



File Name: Drenagem Linf Tica Manual Indica Es Contra Indica Es.pdf

Size: 3197 KB

Type: PDF, ePub, eBook

Category: Book

Uploaded: 8 May 2019, 22:53 PM

Rating: 4.6/5 from 729 votes.

Status: AVAILABLE

Last checked: 2 Minutes ago!

In order to read or download Drenagem Linf Tica Manual Indica Es Contra Indica Es ebook, you need to create a FREE account.

[Download Now!](#)

eBook includes PDF, ePub and Kindle version

[Register a free 1 month Trial Account.](#)

[Download as many books as you like \(Personal use\)](#)

[Cancel the membership at any time if not satisfied.](#)

[Join Over 80000 Happy Readers](#)

Book Descriptions:

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with Drenagem Linf Tica Manual Indica Es Contra Indica Es . To get started finding Drenagem Linf Tica Manual Indica Es Contra Indica Es , you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented.



Book Descriptions:

Drenagem Linfática Manual Indica Es Contra Indica Es

Somente em 1651 o pesquisador francês Jean Pecquet descobriu em um cadáver humano a existência de um ducto torácico e uma espécie de receptáculo no seu início, que denominou de Cisterna de Chily, também chamada de Cisterna de Pecquet. Posteriormente, em 1912, Alexis Carrel conquistou o prêmio Nobel de Medicina por seus trabalhos com o propósito de regeneração celular, mostrando o fundamental da linfa nos tecidos vivos. Em suas observações, manipulando suavemente os ganglios linfáticos do pescoço, percebeu que estes se apresentavam inchados e duros. Intuitivamente, iniciou o uso de uma massagem suave nos locais com a finalidade de melhorar o estado geral dos pacientes. Com os bons resultados, Vodder disciplinou o método e seu primeiro relato escrito foi a público no ano de 1936, em uma exposição de saúde em Paris. Suas paredes são formadas por tecido endotelial, tecido conjuntivo e fibras elásticas e musculares. Possuem válvulas e conduzem a linfa no sentido centripeto. Os principais ganglios estão nas axilas, região inguinal e no pescoço. São depuradores capazes de absorver, metabolizar e destruir alguns elementos provenientes da circulação linfática. Conforme explicado anteriormente, a linfa é transportada dos capilares linfáticos para os canais coletores, coletores e coletores principais, de onde irá desembocar nas veias subclávia e jugular, onde se misturará com o sangue novamente. Devolvem, desta maneira, as proteínas plasmáticas do líquido intersticial de volta ao sangue. Ambas estão baseadas nos trajetos dos coletores linfáticos e linfonodos, associando basicamente três categorias de manobras. A pressão venosa nos membros inferiores aumenta cerca de três vezes, devido à compressão que o útero exerce na veia cava inferior e nas veias pélvicas, agravando-se na posição ortostática parada, ocorrendo aprisionamento nas pernas e coxas, justificando um edema gravitacional ainda mais acentuado nos membros inferiores. <http://ap116.ru/userfiles/country-tuff-log-splitter-manual.xml>

- **drenagem linfática manual indica es contra indica es, drenagem linfática manual indica es contra indica espanol, drenagem linfática manual indica es contra indica es de, drenagem linfática manual indica es contra indica espanol latino, drenagem linfática manual indica es contra indica es el.**

Ela ajuda a reduzir a retenção de líquido no corpo, melhora a oxigenação das células e diminui os inchacos típicos da gravidez, que aparecem principalmente no primeiro e no último trimestre. Nestes casos, a drenagem linfática pode auxiliar no tratamento de celulite, pois vai carrear o excesso de líquido contido no meio intersticial. É importante frisar que a drenagem vai auxiliar no tratamento, e não pode ser conceituada com o “carro chefe” no tratamento. Essa obstrução mecânica modificaria substancialmente o equilíbrio das tensões, resultando inevitavelmente em edema. Dentre as técnicas utilizadas no pós-operatório imediato está a drenagem linfática manual. Esta é reconhecida por abreviar o período de pós-operatório e ser efetiva na resolução mais rápida do edema, hematomas e equimoses. Porém, devemos levar em conta que a cicatrização ainda está recente, e a aplicação da técnica deve ser o mais suave possível, evitando deslizamentos e traços no tecido em cicatrização. A drenagem não oferece risco algum para o paciente em pós-operatório de cirurgias plásticas, somente se for mal aplicada, empregando muita força, rapidez excessiva, ou direção errada. O aumento anormal da concentração de proteínas no interstício resulta em um edema de alta concentração proteica. Alguns fatores como a radioterapia, as complicações pós-operatórias, a infecção, a linfangite, o nível da radicalidade da técnica cirúrgica e outros são relatados na literatura como fatores desencadeantes ou agravantes do linfedema, o que indica sua natureza multifatorial. Além de diminuir o edema, também ajuda na reparação tecidual já que o

fibrinogenio esta presente na linfa, previne a formacao de fibroses e aderencias, favorece a reconstrucao dos capilares linfaticos lesionados e possui efeito analgesico. Alguns autores sugerem que a tecnica poderia prejudicar o quadro clinico do paciente, a partir da disseminacao de metastases da patologia por via

linfatica. <http://www.roxracing.eu/userfiles/country-stoves-manual.xml>

A afeccao acontece geralmente nas pernas, tornozelos ou pes e, antes de qualquer manipulacao, se deve encaminhar o paciente a avaliacao e tratamento especializado. Nao se tem relato na literatura sobre os efeitos da drenagem em um quadro clinico de infeccao generalizada. Portanto, a drenagem linfatica deve ser realizada sem manipulacao sobre a area da tireoide. Sendo assim, alguns autores sugerem que a drenagem linfatica manual pode agravar o quadro clinico da paciente. A drenagem aplicada pelo profissional vai respeitar aspectos relevantes na potencializacao da absorcao e drenagem de liquidos, como por exemplo postura correta do paciente, o ritmo, a pressao e a sequencia das manobras. Nao existe nenhuma comprovacao cientifica que a drenagem estimula a lipolise e favorece o emagrecimento. Conforme descrito no artigo, a retencao de liquidos e uma situacao caracteristica da gestacao e, por isso, o profissional que acompanha o prenatal da gestante pode ate recomendar a tecnica. Acredito que o uso de um cosmetico nao interfira na drenagem, desde que o terapeuta nao altere pressao, ritmo e a ordem correta das manobras. Continue conectado conosco pelos nossos canais no Facebook e no YouTube. Diagnosis and treatment of primary lymphedema. Consensus document of the International Union of Phlebology IUP2009 A eficacia da drenagem linfatica manual no posoperatorio de cancer de cabeca e pescoco. Rev Bras Cir Cabeca Pescoco. 2007;36143 6. A randomized controlled crossover study of manual lymphatic drainage therapy in women with breast cancerrelated lymphoedema. Eur J Cancer Care. 2002;11425461. Rev Argent Dermatol. 1999;80138 42. Sao Paulo Robe; 2001 Dicas de ativos orais! Dicas de ativos orais. As vertentes formam riachos que formam rios que formam lagoas ou desguam no mar. Tudo gua mas nomes e propriedades diferentes. Da mesma forma os liquidos de nosso corpo vo trocando de nome e caractersticas de acordo com o local onde esto.

Existem duas maneiras do Liquido Intersticial deixar i interstcio celular. Portanto a Linfa deve ser definida pelo local onde se encontra, nos vasos linfticos. COMO A LINFA Sendo que sai do interstcio celular desprovida dos gbulos vermelhos que l no penetram. Portanto praticamente incolor tendo quase a mesma composio do plasma sanguneo. Sendo que os vasos linfticos so maiores que os sanguneos as macromolculas de gordura, capturadas no intestino, aproveitam este caminho para chegarem at o fgado. Neste percurso a linfa adquire uma aparncia leitosa. No corpo o sistema tem, resumidamente, duas funes Defender e Limpar. Contudo, sua funo na defesa ser levada em considerao ao decidirmos sobre suas indicaes e contra-indicaes. GNGLIOS LINFTICOS So estruturas ovais nas quais os vasos linfticos penetram trazendo a linfa e seus componentes. Constitudos de tecido linftico so cobertos por uma cpsula de tecido fibroso. Formam os gnglios Trabculas, vasos aferentes que trazem a linfa, seios linfticos, vasos eferentes por onde sai a linfa, ndulos corticais, crtex, centro germinativo, cordes medulares, artrias e veias. Temos de 400 a 600 gnglios agrupados em cadeias no corpo. As principais cadeias so cervical, axilar, fossa olicraniana, ducto torcico, prtico, inguinais e losango poplteo. Tem por entranhas este processo, as vezes, forma nguas e so verdadeiros laboratrios produzindo defesas na forma de linfcitos e anticorpos. Estrutura de um Linfonodo Centenas desses pequenos rgos em forma de feijo agrupamse ao longo de vasos linfticos. Cada linfonodo envolvido por uma cpsula de divide-se em compartimentos por meio de trabculas. Esses compartimentos contem uma rede de fibras que sustentam os linfcitos e os macrfagos que filtram microrganismos estranhos e resduos. Esse processo limpa a linfa medida que ela flui atravs do linfonodo. Estes possuem camadas semelhantes s paredes das veias e vlvulas valvas em maior nmero que nas veias o que permite a linfa fluir em uma s direo, a do corao.

<https://congviendis.vn/vi/dymo-twin-turbo-manual-pdf>

Estas válvulas dos vasos linfáticos têm uma aparência característica de colar de contas. A linfa propelida ao longo dos vasos linfáticos pelos seguintes mecanismos: a. O estiramento e a contração do segmento de um vaso linfático entre duas válvulas. b. A formação de nova linfa por pressão interna ou externa nos espaços celulares, empurrando a antiga para frente. c. Ao massageadora dos músculos esqueléticos sobre os vasos linfáticos. d. Ao reflexo do batimento das artérias os vasos estão próximos das artérias e sentem o batimento. e. A linfa formada pelos movimentos respiratórios. f. Na região, acima do pescoço, colabora a força da gravidade. Observando os mecanismos de movimentação da linfa notamos a formação de nova linfa, a ao massageadora dos músculos sobre os vasos, o reflexo dos batimentos das artérias sobre os vasos linfáticos e a linfa promovida pelos movimentos respiratórios mantém uma relação entre si. Quando o primeiro aumenta os outros mecanismos tendem a acompanhar este aumento. Exemplo quando aumentamos a atividade física correndo, espremamos os espaços celulares da planta do pé, os movimentos musculares aumentam os batimentos das artérias como também os movimentos respiratórios. Sendo assim, torna-se evidente que a formação e transporte de linfa, efetuada por estes mecanismos, não é constante, podendo variar de acordo com a situação.

COMO FAZER A DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL

a. Pressão A linfa que vem ao coração procede de todas as partes do corpo, desde as mais profundas até as periféricas camadas da pele e tecido adiposo. Na drenagem linfática manual procura-se atuar nos tecidos mais periféricos forçando, por pressão, seu líquido intersticial a tornar-se linfa que acaba impulsionando a linfa dos vasos mais profundos.

Sendo assim ela tem de ser suave o suficiente para não interferir no tecido muscular e tão pouco no sistema venoso, mas com pressão suficiente para manipular os espaços dos tecidos superficiais espremendo-os para que se forme linfa que será recolhida pelos capilares e conduzida para os vasos mais profundos. Significa então que temos de ir direcionalmente para o coração. Alguns afirmam que a Drenagem Linfática deve começar próximo ao coração e ir afastando-se dele gradativamente. Isso ocorre nas áreas onde temos atividade. Além disso importante compreender que a Drenagem Linfática Manual se dá pelo esvaziamento dos espaços para os vasos mais profundos onde, como nova linfa, empurrar a linfa que ali se encontra as válvulas impedem o refluxo. Nesta etapa mais profunda não atuamos pois nossa pressão é superficial. Se entendermos os princípios entenderemos os resultados. Contudo devemos ter uma metodologia de trabalho. Se a Proximal-Distal for a mais conveniente, não há motivo para não utilizá-la. A drenagem lenta pode apresentar benefícios secundários. Estes gânglios também desempenham importante papel na defesa do organismo agindo como barreira contra agentes agressores que ali chegam trazidos pela linfa. Nos gânglios são aprisionados ou destruídos. Os gânglios linfáticos também são centros germinativos de linfócitos um tipo de célula de defesa do organismo. A existência destes gânglios, geralmente dispostos em cadeias, e suas múltiplas funes devem ser levadas em consideração por ocasião da administração de uma Drenagem Linfática. As principais cadeias ganglionares encontradas nas áreas manipuláveis pela Drenagem Linfática Manual são cervicais, axilares, ilíacas, inguinais e as dos losângos poplíteos. Todas se encontram em articulações. Em alguns casos, a circulação pode falhar, ocorrendo vários sintomas membros inchados, celulite, pernas pesadas, estrias, etc.

Para esse procedimento, existem diferentes técnicas. Mecânica Também conhecida como pressoterapia este método utiliza as pernas com botas infláveis, conectadas a um compressor. O compressor irá inflar cada parte individualmente, exercendo pressão controlada nas pernas de baixo para cima. Manual e Mecânica O método que combina as duas técnicas acima. Além disso, há outros benefícios ligados com a prática. Em caso de ser recomendada por um médico, será para tratar em caso de linfodema, edema associado com uma doença neurológica, inflamações, acne, sinusite ou por problemas no intestino. As sessões também podem ser prescritas após procedimentos, como lipoaspiração, abdominoplastia, entre outros. Portanto, mesmo se você deseja realizar a drenagem linfática por razões estéticas, você deve consultar o seu médico antes. No caso de uma prescrição médica, é essencial recorrer a um fisioterapeuta. De toda forma, aconselhamos que você seja

avaliado antes por um profissional médico, para ter certeza que pode realizar o tratamento. Somente a área a ser tratada e descoberta para que o profissional possa praticar a massagem. A sessão dura em média 1h2h. Para drenagem linfática por pressoterapia, a pessoa também vai estar deitada. A máquina vai realizar o procedimento com mais pressão do que a que é feita manualmente, mas o profissional vai regulando a força utilizada durante todo o processo para garantir o conforto do paciente, ademais de garantir os resultados. Nesse caso, a sessão dura um pouco menos, cerca de 35 minutos. Dessa forma, não há riscos, desde que você respeite as contraindicações e conselhos do seu médico. Na verdade, esse método é menos radical do que algumas cirurgias estéticas, como facelift ou lipoaspiração. Alguns pacientes podem, portanto, ficar desapontados com os resultados obtidos, considerando insatisfatório.

Essa mal estar de dor nas pernas, se for frequente pode ser pelo trabalho de você exerce, ficar muito tempo em pé ou muito tempo sentada pode ocorrer dores por falta de circulação. Mas dependendo da sua idade pode ser início de uma osteopenia que é causada pela redução do cálcio nos ossos em consequência da falta de tomar sol diariamente. O melhor é procurar um profissional para fazer uma boa avaliação e determinar o seu problema, se for má circulação e bom fazer drenagem linfática que estimula a circulação e melhora muito as dores. Cuidado com chás milagrosos ou diuréticos que provocam uma desidratação momentânea que fará o seu corpo reter mais líquidos a seguir. É importante ter a autorização do seu obstetra. Não são todas as gestantes que podem fazer e nem em qualquer período da gestação. As informações que aparecem em Cirurgia.net tem caráter meramente informativo e não substituem, em hipótese alguma, a relação entre o paciente e seu médico. Cirurgia.net não faz qualquer apologia a um tratamento médico específico, um produto comercial ou um determinado serviço. Clique para ativar Dieta e Nutrição Remédios Caseiros Emagrecer Gravidez Plantas Medicinais Mais Remédios Caseiros Emagrecer Gravidez Plantas Medicinais Beleza e Cosmética Fertilidade Diabetes Colesterol Menopausa Coronavírus Bulas Doenças de Pele Transtornos Psicológicos Distúrbios Gastrointestinais Clínica Geral Doenças Genéticas Doenças Respiratórias Doenças Raras Doenças Degenerativas Sintomas Alergias Testes e Calculadoras Mais Categorias Mais Categorias O que você precisa saber. A drenagem linfática não emagrece porque não elimina gordura mas ajuda a diminuir o volume, uma vez que elimina os líquidos que causam o inchaço corporal. Esta massagem deve ser realizada sempre em direção aos gânglios linfáticos aplicando apenas uma pequena pressão com as mãos sobre a pele, pois o excesso de pressão pode inibir a circulação linfática, comprometendo os resultados.

A massagem de drenagem linfática pode ser feita em casa, mas o ideal é que seja realizada numa clínica com profissionais acostumados com a aplicação da técnica, especialmente se for indicada após algum tipo de cirurgia. Tipos de manobras usadas Existem diversas manobras que podem ser realizadas durante uma sessão de drenagem, mas as mais utilizadas são Círculos com os dedos sem o polegar são realizados movimentos circulares pressionando levemente a pele e são realizados círculos várias vezes consecutivas pela área de pele a tratar; Pressão com a parte lateral da mão posicionar a parte lateral da mão dedo mindinho sobre a região a ser tratada e rodar o punho até os outros dedos tocarem na pele. Realizar esse movimento repetidas vezes ao longo da região a tratar; Deslizamento ou bracelete é mais usado nos braços e pernas ou locais onde seja possível enrolar a mão a volta. Deve-se fechar a mão sobre a região a ser tratada e pressionar o local com um ligeiro movimento de arrastamento e começando da região mais próxima dos gânglios e ir afastando; Pressão com o polegar, com movimento circular apoiar somente o polegar na região a ser tratada e realizar movimentos circulares concêntricos pressionando levemente a pele de forma consecutivas no local, sem friccionar a região. A pressão realizada deve ser sempre suave, semelhante a um tateamento, e as direções da drenagem devem ser rigorosamente respeitadas para que tenha o efeito esperado. Passo a passo para fazer a drenagem linfática 1 passo estimular o sistema linfático A drenagem linfática sempre deve ser iniciada com manobras que estimulem o esvaziamento dos gânglios linfáticos, localizados na região da virilha e na região acima da clavícula. O estímulo nestas

regioes deve ser feito, antes de iniciar as manobras e deve ser repetido 1 a 3 vezes ao longo da sessao, para potencializar seus resultados.

Para isso, podese fazer movimentos circulares sobre a regioao dos ganglios linfatico ou fazer movimentos de bombeamento, 10 a 15 vezes. 2 passo drenagem linfatica facial A drenagem do rosto inicia pela drenagem do pescoco. A drenagem do pescoco comeca por circulos com os dedos que exercem pressao na regioao supraclavicular, a seguir deve-se fazer circulos suaves sobre o musculo esternocleidomastoideo, na lateral do pescoco e tambem na regioao nocal. A seguir comecase a drenagem na face propriamente dita e para isso deve-se iniciar a drenagem ao redor da boca. Para isso, deve-se Apoiar o dedo indicador e medio, pressionando a area do queixo com movimentos circulares; Realizar movimentos na regioao por baixo da boca e em sua volta, incluindo acima do labio superior, trazendo a linfa em direcao ao centro do queixo; Os circulos com os dedos anelar, medio e indicador empurram a linfa das bochechas em direcao ao angulo da mandibula. O movimento inicia na parte inferior da bochecha, ate o angulo, e depois chega mais proximo ao nariz, trazendo a linfa em direcao ao angulo; A palpebra inferior deve ser drenada em direcao aos ganglios proximos do ouvido; A palpebra superior, regioao do canto dos olhos e a testa tambem devem ser drenadas em direcao ao ouvido. Tambem pode assistir aos passos neste video 3 passo drenagem linfatica nos bracos e maos A drenagem do braco, mao e dedos comeca com o estimulo na regioao axilar, com varias series de 45 circulos. A seguir deve Fazer o movimento de deslizamento ou bracelete do cotovelo ate a regioao da axila. Repetir de 57 vezes; Fazer movimentos de deslizamento ou bracelete desde o punho ate o cotovelo. A seguir deve Posicionar os dedos com movimentos circulares, a regioao de baixo da mama deve ser drenada em direcao a axila. Repetir de 57 vezes; A regioao do centro do torax deve ser drenada em direcao a regioao subclavicular. Repetir de 57 vezes. A drenagem dessa regioao termina com a estimulacao da regioao subclavicular.

5 passo drenagem linfatica na barriga A drenagem do abdomen comeca com o estimulo da regioao inguinal. A seguir deve Fazer movimentos de pressao com a lateral da mao em volta do umbigo em direcao a crista iliaca, e depois da crista iliaca ate o regioao inguinal. Repetir entre 510 vezes de cada lado; A drenagem da parte lateral da barriga deve ser de cima para baixo, pressionando suavemente a pele ate chegar ao quadril. Repetir entre 510 vezes. A drenagem da parede abdominal termina com a estimulacao em bombeamento dos ganglios inguinais. 6 passo drenagem linfatica nas pernas e pes A drenagem das pernas e pes comeca com a estimulacao da regioao inguinal com pressoes consecutivas e movimentos circulares com as pontas dos dedos em varias series de 45 circulos. A seguir deve Posicionar as maos em forma de bracelete sobre a coxa e fazer deslizamentos do meio da coxa ate os ganglios, de 510 vezes e depois da regioao mais proxima do joelho, ate a regioao inguinal, de 510 vezes; A regioao interna da coxa deve ser drenada em direcao aos genitais; A drenagem do joelho comeca pela drenagem dos ganglios popliteos localizados na parte de tras do joelho; A drenagem da parte posterior da perna deve ser sempre em direcao aos ganglios linfaticos proximos dos genitais; Fazer movimentos de bracelete desde o tornozelo ate a parte de tras dos joelhos, pressionando as maos contra a pele. Repetir entre 510 vezes; Colocar as maos atras da dobra do joelho e subir ate a virilha, passando pelo bumbum. Repetir entre 510 vezes. Para drenar os pes deve-se realizar movimentos circulares com as pontas dos dedos desde a regioao maleolar ate a parte posterior do joelho. 7 passo drenagem linfatica das costas e nadegas As manobras realizadas nas costas e gluteos podem ser de pressao com a parte lateral da mao e o movimentos em circulo com os dedos.

Deve-se drenar O meio das costas em direcao a axila; A regioao lombar em direcao a regioao inguinal; A regioao superior e media do gluteo em direcao a regioao inguinal; A parte inferior dos gluteos em direcao aos genitais. A drenagem dessa regioao termina com a estimulacao dos ganglios inguinais. Apos finalizar a drenagem o individuo deve permanecer deitado, em repouso por 510 minutos. Se estiver em tratamento contra o linfedema, por exemplo, podera usar uma meia ou manga elastica

para evitar que a região fique inchada novamente. Se for realizar atividade física intensa a seguir, também deverá usar a meia ou manga de compressão durante a atividade física. Quantas sessões fazer A drenagem pode ser realizada de 1 a 5 vezes por semana, de acordo com a necessidade, devendo ser prescrita o número de sessões pelo próprio terapeuta que irá realizar o procedimento, após uma avaliação inicial. Como funciona a drenagem linfática A drenagem linfática remove os líquidos que causam inchaço, que é uma das causas da celulite, que são redirecionados para o sangue, filtrados pelos rins e posteriormente eliminados do corpo através da urina. No entanto, os resultados são mais facilmente visíveis quando se associa uma alimentação saudável e a prática regular de exercício físico. Conheça outros benefícios da drenagem linfática. Drenagem Linfática Teoria e prática. 3 edição. São Paulo Manole, 2007. Esta informação foi útil. Deixe aqui a sua questão para que possamos melhorar o nosso texto Atenção. Só poderemos responder diretamente se deixar o seu e-mail. O seu e-mail irá receber um e-mail com um link que deverá acessar para confirmar que o e-mail lhe pertence. O seu nome Motivo da visita Escolha o seu motivo Doença Viver melhor Ajudar outra pessoa Ganhar conhecimento E profissional de saúde. Inscreva-se 1.

8 milhões Populares de Beleza e Cosmética Como clarear axilas e virilha 5 opções naturais Como tirar estrias vermelhas, roxas ou brancas Como tratar os pés e calcanhares rachados O que é botox capilar, para que serve e como fazer 7 dicas para o cabelo crescer mais rápido Se inscreva na nossa newsletter Obrigado pela sua subscrição. Insira um e-mail válido. Marque a caixa de verificação acima. Newsletter do Tua Saúde Complete o cadastro e selecione os temas que você gostaria de receber por e-mail Fechar Insira um e-mail válido. Ansiedade Distúrbios de sono Emagrecer Fitness Gravidez Receitas saudáveis Saúde da Mulher Saúde do Homem Enviar Todas as informações pessoais são tratadas de acordo com a política de privacidade do Tua Saúde. Fechar Obrigado por Registrar. O seu e-mail de confirmação está a caminho Sobre o Tua Saúde Saúde, Nutrição e Bemestar em uma linguagem simples e acessível. Informações úteis sobre remédios, doenças, exames e tratamentos da medicina tradicional e alternativa. Fique conectado Faça parte da comunidade Tua Saúde nas redes sociais. Atenção O Tua Saúde é um espaço informativo, de divulgação e educação sobre temas relacionados com saúde, nutrição e bemestar, não devendo ser utilizado como substituto ao diagnóstico médico ou tratamento sem antes consultar um profissional de saúde. Carregando... Fechar Pode perguntar Fechar E hora de acabar com todas as suas dúvidas. Erro Erro Mensagem Erro Marque a caixa de verificação acima. Enviar Mensagem Enviar Mensagem.

<http://ninethreefox.com/?q=node/17113>