TERAPÊUTICA

Massagem indiana: técnica corporal profunda

FOTO: DIVULGAÇÃO

MASSAGEM indiana atua diretamente na estética corporal e visual a partir da liberação das toxinas presas aos músculos e aos tecidos do corpo

A massagem indiana, oriunda da medicina ayurvédica, além de terapêutica, atua diretamente na estética corporal e visual a partir da liberação das toxinas presas aos músculos e aos tecidos do corpo, assim como as toxinas internas instaladas em vários dos nossos órgãos. De acordo com Ma Prem Ila, é uma técnica corporal profunda e vigorosa que tem como motor de arranque, ou seja, início do trabalho, o aquecimento da coluna vertebral que, seguindo o ayurveda, é o centro da vida. "Na verdade, é a base do trabalho, acrescida de manobras de alongamento e tração. A massagem conta também com a dinamização dos órgãos e pontos vitais realizada através de pressões e a circulação constante da energia, o que favorece um realinhamento em todos os níveis energéticos", complementa.

A medicina ayurvédica é uma prática alternativa oriunda da medicina tradicional da Índia. A Ayurveda é baseada em dois termos sânscritos: ayur, que significa vida, e veda, conhecimento, verdade ou ciência.

Acredita-se que ela existe há cerca de cinco mil anos. A maioria dos antigos tratamentos não ficou registrada, mas parte é relatada por Maharishi Mahesh Yogi, que trouxe a meditação transcendental nos anos 80.

As terapias indianas são basicamente preventivas. Mas se prestam à cura, especialmente pelos métodos de eliminação de toxinas do corpo e da mente, levando a um melhor funcionamento celular, bases dos conceitos de longevidade e do rejuvenescimento deste sistema médico.

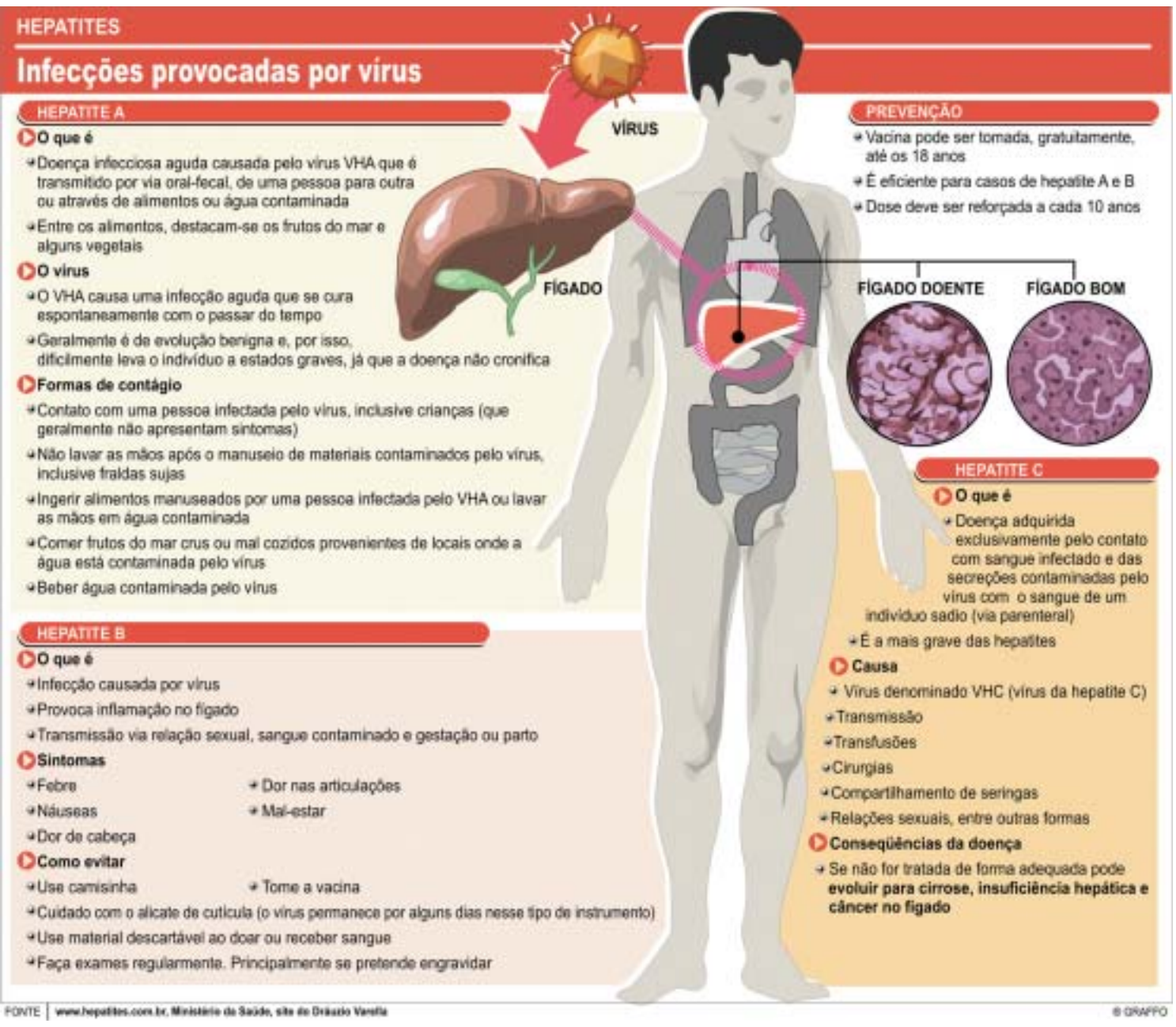
A medicina indiana guia o indivíduo na escolha da dieta, hábitos de vida e exercícios que restauram o equilíbrio do corpo, da mente e da consciência, prevenindo doenças e tratando enfermidades já instauradas. De acordo com a terapia indiana, todo ser humano é um fenômeno único da consciência cósmica, manifestando através dos cinco elementos básicos da natureza (terra, água, fogo, ar e akasha). Obviamente estes nomes não se referem aos elementos tais como os conhecemos, mas a estados da matéria. A combinação destes cinco elementos forma as três organizações do corpo: são Kapha, Pita e Vata (Tridosha).

Este código energético original tem, em cada ser humano, seu próprio e único equilíbrio, em acordo com a sua natureza. Este equilíbrio V-P-K é de ordem natural. Então, quando ele está perturbado, origina-se o desequilíbrio, que é a desarmonia. Saúde é harmonia, doença é desarmonia. Se entendermos a natureza e estrutura da desarmonia, podemos restabelecer a harmonia.

BENEFÍCIOS DA MASSAGEM INDIANA

Devolve brilho e beleza à pele;
Melhora a circulação sanguínea e o fluxo respiratório;
Relaxa e alonga as cadeias musculares;
Aumenta e resposta imunológica do organismo e sua resistência a doenças;
Melhora a concentração;
Constrói a consciência corporal aumentando a autoconfiança, força de vontade e equilíbrio emocional;
Preserva a qualidade de juventude mantendo a beleza e saúde do organismo.

(Fonte: Instituto Brasileiro de Terapias Energodirecionadas- http://www.ibted.org.br)



FONTE | www.hepatites.com.br, Ministério da Saúde, site do Dráuzio Varella

© GRAFFO

ESTUDOS

Vírus da hepatite C pode ser neutralizado

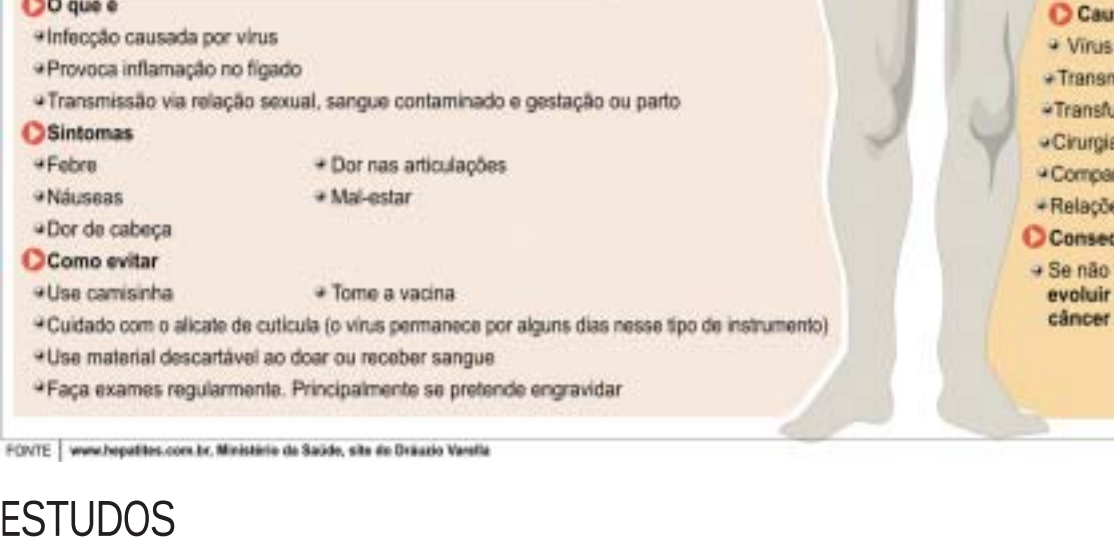
(Agência Graffo) - Cientistas norte-americanos descobriram uma forma de neutralizar a reprodução do vírus da hepatite C, o que representa melhoria potencial no tratamento da doença que atinge o fígado e pode provocar cirrose.

De acordo com o estudo, baseado em experimentos in vitro, uma proteína essencial para o ciclo reprodutivo do vírus da hepatite C (HCV) foi identificada.

Cientistas do Centro de Hepatite e Engenharia do Tecido Hepático da Universidade de Stanford chegaram a uma versão sintética dessa proteína com potencial para destruir a habilidade reprodutiva do vírus. O estudo foi publicado na edição online da revista "Science Transnational Medicine".

Segundo especialistas, estima-se que até três milhões de brasileiros - ou cerca de 1,5% da população - estejam infectados com a hepatite C. Dados do Ministério da Saúde mostram que a cirrose hepática causada pela hepatite C está entre as doenças que mais matam no país.

A hepatite é uma doença caracterizada por uma inflamação do fígado. Pode apresentar diversas causas como as infecções por vírus, uso abusivo de álcool e certos medicamentos, de drogas, doenças hereditárias e autoimunes. Entretanto, sabemos que as causas mais comuns são as virais. A hepatite pode ser classificada em aguda e crônica, sendo que essa última é representada por um processo inflamatório que dura mais de seis meses, porém a cronificação não ocorre em todos os casos.



Ciso
Centro Integrado de Saúde Odontológica
Dr. Flávio Lúcio V. Figueiredo
ORTODONTISTA / RADIOLOGISTA
Dr. Luiz Leite Vieira
REABILITAÇÃO ORAL E CLÍNICA GERAL
Dr. Otávio Pagin
ORTODONTIA E CLÍNICA GERAL
Dra. Adriana Cristina P. Sousa
ENDODONTIA / CIRURGIA ORAL MENOR
Rua Paraiba, 537
Conj. 21 - Centro
POÇOS DE CALDAS-MG
Tel. 35 3722.1492

Dr. José Antônio de Campos Simião
Médico
CRMMG: 50.182 - CRMSP: 70.675
PSIQUIATRIA - HIPNOSE
NEUROPSIQUIATRIA - ELETROENCEFALOGRAMA
Rua XV de Novembro, 303
Centro - Fone: 35 3721.5666
Poços de Caldas-MG
Rua Conselheiro Antônio Prado, 592
Vila Conrado - Fone: 35 3622.2043
São João da Boa Vista-SP

MURILO MOTTA ZANATELLI
CONSULTÓRIO DE ORTODONTIA
Dr. Murilo Motta Zanatelli
CRO 27253
Rua Piauí, nº 529 Centro
Tels. 35 3721.8077 9988.0983

CLÍNICA DE OLHOS
Dr. Jair Ribeiro da Silva
R. Pref. Chagas
338
1º andar - Cj. 12 / 13
Tel. 3722.2845
Poços de Caldas-MG

Dra. Andrea Cristina de Almeida
cirurgiã dentista - odontopediatria
RUA PARAÍBA, 534 - FONE: 3722.2650

QUANTO VALE SUA SAÚDE?
Você que trabalha com esforço postural desenvolve problemas no sistema ósseo, muscular e nervoso. Se você trabalha parado, sentado ou em pé: desenvolve problemas circulatórios, criando coágulos e obstruindo o sistema venoso, correndo sérios riscos. O estresse causa insônia, irritabilidade, ansiedade, depressão, fobias, etc...
VOCÊ PODE EXCLUIR ESTES RISCOS DE SUA VIDA!
Nossa técnica shiatsu, do-in, reflexologia e bard relaxante em fusão, trabalha todas essas áreas, oferecendo o bem estar que você merece. Nossa técnica de acupuntura tradicional, auriculoterapia e eletro acupuntura retira suas dores e coloca equilíbrio em todos os sistemas.
UMA VIDA MELHOR PARA VOCÊ!
MASSOTERAPIA E ACUPUNTURA
MASSOTERAPIA
35 9147.8308 - Sebastião
ACUPUNTURA
35 9128.6201 - Tadeu
Rua Paraiba, nº 349 - Sala 315 - 3º andar
Ed. Master Center - Centro - Poços de Caldas-MG

Se você pensa que para ter CONFORTO, PRIVACIDADE e HIGIENE, você precisa pagar caro, no Motel Colibri SUÍTE LUXO
a partir de R$ 20,00
DE SEGUNDA A QUINTA
e
R$ 22,00
DE SEXTA A DOMINGO
TV, canal privê, ducha, frigobar, ar condicionado ou toca CD.
MOTEL COLIBRI
INFORMAÇÕES
35 3713.1520
Aceitamos todos os cartões de créditos
www.motelcolibri.com.br
Avenida Presidente Wenceslau Braz, nº 4.450 - Saída para Pouso Alegre-MG