

Bem Estar e Saúde ao Alcance de Todos

Para que a praia não seja um campo de batalha psicológico

O Verão aproxima-se. Ao retirar os fatos de banho da gaveta, para mais um ciclo de desfiles de silhuetas em pleno areal, reparamos que o Inverno rigoroso deixou marcas profundas. É neste contexto que surge o Centro de Terapias Chinesas, com soluções estéticas naturais que prometem eliminar excesso de peso, celulite, estrias e flacidez, de forma rápida e eficaz.

Para que a praia não seja um campo de batalha psicológico, mas um lugar ao sol para todos, sem pudores incluídos, a doutora Wenqian Chen, especialista em Medicina Tradicional Chinesa (MTC), no Centro de Terapias Chinesas (CTC), propõe uma solução baseada no equilíbrio das energias interiores. A fundadora do CTC explica que existem tratamentos naturais com resultados rápidos, que beneficiam não só a redução de peso, eliminação de celulite, estrias e flacidez, como ainda oferecem ao corpo um equilíbrio que evitará futuros problemas de saúde em geral.

O tratamento que promete remodelar o seu corpo para o Verão consiste em sessões de acupunctura e de massagem Tui Na, com uma pasta de ervas chinesas aplicada localmente e que varia conforme a gravidade dos casos.

Adeus ao excesso de peso, celulite, flacidez e estrias

Os quilos a mais podem ser o resultado de vários factores, como “a má combinação de alimentos, comer poucas vezes ao dia mas em grandes quantidades, sedentarismo e maus hábitos alimentares”, justifica a responsável.

Ao nível psicológico, a ansiedade e o stress são os principais culpados pelos sintomáticos “ataques de fome, geralmente direccionados para o açúcar, calmante natural, e para os chocolates, pelas características antidepressivas”. A responsável alerta para os problemas que advêm do excesso de peso, nomeadamente, problemas de coluna, dificuldades na circulação sanguínea, doenças cardiovasculares, diabetes, reumatismo, aumento do colesterol e tensão arterial e, ainda, o isolamento social. “A pessoa já não é considerada elegante e começam a surgir problemas psíquicos, como a depressão”, descreve a especialista.

A alternativa de combate aos inimigos obesidade, celulite, estrias e flacidez é feita no CTC “sem riscos para a saúde, sem dor e sem produtos químicos”, através de um método já utilizado na China há milénios e que permite uma redução rápida do volume e do peso, conservando a energia e firmeza da pele.

São inúmeros os casos de sucesso que têm passado pelo Centro de Terapias Chinesas. A doutora Chen recorda um em particular, de um homem de 30 anos que “entrou com 150 quilos e uma auto-estima bastante reduzida. Duas semanas depois, já tinha perdido 21 quilos” e o contentamento reflectia-se na sua nova atitude. Uma situação que a especialista admite ser comum no CTC, uma vez que “a obesidade é uma realidade que atinge valores cada vez mais preocupantes em Portugal”.

Acupunctura: combate local ainda mais eficaz

A ideia é simples: “com o equilíbrio do fluxo energético do Vaso da concepção, do meridiano do estômago e do ponto de reprodução regularizam-se as funções de todo o sistema digestivo e reprodutivo e, sobretudo, o estômago, baço e rins”.

Ao ajudar o estômago na distribuição da energia dos alimentos por todo o organismo, o baço evita retenção de líquidos, a



CENTRO DE TERAPIAS CHINESAS
Av. António Augusto de Aguiar, 56 – 1.º Dto/Esq
(em frente ao metro do Parque)
Telefone: 21 316 14 46
www.ctcportugal.com

causa de gorduras localizadas, celulite, flacidez e, conseqüentemente, estrias. Quanto aos rins, um órgão da água, é visto na MTC como “fiel depositário do Qi essencial, um sopro de vida que anima os seres vivos”. Logo, se tiver pouca energia, nunca poderá fortalecer os outros órgãos.

Outro conceito oriental aplicado no tratamento da acupunctura incide na aplicação de agulhas no Vaso da Concepção – o mar do Yin. A sua harmonização equilibra a circulação do sangue, da linfa e de todos os líquidos corporais, restabelecendo ainda a saúde do sistema hormonal.

Na acupunctura existe também a aplicação de agulhas mais compridas do que as convencionais nas zonas mais problemáticas, método que a especialista refere como sendo “muito eficaz no combate às gorduras localizadas”.

Essas agulhas têm um comprimento máximo de 10cm, mas a responsável garante que “a sua colocação é indolor, pois a profundidade da inserção localiza-se ao nível das camadas de gordura; já a acção destas agulhas é de extrema eficácia pela vibração eléctrica de estimulação, que actua como um poderoso exercício físico local”.

Dieta chinesa milenar: alimento oficial de acrobatas

Em determinadas situações, é ainda incluído no tratamento um complemento alimentar à base de ervas chinesas, receita tradicional muito utilizada na China.

O regime é já famoso por ter servido várias gerações de impérios e ser actualmente “o alimento oficial de acrobatas e atletas de alta competição”, controlando o peso, sem perdas de energia.

No CTC, esta dieta é utilizada há cerca de 10 anos e a diminuição do peso é visível logo na primeira semana e, em alguns casos de obesidade extrema, o indivíduo pode até emagrecer mais de 30 quilos num mês. No entanto, em casos menos excessivos, a média de emagrecimento situa-se entre os 10 e os 15 quilos mensais.

Para a especialista fundadora do CTC, em todas as partes do tratamento “é estimulado o bom funcionamento do organismo, através do equilíbrio da energia. Tudo neste planeta se move através de energia e nós não somos excepção.

Nas consultas, a médica “prescreve” aos seus pacientes exercícios físicos específicos e um programa especial de nutrição do CTC, baseado em papas, bolachas e chá.

As inestéticas rugas, papadas, acne, queda de cabelo, dores de coluna, alergias, vício do tabaco e dores menstruais são outros dos problemas que no CTC encontram solução.

Massagens e Relaxamento ao Alcance de Todos

Para além da sua vertente terapêutica, onde procura endereçar as queixas e doenças dos seus pacientes, o Centro procura também em desenvolver uma filosofia do bem-estar e do relaxamento. Assim, acaba de lançar um projecto de Centro de Massagens a preços muito acessíveis, uma inovação muito bem-vinda nestes tempos de crise, procurando pôr ao alcance de todas as bolsas um conceito muito comum no Oriente: a massagem como elemento de prevenção do stress e das doenças. Esse Centro de Massagens funcionará em paralelo com a clínica, nas mesmas instalações do Centro de Terapias Chinesas.

“Em Portugal, não percebem como é que na China quase todas as pessoas vão a massagens várias vezes por semana. Isso é muito normal, é quase como tomar banho ou fazer exercício, é uma parte da manutenção geral da saúde de qualquer pessoa no Oriente. Mas em Portugal, as pessoas pensam que massagens são algo caro, e muitas vezes é assim. Queremos mudar este ponto de vista.” diz a Dra. Chen. E de facto, em Pequim quase tropeçamos em centros de massagem em cada esquina, e toda a população está habituada a aceder a massagens a preços muito acessíveis. É este conceito que o Centro procurará introduzir no nosso país.

“Temos uma equipe muito experiente, capaz de propor vários tipos de massagem diferentes, desde Tui Na a Shiatsu. Queremos criar nos portugueses o hábito de cuidar do corpo, e mostrar-lhes que isso é uma necessidade e não um luxo.” Num ambiente simples e sem ostentação, o Centro propõe preços que vão desde os 15€ aos 25€ por massagem de corpo inteiro e duração de uma hora. Para “que tal como no Oriente estes serviços sejam também cá acessíveis a todos”.

Aproveite esta nova oferta e deixe-se deliciar pela Massagem Ayurvédica, Drenagem Linfática, Massagem com Pedras Geotermiais, Reflexologia, Shiatsu, Massagem Tailandesa ou Tui Na. Contacte o Centro de Terapias Chinesas para saber as condições ●