

Agulhas recuperam a saúde do fumante e ajudam quem quer dar um basta no vício

Na visão da Medicina Chinesa, o pulmão é responsável pela fonte de energia chamada Qi, captada pelo ar que se respira e extraída dos alimentos consumidos. Este calor seca os fluídos do organismo causando tosse seca, prejudicando os cabelos e a pele, além da perda de energia vital deixando a pessoa vulnerável a diversas doenças. A acupuntura ajuda a equilibrar o organismo do fumante, ainda mais se a causa do vício for a ansiedade.

26/08/2016 17:36:47

“Você já tentou parar de fumar?”, esta é uma frase muito comum que os fumantes costumam escutar, principalmente quando se queixam de alguma doença.

O tabagismo é considerado uma das principais causas de doenças no mundo. Muitas pessoas têm consciência dos perigos desse vício, mas não é fácil parar de fumar. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), um terço da população adulta é fumante, sendo 47% homens e 12% mulheres.

Pesquisas realizadas com adolescentes no Brasil mostram que os fatores que levam os jovens ao tabagismo são a curiosidade de experimentar o cigarro, a necessidade de autoafirmação, imitação do comportamento do adulto e a influência das propagandas.

De acordo com a Medicina Chinesa, o cigarro desgasta o pulmão, que é a fonte de vigor das pessoas. Esse é o órgão mais afetado pelo fumo. O calor tóxico da fumaça provoca secura no pulmão, desgastando-o.

Solange Medeiros, Terapeuta de Medicina Chinesa, explica que na visão da Medicina Chinesa, o pulmão é responsável pela fonte de energia chamada Qi, que é captada pelo ar que se respira e extraída dos alimentos consumidos. Este calor seca os fluídos do organismo causando tosse seca, cabelos ressecados, prejudica a pele e futuramente causa a perda da energia vital deixando a pessoa vulnerável a diversas doenças.

“A Medicina Chinesa através da Acupuntura oferece apoio às pessoas que optam por uma vida mais saudável longe dos cigarros”, afirma. E acrescenta que se o foco na origem do vício for ansiedade,

através da acupuntura o paciente pode ficar mais calmo e menos tenso, conseguindo assim aliviar os sintomas de abstinência da nicotina.

Não é à toa que muitos fumantes se queixam de problemas no estômago, já que o calor produzido pelo cigarro afeta esse órgão. Por isso, o fumante poderá ter gastrite, úlcera e até o surgimento de câncer. O coração, fígado e rins também são afetados a longo prazo.

Outras consequências do tabagismo:

- Aumenta 4 vezes o risco de AVC, fraturas no quadril, punho e vértebras.
- Causa envelhecimento precoce da pele.
- Risco de morte por doenças cardíacas aumenta 30%.
- Risco de câncer no esôfago, rins, estômago, garganta e pulmões aumenta 10 vezes.
- Diminui em média 7 anos a expectativa de vida do fumante.

Embora, as doenças geradas pelo cigarro sejam inúmeras, o câncer de pulmão é a maior preocupação dos fumantes.

A Terapeuta de Medicina Chinesa recomenda que quem quer parar de fumar deve procurar um tratamento o quanto antes, a fim de recuperar a saúde e a qualidade de vida. “Muitos fumantes procuram tratamentos alternativos para ajudar na difícil tarefa de livrar-se do vício”, ressalta.

Solange Medeiros esclarece que a Medicina Tradicional Chinesa para o tabagismo é muito eficaz, assim como outros tratamentos. Além dos aspectos físicos, o uso da Acupuntura atua no aspecto emocional e psíquico, como ansiedade e estresse.

E adverte que é importante o fumante mudar os hábitos, a exemplo de uma alimentação saudável e da atividade física e principalmente ter o desejo, a vontade de parar de fumar.

Solange Medeiros dá algumas sugestões, exemplos: evitar o consumo de cafeína, não tomar bebidas alcoólicas e refrigerantes, tomar bastante água, ter hábitos saudáveis de alimentação, como alimentos orgânicos e integrais, legumes, verduras e frutas, comer nabo cru todos os dias para limpar os pulmões, comer a cada 3 horas, praticar atividade física que goste, ter um hobby e dormir cedo, preferencialmente antes das 23h.

A terapeuta conclui: “Fumantes que decidem parar de fumar sem nenhum apoio, podem ter uma recaída e estão mais expostos a ansiedade, ganho de peso, perturbações digestivas, problemas respiratórios, entre outros. A Acupuntura para o tabagismo é um dos tratamentos mais indicados para a desintoxicação e reequilibrar o organismo”.