

Medicina alternativa

Uma cura além da convencional



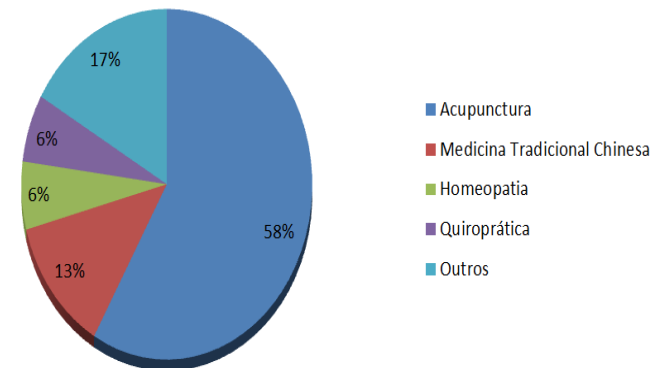
Agenda

- Introdução
- O riso
- Alimentação
- Medicina Tradicional Chinesa
- Mãos que curam
- Demais práticas

Introdução

- O que é medicina alternativa?
- Desejo de viver.
- Além do convencional.
- Muitas práticas da medicina alternativa ainda são desconhecidas.
- Terapia Holística.

Quais?



Rir para viver!

- Riso – Mais simples, mais praticada, porém uma das práticas mais “desconhecidas”.
- Um grande estimulador para a produção de endorfina.
- Como praticar a terapia do riso?
- Gera grandes impactos no corpo humano.

rir é o melhor
remédio



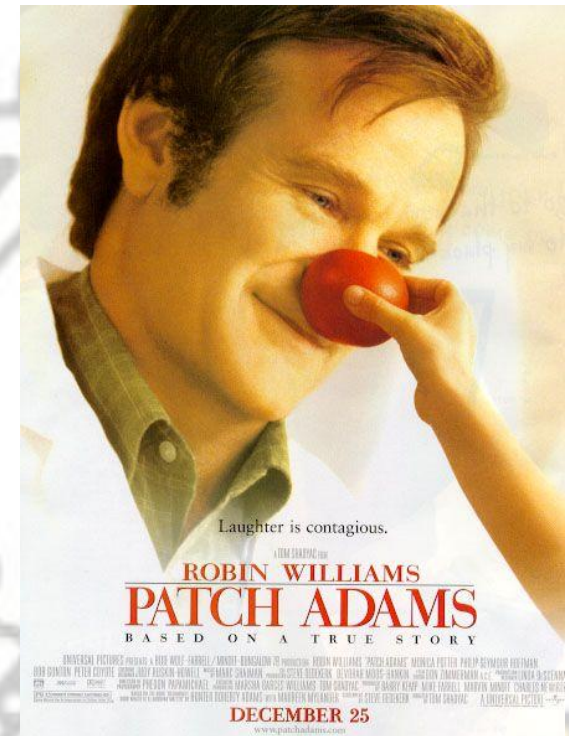
**SHELDON COMO OUSA POSTAR NO SEU BLOG,
QUE EU NUNCA ENTENDO SUAS PIADAS?**

**PENNY, HÁ 10 TIPOS DE PESSOAS NESTE
MUNDO: AQUELAS QUE SABEM CONTAR
EM BINÁRIO, E AQUELES QUE NÃO...**

**OKAY, E QUAIS
SÃO AS OUTRAS 8???**

Patch Adams

- O amor é contagioso.
- “É bom lembrar que sorrir nas adversidades é privilégio dos fortes.”
- “Fazer o bem, sem ver a quem” (Doutores da Alegria e Doutores da Brincadeira).



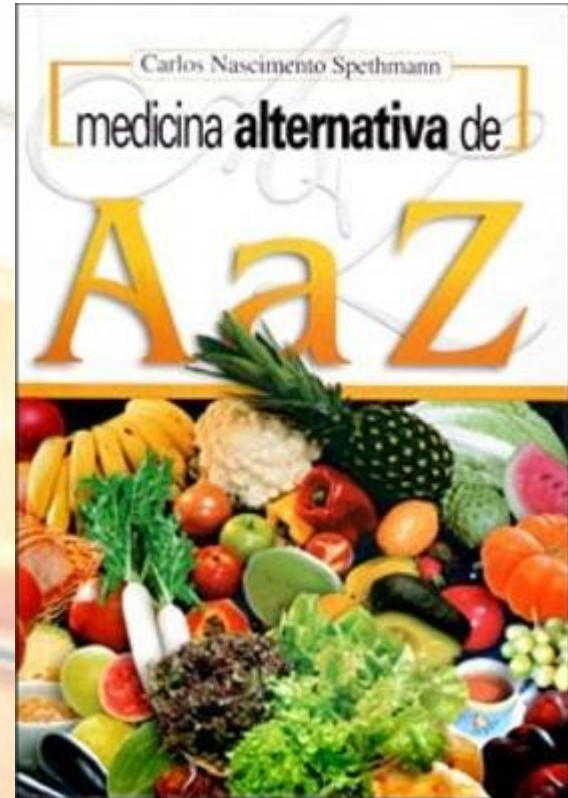
Médico Patch Adams

ALIMENTAÇÃO



O que comer?

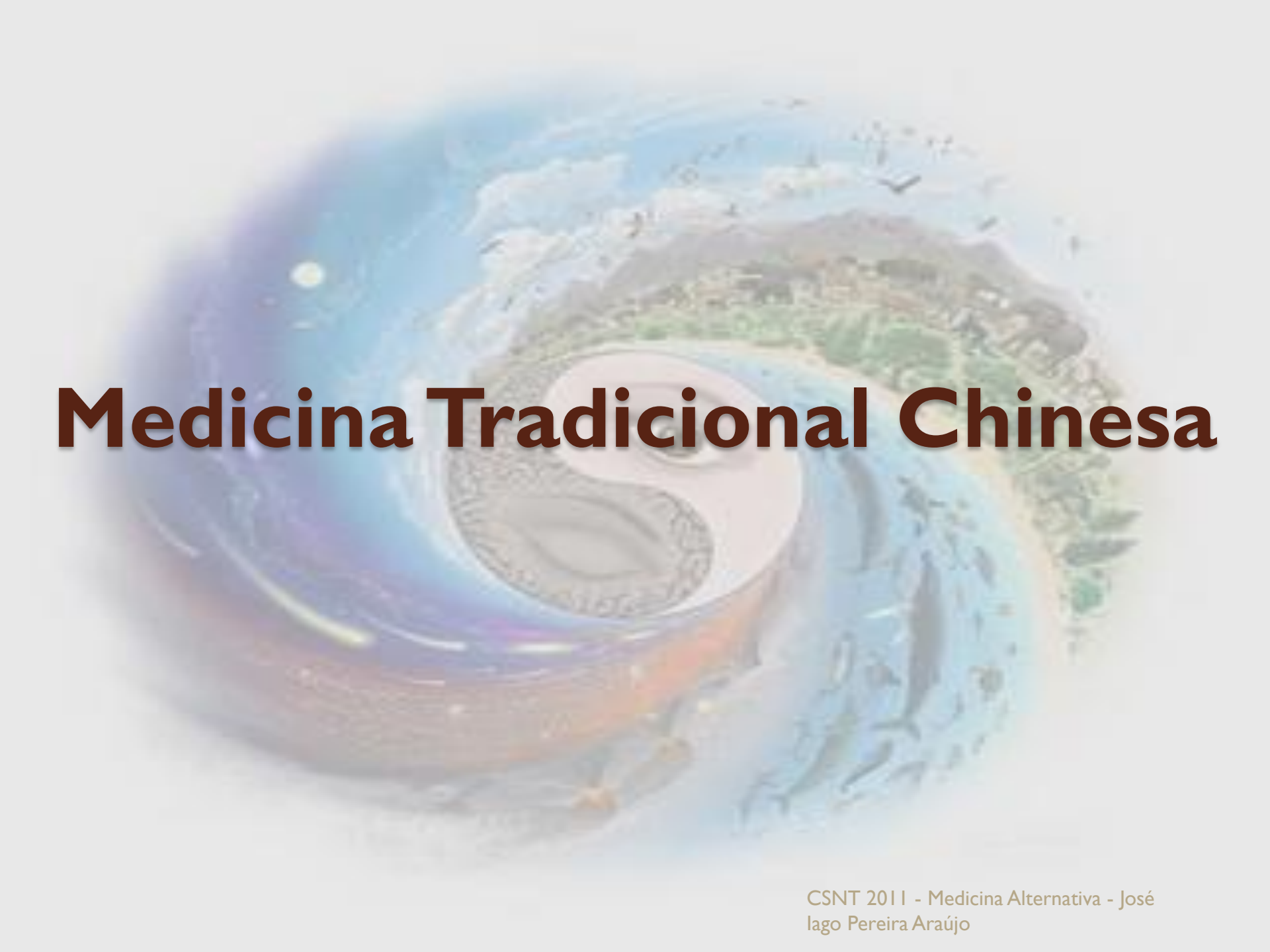
- Medicina Alternativa de A a Z.
- “Jeitinho” brasileiro:
 - Multimistura;
 - Mastruz com leite;
 - Água, vinagre e sal;
 - Água, açúcar e sal.



Fitoterapia

- Estudo das plantas medicinais e a cura de doenças com essas plantas.
- Utiliza algas e plantas marinhas, bolbos, raízes, flores, cascas, folhas, frutas e vegetais.
- Vantagens e desvantagens.
- Exemplos: Chá de Graviola, Chá de Gengibre, Babosa e Avelóz.

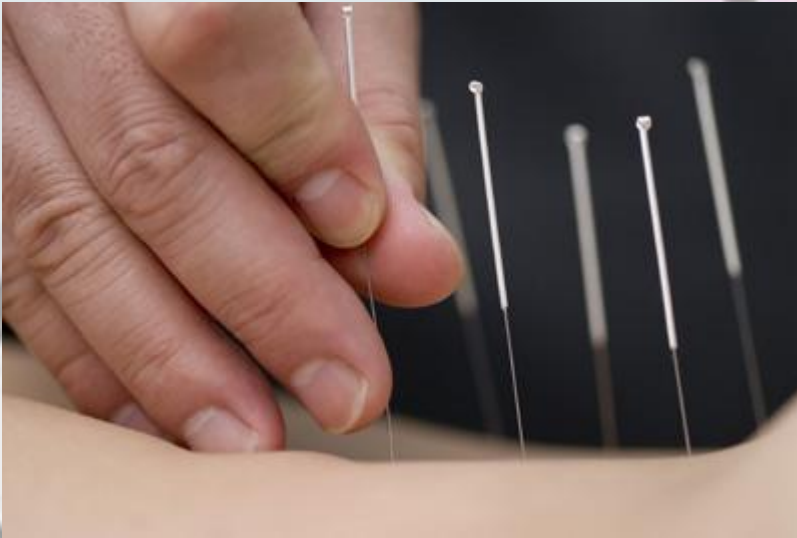


The background of the slide is a circular, ethereal illustration. In the center is a classic Yin-Yang symbol, with the white (Yang) side containing a small black dot and the black (Yin) side containing a small white dot. Surrounding the symbol is a landscape scene. To the right, there are green, rolling hills or mountains. To the left, there's a body of water with a small yellow sun or moon in the sky above it. A vibrant rainbow arches across the bottom of the circular frame. The overall style is soft and artistic, with a light blue and white background outside the circular frame.

Medicina Tradicional Chinesa

Acupuntura

- Consiste em colocar agulhas da espessura de fios de cabelo em diferentes pontos de pressão (pontos de acupuntura), em todo o corpo.
- Capaz de aliviar a dor e tratar de males que variam da osteoartrose a crises de enxaqueca.
- Pontos de vista:
 - Oriental: Alivia obstruções do fluxo de energia;
 - Occidental: Estímulo do sistema nervoso central.



Alívio de dores com o uso da Acupuntura.



Espessura das agulhas utilizadas na Acupuntura.

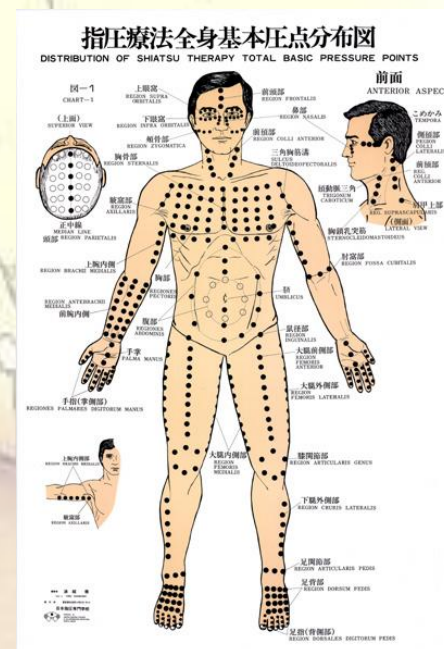
Florais de Bach

- São 38 essências de plantas e florais que podem ajudá-lo a administrar as pressões emocionais do dia-a-dia.
- O segredo está em saber exatamente como estamos nos sentindo.
- RESCUE.
- Diluir 2 gotas da essência escolhida num copo d'água (máximo de 7 essências).
- Exemplos: Sobrecarregado – Elm, perdeu a esperança – Gorse, autopiedade – Willow etc.



Shiatsu

- Utiliza a pressão dos dedos para liberação da musculatura do corpo.
- Baseada no equilíbrio corpo-mente do indivíduo.
- Indicado para o stress e distúrbios músculos-esqueléticos.
- Cuidado com a força, pois o músculo pode ficar ainda mais tenso e sensível.



Tai Chi Chuan

- “Em direção ao supremo.”
- Técnica criada com propósitos de combate. Hoje é muito utilizada com o objetivo de melhorar a saúde das pessoas.



Tai Chi Chuan com leque.



Tai Chi Chuan com espadas.

- É composto de movimentos relaxantes, desenvolvidos para estabilizar o equilíbrio das forças vitais do organismo (Yin e Yang).
- Existem muitos estilos de Tai Chi Chuan.

Diga-me onde dói e eu ti direi porque...

- Baseado simplesmente na observação
 - Uso da visão.
 - Uso de som e cheiro.
 - Uso de fatores físicos.
 - Uso de fatores de estilo de vida.
 - Uso do toque.



MÃOS QUE CURAM

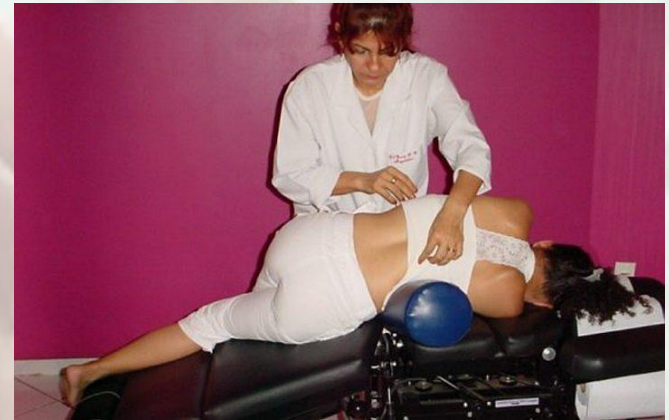
Massagem terapêutica

- Manipulação das estruturas dos tecidos moles.
- Reorientação da energia vital ou eliminação do ácido lático das fibras musculares?
- Suaviza e acalma, ajuda na redução do estresse, e pode ajudar na taxa de recuperação do corpo contra contusões, torções e doenças.



Osteopatia

- Reequilibra a biomecânica corporal colocando as articulações para se mexer.
- A má postura e os movimentos repetitivos acostumam mal o corpo e tiram as articulações do seu devido lugar.
- Não deve ser considerada esotérica, não há receitas, ela se baseia em exame clínico.



Várias partes do corpo se movimentam suavemente com a osteopatia.

Quiropraxia

- Tem como foco a coluna vertebral.
- Seu enfoque primário consiste na descoberta e na correção de desalinhamentos vertebrais e disfunções do sistema nervoso.
- Enfatiza o tratamento conservador do sistema neuro-músculo-esquelético, sem o uso de medicamentos e procedimentos cirúrgicos.



Movimentos e a região onde são aplicados o difere da osteopatia.

Toque Quântico

- É possível curar doenças físicas e emocionais, aliviar dores e até colocar ossos no lugar apenas com o leve toque das mãos.
- Técnica que envolve também respiração, concentração e bastante amor.
- Quem aplica o toque tenta visualizar o espaço entre as menores partículas do átomo, para que a cura venha de dentro para fora.
- Com a mudança de vibração, por ressonância seu corpo faz a cura.
- Não é o fato de acreditar, simplesmente acontece.



Outras práticas ...

Aromaterapia

- Consiste na utilização de óleos essenciais para a prevenção e tratamento de todos os desequilíbrios energéticos que possam estar afetando o corpo físico, emocional e vibracional.
- As essências são unicamente de origem botânica e são usadas de várias maneiras.



- Exemplos de essências:
Arnica – Hematomas e dores,
Clove – Calmante e energizante,
Cypress – Circulação,
Brasil – Limpa a mente e trata problemas respiratórios etc.

Homeopatia

- Doenças semelhantes curam doenças semelhantes.
- O segredo está na preparação.
- Unicismo, Pluralismo, Complexismo e Organicismo.
- Os experimentos são realizados em pessoas saudáveis.



Auto-Hemoterapia

- Consiste na extração de sangue (máximo de 20 ml) venoso de uma pessoa e sua reinjeção na mesma pessoa.
- A taxa de macrófagos no sangue sobe de 5% para 22%, durante 5 dias.
- Combate desde acne até pneumonia.
- Controvérsias?



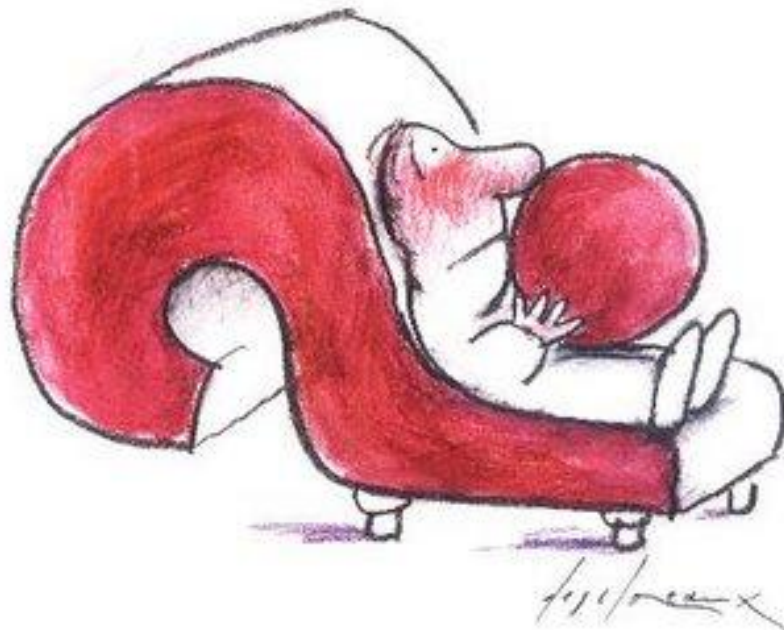
Algumas outras práticas!

- Yoga;
- Pilates;
- Moxabustão;

- Cura pela fé;
- Iridologia.



Dúvidas?



Fontes

- <http://somostodosum.ig.com.br/conteudo/conteudo.asp?id=1224>
- <http://ma-medicinasalternativas.blogspot.com/>
- <http://saude.hsw.uol.com.br/acupuntura.htm>
- Vídeo sobre Toque Quântico -
<http://www.youtube.com/watch?v=Kz9juHXnFJQ>
- Vídeo sobre Auto-hemoterapia -
<http://video.google.com/videoplay?docid=-4554320633785209094>
- <http://www.medicinachinesapt.com/>
- Obras: “Medicina de A a Z” e “Patch Adams – O amor é contagioso”.



Obrigado pela atenção!

"É parte da cura o desejo de ser curado." (Sêneca)