

## Workshop "Stress, Ansiedade e Depressão à luz da Medicina Chinesa"

[Inscreva-se aqui](#)

**DATA:** 19/06/2018

**LOCAL:** Centro Empresarial DNA Cascais, Alcabideche

**PREÇO:** 45,00€ + IVA

**DURAÇÃO:**(17:30/21:00) - 3h30min



### **OBJETIVOS:**

- Dar a conhecer ao (s) formando(s), de forma global e simplificada algumas generalidades da Medicina Chinesa;
- Dar a conhecer o que é a ansiedade, o stress e a depressão, o que significam em Medicina Chinesa e como prevenir, tratar e combater;
- Demonstração prática de pontos de acupuntura que visam eliminar o stress e a ansiedade. Localização e função dos mesmos.

### **CONTEÚDO PROGRAMÁTICO:**

1. Introdução à Medicina Chinesa;
2. Familiarização com os conceitos e princípios da Medicina Chinesa: Yin e Yang, Teoria dos 5 movimentos;
3. Tratamento da Medicina Chinesa em contextos clínicos relacionados com stress/ansiedade/depressão.
4. Ação Preventiva da Medicina Chinesa em contextos clínicos relacionados com stress/ansiedade/depressão.
5. Localização de pontos de acupuntura e função dos mesmos para tratar e reduzir stress/ansiedade/depressão;
6. Demonstração prática.

### **DESTINATÁRIOS:**

Todos os interessados em conhecer mais e melhor, os benefícios da Medicina Chinesa, e a sua aplicabilidade no cidadão de hoje. Com particular ênfase na contribuição da Medicina Chinesa para a minimização do stress/ansiedade/depressão.

### **FORMADORA: Mirian Ramos**

Diplomada em Medicina Tradicional Chinesa pela APA-DA/ Instituto Português de MC, atual Universidade de Medicina Chinesa Dr. Pedro Choy – Polo de ChengDu; Exerce há mais de 14 anos, detentora de cédula profissional; vários estudos de pós-graduação e especialização clínica.

Atual Coordenadora das Clínicas Dr. Pedro Choy de Cascais, Sintra e Mafra; Codirectora do Departamento de Prevenção e Promoção da Saúde das Clínicas Dr. Pedro Choy; Especialista no método Pedro Choy para deixar de fumar; Especialista em Fitoterapia Chinesa; Especialista na consulta da Diabetes; Especialista no método Pedro Choy para emagrecer; Formadora nas Clínicas Dr. Pedro Choy; Orientadora do estágio clínico de colegas, para que estes integrem o corpo clínico das Clínicas Dr. Pedro Choy; Oradora em vários congressos de Medicina Chinesa organizados pela APPA – Associação Portuguesa dos Profissionais de Acupuntura; Colaborou em várias publicações da Revista Shen Men – Revista Portuguesa especializada em Medicina Chinesa; Oradora convidada por várias entidades externas, nomeadamente, Universidade Lusófona, com o tema gestão do stress e Congresso de Medicina Convencional na especialidade da Pneumologia, com o tema do cancro e a Medicina Chinesa; Participação em vários programas televisivos onde se aborda a temática da Medicina Chinesa.