

SAÚDE

# Dois Irmãos amplia serviços com sessões gratuitas de Lian Gong



DIVULGAÇÃO / FMDI

A Secretária de Saúde de Dois Irmãos lançou no dia 1º de junho sessões gratuitas de Lian Gong, prática terapêutica da Medicina Tradicional Chinesa.

O lançamento aconteceu na Praça do Imigrante e contou com a presença do secretário Nilton Tavares, da coordenadora da Estratégia de Saúde da Família, médica Maristane Strada; e do fisioterapeuta regulador da Secretaria da Saúde, Lucas Klein.

Segundo nota divulgada pela prefeitura, a novidade integra o esforço do município de ampliar o acesso à saúde e oferecer alternativas eficazes para quem convive com dores crônicas. “O melhor medicamento para as dores crônicas é o exercício físico. Queremos que as pessoas sejam atendidas, sejam vistas, e o Lian Gong é uma grande possibilidade para isso”, destacou o



secretário Tavares.

As sessões são coordenadas pela fisioterapeuta integrativa Gisele Güntzel, que explica a abrangência da prática: “É como uma fisioterapia que a pessoa faz nela mesma. Todos os exercícios trabalham coordenação motora, equilíbrio, alongamento e fortalecimento do corpo todo, de forma integrada”.

As sessões acontecem nas segundas-feiras na Praça do Imigrante e nas quartas no Parque Municipal Romeo Benício Wolf, em quatro horários: das 14h às 15h, das 15h às 16h, das 17h às 18h e das 18h às 19h. A população interessada pode buscar mais informações na Unidade Básica de Saúde de referência ou diretamente na Secretaria.

## SAIBA MAIS

O Lian Gong é composto por 54 exercícios divididos em três séries, desenvolvidos por um médico ortopedista chinês como alternativa ao tratamento medicamentoso, atuando na prevenção e tratamento das dores crônicas.

A primeira série atua nos músculos e tendões do pescoço, ombros, costas, lombar, pernas e pés.

A segunda atua nas articulações das extremidades, tendões, nervos, pontos de acupuntura e disfunções dos órgãos internos.

A terceira série é voltada ao sistema cardiorrespiratório, indicada para quem sofre de bronquite, asma, enfisema ou tosse recorrente. Também atua no fortalecimento das funções cardíacas.

Os pacientes com indicação para a prática, como os que têm tendinite, lombalgia, dores musculares e problemas respiratórios, serão acompanhados em grupo duas vezes por semana durante três meses. O objetivo é que cada participante aprenda os exercícios e possa praticá-los de forma autônoma em casa ao fim do programa.

# RANCHÃO

SUPERMERCADOS

Ofertas válidas de 12 a 14/06/2026, enquanto durarem os estoques.

**23,90**

**4,99**

Máx. 120 Un. por Cliente no menor preço

**5,99**

Máx. 4,79

**18,90**

**16,90**

Ofertas válidas de 12 a 14/06/2026 enquanto durarem os estoques. Garantimos a quantidade inicial de 10un./kg nas lojas dos produtos aqui anunciados. Não vendemos por atacado e reservamo-nos o direito de limitar as quantidades dos produtos por cliente. Fotos meramente ilustrativas. SAC IMEC: 0800 701 3456.