

**UNIVERSO
D'A FLORESTA**

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

Com a naturóloga Jimile de Assis





SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

UNIVERSO
DA FLORESTA

O problema da saúde

As epidemias e os tratamentos com remédios

Essas doenças mostram, obviamente, que as causas devem ser tratadas.

Pandemia – melhor evitar ir ao Pronto Socorro neste momento.

E precisamos ter a saúde realmente bem para termos uma boa imunidade. Ficamos perdidos em relação a como nos cuidar.



SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

UNIVERSO
DA FLORESTA

O que fazer então?

Aprender a cuidar da saúde de maneira natural e simples, com o uso das plantas medicinais.

O caminho é fácil e acessível a todas as pessoas.

A fitoterapia é altamente eficaz, segura e econômica se for feita da maneira correta.

Olhar mais profundo para entender as causas, os hábitos desequilibrados que levaram a doença. Para podermos auxiliar o corpo em direção à saúde verdadeira.

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais



Aliar a sabedoria das medicinas ancestrais ao conhecimento científico

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

UNIVERSO
DA FLORESTA

A proposta dessa jornada é mostrar como é possível para todos, com uma linguagem muito acessível, retomar esse conhecimento de cuidado com a saúde.

Passos

- Diagnóstico/leitura do corpo
- Conhecimento das plantas, como fazer os remédios caseiros, indicação e contra-indicação
- Mudança de alguns hábitos

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

UNIVERSO
DA FLORESTA

Esse método vai ser apresentado em cada uma das aulas da Semana da Fitoterapia e a cada etapa vamos propor que vocês experienciem os métodos para que possam usar a fitoterapia de maneira segura.



SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

UNIVERSO
DA FLORESTA

Proposta para hoje

Fazer um exercício de leitura dos sintomas do próprio corpo em relação à imunidade.

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

UNIVERSO
DA FLORESTA

TESTE SUA IMUNIDADE - Leitura do corpo

Marque com X todas as características abaixo que seu corpo costuma apresentar.

SINTOMAS DE CALOR

- () Tez avermelhada
- () Irritabilidade
- () Sede excessiva
- () Pressão arterial alta
- () Sabe discursar e palestrar bem
- () Ansiedade
- () Tem bastante entusiasmo mas pouca paciência
- () Preferência por líquidos gelados
- () Urina escura e pouca

Se você marcou
mais de 3 itens neste
quadro de sintomas,
sua imunidades está
relativamente baixa
por **sintomas de calor**

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

SINTOMAS DE FRIO

- Urina clara e abundante
- Cólicas menstruais no meio do ventre, que melhora com o calor
- Quase não sente sede
- Pés e ou mãos frios
- Libido mais baixa
- Preferência por líquidos mornos ou quentes
- Grippa fácil quando o tempo esfria
- Se agasalha com qualquer frio
- Urina escura e pouca
- Dores lombares

Se você marcou **mais de 3 itens** neste quadro de sintomas, sua imunidades está relativamente baixa por **sintomas de frio**

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

SINTOMAS DE DEFICIÊNCIA

- Fica cansado (a) e ofegante com pouco esforço
- Excesso de sono
- Calor excessivo nas mãos
- Calor excessivo nos pés
- Pouca memória
- Tez mais pálida
- Transpira nas mãos e ou pés
- Sede constante
- Tem alguma doença crônica

Se você marcou **mais de 3 itens** neste quadro de sintomas, sua imunidades está relativamente baixa por **sintomas de deficiência**

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

SINAIS GERAIS DE BOA SAÚDE

- Elimina fezes todos os dias
- As fezes são consistentes e de cor marrom médio
- Tem apetite por diferentes tipos de alimentos
- Boa memória
- Boa resposta a resfriados
- Não tem doenças crônicas
- Boa disposição física
- Tez corada

Se você marcou
mais de 4 itens
neste quadro, sua
imunidades está
relativamente boa

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais



Sou a naturóloga Jimile de Assis e já atendi milhares de pessoas no consultório e, desde 2014 realizo cursos e mentorias para quem busca maior autonomia em relação à saúde natural.

Sou formada em naturologia pela Unisul, com especialização em Medicina Tradicional Chinesa, acupuntura japonesa e ginecológica. Fiz 3 anos de pesquisa no sertão da Bahia com raizeiras que me ensinaram os segredos na medicina ancestral. Meus 3 filhos nunca foram ao médico alopático, sempre cuidados com as plantas medicinais.

É todo este conhecimento que quero compartilhar com vocês.

SEMANA DA FITOTERAPIA

O poder das plantas medicinais

Próximas aulas:



Chamomila

UNIVERSO DA FLORESTA

SEMANA DA FITOTERAPIA
AULA 2

- 12 DE MAIO
- QUARTA
- 20H

Fitoterapia na prática

Com a naturóloga
Jímile de Assis

[YouTube/universodafloresta](https://www.youtube.com/universodafloresta)



Chamomila

UNIVERSO DA FLORESTA

SEMANA DA FITOTERAPIA
AULA 3

- 14 DE MAIO
- SEXTA
- 20H

O mapa da saúde natural

Com a naturóloga
Jímile de Assis

[YouTube/universodafloresta](https://www.youtube.com/universodafloresta)



Chamomila

UNIVERSO DA FLORESTA

SEMANA DA FITOTERAPIA
AULA 4

- 16 DE MAIO
- DOMINGO
- 20H

SOS Plantas Medicinais

Com a naturóloga
Jímile de Assis

[YouTube/universodafloresta](https://www.youtube.com/universodafloresta)



UNIVERSO D'A FLORESTA

Cursos que te conectam à Natureza

SIGA-NOS:



[youtube.com/
universodafloresta](https://www.youtube.com/universodafloresta)



[@universodafloresta](https://www.instagram.com/universodafloresta)



[facebook.com/
universodafloresta](https://www.facebook.com/universodafloresta)



[https://t.me/
universodafloresta](https://t.me/universodafloresta)

www.universodafloresta.com