

Terapias Externas no Cuidado com a Saúde

Colaborador: Anderson Peixoto



O programa Você em Foco exibido no dia 19 de junho teve como tema Terapias Externas no Cuidado com a Saúde, e contou com a presença de Valéria Tiveron, especializada em Antroposofia.

A Antroposofia é uma forma de terapia complementar, que trata o homem como ser completo, considerando corpo, mente, alma e espírito.

A profissional demonstrou alguns tipos de tratamentos, que podem ser realizados facilmente. Um deles é a compressa de limão, que alivia a dor de garganta. Para tal, é necessário que se corte um limão em fatias e coloque-as em sequência dentro de um pano de algodão, após dobrá-lo e apertá-lo para que o líquido passe para o pano, após deve-se colocá-lo na garganta do paciente por cerca de 30 minutos – um cachecol sobre o pano pode auxiliar.

A compressa de limão tem resultado refrescante e anti-inflamatório, porém pode causar reações alérgicas em algumas pessoas e, caso ocorra, deve-se tirá-la e lavar o local em que houver coceira ou vermelhidão.

Valéria explicou também o processo com compressas de cebola, camomila e gengibre, lembrando, porém, que se tratam de terapias complementares, e não substituem o auxílio médico.