



GUIA DE EMERGÊNCIA · SURTOS PERIGOSOS

# INFLUENZA, E AGORA?

---

O Método PIN para você sair da fase aguda  
EM PÉ — em até 72 horas

*Criança · Adulto · Idoso — 3 protocolos no mesmo livro*

## **Dr. Walter Pin**

Cardiologista · 25 anos de prática · Criador do Protocolo PIN  
Consultório Aberto do Dr. PIN · [drpin.site](http://drpin.site)

# SUMÁRIO

- 01 Capa
- 02 Sumário e Frase de Cura
- 03 ★ **CHECKLIST DE EMERGÊNCIA** — 72 HORAS
- 04 O que é Influenza (e o que NÃO é)
- 05 **Surtos** Perigosos · Sinais de Alarme
- 06 **Pilar 1** — A Febre é Remédio
- 07 ★ **FEBRE sem Antitérmico** — método natural
- 08 **Pilar 2** — A Sopa PIN · Alimentos SIM e NÃO
- 09 **Pilar 3** — Chá de Sabugueiro e Resgates
- 10 ★ **RECEITAS Caseiras** — Mel-Alho-Limão + Suco
- 11 **Pilar 4** — Suplementação Estratégica
- 12 **Pilar 5** — Sono, Sol e Casa Ventilada
- 13 **Pilar 6** — Medicação Consciente
- 14 ★ **VACINAS** que Salvam (Pneumo · Shingrix)
- 15 **Probióticos** x **Psicobióticos** · Fase Aguda
- 16 ★ **OXÍMETRO EM CASA** — o R\$50 que salva
- 17 **Protocolo CRIANÇA**
- 18 **Criança** — A Aventura do Super-Herói
- 19 **Criança** — As Pílulas Mágicas
- 20 **Protocolo ADULTO**
- 21 **Protocolo IDOSO 60+**
- 22 **Blindar** a Casa · Prevenir a Próxima
- 23 **PÓS-INFLUENZA** · Os 30 dias seguintes
- 24 **RECORTE E COLE NA GELADEIRA**
- 25 **Frase Final** · A Gargalhada que Cura
- 26 **Sobre** o Dr. PIN · Referências

## ★ FRASE DE CURA

- ✓ “Eu permito o calor. O calor cura.
- ✓ Eu agradeço à febre — ela está trabalhando por mim.”
- ✓ (repita 3 vezes ao deitar e ao acordar)

# CHECKLIST DE EMERGÊNCIA — 72h

Faça **TUDO** isto nas primeiras horas. O vírus se multiplica em escala logarítmica.



01. **TESTE** — confirme se é Influenza (PCR ou teste rápido em farmácia).
02. **AGASALHE-SE** — induza calor, suor abundante. Cobertor pesado.
03. **NÃO CORTE A FEBRE** — até 39°C (exceto histórico de convulsão febril).
04. **DURMA** — 9 a 12h. O sono dobra a produção de interferon.
05. **SOPA PIN** — cenoura, batata, alho-poró, abobrinha (sem carne 3 dias).
06. **1 CENOURA CRUA / dia** — ralada (betacaroteno + fibra · pág 10).
07. **PRÓPOLIS VERDE** — 20 gotas 3x ao dia (antiviral natural).
08. **CHÁ MEL · ALHO · LIMÃO** — 1 dose pela manhã (receita pág 10).
09. **CHÁ DE SABUGUEIRO** — 3x ao dia.
10. **VITAMINA D3 50.000 UI** — dose única + Zinco 30mg + Vit C 1g 3x/dia.
11. **BANHO DE SOL 15min** — janelas abertas 3x ao dia.
12. **ZERO** — esforço físico, álcool e açúcar.
13. **FRASE DE CURA** — 3x ao deitar.

## ■ EMERGÊNCIA — VÁ AO HOSPITAL SE

• Falta de ar · dor no peito · lábios roxos · febre >39.5°C por 3 dias · confusão