomas;
- entender o que o corpo pode estar mostrando;
- observar os gatilhos e os padrões que se repetem;
- conduzir você a dar um novo significado ao que viveu.



MÉTODO CRISTIANE RIBEIRO

Rígido quebra. *Flexível atravessa.*

O bambu é flexível, mas forte. Ele se curva com o vento e volta. Não quebra com facilidade, porque acompanha o movimento. É adaptação sem perda de estrutura.

No meu trabalho, eu observo muita rigidez em quem chega — no corpo e na forma de viver. O caminho não é “ficar forte” à força. É ganhar movimento por dentro e ajudar o corpo a sair da defesa constante.

> *Rigidez enfraquece; flexibilidade fortalece.*

Para quem é

- Pessoas com fibromialgia e dores crônicas.
- Pessoas com rigidez no corpo e na forma de viver.
- Pessoas cansadas de sintomas que se repetem.
- Pessoas que querem entender o que o corpo está mostrando.



COMO FUNCIONA

Três passos. *Sem deslocamento.*

1 **Uma conversa de 15 minutos, sem custo**

Você conta. Eu escuto. A gente vê se faz sentido seguir.

2 **Sessões online, de onde você estiver**

Por vídeo, no seu horário, no lugar onde você se sente bem. Nos dias ruins, não precisar sair de casa não é detalhe.

3 **6 sessões, duas por mês — e um diário**

As sessões são quinzenais: um ritmo pensado para dar tempo ao corpo de se reorganizar. Menos pressão, mais integração. Entre uma sessão e outra, você anota num diário as situações que julgar importantes.

Não existe mágica. Cada pessoa responde de uma maneira, e o resultado depende também do seu envolvimento. Eu aviso isso antes de começarmos.



NA PRIMEIRA SESSÃO

Como a gente *começa.*



1. Eu acolho você e escuto a sua história.
2. Pergunto qual é a queixa principal e desde quando os sintomas começaram.
3. Faço perguntas para que você lembre, por conta própria, o que aconteceu naquele momento.
4. Observamos as idades em que algo parecido pode ter se repetido.
5. Explico a relação entre a emoção, o sentimento e o corpo, pela leitura que eu uso.
6. Conduzo você a dar um novo significado ao que viveu.

COM CLAREZA

O que eu faço — *e o que eu não faço.*

Eu faço

- Escuto sem pressa e sem julgamento — a sua história inteira, não só o sintoma.
- Acompanho as questões emocionais que caminham junto com a dor.
- Ajudo a ressignificar o que a doença mudou na sua vida.
- Trabalho junto com o seu tratamento médico.

Eu não faço

- × Não dou diagnóstico.
- × Não prescrevo nem suspendo medicação.
- × Não substituo médico, reumatologista ou psicólogo.
- × Não prometo cura.

Junto com o seu médico

> *Se você faz acompanhamento com reumatologista e usa medicação, continue. É isso que trata a dor — e é com isso que o meu trabalho conversa.*

Na nossa conversa eu sempre pergunto: **"você já contou isso para o seu médico?"** Parte do meu trabalho é te ajudar a levar a sua história inteira para quem trata a sua dor.

O QUE CONTA QUEM JÁ PASSOU POR AQUI

Nota 5,0 em 41 avaliações. *Nenhuma abaixo disso.*

★★★★★

“Minha experiência foi incrível. Super recomendado e libertador. Hoje vivo com consciência e muita clareza, estou leve pra vida.”

Sebastiana A. · avaliação pública no Google

★★★★★

“Percebi uma melhora já no primeiro mês.”

cliente · avaliação pública no Google

★★★★★

“Me deu direções claras e objetivas, que geraram resultados positivos no meu progresso.”

Valéria C. · avaliação verificada na Doctoralia

★★★★★

“Extrema atenção e cuidado, acolhimento e empatia além do tratamento.”

A. M. · avaliação verificada na Doctoralia

Trechos de avaliações públicas. Nenhum depoimento promete resultado — cada história é uma.

PARA LEVAR COM VOCÊ

Seus direitos *e os seus símbolos.*

Reconhecimento como pessoa com deficiência

Desde janeiro de 2026, pela Lei nº 15.176, quem tem fibromialgia pode ter reconhecimento como pessoa com deficiência em todo o Brasil — mediante avaliação por equipe multidisciplinar. Só o diagnóstico não basta: o reconhecimento depende de uma avaliação biopsicossocial.

Eu não sou advogada. Para orientação sobre benefícios e perícia, procure um advogado previdenciário.

O cordão de girassol

Símbolo das deficiências ocultas — as que não aparecem. É lei federal (nº 14.624/2023). Ele não dá prioridade automática: pede compreensão e um pouco mais de tempo.

O cordão roxo da fibromialgia

O roxo é a cor da conscientização — do Fevereiro Roxo e do 12 de maio. É o símbolo de identidade das comunidades e associações.

VAMOS CONVERSAR?

Aqui, ninguém vai te pedir *para provar que dói.*

Uma conversa de 15 minutos, sem custo e sem compromisso. Você conta, eu escuto, e a gente vê se faz sentido seguir.

Aponte a câmera do celular para o código ou chame no WhatsApp:

(14) 99648-3513

Conversar 15 minutos →

terapeutacristianeribeiro.com.br · @terapeutacristianeribeiro

Quando eu não sou a escolha certa

Se você busca uma solução milagrosa ou não quer participar do processo, talvez eu não seja a profissional mais indicada. Meu trabalho é terapêutico e caminha junto com outros profissionais da área da saúde.

heusi digital

E-book produzido pela **Heusi Digital** · heusidigital.com.br
Tornamos visível o valor que já existe.