

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

A Sindemia da Obesidade e as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT)

**Medicina Tradicional Chinesa e
Sedentarismo: contribuições para bem
estar físico e mental nas doenças
crônicas não transmissíveis**

Bruno Dórea Jaques

Fisioterapeuta do Trabalho da Coordenação de Saúde e Segurança do Trabalhador/DGTES/SUPERH. Especialista em Acupuntura e Fitoterapia Chinesa e Brasileira, docente de Medicina Chinesa do Instituto Universalis

Medicina Chinesa

TEORIA Yin e Yang

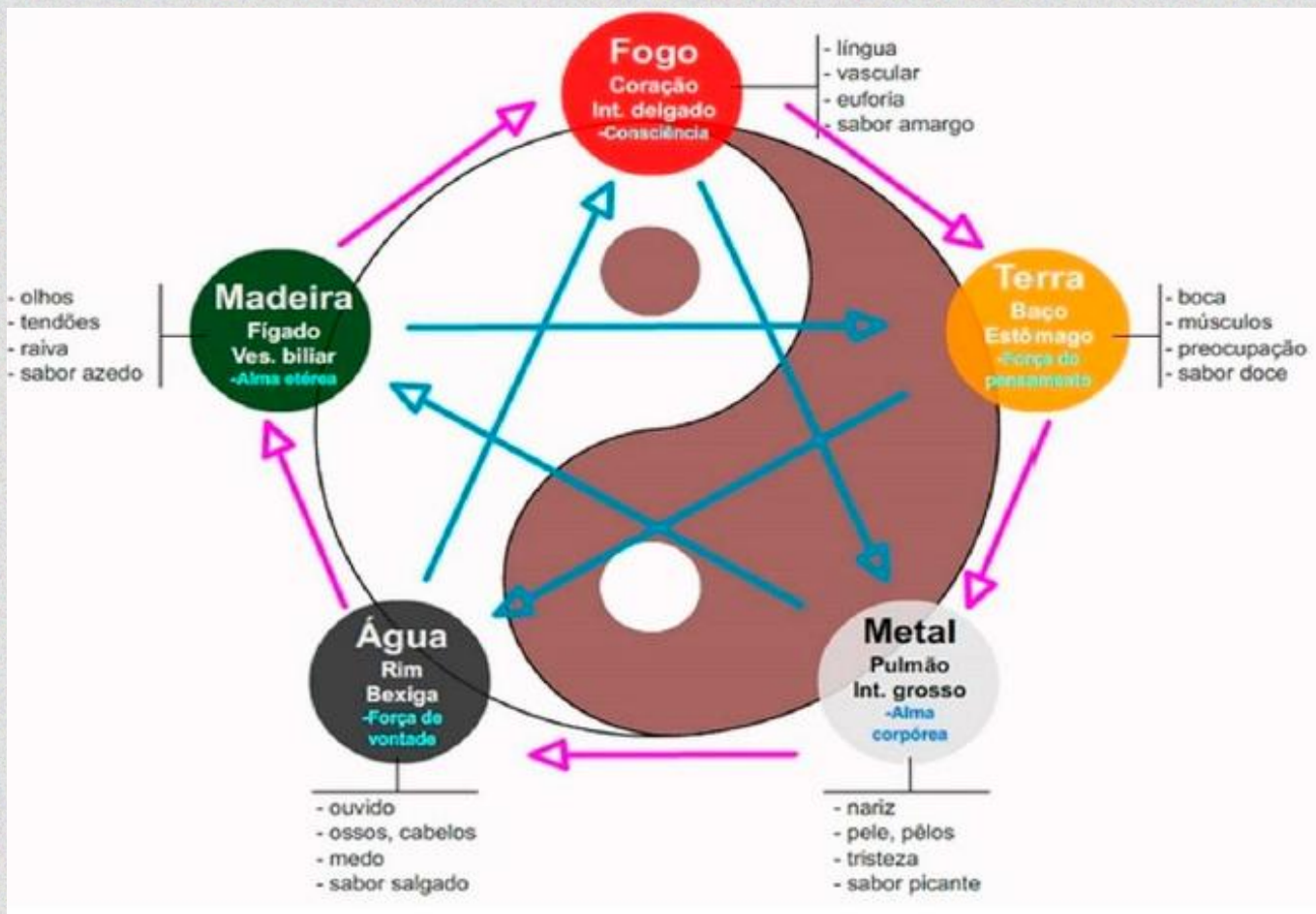
- ❖ Oposição
- ❖ Interdependência
- ❖ Interconsumo
- ❖ Intertransformação



Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**

Os 5 Elementos/Movimentos da MTC



Fórum ampliado em alusão ao Dia Mundial da Saúde.

A Sindemia da Obesidade e as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT)



Fatores Patogênicos Exógenos da MTC

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**



CALOR



FRIO

Fatores Patogênicos Exógenos da MTC

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**



SECURA



UMIDADE

Fatores Patogênicos Exógenos da MTC

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**



VENTO



CANICULA

Fatores Patogênicos Exógenos da MTC



ALIMENTAÇÃO INADEQUADA

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**

Fatores Patogênicos Endógenos da MTC - Emoções

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**



- EUFORIA
- PREOCUPAÇÃO/ REFLEXÃO
- MELANCOLIA/ TRISTEZA
- MEDO/ PAVOR
- RAIVA/ RESSENTIMENTO/RANCOR

FATORES DE RISCO E DCNT - MTC

FATORES DE RISCO

- Sedentarismo
- Obesidade
- Alcoolismo
- Tabagismo
- Drogas Ilícitas
- Alimentação

DCNT

- Hipertensão Arterial
- Diabetes
- Doenças Arteriais Crônicas
- Neplasias

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**

IMPACTO DIRETO NO EQUILÍBRIO YIN E YANG – IMPACTO NA ENERGIA VITAL(QI) E NO SANGUE (XUE)

Abordagem holística da medicina tradicional chinesa

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**



1

Diagnóstico

A MTC avalia o indivíduo como um todo, considerando fatores físicos, emocionais e ambientais.

2

Tratamento Personalizado

Cada paciente recebe uma abordagem única, com terapias como acupuntura, fitoterapia e exercícios.

3

Prevenção

A MTC enfatiza a importância de hábitos saudáveis para prevenir o surgimento de doenças.

Integração dos elementos da MTC



Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**

MTC para o sedentarismo e saúde

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**

1

Meditação - Exercícios Terapêuticos

Tai Chi e Qi Gong

2

Circulação do Qi

Energia vital em movimento

3

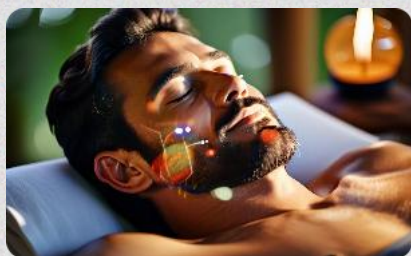
Equilíbrio Yin-Yang

Harmonia do corpo e mente

Aplicações da MTC na saúde e bem-estar

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**



Medicina Preventiva

A MTC enfatiza a prevenção de doenças através de práticas como a acupuntura, que ajuda a equilibrar o fluxo de energia no corpo.



Promoção do Bem-Estar

Exercícios (Qigong) e meditações da MTC, como o Tai Chi, promovem a saúde física e mental, reduzindo o estresse e melhorando a qualidade de vida.



Tratamento de Doenças

A fitoterapia da MTC, com suas ervas e formulações únicas, oferece tratamentos naturais e eficazes para diversos problemas de saúde.



Equilíbrio Dietético

A dietoterapia chinesa enfatiza a importância de uma alimentação equilibrada para manter a saúde e prevenir doenças.

MTC como abordagem holística

1

Visão integral da saúde

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) aborda a saúde de forma holística, considerando o equilíbrio entre corpo, mente e espírito.

3

Estilo de vida equilibrado

A MTC enfatiza a importância de adotar um estilo de vida saudável, com hábitos alimentares adequados, atividade física regular e técnicas de relaxamento.

2

Terapias complementares

As diferentes modalidades da MTC - acupuntura, fitoterapia, meditação, exercícios e dietoterapia - atuam de forma integrada para promover a saúde e o bem-estar.

4

Medicina preventiva

Ao focar no equilíbrio e na harmonia, a MTC é uma abordagem de medicina preventiva que busca evitar o surgimento de doenças.

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Síndrome da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**

Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

**A Sindemia da
Obesidade e as
Doenças Crônicas
Não Transmissíveis (DCNT)**

SECRETARIA DA SAÚDE DO ESTADO DA BAHIA (SESAB)

Roberta Silva de Carvalho Santana

SUPERINTENDÊNCIA DE RECURSOS HUMANOS (SUPERH)

Janaína Peralta

DIRETORIA DE GESTÃO DO TRABALHO E EDUCAÇÃO NA SAÚDE (DGTES)

Luciano de Paula Moura

COORDENAÇÃO DE SAÚDE E SEGURANÇA DO TRABALHADOR DA SAÚDE (CSSTS)

Simone Mendes

Bruno Dórea Jaques

(71) 3115.4224

bruno.dorea@saude.ba.gov.br



Fórum ampliado em alusão ao
Dia Mundial da Saúde.

A Sindemia da Obesidade e as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT)

NÚCLEO TELESSAÚDE BAHIA

Secretaria da Saúde, 4ª Avenida, 400, Centro
Administrativo da Bahia/CAB, 1º andar -
Salvador/BA. Tel.: 3115-9650

