

MICROSSISTEMA

Auriculoterapia e seu uso nas dores

Ao observarmos a orelha (também conhecida como pavilhão auricular), podemos notar sua semelhança com um feto de cabeça para baixo. Se massagearmos os lóbulos da orelha, (que representam a cabeça), simultaneamente, com a ponta dos dedos indicador e polegar por 10 minutos, é possível aliviar dores de cabeça. Isso prova que os estímulos em regiões da orelha se refletem em nosso organismo.

O pavilhão auricular é um dos vários microsistemas do corpo humano, assim como a palma das mãos, a planta dos pés, o crânio e outros.

Na visão ocidental, cada microsistema mantém estreita relação com os demais sistemas e regiões do corpo através de reflexos cerebrais, ligando-se pela rede do sistema nervoso e comandando suas funções. Sendo assim, quando determinado órgão ou sistema do corpo apresenta alguma disfunção, o estímulo da área ou ponto correspondente na região auricular irá transmitir esta informação aos núcleos cerebrais e provocará a ação de regeneração do cérebro sobre o organismo.

Para a medicina tradicional chinesa, a comunicação entre as diversas regiões do corpo se dá pelo fluxo do Qi, através de canais e meridianos. Estes canais se comunicam e se reúnem em cada microsistema. Quando ocorre um desequilíbrio no fluxo normal do Qi, o corpo demonstra distúrbios em sua atividade funcional. O estímulo da zona auricular correspondente permitirá regularizar este fluxo e retomar o equilíbrio normal das funções



FOTO: DIVULGAÇÃO

AURICULOTERAPIA, em sua forma mais rudimentar, tem raízes no Egito, na Pérsia e na China

corporais. A auriculoterapia serve ao tratamento de disfunções, analgesia da dor e também ao diagnóstico, já que é possível identificar-se um processo patológico através da maior ou menor reatividade ao toque em determinada zona auricular.

A auriculoterapia, em sua forma mais rudimentar, tem raízes no Egito, na Pérsia e na China. Ao longo dos séculos, encontram-se diversos documentos que relatam diferentes formas de estimulação de regiões do pavilhão auricular para o tratamento de doenças.

Como localizar uma zona ou ponto auricular

O pavilhão auricular de cada pessoa apresenta forma e tamanho distintos, variando devido à raça, complexão física e característi-

cas individuais. Estas pequenas variações não afetam o posicionamento dos pontos auriculares, que se distribuem como um feto em posição cefálica, determinando os princípios gerais da representação de cada uma das partes do corpo humano no pavilhão auricular.

Cada ponto auricular é uma terminação nervosa. O estímulo exercido sobre ele percorre os ramos nervosos até o tronco cerebral e em seguida até a região do córtex cerebral correspondente ao órgão ou função estimulada, de onde é enviada uma mensagem da glândula hipófise (pituitária), a qual governa todas as glândulas do corpo para equilibrar as funções do órgão estimulado.

Quando sucedem desequilíbrios em nosso organismo, estes se manifestam no ponto ou área da orelha cor-

respondente ao órgão ou função comprometida, através de mudanças morfológicas, na coloração da pele, dor à pressão, baixa resistência elétrica, etc. O ponto diagnosticado é então empregado para o tratamento aplicando-se sobre ele agulhas, sementes, cristais de quartzo, eletroestimulação, moxabustão, entre outros, obtendo assim a melhora dos sintomas e da causa do desequilíbrio. Na auriculoterapia é possível tratar qualquer tipo de desequilíbrio, seja ele de fundo orgânico ou emocional, podendo ser associada a qualquer terapia como o Reiki, a Massoterapia (Shiatsu, Tui-ná, Do-In, Ayurvédica, etc.), a Fitoterapia (plantas medicinais), os Florais de Bach e muitas outras. As crianças também podem ser tratadas pela Auriculoterapia com a vantagem de não

ocorrerem efeitos colaterais. A única contra-indicação seria para as gestantes até o 5º mês de gravidez, pois existem pontos que atuam sobre o útero e poderiam provocar o aborto, porém pode-se realizar qualquer tratamento que não incida sobre estes pontos. Os resultados mais conhecidos dado o seu sucesso são os de emagrecimento, tabagismo, TPM e dores de qualquer origem.

Atualmente, a auriculoterapia é considerada parte importante da Medicina Tradicional Chinesa e pode ser utilizada tanto como técnica complementar à acupuntura como técnica principal, pois possui um corpo teórico independente no tratamento e diagnóstico de distúrbios, sendo, inclusive, reconhecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS). Por es-

timular o próprio organismo a se curar, produzindo substâncias que venham restabelecer o funcionamento equilibrado dos órgãos, a auriculoterapia vem ganhando cada vez mais espaço e reconhecimento dentro da área das Terapias Naturais em termos mundiais e agora também no Brasil. Existem várias formas de estímulo ao pavilhão auricular, que podem ser escolhidas de acordo com a experiência do terapeuta ou de acordo com a resposta terapêutica do paciente. Normalmente são utilizadas sementes, agulhas filiformes e/ou agulhas semi-permanentes. Podem ser utilizadas também esferas de ouro, prata, aço, cristais, eletroestimulação, laser ou massagens auriculares.

(Fonte: <http://serzen.wordpress.com>)

PROTETOR SOLAR

Adolescentes não dão à mínima para a fotoproteção

Quando os jovens iniciam o ensino médio, eles começam a ansiar por um bonito bronzeado. É também neste mesmo momento que a maioria dos pais “repassa aos filhos” a responsabilidade de aplicar o protetor solar diariamente. E entre a vontade de filhos e o desejo dos pais, é registrada uma tendência preocupante entre os adolescentes: nesta fase precoce da vida muitos se expõem a um elevado risco de desenvolver cânceres de pele mortais, mais tarde na vida.

O alerta vem de pesquisadores do Memorial Sloan-Kettering Cancer Center in New York, que publicaram o estudo Prospective Study of Sunburn and Sun Behavior Patterns During Adolescence na revista Pediatrics.

Para descobrir o quanto a fotoproteção era relevante na adolescência, os pesquisadores, em 2004, entrevistaram 360 adolescentes, entre 10 e 11 anos, em Massachusetts, visando registrar quanto tempo eles ficavam expostos ao sol, quantas vezes usavam proteção solar e outras atitudes sobre bronzeamento, como experiências com queimaduras solares, por exemplo.

Três anos depois desta primeira etapa, em 2007, os pesquisadores registraram que o uso do protetor solar havia caído pela metade entre os jovens. A constatação causou alarde, pois os danos do sol registrados em dados precoce têm sido associados a um risco maior de melano-



FOTO: DIVULGAÇÃO

EM busca de um belo bronzeado, adolescentes negligenciam o uso do protetor solar

ma, no futuro. Segundo Stephen Dusza, um dos autores do estudo, “os adolescentes são bombardeados com imagens e mensagens veiculadas pela mídia que associam uma aparência saudável a estar bronzeado, sem levar em conta os danos precoces causados à pele. Quando lidamos com adolescentes entre 11-14 anos, há uma série de fatores que promovem o bronzeamento a qualquer custo”.

Como funciona a cabeça do adolescente

“Percebo diariamente que os adolescentes associam o

bronzeado à uma boa aparência. Mas é preciso esclarecê-los: o bronzeado é a resposta do corpo à exposição UV e revela que houve danos à pele. Ou seja, houve uma inflamação cutânea como resposta à queimadura solar, independente do grau de exposição”, afirma a dermatologista Cristine Carvalho, diretora do CDE – Centro de Dermatologia e Estética.

Para a médica, os dados revelados pela pesquisa norte-americana refletem a falta de campanhas de saúde pública sobre a prevenção do câncer de pele. O número de casos de melanoma nos Estados Unidos tem aumentado, nas últimas três décadas, e cerca de 70.230

novos casos serão diagnosticados este ano, segundo a Sociedade Americana do Câncer. Por aqui, segundo dados do INCA, Instituto Nacional do Câncer, em 2012, 6.230 novos casos de melanoma serão registrados, sendo 3.170 homens e 3.060 mulheres. “O melanoma é uma forma grave de câncer de pele, pois pode se espalhar para outras partes do corpo. Dependendo do tipo de melanoma, se diagnosticado e tratado precocemente as perspectivas são boas, mas as chances de cura são baixas se o câncer for diagnosticado numa fase tardia”, informa a médica.

Equilíbrio

“Apesar da exposição ao sol, sem os devidos cuidados, acarretar em risco de desenvolver câncer de pele, ela é fundamental para prevenir a deficiência de vitamina D entre as crianças e adolescentes”, defende a dermatologista, que também é chefe do Departamento de Fototerapia do Curso de Pós-Graduação em Dermatologia da Fundação Pele Saudável, Instituto BWS.

As ações mais conhecidas da vitamina D ocorrem no sentido de promover a mineralização óssea e um balanço positivo de cálcio. Somente através dela é que conseguimos absorver o cálcio dos alimentos que ingerimos e depositá-lo eficientemente nos ossos. Esse efeito garante o crescimento das crianças e dos adolescentes e ossos fortes e ricos em cálcio em todas as idades.

“Daí, podemos imaginar, que quando os estoques de vitamina D se tornam insuficientes na criança, ela não cresce, passando a apresentar ossos e dentes sujeitos a fraturas e ossos amolecidos que vão se deformando ao longo da vida. Trata-se de uma doença chamada raquitismo. Na adulta, a mesma doença é chamada osteomalácia e as queixas são de dores ósseas generalizadas com a evidência laboratorial de osteopenia e osteoporose, sendo se realiza a densitometria óssea”, diz a médica.

Faça a sua feira ficar mais completa na Agrofrutas

ACEITAMOS
Valeтик VISA REDE SHOP

Agrofrutas
Natal - Pauinho - Carlinhos

3721.4300 - 3721.4851
Mercado Municipal - Box 72 à 77

Dra. Andrea Cristina de Almeida
cirurgiã dentista - odontopediatra

RUA PARAIBA, 534 - FONE: 3722.2650

STUDIUM FISIOTERAPIA FOOT

Realinhando seus pés Equilibrando sua vida
Teste da pisada? Palmilhas Corretivas Posturais Personalizadas?

Venha conhecer esta nova tecnologia! MARQUE SUA AVALIAÇÃO!

Dra. Estefânia Reis Dra. Vanessa Bertozzi

e-mail: studiumfisiofoot@hotmail.com
Rua Paraíba, nº 329/31 - Centro - Fones: (35)3064.1121 - 9977.1687

Sandro Congio Azuma
Psicanalista e Psicoterapeuta
CRM 45730

Assistência a portadores de disfunções da mente, tais como:

- Ansiedade
- Síndrome do Pânico
- Depressão
- Transtorno Obsessivo Compulsivo
- Trans. do Déficit de Atenção e Hiperatividade
- Dependência Química
- Transtorno Alimentar
- Angústia
- Fobias
- História

Fone: (35) 3713-1881
Pça Francisco Escobar, 201 - sl 14
Centro, Poços de Caldas - MG
e-mail: sandro.psicanalista@live.com

CLÍNICA DE OLHOS
Dr. Jair Ribeiro da Silva
CRM-MG 674

R. Pref. Chagas 338
1º andar - Cj. 12/13
Tel. 3722.2845
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\$ 25,00
DE SEGUNDA A QUINTA

e **R\$ 28,00**
DE SEXTA A DOMINGO

TV LCD 42", canal privê, ducha, frigobar, CD player e ar condicionado (opcional)

INFORMAÇÕES
353713.1520
Aceitamos todos os cartões de crédito
www.motelcolibri.com.br

Avenida Presidente Wenceslau Braz, nº 4.450 - Saída para Pouso Alegre-MG