

MASSAGEM TUI NA

O termo “Tui Na” significa “empurrar e agarrar”. A massagem Tui Na é uma massagem terapêutica. Visa restabelecer desequilíbrios energéticos e não apenas relaxamento muscular.



É aplicada de acordo com os pontos e os meridianos da acupuntura. Incide em manipulações cujo principal objetivo é a correta circulação da energia e do Sangue.

SABIA QUE....

A Acupuntura, a Dietética, a Fitoterapia, o Chi Kung e a Tui Na, são as 5 grandes áreas da Medicina

MEDICINA TRADICIONAL CHINESA

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC), com uma história de milhares de anos, tem por base um sistema teórico específico que visa tratar da fisiologia e patologia humanas tendo como ponto de partida a prevenção.

A MTC realiza o seu próprio diagnóstico como fundamento terapêutico para o tratamento. Perante uma visão holística do Ser Humano a MTC integra o corpo como um todo, englobando o físico e o psicológico, e mantendo uma estreita relação entre o Homem e a Natureza.

SABIA QUE...

A MTC considera que se deve tratar a causa e não os sintomas, já que estes são apenas sinais de aviso de que algo corre mal no organismo?



MEDICINA TRADICIONAL CHINESA

SARA REBELO

RITA BERNARDES

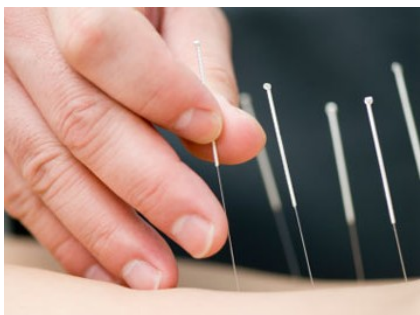
SAÚDE-SE, lda

Rua Monges de Cister, nº2
1ºEsquerdo 2475-130
Benedita

ACUPUNCTURA

A acupuntura é a técnica mais conhecida da Medicina Tradicional Chinesa. São inseridas agulhas de aço inoxidável em pontos específicos, que pertencem a canais por onde circula a energia (chi) que anima o Ser Humano.

O objetivo desta terapia é garantir o equilíbrio dos órgãos mantendo corretas as funções energéticas e promover a circulação de chi e sangue levando ao correto funcionamento do corpo. A acupuntura tem hoje uma projeção mundial e é recomendada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) para tratamento de múltiplas doenças, graças às suas numerosas indicações e à ausência de efeitos secundários.



MOXABUSTÃO



A Moxabustão consiste na aplicação de calor através da combustão de moxa, um preparado confeccionado à base das folhas da artemísia. Esta técnica é usada para aquecer um ponto ou uma zona tirando partido das qualidades da planta - anti-inflamatória, analgésica e estimulante circulatória, entre outras.

CHI KUNG

O Chikung é uma técnica baseada em posturas e movimentos naturais, cujo objetivo é desfazer ou prevenir os bloqueios de energia, evitando a doença ou contribuindo para curá-la. O movimento constante e fluido proposto pelos exercícios desta técnica - que podem ser executados em pé, sentados ou em movimento - estimula diretamente os sistemas do organismo, aumenta a flexibilidade, beneficia o metabolismo e previne (ou atenua) muitas

FITOTERAPIA

A Fitoterapia é um sistema que faz uso das plantas para equilibrar o organismo e atuar em determinadas patologias, de acordo com o diagnóstico de MTC. É vista como o conhecimento das plantas curativas através das suas características e aplicações, usando a planta toda e não havendo extração de apenas do princípio ativo. É uma área muito usada para complementar o tratamento em clínica e merece especial destaque nas

DIETÉTICA

doenças crónicas.

Os alimentos são caracterizados essencialmente de acordo com a Temperatura e de acordo com os Sabores. O princípio da Dietética é: se um sabor na quantidade certa vai alimentar a forma e a função do órgão, quando a dose é excessiva vai lesá-lo ou hiperestimulá-lo. Numa dieta comum, todos os alimentos devem ser ingeridos em