



MEDICINA CHINESA NO COMBATE ÀS GRIPE



Com a chegada do outono e do inverno, é natural que o corpo fique mais vulnerável às variações de temperatura, ao vento e ao frio – fatores que, segundo a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), podem fragilizar a nossa energia vital e abrir caminho às gripes e constipações.

Mas a boa notícia é que a MTC oferece soluções eficazes e naturais, tanto para prevenir como para tratar estas condições.



Fortalecimento do Sistema Imunitário Energético (Wei Qi)

Na visão chinesa, a energia defensiva – chamada Wei Qi – funciona como um escudo que protege o corpo contra influências externas, como o frio e o vento.

Através da acupuntura e da fitoterapia, é possível fortalecer esta energia, tornando o organismo mais resistente e menos propenso a infecções respiratórias.



Acupuntura: equilíbrio e recuperação mais rápida

- A acupuntura é uma das ferramentas mais reconhecidas da MTC no apoio ao sistema respiratório.
- Ao estimular pontos específicos, promove-se:
- O reforço das defesas naturais do corpo;
- A melhoria da circulação de energia e sangue, acelerando a recuperação;
- A redução da inflamação e da congestão nasal;
- O alívio da tosse, dores de garganta e fadiga.
- Muitos pacientes relatam uma recuperação mais suave e com menos necessidade de medicação convencional, sobretudo quando o tratamento é iniciado nos primeiros sintomas.

FITOTERAPIA CHINESA: PLANTAS QUE PROTEGEM E RESTAURAM

A fitoterapia chinesa é uma aliada fundamental no combate às gripes e constipações.

As fórmulas tradicionais – como Yu Ping Feng San (Fórmula do Escudo de Jade) – são usadas há séculos para reforçar o sistema imunitário e prevenir recaídas.

Outras combinações ajudam a expulsar o “vento-frio” ou “vento-calor”, termos usados na MTC para descrever os diferentes tipos de infecção respiratória.

Cada fórmula é adaptada à constituição e ao estado energético de cada pessoa, tornando o tratamento altamente personalizado e eficaz.



UMA VISÃO INTEGRAL DE SAÚDE

- A grande força da Medicina Tradicional Chinesa está na sua abordagem holística.
- Mais do que tratar os sintomas, ela procura restabelecer o equilíbrio interno, ajudando o corpo a recuperar de forma natural e duradoura.
- Ao harmonizar os sistemas energético, físico e emocional, a MTC permite enfrentar o inverno com mais vitalidade, resistência e bem-estar.

“Quando o corpo está em equilíbrio, o vento e o frio não têm onde se instalar.”

(Provérbio da Medicina Chinesa)