



MEDICINA NATURAL

NATUROPATIA

Escola de Medicinas Alternativas e Complementares
Rua Alexandre Herculano, 351, 4º andar - 4000-055 Porto Portugal

Tel: (+351) 225 105 910 / (+351) 917 458 292
Email: emac.medicinas.alternativas@gmail.com
Site: <http://emac-edu.com>



“A MEDICINA NATURAL É

VITALISTA NA SUA

ABORDAGEM PORQUE

CONSIDERA A VIDA

COMO ALGO MAIS DO

QUE A SOMA DOS

PROCESSOS

BIOQUÍMICOS, E CRÊ

QUE O CORPO TEM

INTELIGÊNCIA INATA

QUE SEMPRE SE

ESFORÇA POR

ALCANÇAR A SAÚDE.”

MURRAY & PIZZORNO

BASTYR UNIVERSITY, EUA

ÍNDICE

O que é a Naturopatia?	2
Principais terapias utilizadas pelo Naturopata	3
Quando se deve consultar um Naturopata	3
Conteúdo programático do curso de Naturopatia	4
Destinatários e requisitos de acesso	4
Novas oportunidades para a sua carreira profissional	5
Docentes	6

O que é a Naturopatia?

A Naturopatia ou Medicina Natural tem as suas bases em Hipócrates, pai da Medicina que viveu na Grécia por volta de 400 anos a.C., e é a corrente médica mais antiga no ocidente. A Medicina Natural está para a Europa da mesma forma que a Medicina Tradicional Chinesa está para o extremo Oriente. O termo Naturopatia surgiu apenas no século XX para a distinguir da medicina convencional da qual difere pela forma como aborda a doença e a saúde.

A medicina natural é um método terapêutico que tem como base o princípio de que a saúde é mantida pelo próprio corpo, com os seus próprios mecanismos de defesa e que na doença são estes mecanismos que se devem estimular. A medicina natural dá muito ênfase à prevenção e estimulação da cura utilizando terapias naturais. O Naturopata combina o rigor da ciência moderna com a sabedoria da natureza e o conhecimento secular de métodos, princípios e técnicas terapêuticas.

O Naturopata deve obedecer aos seguintes princípios: *primum non nocere* (primeiro não prejudicar), *vis medicatrix naturae* (cada ser tem o poder de se auto-curar), *tolle causam* (descobre e trata a causa e não só os sintomas), *tolle totum* (trata todo o indivíduo), *docere* (o médico é um professor) e *praevenire* (prevenir é o melhor tratamento).

No aspecto metodológico, o Naturopata sabendo que o bem-estar depende do corpo, da mente e da sua interação, educa os pacientes para a alimentação, exercício físico, estilo de vida e aplica a terapia mais adequada para o ajudar na sua tendência espontânea para a cura. O pilar principal é a alimentação, cabendo ao naturopata ensinar quais os alimentos que ajudam a ter uma vida saudável e que alimentos deve ou não deve comer em caso de ter uma determinada doença. Como apoio o naturopata costuma utilizar principalmente a homeopatia, fitoterapia, ortomolecular e hidroterapia. Pode também tratar ou reencaminhar para terapias como a osteopatia (estrutural e sacro-craniana), acupuntura, reiki, florais de Bach, drenagem linfática, yoga, tai chi, chi kung, psicoterapias, etc.

Ainda que não exista tanta investigação científica como em áreas da medicina convencional, desde o século XX que se têm vindo a publicar artigos científicos principalmente na área da fitoterapia, ortomolecular, acupuntura e mais recentemente em homeopatia. Durante as últimas décadas as publicações aumentaram muitíssimo o que permitiu conhecer melhor a forma de ação e entender melhor as possíveis interações com a medicação convencional. Além disso, áreas como a imunologia, microbiologia, biologia molecular, nutrição clínica, etc., vêm demonstrar o que o que séculos de acumular de conhecimento e experiência já sabia sobre prevenção e tratamento das doenças.

A arte de curar não surgiu no séc. XX. Ela é tão antiga quanto a história da humanidade. Mas isto não significa que se deva negligenciar a ciência moderna. A Naturopatia depende dela para evoluir e ser comprovada.



Principais terapias utilizadas pelo Naturopata

Nutrição: é a base de todo o tratamento e foca principalmente o balanço de percursores inflamatórios/anti-inflamatórios, ácido-base, o equilíbrio e higiene intestinal e correcta ingestão de micronutrientes e fitoquímicos. Podem ser aplicadas dietas mais específicas mediante o propósito como: dieta anti-degenerativa, dieta detox, dieta adaptada, paleodieta, jejuns terapêuticos, etc.

Fitoterapia: consiste na utilização de plantas, de preferência sob a forma de extractos de plantas estandardizados, que têm maior campo de acção e menores efeitos secundários que os medicamentos sintetizados. Devido a não serem patenteáveis (logo menos lucrativos) muitos remédios só existem sob a forma de extractos de plantas, o que leva a que muitos pacientes desconheçam a existência de soluções mais eficazes. Estão incluídos nesta área a Aromaterapia (os óleos essenciais) e Gemoterapia (gemas ou botões).

Ortomolecular: segundo Linus Pauling (duplo prémio Nobel) que foi quem criou este termo, consiste em proporcionar a cada pessoa a concentração ideal de substâncias que estão presentes no nosso corpo com a finalidade de corrigir alterações e manter a saúde. É também conhecida por medicina celular.

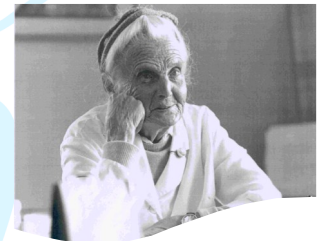
Hidroterapia: consiste na aplicação de banhos, compressas, clisteres, etc.

Homeopatia: baseada no princípio de que “o semelhante cura o semelhante” tem uma abordagem à vida e à doença diferente da medicina convencional. Segundo a Homeopatia clássica, a doença não é tanto um problema local senão uma alteração geral que pode estar a manifestar-se num determinado local do organismo. Os medicamentos homeopáticos não têm efeitos secundários e são bastante seguros. Na Homeopatia não importa tanto a quantidade de medicamento tomada mas sim a frequência com que se toma.

Oligoterapia: método terapêutico que usa oligoelementos ionizados em dose catalíticas.

Terapia floral: usa essências florais, que são extratos altamente diluídos de flores, plantas e arbustos, com objetivo de promover o equilíbrio emocional e a harmonia pessoal, tanto do mundo interior quanto do exterior.

Psicoterapias: Hipnose, osteopatia somato-emocional, programação neurolinguística, método Doman, etc.



“EXISTEM EXCELENTES MÉTODOS PARA CURAR OS DOENTES MAS NÃO SÃO APLICADOS.”

CATHERINE KOUSMINE
MÉDICA QUE INVESTIGOU
DOENÇAS DEGENERATIVAS,
CANCRO E AUTO-IMUNES

Quando se deve consultar um Naturopata?

Antes demais deve sempre consultar um Naturopata com formação numa instituição de elevada qualidade no ensino desta Medicina e que incorporem o rigor e conhecimento da ciência moderna.

O Naturopata poderá ajudar-lhe a saber como manter a saúde (dieta, antiaging, detox, etc.) ou tratar algum problema que lhe afecta como obesidade, alergias (rinite, conjuntivite, asma, etc.), problemas gastrointestinais (aftas, úlceras, gastrites, vesícula preguiçosa, obstipação, colites, síndrome do intestino irritável, etc.), lesões e problemas músculo-esqueléticos (entorses, luxações, contusões, artroses, artrites, fibromialgia, osteoporose), transtornos nervosos (ansiedade, depressões, ataques de pânico, fobias, dor crónica, cefaleias, enxaquecas, vertigens, tonturas, insónias, autismo, hiperactividade e défice de atenção, etc.), doenças da pele (eczemas, psoríase, urticária, etc.), transtornos respiratórios (bronquites, asma), endócrinos (diabetes, distúrbios hormonais, gota, etc.), cardiovasculares (hipertensão, arritmias, aterosclerose, insuficiência venosa, etc.), hematológicos (anemias), urologia (infecções urinárias, hiperplasia benigna da próstata, infertilidade, etc.), ginecologia (menopausa, infertilidade, ovários policísticos, dores menstruais) e doenças crónicas em geral.

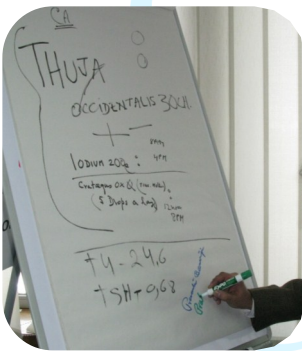
A primeira consulta costuma demorar entre uma a duas horas. As seguintes consultas, entre trinta e sessenta minutos.



Conteúdo programático resumido do curso de Naturopatia



- Dietética
- Jejum terapêutico, paleodieta e outras dietas
- Noções de Genética, Epigenética e Cronobiologia
- Inflamação crônica – causas e controle; Cancro e outras doenças modernas
- Método terapêutico Kousmine e Terapia nutricional Budwig
- Sistema nervoso enteral, o segundo cérebro
- Microecologia gastrointestinal e regulação imunologia;
- Gastroenterologia Neurologia, Pneumologia, Cardiologia, Reumatologia, Ginecologia, Obstetrícia, Urologia, Endocrinologia, Dermatologia, Pediatria e Geriatria
- Fitoterapia, Farmácia Natural, Aromaterapia, Algas, Homeopatia, Terapia Floral, Hidroterapia, Oligoterapia, Psicoterapia e outras
- Diagnóstico e consulta em naturopatia; Estudo de casos clínicos



Destinatários e requisitos de acesso



- 12º ano de escolaridade (nível III)
- Não licenciados na área da saúde

Ciências Biomédicas
1 ano lectivo
Pós-laboral



- Licenciados na área da saúde
Médicos, enfermeiros, nutricionistas,
farmacêuticos, fisioterapeutas, etc.

Medicina Natural (Naturopatia)
2 anos lectivos
Pós-laboral



Naturopata

Nota: realiza-se um sábado ou domingo por mês, complementado com trabalho em casa.



Novas oportunidades para a sua carreira profissional

Quem estuda Naturopatia nunca mais vê a saúde como dantes. Este curso proporciona novas abordagens e ferramentas bem como novas ideias de desenvolvimento profissional e pessoal. A baixo estão exemplificadas algumas das aplicações profissionais nas 4 áreas principais:

Clinica

- Naturopata em clínicas de medicina integrativa, outras clínicas, dietéticas, spa's e termas. Especialista em dietética natural, especialista em cuidados primários com Medicina Natural.
- Complementar a prática clínica com novas ferramentas e abordagens que poderão ajudar a resolver casos clínicos.

Farmácia & Dietética

- Conhecer em profundidade as terapias complementares para poder saber possíveis interações com a medicação convencional, bem como poder recomendar os suplementos e terapêuticas adequados para cada caso da área da Medicina Natural.

Científico-Tecnológico

- Adquirir conhecimentos para um melhor desenvolvimento profissional na indústria farmacêutica ou na área de investigação.

Comercial, Social e outras

- Adquirir conhecimentos para um melhor desenvolvimento pessoal e profissional nas mais distintas áreas. Exemplo: consultor técnico, assessor político, social e ambiental, professor e conselheiro em Medicina Natural, empresário de suplementos alimentares ou na área da Saúde & Bem-estar, etc.



“NÃO POSSO DIZER QUE A HOMEOPATIA ESTÁ CERTA EM TUDO MAS POSSO AFIRMAR AGORA QUE AS ELEVADAS DILUIÇÕES, USADAS EM HOMEOPATIA, TÊM FUNDAMENTO. ELEVADAS DILUIÇÕES DE ALGO TÊM ESTRUTURAS DE ÁGUA QUE IMITAM AS MOLÉCULAS ORIGINAIS”

LUC MONTAGNIER

PRÉMIO NOBEL DA MEDICINA 2008

Docentes

Dr. André Dourado

Licenciado em biologia e mestre em medicina natural. Professor convidado do Mestrado em Medicina Natural da Faculdade de Medicina da Universidade de Santiago de Compostela, em Espanha. Coordenador das Medicinas Complementares do MAMA HELP - Centro de apoio a doentes de cancro da mama.

Dr. Cristobal Fraga

Licenciado em medicina e especialista em medicina familiar e comunitária. Director e Professor do Mestrado de Medicina Natural e professor convidado da cadeira Medicinas Alternativas e Complementarias da licenciatura de Medicina da Faculdade de Medicina da Universidade de Santiago de Compostela, Espanha.

Dr. Lucila Bravo Bosch

Licenciada em medicina e especialista em Medicina general. Foi residente do Hospital de Dusseldorf (Especializado em terapias alternativas). Professor convidado do Mestrado em Medicina Natural da Faculdade de Medicina da Universidade de Santiago de Compostela, em Espanha.

Dr. Xacobo de Toro Cacharrón

Licenciado em biologia, curso de doutorado e diploma de Estudos avançados em biologia Marinha e aquacultura. Professor convidado do Mestrado em Medicina Natural da Faculdade de Medicina da Universidade de Santiago de Compostela, em Espanha. Bolseiro (2002) Marie Curie em Investigações Marinhas. Investigador (2005-2007) no projecto de estudo em águas mineromedicinais no departamento de Medicina da Universidade da Corunha.

Dr. Thais Delboni

Licenciada em Psicologia e com formação em várias terapias florais. Foi professora convidada e supervisora de estágio do curso de especialização “Intervenções Vibracionais na Saúde” da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo. Foi professora dos cursos de pós-graduação do Instituto Brasileiro de Estudos Homeopáticos, coligado a Universidade Estadual do Rio de Janeiro.

Noelia Solar

Massagista e especialista em Aromaterapia com longa experiência, é formadora em diversos cursos de Aromaterapia. Professora convidada no Mestrado em Medicina Natural da Faculdade de Medicina de Santiago de Compostela.



Segue a EMAC no FACEBOOK

<https://www.facebook.com/emac.edu>