

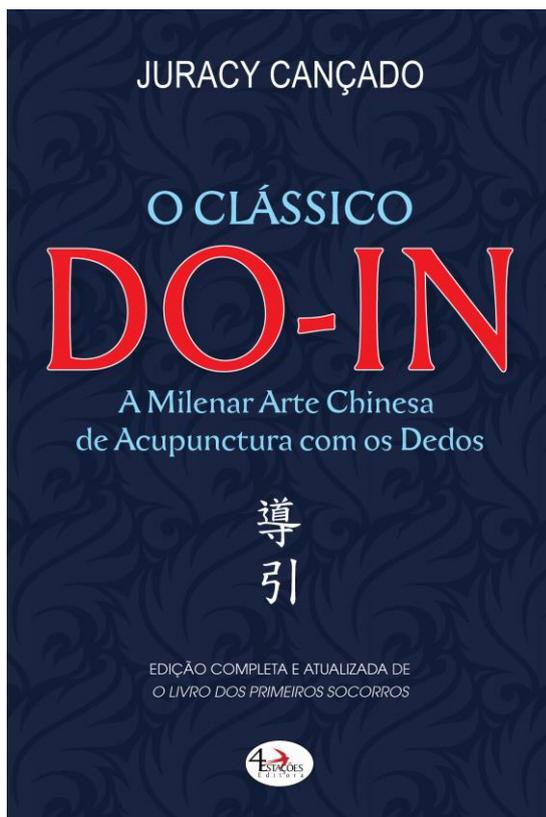
Os tratamentos apresentados neste livro derivam, essencialmente, das intuições e experimentações de antigos sábios e mestres da Antiga China. A sua origem mais remota é o Dao Yin, o ancestral sistema de autocura e aprimoramento pessoal que serviu de fundamento para a edificação de todo o universo das artes terapêuticas chinesas.

A notável combinação de simplicidade e eficácia permitiu que o Do-In logo se popularizasse, tornando-se uma rotina diária para a prevenção e o tratamento de problemas de saúde acessível às pessoas comuns. Voltada para os cuidados pessoais e a autocura com o concurso das próprias mãos, a prática do Do-In inseriu-se nos costumes familiares, congregando adultos, idosos e crianças num saudável ritual cotidiano, revelando-se não apenas de grande utilidade, mas, por vezes, insuperável nas suas possibilidades de automassagens para a prevenção, e técnicas para correção de disfunções.

As práticas apresentadas neste livro estão organizadas em seis partes:

- *Autotratamentos* – seleção de sintomas com sugestões de pontos e técnicas de tratamento;
- *Pontos combinados* – fórmulas especiais com a aplicação simultânea de pontos;
- *Primeiros socorros nas emergências* – abordagem sintomática com a participação de outra pessoa;
- *Exercícios complementares* – manobras e procedimentos auxiliares para a suplementação dos tratamentos;
- *Áreas reflexas dos pés* – massagem nas zonas de correspondências da planta dos pés;
- *Práticas de prevenção e aprimoramento pessoal* – automassagens nos meridianos para a prevenção de enfermidades e o autodesenvolvimento.

Pvp C/lva 18,90 € Pvp S/lva: 17,83€ - 16x24cm



ISBN: 9789898761262 320 Pg.

O mecanismo de ação das práticas chinesas envolve sempre o desbloqueio no trânsito da rede de meridianos, por meio da intervenção nos seus pontos reguladores. É o livre fluxo do Qi que permite a correção do distúrbio que ocasiona o mal-estar.

Aplicada ao autotratamento ou estendida a outra pessoa, a estimulação digital de pontos-chave mostra-se perceptivelmente útil para lidar com toda uma gama de distúrbios e disfunções, particularmente nas crises e noutras condições agudas. Como primeiros socorros nas emergências, em certos casos a intervenção manual chega a ser mais imediata do que a das agulhas da acupuntura! Quando envolvem dores em geral, os resultados costumam ser imediatos e o número de pontos exigido é mínimo – muitas vezes um único ponto pode ser suficiente.

Todos os tratamentos constantes deste livro apresentam os pontos sugeridos ilustrados por diagramas da sua localização no corpo.



Juracy Cançado foi o introdutor do Do-In no Brasil. Desde 1973, desenvolve amplo trabalho pedagógico de iniciação às artes terapêuticas chinesas e suas afinidades com as terapias corporais energéticas contemporâneas, com ênfase na integração da sabedoria milenar com as mais modernas concepções no campo da saúde. Além de escrever os seus próprios livros (*DO-IN – Primeiros Socorros* – vols. 1 e 2, *Do-In para crianças e Rios de Chi*), interferiu diretamente na publicação de várias obras de referência: *Do-In – Técnica Oriental de Automassagem*, de Jacques de Langre; *Shantala: Massagem para Bebês*, de Frédérick Leboyer entre outros.