



MEDICINA TRADICIONAL CHINESA

CONCEITOS BÁSICOS

Autor: Sayonara Crema – Acupunturista
Revisor: Prof. Marcelo Fabian Oliva – Pos Graduado em
Acupuntura Tradicional



"Tao"- O Princípio Único:

*"O Tao é o início e o
fim; a vida e a morte;
e se encontra no templo
dos Deuses."
Nei Ching*

“É a fonte da vida e energia primordial.

É o eixo em torno do qual giram os dois pólos opostos e complementares, Yin e Yang, que criam toda a matéria e suas transmutações.

No Universo, a alternância e a transformação rítmica entre Yin e Yang é uma característica de todos os fenômenos manifestos.

O desequilíbrio das energias Yin e Yang produz conseqüências para o homem e para a natureza, e a morte significa o cessar do QI.

O círculo exterior representa o Tao.”



“A energia é a causa de toda produção e toda destruição” (NEI JING SU WEN).

A tese oriental sustenta que a matéria é um estado de condensação da energia e que esta ao dispersar-se , retorna ao seu estado inicial de energia.

No ocidente, quando se fala de energia, nos referimos a ela com um conceito mecanicista; como “uma capacidade para realizar um trabalho, por definição física, fazendo extensão ao ser humano, como uma força que nos indicará a maior ou menor capacidade de ação e reação deste.” Nomeamos esta força de diferentes maneiras atendendo a sua origem e manifestações, assim teremos: energia elétrica, química, nuclear, cinética, térmica, eólica, etc.

A civilização ocidental tende a manter e desenvolver a chamada sociedade tecnológica, buscando, em tudo a aplicação prática que ajude a sustentar o sistema de pseudo bem estar moderno. Assim se exploram os recursos energéticos em função dos possíveis benefícios imediatos, sem ter em conta a dinâmica própria do universo, origem comum de toda manifestação energética.

Em resumo, o Qi, o Princípio, é a origem de tudo e para os chineses constitui o objeto primordial de seu estudo, independentemente de suas múltiplas formas de apresentação. Dominar este Princípio supõe controlar suas manifestações em proveito do ser humano e de seu desenrolar harmônico e saudável.

As últimas investigações da física quântica vislumbram a utilidade das teorias holísticas. Eruditos e cientistas de diversas áreas (como a física, a filosofia, a sociologia, a neurofisiologia, etc.) se interessam por uma nova tese acerca da formação do universo a partir de sistemas energéticos microfísicos, que se combinariam formando estruturas cada vez mais amplas . Alguns, como L. Domash, opinam que a consciência pura é a essência do Universo. Outros como o maestro Zen, **Deshimaru**, escreve a respeito: **“Os chineses, muito antes que a física moderna, haviam compreendido que matéria e energia eram uma só e mesma coisa.”**

Soulié de Morant definiu a **Acupuntura** como **“Filosofia total da energia”**. Desta maneira nos ofereceu a pedra angular sobre a qual foi construído todo o enorme emaranhado que constitui a bioenergética, podendo acessar assim a sua compreensão, a fim de projetar, de uma forma terapêutica, toda a sabedoria que isto contém.

O princípio básico da MTC (Medicina Tradicional Chinesa) nos fala da energia como fonte integradora e reguladora da forma físico-química. Por tanto, podemos deduzir que, em termos gerais, as enfermidades que seguem com alterações de estruturas orgânicas diversas, têm experimentado previamente uma fase de desordem energética acompanhado de uma sintomatologia muito variada, sutil umas vezes, claramente manifestas outras. Estes quadros energéticos não haviam sido compreendidos nem estudados pela medicina alopática, desligada destes conceitos. Contudo, os serviços médicos modernos contam com elementos técnicos, graças aos quais se manifestam determinadas formas de energia humana (eletrocardiograma, eletroencefalograma, etc...), segundo Carlos Nogueira Perez no livro Fundamentos de Bioenergética, pág. 12 e 13.

A MTC (Medicina Tradicional Chinesa) busca a verdadeira essência do ser humano, não apenas como corpo físico e mental, mas um ser único e íntegro; um microcosmo inserido no macrocosmo (universo), com emoções, interpretações internas e intercomunicações externas.

O Qi é a raiz e sustentação da vida, base do movimento e transformação entre macro e microcosmo. De constituição ancestral (origem dos pais) e adquirida (ar, alimentos, exercícios físicos, meditação, etc).

Toda fisiologia e fisiopatologia está baseada na concepção do Qi, seu fluxo e alterações é o conceito da energia que cursa nos meridianos do corpo, quando há interrupção altera a energia dos órgãos e portanto o processo do adoecimento.

Adoecer é o resultado de uma série de bloqueios que impedem o fluxo livre de Qi. O fluir é um processo simultâneo, contínuo, assim como o dia após a noite; o verão após a primavera; o amor após a paixão; a compreensão e crescimento após o cotidiano. As nossas energias fluem, alteram, alternam, coexistem, assim como o sono é Yin e a vigília é Yang completando e alternando-se.

A arte de viver não preconiza apenas uma face, um lado ou um pólo, e sim, o equilíbrio dos mesmos.

A concepção da medicina oriental tende a ser analógica e intuitiva, o pensamento ocidental é lógico e analítico, por isso a complementariedade de ambas.

A MTC busca o tratamento integral do ser humano, devolvendo-o ao equilíbrio harmonioso com o seu meio, nasce num contexto

onde existe um conceito fisiológico centralizador, observando os fatores de desequilíbrio que atuam em conjunto sobre as pessoas.

Como a droga ideal, sem contra indicações; sem efeitos adversos e sem dependência física, não existe; o entrelaçamento entre as duas medicinas (ocidental e chinesa) pode ser aproveitado tanto para tratamento de doenças com doses medicamentosas menores como também para diminuir os efeitos colaterais de algumas terapias ou simplesmente tratar algumas doenças.

A ACUPUNTURA NA MTC

A HISTÓRIA DA ACUPUNTURA

A acupuntura é o conjunto de conhecimentos científicos e práticos da medicina chinesa tradicional que visa à terapia e à cura das doenças através da aplicação de agulhas e de moxas, além de outras técnicas como: ventosa, sangria, craneopuntura, acupressão...

Esta ciência surgiu na China há aproximadamente 2500 anos (Su Wen). Os conhecimentos da acupuntura foram transmitidos de geração em geração, no entanto, a maior parte de sua terminologia não se enquadra dentro da nomenclatura moderna, o que restringe sua plena aceitação nos meios científicos.

Os chineses descobriram que o aquecimento do corpo com areia ou pedra quente em certos locais, aliviava as dores abdominais e articulares. Essa foi a origem da moxa.

Segundo a teoria da acupuntura, todas as estruturas do organismo se encontram originalmente em equilíbrio pela atuação das energias Yin (negativas) e Yang (positivas). Desse modo se as energias Yin e Yang estiverem em perfeita harmonia, o organismo certamente estará com saúde. Por outro lado, um desequilíbrio gerará a doença. A arte da acupuntura visa, através de sua técnica e procedimentos, a estimular os acupontos que têm a propriedade de restabelecer o equilíbrio, alcançando-se assim, resultados terapêuticos.

Segundo Ysao Yamamura, na Arte de Inserir, pág. 10, por meio dos pontos de acupuntura dos Canais de Energia Principais, é possível mobilizar todos os tipos de Energia do Canal, desse modo atuando sobre o Qi dos Zang Fu. As funções dos pontos: Tonificação, Sedação, Yuan ou Fonte, são específicas. Nos estados de vazios de Qi e de Xue (sangue), do Órgão e de seu Canal de Energia, o Qi pode ser fortalecido pelo estímulo dos pontos de Acupuntura Fonte (Yuan) e Tonificação.

Os distúrbios na circulação de Qi nos Canais de Energia também podem ser revertidos pela ação que a acupuntura exerce de neutralizar as estagnações, promovendo o fluxo adequado de Qi (Energia) e de Xue (Sangue) nos respectivos Canais de Energia.

Muitas vezes para normalizar o Qi do Canal de Energia, é necessária aplicação de calo (Moxabustão). Esse recurso terapêutico além de aquecer os pontos de acupuntura, aumenta também

a função dos Canais de Energia, portanto aumentam a circulação de Água Orgânica contida nos Canais de Energia Principais Yang, nutrindo os Zang Fu e restabelecendo assim, sua atividade energética.

Os pontos de acupuntura são a expressão dos Zang Fu ao nível mais externo, e por meio dessa relação, é possível atuar no exterior (parte somática) para tratar e fortalecer os Zang Fu, situados no interior.

CONCEITOS SOBRE OS MECANISMOS DA ACUPUNTURA

O corpo humano é formado da união de células que dão origem aos tecidos e órgãos (A Arte de Inserir, pág 7); estes se associam entre si e colaboram para preservar as funções de locomoção, digestão, respiração, etc. As conexões entre os diversos sistemas fazem-se, de modo geral, pelo sistema nervoso, cujo centro é o cérebro, que controla e regula todas as funções. Assim o organismo responde como um todo às alterações do meio.

Por exemplo, no calor, há vasodilatação, com aumento da sudorese na tentativa de diminuir a temperatura corpórea. No frio, ocorre o contrário, com a vasoconstrição há economia do calor corporal. Se o frio é excessivo, verificam-se tremores, que se destinam a gerar mais calor e a manter a homeostermia e as funções celulares normais.

Se a função do sistema nervoso é adequada, ela preserva a adaptação e a saúde do organismo. Se o organismo sofre alguma lesão, o sistema nervoso pode responder, atuando em vários níveis para contê-la.

Sob direção do sistema nervoso, o organismo é capaz de prover vários mecanismos de compensação. Assim, se o coração está doente, há má circulação. O sistema nervoso provê então alterações como a dilatação das coronárias, aumentando a pressão de O₂ e a cardiomegalia (***está falando das compensações que o sistema nervoso faz quando existe uma doença instalada, criando um hiperfuncionamento do coração, com relação ao volume, ele automaticamente é aumentado, pelo aumento da pressão***). No caso dos rins, ocorre o mesmo: se um é deficiente, o outro se hipertrofia para compensar a queda da função.

Por isso, um sistema nervoso em boas condições é capaz de reagir a lesões com reações compensatórias capazes de devolver o estado de saúde ao organismo.

Além do mais, o sistema nervoso sofre influência do corpo como um todo. Se o corpo estiver enfraquecido, em estado depressivo, sofrendo ansiedades, isso se refletirá negativamente sobre o sistema nervoso.

Às vezes, as próprias reações de adaptação, quando exacerbadas, podem piorar o estado do doente.

Alguns fatores externos não têm importância em si, mas, ao provocarem respostas inadequadas, podem provocar o desenvolvimento da doença. A acupuntura está voltada diretamente para os agentes agressores externos e, por isso, seu tratamento não visa apenas a tratar o local comprometido no corpo, mas age sobre todo o

sistema nervoso, estimulando o mecanismo de compensação e equilíbrio em todo o corpo, para com isso sanar a doença.

Pesquisas recentes visam a entender o mecanismo de ação da acupuntura: 1)A acupuntura altera a circulação sanguínea. A partir da estimulação de certos pontos, por exemplo: BP6, E39, F2, CS8... , pode-se alterar a dinâmica da circulação regional proveniente de microdilatações. Outros pontos promovem o relaxamento muscular, sanando o espasmo, diminuindo a inflamação e a dor, por exemplo: VB34, VB30, IG5

2)O estímulo de certos pontos, por exemplo: R6, R13, F2,E30, B67 promove a liberação de hormônios, como o cortisol e as endorfinas, promovendo inclusive a analgesia.

3)A acupuntura ajuda a aumentar a resistência do hospedeiro (pessoa em tratamento), através da redistribuição energética. Quando há agressão externa, alguns sistemas orgânicos são prejudicados. Há uma regulação interna para oferecer resistência à doença. A acupuntura exacerba estes mecanismos para que em menos tempo o equilíbrio e a saúde sejam restabelecidos. Muitas pesquisas revelam ser possível o estímulo do hipotálamo, da hipófise e de outras glândulas que atuam na recuperação.

4)A acupuntura regula e normaliza as funções orgânicas. As diversas funções no homem são inter-relacionadas. Se há algum distúrbio alterando esse inter-relacionamento, ocorre a manifestação de sintomas e a doença se estabelece. O estímulo pela acupuntura pode dinamizar e restabelecer os relacionamentos anteriores e apressar a recuperação; através do redirecionamento correto do Qi e do sangue, nos meridianos.

5)A acupuntura promove o metabolismo. O metabolismo é fundamental na manutenção da vida. Em certas condições de doença, há alteração do metabolismo dos diversos órgãos, com conseqüente prostração e deficiência do organismo. A acupuntura permite a recuperação desse metabolismo, importante no processo de cura, fazendo com que as funções dos Zang Fu sejam restabelecidas pela manipulação de determinados pontos acupunturais.

A acupuntura, tal como a conhecemos e denominamos, constitui-se num dos principais procedimentos terapêuticos da Medicina Tradicional Chinesa - MTC. Constitui-se na estimulação, através de finas agulhas ou aquecimento com um bastão de moxa, de determinados pontos do organismo; visando regularizar o fluxo energético que corre nos meridianos de energia. Tais pontos existentes nos meridianos não são aleatórios e possuem, em sua grande maioria, funções específicas.

A Acupuntura comporta diversas variantes terapêuticas associadas: a acupuntura constitucional; a auriculoacupuntura; a manopuntura ou koryo; a craniopuntura; etc. Os estímulos podem ser elétricos (eletroacupuntura), a laser, manuais (empregados nas massagens, como o tui-ná), magnéticos (através de ímãs), etc. Ela não

deve ser desligada das demais terapêuticas da MTC: a fitoterapia, a dietoterapia, o ki gong, etc.

A "Energia Vital" ou "Qi"

As Terapias Orientais atuam, principalmente, na parte energética do corpo, descrita como Qi em Chinês. O Qi é um conceito fundamental na Medicina Tradicional Chinesa e é considerado nossa "essência de vida", que mantém e norteia nosso corpo físico, mente e espírito.

A acupuntura atua no fluxo de energia ou "Qi" que circula ao longo de nosso corpo em canais específicos ou meridianos.

O Qi está em todo lugar. Sendo o corpo humano um campo de contínua movimentação de energia, que circula entre as células, os tecidos, os músculos e os órgãos internos, mantém a homeostase energética entre:

- Wei Qi: energia de defesa, proveniente da união da Energia Celeste com a terrestre e responsável por toda defesa e resistência contra as energias perversas (fatores de adoecimento); circula fora e dentro dos Canais de Energia Principais dependendo do horário.
- Rong Qi (Yong Qi): energia nutritiva, proveniente da essência dos alimentos e responsável por toda a nutrição energética das estruturas do corpo; circula nos Canais de Energia.
- Zhong Qi: formação semelhante ao Wei Qi, é responsável pela dinâmica cardiorespiratória e pela respiração celular.

P/S: (Extraído do livro: Acupuntura Tradicional – A Arte de Inserir, Introdução LVII.)

O fluxo de Qi pode ser perturbado ou por um trauma externo, como um ferimento, por exemplo, ou uma mudança climática ou, ainda, um trauma interno, como a depressão ou o estresse. É quando sintomas como dor ou desconforto começam a ocorrer e passamos a experimentar um estado de "adoecimento".

A acupuntura é usada para acessar a distribuição de Qi que permeia o corpo e tentar corrigir qualquer desequilíbrio verificado.

Através dos órgãos e meridianos, a energia circula constantemente. Normalmente, todo o processo se auto-regula, podendo, porém, ocorrerem desequilíbrios neste fluxo, gerando áreas ou órgãos com carência de Qi, ou "vazio" (xu), e áreas ou órgãos com acúmulo ou bloqueio de Qi, ou plenitude (shi).

"O Qi gera o corpo humano assim como a água se transforma em gelo. Conforme a água se congela gerando o gelo, assim o Qi se condensa para formar o corpo humano. Quando o gelo derrete, ele se transforma em água. Quando uma pessoa morre, se transforma em espírito (shen) novamente. Chama-se espírito, assim como o gelo derretido passa a ser chamado de água". (Wang Chong, AD 27-97)

A acupuntura tem como função estimular pontos ou regiões, tonificando-os, sedando-os, regulando-os, purificando-os, esfriando-os, e calorificando-os, para desta forma manter o equilíbrio entre Yin e Yang.

Embora o Ocidente e o Oriente possuam diferentes pontos de vista em termos de saúde e estilo de vida, a medicina de ambos pode e deve ser utilizada em conjunto, atuando de forma complementar e não exclusiva.

Existem registros de que, na China, há no mínimo 2.000 anos atrás, já existia a preocupação em definir as causas dos estados de adoecimento e de se pesquisar como a alimentação e o tipo de vida do ser humano pode afetar sua saúde.

OS CANAIS DE ENERGIA OU MERIDIANOS

Os Chineses acreditam que existe uma energia (Qi) que circula e nutre todo o corpo através de trilhas específicas, ou meridianos, como usualmente são chamadas. Os meridianos formam uma rede entrelaçada de trilhas interconectadas que ligam os órgãos, a pele, os tecidos, os músculos e os ossos, unificando nosso corpo. O Qi que circula entre os canais tem natureza mais Yang na defesa externa do corpo, ou mais Yin, na nutrição interna do corpo.

Estes canais estão ligados mais profundamente aos órgãos (Zang) e vísceras (Fu) e se externam em ramificações mais superficiais na pele, voltando a se aprofundar em seguida, da mesma forma que outros sistemas de nosso corpo, como o sistema nervoso e o sistema circulatório. Esta rede é formada por meridianos principais (12), extras (8), distintos (12) e outras ramificações e canais secundários.

Cada um dos doze órgãos e vísceras que compõem a visão chinesa do corpo humano é ligado a um meridiano ou canal de energia principal, cujo nome corresponde ao órgão ou víscera ao qual afeta. A cada órgão (Zang) se corresponde uma víscera (Fu) e a energia de um afeta diretamente a energia do outro.

1. Meridianos Principais:

Os doze meridianos principais são assim divididos:

PULMÃO (Fei) - (Zang) - Começa no tórax e termina na mão - Natureza Yin

INTESTINO GROSSO (Da Chang) - (Fu) - Começa na mão e termina na cabeça - Natureza Yang

ESTÔMAGO (Wei) - (Fu) - Começa na cabeça e termina no pé - Natureza Yang

BAÇO/PÂNCREAS (Pi) - (Zang) - Começa no pé e termina no tórax - Natureza Yin

CORAÇÃO (Xin) - (Zang) - Começa no tórax e termina na mão - Natureza Yin

INTESTINO DELGADO (Xiao Chang) - (Fu) - Começa na mão e termina na cabeça - Natureza Yang

BEXIGA (Pangguang) - (Fu) - Começa na cabeça e termina no pé - Natureza Yang

RIM (Shen) - (Zang) - Começa no pé e termina no tórax - Natureza Yin

CIRCULAÇÃO-SEXO (*Xin Bao Luo*) - (*Zang*) - Começa no tórax e termina na mão - Natureza Yin

TRIPLO AQUECEDOR (*Sanjiao*) - (*Fu*) - Começa na mão e termina na cabeça - Natureza Yang

VESÍCULA BILIAR (*Dan*) - (*Fu*) - Começa na cabeça e termina no pé - Natureza Yang

FÍGADO (*Gan*) - (*Zang*) - Começa no pé e termina no tórax - Natureza Yin

P/S: Os seis canais de Energia Principais Yang correspondem às vísceras (*Fu*), enquanto que os seis canais de Energia Principais Yin, correspondem aos órgãos (*Zang*), de acordo com a terminologia utilizada no Livro “A Acupuntura Tradicional – A Arte de Inserir”, pág 4.

2. Os Oito Meridianos Extras:

- 4 canais de Energia Curiosos Yang: Du Mai, Daí Mai, Yang Qiao Mai, Yin Wei Mai
- 4 canais de Energia Curiosos Yin: Ren Mai, Chong Mai, Yin Qiao Mai, Yin Wei Mai.

3. Os 12 Canais de Energia Distintos:

- estão relacionados com os canais de Energia Principais e distribuem o Rong Qi (*yong Qi*) e o Wei Qi por todo o corpo. Recebem as mesmas denominações dos canais de Energia Principais relacionados anteriormente.

4. Os Canais Secundários ou Ramificações são formados por:

- **Canais de Energia Tendino-musculares:** em número de doze, originando-se do Ponto Ting dos canais de Energia Principais. Recebem a mesma denominação dos Canais de Energia Principais que lhe dão origem.
- **Canais de Energia Luo, Longitudanais ou de Conexão:** a partir dos pontos Luo dos canais de energia principais, emergem dois canais de energia Secundários, um chamado Luo Transversal, que faz a conexão entre os dois canais de energia acoplados. É um sistema secundário, uma vez que a ligação primária entre os canais de energia Principais faz-se ao nível dos pontos Ting. Outro canal de energia que emerge do ponto Luo é o Luo Longitudinal, o qual segue um trajeto semelhante ao do principal, penetrando na cavidade toracoabdominal, para se relacionar com os órgãos e as vísceras.
- **Canais Luo Transversais:** em número de doze, unem os Canais de Energia Principais acoplados, com a finalidade de manter as

relações interior/exterior e exterior/interior entre esses canais, isto é, unem os canais Yang aos canais Yin e vice-versa.

- **Zonas Cutâneas:** distribuídas em doze regiões cutâneas, correspondentes aos doze canais de energia principais.

Nota: *É importante compreender que quando se menciona um órgão na Medicina Tradicional Chinesa, isto se relaciona ao órgão energético e não físico. Para os chineses, o estado de adoecimento se inicia no órgão energético, tomando em seguida o órgão físico. É por esse motivo que a prática chinesa pode ser executada, muitas vezes, de forma preventiva, pois o órgão energético pode ser tratado antes que o órgão físico seja atingido pela doença. Os órgãos Circulação-Sexo e Triplo Aquecedor, por exemplo, não correspondem a órgãos físicos específicos e sim a regiões do nosso corpo e funções específicas. Outro exemplo se refere aos órgãos: Baço e Pâncreas, avaliados como um único órgão na visão chinesa.*

Os meridianos possuem dupla função, em seu percurso em nosso corpo: uma de fora para dentro e uma de dentro para fora. Eles previnem a entrada de energias que causam danos, chamadas energias "perversas", como bactérias, vírus, calor, frio ou vento, por exemplo, e indicam a presença destas energias danosas já instaladas no corpo, na forma de sintomas aparentes externamente, como por exemplo dores ou sensações de incômodo. Qualquer tipo de sintoma de "adoecimento" é um sinal de que a energia que circula no meridiano está desequilibrada. Quando um meridiano está bloqueado, uma parte do corpo se encontra com acúmulo de Qi e passa a um estado chamado de "excesso" ou "plenitude" (shi) de Qi, ocasionando que outra região não seja alimentada de Qi e passe a um estado chamado de "deficiência" ou "vazio" (xu) de Qi. Isto pode ser comparado ao curso de um rio, quando é colocada uma barreira, provocando o acúmulo de água como em uma represa, por exemplo, e a conseqüente diminuição do fluxo de água na continuação de seu leito. Isto irá resultar numa hiperatividade de um determinado órgão e hipoatividade de outro e pode levar à sua exaustão. Se este desequilíbrio não é corrigido logo que se manifesta, pode ocasionar com que os sintomas piores progressivamente, tornando o "adoecimento" gradativamente mais sério.

Encontrar estas áreas é um dos objetivos da diagnose e tratamento da acupuntura, já que suas características e localização podem fornecer uma boa idéia da origem, localização e profundidade do desequilíbrio em todo o sistema energético, que poderá resultar em uma determinada doença. Uma das qualidades dos meridianos é refletir este tipo de desequilíbrio e, então, agir como um canal através do qual a desarmonia pode ser corrigida.

Ao longo dos meridianos, são encontrados pontos nos quais a energia se manifesta mais fortemente, que são chamados de pontos. É onde o Qi é mais facilmente afetado. O estímulo diferenciado dos pontos corrige o desequilíbrio energético e permite a circulação da energia ou Qi. Os pontos de introdução das agulhas de Acupuntura, possuem funções específicas e através deles é possível liberar os bloqueios, "abrir" os canais e "reabastecer" de energias o nosso corpo.

TEORIA DOS CINCO ELEMENTOS

Os cinco elementos são na realidade, os cinco elementos básicos que constituem a natureza: a madeira, o fogo, a terra, o metal e a água. Existe entre eles uma interdependência e uma inter-restrição que determinam seus estados de constante movimento e mutação.

A teoria dos cinco elementos ocupa um lugar importante na medicina chinesa, porque todos os fenômenos dos tecidos e órgãos, da fisiologia e da patologia do corpo humano, estão classificados e são interpretados pelas inter-relações desses elementos. Essa teoria é usada como guia na prática médica, da Medicina Tradicional Chinesa.

Os antigos chineses dividiram todos objetos e fenômenos do universo entre os 5 elementos, e ao estudar e interpretar as relações entre os elementos, conseguiram deduzir alguns mecanismos básicos e abrangentes, que permitem a compreensão do corpo humano e da natureza, até prever os acontecimentos. Através da teoria dos 5 elementos, os chineses , estabeleceram as relações entre o homem e o ambiente, a influência das emoções sobre o corpo, a aplicação das cores, a importância dos princípios ativos (sabores) na utilização das plantas, e até, o circuito básico da eletrônica e dos programas de computação.

O organismo humano é regido pelo mesmo princípio da natureza. Assim sendo, os fatores da natureza exercem certas influências nas atividades fisiológicas do ser humano. Este fato se manifesta não só na dependência como na adaptação do homem ao seu meio ambiente.

Quando entramos nos conceitos e vamos adquirindo mais conhecimentos começamos a inter-relacionar as leis, os efeitos, a compreender significados, e parafraseando o mestre Van Nghi diz: “Quando avançamos nos conhecimentos sobre Acupuntura, observamos em muitos aspectos uma convergência com a medicina ocidental, vemos que em essência são iguais, mesmo que a terminologia e os mecanismos difiram.”

A Lei dos Cinco Elementos ou Cinco Movimentos, segundo especificam os sinólogos, baseando-se em legados antigos, nos mostra que o homem primitivo, se queria sobreviver, tinha a necessidade de observar.

A teoria dos cinco elementos está intimamente ligada a diversos ramos da cultura chinesa, como por exemplo à medicina), nas artes marciais, nas transformações e no equilíbrio do Universo e do ser

humano, em seus aspectos físicos, fisiológicos e psicológicos. Ellis (1992), Page (1988), Sohn (1989) e Williams (1995) definem os cinco elementos como sendo o fogo, a terra, o metal, a água e a madeira. Os chineses compreendem a importância da natureza e suas mudanças e relacionam estes elementos com uma variedade de fatores ou fenômenos como podemos observar Segundo Ellis (1992) todas essas associações indicam apenas o elemento, ou fator, predominante de cada fenômeno, pois nada é apenas um elemento com a exclusão dos demais, ou seja, todas as coisas existentes contêm os cinco elementos, mas um deles é predominante e recebe o nome deste elemento. Esses elementos não se referem a elementos materiais, mas sim a forças, tendências, condições ou estados. De acordo com Austregésilo (1988), Ellis (1992) e Williams (1995) os cinco elementos relacionam-se entre si através de dois ciclos, o ciclo de criação ou nutrição e o ciclo de destruição ou inibição. Os cinco elementos são gerados ou destruídos num processo de contínua transformação. Em relação ao princípio Yin/Yang o ciclo de criação representa o Yang e o de destruição representa o Yin.

A medicina chinesa fez a correlação entre a fisiopatologia dos órgãos e tecidos e alguns fenômenos da natureza:

	MADEIRA	FOGO	TERRA	METAL	ÁGUA
ÓRGÃO	Fígado	Coração CS - Função	Baço/Pâncreas	Pulmão	Rim
VÍSCERA	Ves. Biliar	Intes. Delg. TA - Função	Estômago	Intes. Grosso	Bexiga
SENTIDO	Visão	Fala	Gustação	Olfato	Audição
TECIDO	Tendões Músculos	Vaso	Tecido Conjuntivo	Pele e Pelos	Osso
EMOÇÃO	Raiva	Alegria	Preocupação	Tristeza	Medo
PSIQUISMO	Reatividade	Vitalidade	Reflexão	Subconsciente	Vontade
RUÍDO	Grito	Riso	Canto	Choro	Gemido
EXCREÇÃO	Lágrima	Suor	Saliva	Catarro	Urina
ODOR	Rançoso	Queimado	Perfumado	Podre	Pútrido
COR	Verde	Vermelho	Amarelo	Branco	Escuro
SABOR	Azedo	Amargo	Adocicado	Picante	Salgado
CARNE	Frango	Carneiro	Boi	Cavalo	Porco
*DIREÇÃO	Leste	Sul	Centro	Oeste	Norte
ESTAÇÃO	Primavera	Verão	Canícula	Outono	Inverno
CLIMA	Vento	Calor	Umidade	Secura	Frio

* De acordo com a Localização da China em relação à Linha do Equador, para nós a colocação é inversa.

CICLO DE GERAÇÃO (SHENG)

A LEI DA CRIAÇÃO é utilizada também pela medicina chinesa pois ao tratarmos um órgão estamos tonificando um outro (chamado de filho). Por exemplo ao cuidarmos dos órgãos relacionados ao metal (pulmão e intestino grosso) automaticamente estamos tonificando os órgãos relacionados a água (rins e bexiga).

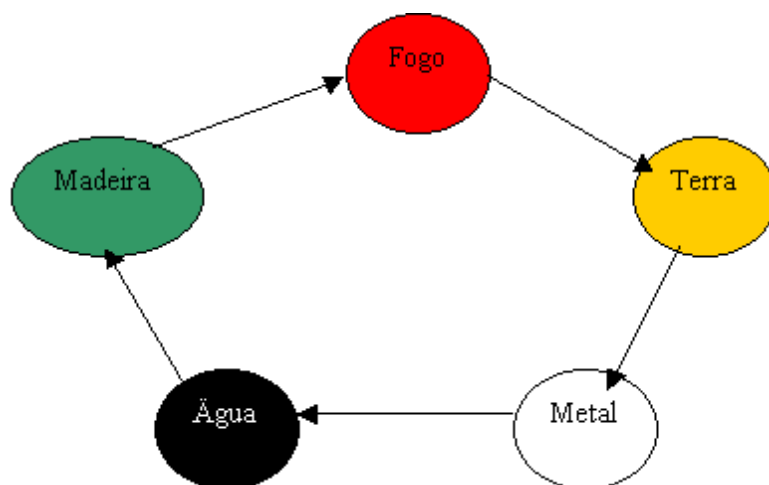
Na **LEI DA CRIAÇÃO** vemos que cada movimento apresenta duas características básicas:

- **PRODUZIR , GERAR**
- **SER PRODUZIDO, SER GERADO**

No primeiro caso, quando produz, se chama “mãe” (no sentido primitivo) e quando é produzido se chama “filho”.

Assim, por exemplo:

O fogo é “filho” da madeira, e a “mãe” da Terra. De um é nascido, ao outro alimenta.



Observemos alguns exemplos do relacionamento da seqüência de geração:

- ❖ **O Fígado (GAN) é a mãe do Coração (XIN)** – o Fígado (Gan) estoca o Sangue (Xue) e o Sangue (Xue) abriga a mente. Se o Sangue (Xue) do Fígado (Gan) estiver debilitado, o Coração (Xin) sofrerá.
- ❖ **O Coração (XIN) é a mãe do Baço (PI)** – o Qi do Coração (Xin) empurra o Sangue (Xue) e conseqüentemente ajuda a função de transporte do Baço (Pi).
- ❖ **O Baço (PI) é a mãe do Pulmão (FEI)** – o Qi do Baço (Pi) proporciona o Qi dos alimentos para o Pulmão (Fei), onde interage com o ar para formar o Qi torácico.
- ❖ **O Pulmão (FEI) é a mãe do Rim (SHEN)** – o Qi do Pulmão (Fei) descende para encontrar o Qi do Rim (Shen). O Pulmão (Fei) também envia os fluídos em descendência para o Rim (Shen).
- ❖ **O Rim (SHEN) é a mãe do Fígado (GAN)** – o Yin do Rim (Shen) nutre o sangue (Xue) do Fígado (Gan).

**Maciocia – Giovani, Os fundamentos da Medicina Chinesa, pág 31.*

Para compreender melhor observe:

A seqüência da Geração também pode causar os estados patológicos quando estiver em desequilíbrio. Há duas possibilidades:

- A mãe – elemento não está nutrindo o filho – elemento.
- O filho – elemento consome muito a mãe – elemento.

O Fígado (mãe) afetando o Coração (filho) – isto acontece quando o Fígado falhar ao nutrir o Coração. Especificamente, quando o sangue do Fígado for deficiente, freqüentemente afeta o Sangue do Coração, o qual torna-se deficiente, podendo ocorrer sintomas de palpitação e insônia. Há outro modo particular pelo qual a Madeira afeta o Fogo, sendo este o caminho pelo qual a Vesícula Biliar afeta o Coração. Isto acontece em um nível psicológico. A VB controla a capacidade de tomar decisões, não tanto no sentido de distinguir e avaliar o que é certo ou errado, mas no sentido de ter coragem para tomar decisão. Assim, diz-se na Medicina Chinesa que uma Vesícula Biliar forte faz a coragem.

Este traço psicológico da VB influencia o C, assim como a mente (abrigada pelo C necessita do suporte de um objetivo forte e coragem, fornecida por uma VB forte. Neste sentido, uma VB deficiente pode afetar a mente (do C) causando debilidade emocional, timidez e insegurança).

O Coração (filho) afetando o Fígado (mãe) – se o sangue do C for deficiente, pode levar a uma deficiência generalizada do sangue, que afetará o estoque de sangue do F. Isto causaria sintomas de menstruação escassa ou amenorréia.

O Coração (mãe) afetando o Baço (filho) – a mente do C necessita suportar as faculdades mentais e a capacidade de concentração que pertencem ao Baço. Outro aspecto deste

relacionamento está na deficiência do Fogo do C que, sendo incapaz de aquecer o Yang do Baço, pode provocar sensação de frio e diarreia. Finalmente, todavia, o Fogo fisiológico do C é em si mesmo derivado do Yang do R.

O Baço (filho) afetando o Coração (mãe) - o Baço faz o Qi e o sangue do C necessitarem de um suprimento forte de sangue. Se o Baço não fornecer sangue suficiente, o C sofrerá e sintomas de palpitação, insônia, memória fraca e uma ligeira depressão poderão ocorrer.

O Baço (mãe) afetando o Pulmão (filho) – se as funções do Baço de transformar e transportar os fluidos forem obstruídas, a fleuma formar-se-á. A fleuma freqüentemente se instala no Pulmão causando dispnéia e asma.

O Pulmão (filho) afetando o Baço – o P governa o Qi e se o Qi do P for deficiente, o Qi do Baço será afetado, causando cansaço, anorexia e diarreia. Na prática, as deficiências de Qi do Baço e do P freqüentemente ocorrem ao mesmo tempo.

O Pulmão (mãe) afetando o Rim (filho) – o Qi do P normalmente descende em direção ao R par “mantê-lo” baixo. Além disso o P envia os fluidos corpóreos (Jin Ye) em descendência para o R. Assim, se o Qi do P for deficiente, o Qi e os fluidos não podem descender para o R, causando dispnéia.

O Rim (filho) afetando o Pulmão (mãe) – se o Qi do R for deficiente, falhará ao manter o Qi em descendência, o Qi se rebelará ascendendo e obstruindo o P, causando dispnéia.

O Rim (mãe) afetando o Fígado (filho) – o Yin do R nutre o Yin do Fígado e o sangue do Fígado. Se o Yin do R for deficiente, o Yin do Fígado e/ou o sangue do Fígado se tornará deficiente e causará zumbido, tontura, cefaléias e irritabilidade. Este relacionamento particular é um dos mais importantes e comuns na prática clínica.

O Fígado (filho) afetando o Rim (mãe) – o sangue do F nutre e restabelece a Essência do R. Se o sangue do F for deficiente por um período longo de tempo, poderá provocar uma deficiência da Essência do R, causando zumbido, tontura, sudorese noturna e debilidade sexual.

**Maciocia – Giovani, Os fundamentos da Medicina Chinesa, pág 37 - 38.*

CICLO DE DOMINÂNCIA (KE)

O Ciclo de Dominância dos 5 Elementos

A Água extingue o Fogo
O Fogo derrete o Metal
O Metal corta a Madeira
A Madeira consome a Terra
A Terra limita o caminho da Água

Podemos também dar-lhe o sentido de inibição, repressão, opressão, controle, etc.

Para a seqüência de Dominância ou Controle, não se deve considerar a palavra “controle” literalmente, uma vez que os sistemas de fato apóiam mais do que reprimem as funções uns dos outros ao longo da seqüência de Controle. Na verdade veremos que cada sistema auxilia na função uns dos outros, o que é considerado o suposto “controle”. A seguir, alguns exemplos:

O Fígado (Gan) controla e Estômago (Wei) e o Baço (Pi) – O Fígado (Gan) realmente auxilia o Estômago (Wei) a decompor e digerir os alimentos e o Baço (Pi) a transformar e transportá-los. Somente quando a função de controlar se torna desorientada (neste caso é chamado de “excesso de trabalho”) é que o Fígado (Gan) de fato interfere e obstrui as funções do Estômago (Wei) e do Baço (Pi).

O Coração (Xin) controla o Pulmão (Fei) - Coração (Xin) e Pulmão (Fei) estão intimamente relacionados uma vez que ambos estão localizados no Aquecedor Superior (Jiao Superior). O Coração (Xin) governa o Sangue (Xue) e o Pulmão (Fei) governa o Qi: o Qi e o Sangue (Xue) auxiliam-se e nutrem-se mutuamente.

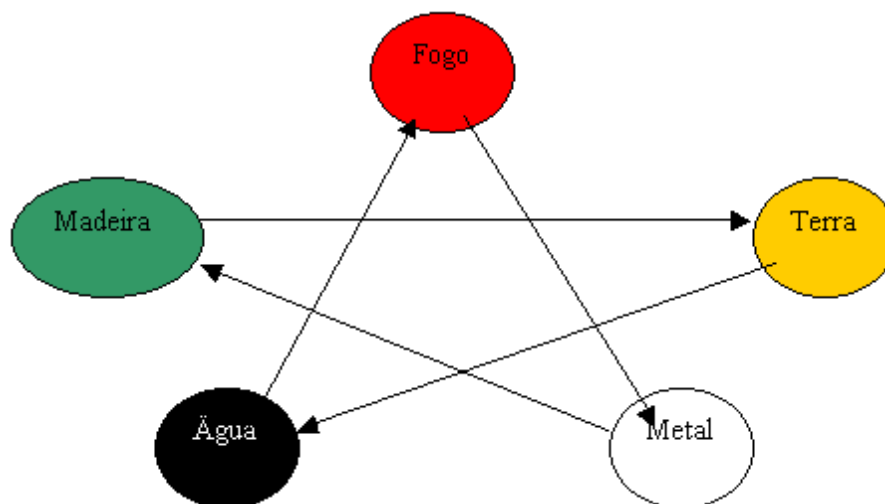
O Baço (Pi) controla o Rim (Shen) - Baço (Pi) e Rim (Shen) transformam os Fluidos Corpóreos (Jin Ye). As atividades do Baço (Pi) de transformar e transportar os fluidos são essenciais para a transformação do Rim (Shen) e excreção dos fluidos.

O Pulmão (Fei) controla o Fígado (Gan) – neste caso, ao contrário dos outros, há um elemento determinado de “controle” do Fígado (Gan) pelo Pulmão (Fei). O Pulmão (Fei) envia o Qi em descendência, uma vez que o Fígado (Gan) dissemina o Qi em ascendência. Se o Qi do Pulmão (Fei) estiver debilitado e não puder descender, o Qi do Fígado (Gan) tende a ascender muito. Isto ocorre freqüentemente na prática, quando uma deficiência do Pulmão (Fei) resulta na ascendência do Yang do Fígado (Gan) ou na estagnação do Qi do Fígado (Gan).

O Rim (Shen) controla o Coração (Xin) – O Rim (Shen) e o Coração (Xin) de fato auxiliam-se e suportam-se mutuamente.

Uma comunicação própria e uma interação entre o Rim (Shen) e o Coração (Xin) são essências para a saúde. **Maciocia – Giovani, Os fundamentos da Medicina Chinesa, pág 31 - 32.*

No pentágono dos cinco movimentos, é preciso que umas forças inibam a geração permanente e que mantenha o equilíbrio e assim :



- O mesmo que vimos para o ciclo de geração, cada movimento neste outro ciclo tem duas características: **reprimir ou inibir e ser reprimido ou inibido**. Por exemplo: a água apaga o fogo, porém é absorvida pela terra.
- Ambos fenômenos devem acompanhar-se mutuamente, um implica no outro. Sempre que exista uma produção deverá existir uma destruição. Esta lei regula os movimentos e as mutações que permitirão a vibração e a vida.

- O equilíbrio entre ambos os sistemas permitirá o fluir harmônico da vida, do Universo e das coisas. O organismo humano constitui um “ente energético bipolar alternante, auto-regulado”. O manter desta auto-regulação dependerá, por tanto, do funcionamento das 12 unidades básicas produtoras de energia e de sua relação de equilíbrio e através dos cinco movimentos.
- Vemos que no ciclo Sheng, como tendência à expansão por geração contínua, tem polaridade Yang. Por outro lado o ciclo Ke, por sua ação inibidora de retenção do Yang, se pode englobar dentro da polaridade Yin. Com isto vemos que os dois pilares básicos de toda a MTC não podem ter origens diferentes: um depende do outro, em mútua relação.

Caso um dos cinco elementos fosse excessivo ou insuficiente, apareceriam os fenômenos de restrições anormais, conhecidos como subjugação e restrição reversa.

CICLO DE SUBJUGAÇÃO (Lei da Dominância em excesso)

Por subjugação entende-se que um elemento subjuga o outro quando o último é fraco. É a manifestação da coordenação anormal entre as coisas. Por exemplo, se a madeira estiver em excesso e o metal não puder exercer restrição normal sobre ela, então a madeira excessiva subjugará a terra de tal maneira que a terra se tornará mais fraca.

Também conhecida como seqüência do excesso de trabalho, ocorre quando o relacionamento de vigilância entre os elementos sai do controle e torna-se excessivo. Similarmente às funções fisiológicas, o relacionamento da seqüência de excesso de trabalho pode ser explicado em termos de patologia dos sistemas internos:

O Fígado superage sobre o Estômago e o Baço – se o qi do F estagna, “invade” o E dificultando sua função de digestão e amadurecimento, e as funções do BP de transformação e transporte. Em particular, quando o Qi do F invade o E, impede o Qi do E de descender, causando náusea, além de evitar o Qi do BP de ascender, causando diarreia.

O calor superage sobre o Pulmão – o Fogo do C pode secar os fluidos do P, causando a deficiência do Yin do P.

O Baço superage sobre o Rim – quando o BP mantém a umidade, pode obstruir a função do R de transformação e excreção dos fluidos.

O Pulmão superage sobre o Fígado – isto raramente acontece na prática, pois é um caso de deficiência do P desencadeando a estagnação do Qi do F.

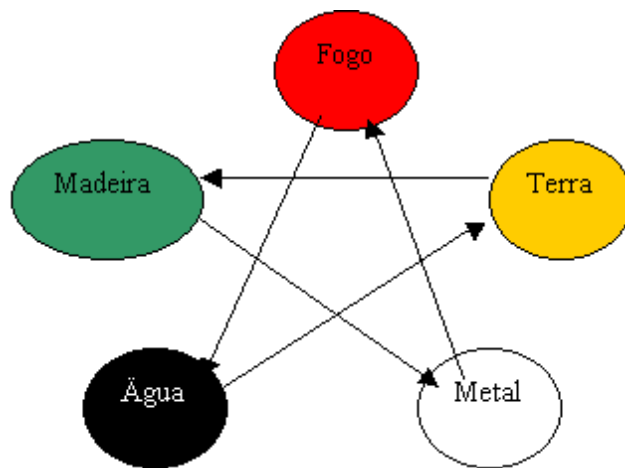
O Rim superage sobre o Coração – se o Yin do R for deficiente, o calor-vazio forma-se e pode ser transmitido ao C.

**Maciocia – Giovani, Os fundamentos da Medicina Chinesa, pág 36 - 37.*

CICLO DE RESTRIÇÃO REVERSA (Lei da Contradominância)

A restrição reversa significa predação sobre os outros. Isto é, quando qualquer um dos cinco elementos estiver em excesso, aquele que originalmente o estiver restringindo será ao invés restringido por ele. É por isso que chamamos restrição reversa. Por exemplo:

- A ordem normal da restrição é de que metal restrinja a madeira;
- Mas se a madeira estiver em excesso ou o metal for insuficiente, a madeira restringirá o metal na direção reversa, e esta é indubitavelmente prejudicial.



Estes relacionamentos ao longo da seqüência da Lesão ou contra-dominância, também ocorrem nas condições patológicas.

O Fígado lesiona o Pulmão – o Qi do Fígado pode estagnar em ascendência e obstruir o tórax e a respiração.

O Coração lesiona o Rim – o fogo do C pode penetrar em descendência no R e causar uma deficiência do Yin do R.

O BP lesiona o F – se o BP reter a umidade, pode haver um fluxo abundante e obstruir o fluxo livre do Qi do F.

O Pulmão lesiona o Coração – se o P for obstruído pela fleuma, pode prejudicar a circulação do Qi do C.

O Rim lesiona o Baço – se o R falhar ao transformar os fluidos, o BP sofrerá e se tornará obstruído pela umidade.

**Maciocia – Giovani, Os fundamentos da Medicina Chinesa, pág 37.*

Concluindo, cada elemento pode sair do equilíbrio de quatro maneiras:

- Está em excesso e superage sobre o outro ao longo da seqüência do Excesso de trabalho.
- É deficiente, sendo lesionado por outro elemento ao longo da seqüência da lesão.
- Está em excesso e consome excessivamente do seu Elemento-mãe
- É deficiente e falha para nutrir seu filho.

CARACTERÍSTICAS DOS 5 ELEMENTOS

P/S: a maior parte destas informações foi retirada da apostila de Teorias Básicas da Medicina Tradicional Chinesa, elaborada pelo CIEPH.

Muitas são as relações existentes com os cinco movimentos, descritas pelos textos antigos, algumas se referem aos planetas, notas musicais, alimentos vegetais, alimentos animais e muitas outras que relacionaremos a seguir. Esclarecemos que estas relações são úteis, porque através delas se pode elaborar uma série de complementos terapêuticos e também em alguns casos, usá-las como interessante diagnóstico. A musicoterapia, a dieta aplicada, a cromoterapia, etc., são alguns dos sistemas ou métodos terapêuticos que estão começando a se desenrolar, fundamentando-se precisamente nesta lei e seus ciclos.

Madeira

FÍGADO: F = ÓRGÃO ZANG

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE do F: 1h às 3h (melhor horário para sedar o Fígado), depois das 3h (melhor horário para tonificar o Fígado)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA: centrípeto

VESÍCULA BILIAR: VB = FU = órgão acoplado do fígado= víscera

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE da VB: 23h À 1h (melhor horário para sedar a VB, depois da 1h (melhor horário para tonificar a VB)

COR: verde, violeta, azul-esverdeado. A cor verde da face indica um desequilíbrio da Madeira, o qual poderia ser a estagnação do Qi do F. Ainda pode haver uma interação como por exemplo, alguém pode apresentar um aspecto amarelado com cor esverdeada ao redor da boca: isto indica a Madeira (cor esverdeada ao redor da boca) superagindo sobre a Terra (aspecto amarelado).

ÉPOCA DA VIDA: Nascimento

ESTAÇÃO: primavera (estação das doenças febris epidêmicas)

CLIMA PERVERSO ou FATOR PATÓGENO: vento – prevalece na primavera, mas existe nas quatro estações. Embora as doenças devidas ao vento patogênico ocorram freqüentemente na primavera, elas não se limitam à primavera somente. O vento patogênico distingue-se em:

- Vento exopático: resulta na maioria das vezes do excesso de vento patogênico externo e é um fator muito importante nas doenças produzidas por exopatógenos.
- Vento endógeno: na maioria das vezes é causado pelo desarranjo funcional do Fígado. Assim o capítulo “A discussão mais Importante”

no livro QUESTÕES COMUNS (Cap. 74) diz: “Todo tremor e tontura devidos ao vento patogênico são causados por desordem do fígado.”

A natureza e características do vento patogênico são as seguintes:

1. O vento patogênico está apto a mudar-se e tende a subir, dispersar, mover-se para cima e para fora, e é, assim, de natureza **yang**. Quando o vento patogênico ataca, tende a quebrar a barreira da pele, causando sintomas tais como aversão ao vento e perspiração. O vento patogênico usualmente ataca a parte superior do corpo (cabeça e face), pele e músculo, causando dor de cabeça, tontura, desvio dos olhos e da boca e outros.
2. O vento patogênico está apto a migrar e mudar: por migrar significa quando o vento patogênico ataca o corpo, os sintomas resultantes ou as localizações das doenças tendem a ser instáveis e migratórias. Por exemplo, na artralgia por vento, a dor nas articulações dos membros mudam de lugar. Por mudança significa que doenças causadas por vento patogênico geralmente ocorrem rapidamente e são caprichosas e variáveis. Por exemplo, uma pessoa que sofre de apoplexia muitas vezes desmaia e perde a consciência repentinamente; na urticária a coceira na pele ocorre em lugares não fixos, vindo aqui e ali.
3. A dominação do vento patogênico pode levar a mobilidade. Isto significa que os sintomas e sinais de doenças, devido ao vento patogênico, são caracterizados por vibração e movimento involuntário, tais como tremor, convulsão e vertigem.
4. O vento patogênico é o patógeno principal que causa todas as doenças, ele é o primeiro agente dos fatores patogênicos exógenos que causam doenças. Outros fatores patogênicos na maioria das vezes se agrupam ao vento para invadir o copo humano, como na síndrome Vento-frio, na síndrome Vento-calor, e na síndrome Vento-umidade.

SABOR: azedo, ácido. O sabor azedo produz fluidos e Yin. É adstringente e pode controlar a perspiração e a diarreia. O sabor azedo atinge os nervos e pode afetar o Fígado (Gan), de maneira que deve ser utilizado escassamente se o paciente sofrer de dor crônica. Caso sinta o gosto amargo na boca, isso é indicativo de excesso que se manifesta, sendo que os sabores afetam os órgãos e não as vísceras. Se o F estiver alterado deve-se evitar o consumo de alimentos picantes (Ciclo de Controle)

NUTRE: olhos, unhas, músculos e tendões (raízes), portanto, a sua manifestação se refere ao estado dos Zang – Fu (VB e F).

EMOÇÃO: cólera, raiva, depressão. O Fígado abriga a mente e sua desordem pode causar raiva. Assim como, o excesso do Qi do Fígado causará raiva, e sua deficiência causará medo e depressão. A Vesícula Biliar está associada com a coragem da pessoa em tomar decisões.

PLANETA: Júpiter

NOTA MUSICAL: dó

SENTIDO: visão

SECREÇÃO: lágrimas

EXPRESSÃO: grito, ou seja, uma pessoa que fala gritando demonstra o estado excessivo do elemento madeira.

CHEIRO: rançoso. Um odor rançoso indica um desequilíbrio do Elemento Madeira, frequentemente causado pela estagnação do calor do F.

VALORES PSÍQUICOS: alma, imaginação

ENERGIA DINÂMICA: sangue

ALIMENTOS INDICADOS PARA PESSOAS TIPO MADEIRA: milho e carneiro

ESFORÇO EXCESSIVO: abuso ocular

PERÍODO ATIVO: manhã

NASCIDOS NOS ANOS COM FINAL: 4 e 5

CARACTERÍSTICA: planejamento

PESSOAS DO TIPO FLEXÍVEIS, DIPLOMATAS, CONCILIADORES

POSTURA A SER TOMADA NA PRIMAVERA = trabalhar mais

FUNÇÕES DO F e da VB nas atividades mentais: o **fígado** administra, conta com a função de drenagem, modera as atividades mentais e tem a natureza de ser ampliado livremente, se comunica com Sanjiao (TA), para canalizar os dutos de água. Nos casos em que o Fígado perde sua capacidade de canalizar, os meridianos de qi não funcionam com fluidez e pode se originar a ascensão rápida do qi do fígado, o que se nota na precipitação e na irritabilidade, insônia e transtornos dos sonhos, ou então o qi do fígado se deprime e aparecem melancolia, angústia e dúvida, inclusive o paciente tem vontade de chorar. Se o organismo não funciona, o sangue não flui devidamente, ou a água não avança, o que pode conduzir a equimose (sangue pisado), estancamento de fleuma e de umidade, que influenciam nas atividades mentais. A **vesícula biliar** é a que governa a decisão, tem a ver com a coragem ou covardia do homem. Se o qi da VB é insuficiente, a pessoa manterá uma atitude temerosa.

FÍGADO: está posicionado na parte superior do abdômen no lado direito, sob o diafragma, ligeiramente para a direita dentro das costelas direitas. Seus canais estão distribuídos através das costelas direita e esquerda.

A MTC distingue o fígado como:

- Yin do fígado (suas estruturas materiais, inclusive o sangue armazenado nele) e
- Yang do fígado (suas funções e calor, inclusive o Qi do Fígado).

As funções fisiológicas principais do Fígado são as seguintes:

1. Suavizar e Regular o fluxo da Energia Vital do sangue

Médicos antigos acreditavam que a madeira ou uma árvore, tendia a espalhar-se livremente, assim faziam o Fígado corresponder a este elemento. É por isso que o fígado está classificado como “madeira” nos cinco elementos. A função do fígado: de promover movimento irrestrito e livre do Qi é mostrado nos três aspectos seguintes:

- **Regular a mente e o humor**

A MTC acredita que as atividades mentais dos seres humanos são controladas pelo Coração e que têm alguma coisa a ver com a função do Fígado de suavizar e regular o fluxo da energia vital e do sangue.

Quando esta função do fígado é normal o corpo humano coordenará bem suas atividades mentais e morais, o que é indicado pela felicidade, estar em paz, estando apto à razão e à sensibilidade.

Mas quando o Fígado não executa bem esta função, o corpo humano falhará em coordenar suas atividades mentais e morais. Isto é indicado pelo embotamento, ansiedade, depressão, eructação, lamentação, distensão e sensação de enchimento no tórax e hipocôndrio.

Quando o Fígado executa esta função em excesso, estarão presentes estados de excitação tais como desassossego da mente, irascibilidade, tontura, uma sensação de distensão da cabeça, dor de cabeça, insônia e sono perturbado por sonhos.

- **Promover a digestão, e a assimilação**

A função do Fígado de suavizar e regular o fluxo da energia vital e do sangue ajuda o baço a mandar a essência do alimento e água para cima e o estômago a mandar o conteúdo de alimento para baixo e secreção da bile, de maneira que a função da digestão e assimilação é mantida normal. Se esta função do fígado não funciona bem,

- o Qi ascendente do Baço e descendente do estômago será afetado.
- A excreção da bile também ficará obstruída.

Isto resulta em sinais e sintomas de anormalidade na função digestiva, como por exemplo, mau apetite, indigestão, eructação, vômito de fluido azedo ou distensão do abdômen e diarreia. A MTC refere-se a isto como *“descoordenação entre o Fígado e o Estômago ou Baço”*.

- **Manter o Qi e o sangue movendo-se normalmente**

A função do Fígado de suavizar e regular o fluxo de energia vital e sangue exerce uma influência direta sobre o movimento livre de Qi.

A disfunção do Fígado em promover o movimento livre do Qi causa a obstrução do fluxo do Qi, o que é indicado por dor e distensão no hipocôndrio, nos seios e no abdômen inferior.

QI é a força impulsionadora na circulação do sangue. O fluxo do QI é seguido pela circulação do sangue. A estase do sangue toma lugar após a estagnação do QI.

A disfunção do fígado em promover o movimento livre do QI e a estase do sangue devido à estagnação do QI leva a dor em pontada no seio e hipocôndrios, ainda, massa no abdômen com forma fixa e dor localizada, tumor, e possivelmente menstruação anormal, dismenorréia nas mulheres.

Além do mais, a função do fígado de suavizar e regular o fluxo da energia vital e do sangue também tem a ação de remover a energia vital estagnada do Triplo Aquecedor, assim como desobstruir as passagens de água. Também quando o fígado não funciona bem em promover o movimento livre do QI, podem ocorrer hidroperitonite e edema.

2. Armazenar e regular o sangue

O Fígado tem a função de armazenar sangue e regular sua quantidade. Quando o corpo humano está num estado de descanso ou sono, necessita de menos sangue, e a maioria do sangue fica armazenada no Fígado. Mas quando está executando esforço físico ou trabalhando, a quantidade de sangue tem que ser aumentada. O Fígado expelirá o sangue que acumulou, satisfazendo a necessidade das atividades do corpo.

A fisiologia ocidental também acredita que enquanto uma pessoa está deitada calmamente, todo o seu sistema do fígado pode armazenar 55 por cento do sangue total do seu corpo. No caso de uma emergência o Fígado de um adulto normal pode prover, no mínimo, 1.000 – 2.000 mililitros de sangue mais ou menos para manter sangue suficiente para o bombeamento do coração.

Assim, pode ser visto que a compreensão desta função do Fígado tanto na MTC como na medicina ocidental é quase a mesma.

3. Ter relação com os tendões, unhas e olhos

A condição do Fígado determina as condições dos tendões. Os tendões dependem de nutrientes do sangue do fígado para realizar suas funções.

A má nutrição dos tendões proveniente de deficiência do sangue do fígado pode trazer dormência das extremidades, lentidão dos movimentos articulares, espasmo dos tendões e tremores das mãos e pés.

A superabundância de calor patogênico queima o YIN do Fígado, que resulta em espasmos das extremidades, trismo e opistótonus. A MTC chama a isto de “vento do Fígado agitando por dentro”.

“Unhas em MTC, referem-se às unhas das mãos e dos pés. A MTC acredita que as unhas e os tendões têm a mesma fonte de nutrientes. Assim é sabido que **“a unha é o excesso do tendão”**. A suficiência do sangue do fígado dá unhas de aspecto sadio, duras, mas a deficiência dele resulta em unhas mortas, moles, finas ou ocas e deformadas.

“O Fígado tem sua abertura de corpo específica nos olhos”. O sentido visual dos olhos depende principalmente dos nutrientes do sangue do Fígado para funcionar bem.

O canal do fígado sobe para o sistema da visão. Portanto, está refletido nos olhos se a função do Fígado é normal. Por exemplo.

- A deficiência de sangue do Fígado pode levar a visão nublada ou a cegueira noturna;
- A deficiência do YIN do Fígado, a olhos secos e hipopsia;
- Flamejamento do calor excessivo do Fígado, a olhos vermelhos, inflamados e inchados;
- Bilirubinemia devido à umidade e ao calor no fígado e Vesícula Biliar a amarelamento da esclerótida dos olhos.

Além disso, também existe o ditado que **“as lágrimas são o fluido do Fígado”**. Porque o canal do Fígado vai através dos hipocôndrios, o abdômen inferior e as genitálias, as doenças que ocorrem nestes órgãos devem ser tratadas com uma análise geral dos sinais e sintomas do fígado.

Nota: da fisiologia e patologia do Fígado, acima expostas, pode ser visto que o fígado na MTC contém basicamente as funções de que trata a medicina ocidental, parte do sistema nervoso central, do sistema nervoso vegetativo, sangue e órgãos visuais.

VESÍCULA BILIAR:

A Vesícula Biliar está anexa ao fígado. É um órgão oco em forma de cápsula. Suas principais funções são as seguintes:

1. Armazenar e excretar a Bile

A Bile é produzida e excretada pelo Fígado. Então ela vai para dentro da Vesícula Biliar e é armazenada e concentrada ali. Finalmente ela é bombeada para dentro do Intestino Delgado pela função

do Fígado de suavizar e regular o fluxo de Qi ao promover a digestão e assimilação do alimento.

- Se as funções do Fígado e VB forem anormais, e a secreção da Bile for obstruída, a digestão e assimilação do alimento serão perturbadas, o que resulta em perda de apetite, distensão do epigástrico e diarreia.
- Acúmulo de calor úmido patogênico no Fígado e VB prejudica a função do Fígado de suavizar e regular o fluxo de qi e causa derrame de Bile para o músculo e a pele, o que leva a icterícia, que é manifestada como esclera icterícia, pele amarelada, urina amarela etc.
- A penetração de lombrigas no trato biliar resulta em angina paroxística no quadrante superior do abdômen ou na área sob o processo ensiforme inclinado ligeiramente para a direita. Isto é o que é chamado na MTC, “cólica causada por áscaris marcada por cólicas paroxísticas com extremidades frias.”

2. Ter algo a ver com a coragem de quem toma decisões

“A Vesícula parece ser um oficial muito honesto que está encarregado de tomar uma decisão”, portanto isto nos indica que a vesícula está preocupada com a coragem de alguém em tomar decisões, bravura e timidez estão relacionadas com a VB. Mudanças patológicas na Mente, como ficar facilmente amedrontado ou aterrorizado, insônia, sono perturbado por sonhos e assim por diante, manifestam alterações na VB.

RELAÇÃO ENTRE O FÍGADO E A VESÍCULA BILIAR

O fígado tem a função de suavizar e regular o fluxo da energia vital e do sangue. Seu excesso de energia vital ajuda a formar a bile.

A vesícula biliar está localizada sob o fígado e está encarregada do armazenamento e da excreção da bile.

Somente quando o fígado funciona normalmente em suavizar e regular o fluxo da energia vital e do sangue é que a bile pode ser produzida, armazenada e excretada normalmente.

Por outro lado, somente quando a bile é excretada sem qualquer obstrução pode o fígado dar desempenho cabal da sua função aspersora.

Patologicamente as doenças do fígado envolvem a vesícula biliar e as doenças da vesícula biliar às vezes envolvem o fígado também. Como resultado, ambos sofrem.

FOGO

CORAÇÃO: C = ÓRGÃO ZANG

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO C: 11h às 13h (melhor horário para sedar o Coração), depois das 13h (melhor horário para tonificar o Coração)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO C: centrífugo

CIRCULAÇÃO E SEXUALIDADE: CS = função yin do fogo

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO CS: 19h às 21h (melhor horário para sedar o CS), depois das 21h (melhor horário para tonificar o CS)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO CS: centrífugo

INTESTINO DELGADO: ID = FU = órgão acoplado do Coração = víscera

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO ID: 13h às 15h (melhor horário para sedar o ID), depois das 15h (melhor horário para tonificar o ID)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO ID: centrípeto

TRIPLO AQUECEDOR : TA = função yang do fogo

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO TA: 21h às 23h (melhor horário para sedar o TA), depois das 23h (melhor horário para tonificar o TA)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO TA: centrípeto

COR: A cor vermelha da face indica um desequilíbrio do fogo que poderia ser um excesso do Fogo do C. algumas vezes, o aspecto pode mostrar interações complexas entre dois elementos. Por exemplo, uma pessoa pode apresentar uma face branco-pálida com as maçãs da mesma, avermelhadas; isto indica o Fogo (maçãs da face avermelhadas) superagindo sobre o Metal (face branco-pálida).

ÉPOCA DA VIDA: crescimento

ESTAÇÃO: verão (estação das insolações)

CLIMA PERVERSO ou FATOR PATOGÊNICO: calor do verão – o calor predomina no verão. Ele é transformado de fogo a calor. O calor do verão é um verdadeiro exopatógeno.

Sua natureza e características patogênicas são as seguintes:

1. O calor do verão é um patógeno Yang e é calor escaldante por natureza. O calor do verão é transformado do calor escaldante do verão, é de natureza yang, e assim é um patógeno yang. Quando o calor patogênico do verão ataca o corpo, tende a aparecer sintomas tais como febre alta, irritação, face afogueada e pulso cheio e rápido.
2. O calor do verão tende a subir e dispersar-se. Ele exaure o qi e debilita o fluído do corpo.
 - Calor patogênico do verão traz doenças abrindo as estrias da pele e o fluído do corpo, resultando em sede e desejo de beber, secura dos lábios e língua, e urina escura e escassa.
 - Juntamente com perspiração profusa, o qi também se perde com o fluído do corpo, resultando em deficiência do qi e causando falta de ar, lassitude, e mesmo desmaio repentino e perda de consciência.

3. O calor do verão é geralmente acompanhado de umidade. O verão é uma estação quente e chuvosa, então o calor do verão é geralmente acompanhado de umidade que causa doenças. À parte de tais sintomas de calor do verão como febre, sede e semelhantes, as manifestações clínicas são muitas vezes acompanhadas de lassitude dos membros, angústia no peito, vômito, náusea e fezes soltas e pastosas.

SABOR: amargo. O sabor amargo elimina o calor, seda e enrijece. Elimina a umidade-calor e domina a Rebelião do QI. O sabor amargo atinge os ossos, e um excesso do mesmo deve ser evitado nas patologias ósseas. Sua manifestação na boca é indicativa de excesso, no órgão correspondente. Se o C estiver alterado deve-se evitar o consumo de alimentos salgados (Ciclo de Controle).

NUTRE: vasos, pulso, tez, língua, artérias, então suas alterações indicam o estado do elemento Fogo através de seus Zang-Fu.

EMOÇÃO: alegria. O Coração abriga a mente e assegura a existência do prazer. O excesso de alegria debilita o QI do coração.

PLANETA: Marte

NOTA MUSICAL: la

SENTIDO: palavra

SECREÇÃO: suor

EXPRESSÃO: risada

CHEIRO: queimado, pungente. Um odor queimado indica um desequilíbrio no Fogo, usualmente causado pelo Fogo do C.

VALORES PSÍQUICOS: consciência, mental

ENERGIA DINÂMICA: psíquica

ALIMENTOS INDICADOS PARA PESSOA DO TIPO FOGO: trigo e galinha

ESFORÇO EXCESSIVO: abuso em caminhar

PERÍODO ATIVO: meio-dia

NASCIDOS NOS ANOS COM FINAL : 6 e 7

CARACTERÍSTICA: comunicação

PESSOAS TIPO : LÍDERES – ORADORES

POSTURA A SER TOMADA NO VERÃO = dormir mais tarde, acordar mais cedo

FUNÇÕES DO CORAÇÃO e do Pericárdio nas atividades mentais: o Coração controla o sangue e os vasos. O sangue é a principal base material das atividades mentais. O capítulo “Visitante Patógeno” de Lingshu diz: “O coração é o grande dono dos cinco órgãos e das seis vísceras, é onde reside o shen”. O pericárdio é a parte exterior do coração e se encarrega de

transmitir as ordens deste, constitui a cavidade de entrada e saída da mente e como o coração, administra as atividades emocionais.

CORAÇÃO (e o Pericárdio)

O coração está dentro do tórax e toma uma posição à esquerda do centro.

A MTC acredita que é o órgão mais importante do corpo humano e governa todos os órgãos-Zang e órgãos-Fu. O livro, **Cânon de Medicina** diz, “ O coração é o monarca de todos os órgãos”. Além disso, a MTC divide o coração em:

- **Yin** (essência vital) do coração refere-se às estruturas materiais, inclusive o sangue do coração.
- **Yang** (função vital) do coração e refere-se à sua função e calor, inclusive o *qi* (atividades funcionais).

O sangue do coração significa o sangue controlado pelo coração.

O *qi* do coração significa a função do coração.

De acordo com a MTC, as principais funções fisiológicas do coração são as seguintes:

1. Controlar a circulação do sangue

Por circulação do sangue, queremos dizer o sangue e seus vasos.

Os vasos sangüíneos são os dutos através dos quais o sangue flui e o sangue é o conteúdo dos vasos sangüíneos.

O coração está ligado com os vasos sangüíneos para formar um sistema fechado.

O coração bate continuamente para impelir o sangue a fluir e circular dentro dos vasos sangüíneos através do corpo.

- **Qi do coração**

A MTC acredita que o Qi do Coração é a força propulsora do batimento cardíaco. Somente quando o qi do Coração é suficiente, o coração pode manter a força normal, a frequência e o ritmo. Se o qi do coração é suficiente ou não e se o sangue do Coração é suficiente ou não, ambos podem ser mostrados pela condição do pulso. Por exemplo:

- Um pulso vazio com grande força mostra uma insuficiência do qi do coração;
- Um pulso pequeno e fraco mostra uma deficiência do sangue do coração;
- Um pulso irregular e intermitente mostra estagnação do sangue do coração, para mencionar só alguns casos.

2. Encarregar-se das atividades mentais

A MTC acredita que todas as atividades nervosas superiores tais como as mentais, da consciência e do raciocínio, resultam principalmente das funções do coração.

Se o coração funciona normalmente ao controlar as atividades mentais, a pessoa será cheia de vigor, e terá uma consciência saudável e atividades mentais sadias.

Mas quando há alguma coisa errada com esta função. Então anormalidades serão vistas, tais como insanidade por distúrbio mental devido ao fogo fleumático, e palpitação, e insônia e sono perturbado por sonhos devido a uma insuficiência do sangue do coração.

O tratamento destas anormalidades é sempre baseado numa análise geral da condição do coração.

3. O suor como fluído do coração

O suor vem do fluído do corpo. O fluído do corpo é o componente mais importante do sangue. A circulação do sangue é controlada pelo coração. Assim pode ser dito: “Sangue e suor têm a mesma fonte “ e “ Suor é o fluído do coração “.

A MTC acredita que muita perspiração sugere fácil consumo do sangue e do *qi* do coração, resultando em palpitação e batimento contínuo e violento. Além disso, suor profuso prejudicará o *yang* do coração, resultando numa perda perigosamente excessiva do fluído. É fácil para os que sofrem de uma:

- Deficiência de *yang* do coração; perspirar espontaneamente, e
- Para aqueles cujo *yin* do coração é insuficiente, suar a noite.

4. Ter relações com a língua e a face

A MTC acredita que:

- “O coração tem sua abertura específica na língua propriamente”, “A língua é o broto do coração”;
- “Os condutores do ramo reticular dos canais do Coração ascendem e ligam-se com a língua”;
- “O coração tem sua manifestação exterior na face ou compleição”.

A face é rica em vasos sangüíneos, e sua cor pode mostrar como funciona o coração. Portanto, na MTC, as condições do coração e do sangue são muitas vezes aprendidas observando-se a língua e a face. Por exemplo:

- Quando o coração funciona bem e quando o sangue é abundante, a face será vermelha e brilhante, e assim será a língua.

- Quando o sangue do coração é insuficiente, a face será pálida, a língua será pálida e branca.
- Quando há uma estagnação do sangue do coração, a face será cianótica, a língua púrpura escuro com petéquias e equimoses.
- Quando o coração não funciona normalmente para controlar as atividades mentais, ocorrerão rigidez da língua, delírio ou afasia.

Também a nutrição do cabelo vem do sangue. É por isso que se diz que os cabelos são excesso de sangue. Assim, quando o sangue do coração é insuficiente, os cabelos morrerão.

Suplemento: Pericárdio

O pericárdio é o tecido periférico do coração, que executa parte da proteção. Fatores patogênicos externos muitas vezes invadem o pericárdio antes de atacar o coração. Por exemplo, na MTC, a febre alta, o coma e a língua vermelha que ocorrem no curso de uma doença febril são freqüentemente descritos como “o ataque do Pericárdio por calor patogênico”. De fato os sinais e sintomas que ocorrem após o Pericárdio Ter sido invadido por exopatógenos são os mesmos que aparecem depois que o coração foi atacado.

Nota: na fisiologia e patologia do Coração, acima relatados, é fácil ver que o termo “Coração” na MTC significa basicamente todas as funções do coração e parte das funções do sistema nervoso na medicina ocidental.

INTESTINO DELGADO

Está entre o estômago e o Intestino Grosso. Está ligado ao estômago pelo Píloro e ao Intestino Grosso pela região ileocecal.

As principais funções do Intestino delgado são:

- **Receber, transformar e assimilar o conteúdo alimentar**

Sua disfunção em fazê-lo levará a desordens na digestão e assimilação manifestadas como distensão abdominal, diarreia, fezes soltas e outras.

- **Separar o claro do turvo**

Significa que tendo digerido o conteúdo alimentar totalmente, o Intestino Delgado envia a parte útil (clara) para o Baço, que

por sua vez, a transporta e distribui para todas as partes do corpo. Também envia os resíduos (turvo) para baixo, para o IG através de lan Men (região íleo cecal) e envia a água não necessária para a bexiga para ser excretada do corpo.

Quando esta função do Intestino delgado é normal, a água e os resíduos são excretados do corpo separadamente, com uma micção suave e a eliminação normal das fezes.

RELAÇÃO ENTRE O CORAÇÃO E O INTESTINO DELGADO:

1. O calor acumulado no coração pode mover-se para o ID, causando calor patológico no ID, manifestado como: urina de cor forte, oligúria e dores queimantes na micção.
2. O calor excessivo no ID pode também ir para cima ao longo do canal da mão Taiyang para queimar o coração, fazendo com que o fogo do coração lance labaredas e leve a irritabilidade mental e úlceras na boca e na língua.

TRIPLO AQUECEDOR

- É peculiar à MTC.
- É também utilizado para localizar as partes do corpo:
 - Jiao Superior é aquela porção da cavidade do corpo acima do diafragma que aloja o coração e o pulmão.
 - Jiao Médio é a porção entre o diafragma e o umbigo que aloja o Baço e o Estômago.
 - Jiao Inferior é a porção abaixo do umbigo que aloja o Fígado, o Rim, a Bexiga, os Intestinos e o Útero.

FUNÇÕES:

1. O Jiao Superior controla a respiração e ativa o fluxo da energia vital, do sangue e do fluido do corpo (referindo-se de fato, às funções do coração e do Pulmão) dispersa o qi peitoral acumulado no tórax para todas as partes do corpo da mesma maneira que a neblina e o orvalho umedecem a terra. É por isto que a MTC diz que o Jiao Superior é como um aspersor para distribuir nutrientes e Qi.
2. O Jiao Médio funciona no transporte e transformação (funções do BP e E), ele fermenta a água e o alimento e transporta e transforma a essência do alimento a fim de produzir a energia vital e o sangue. Portanto, é comparado a uma comporta de fermentação, onde o alimento é digerido.
3. O Jiao Inferior separa o fluido claro do fluido turvo e descarrega a urina e as fezes (funções do R, do ID, do IG e da B). Estas duas

funções fisiológicas mencionadas acima são caracterizadas pela excreção de resíduos para baixo e para fora.

Diz-se que o Jiao Inferior funciona como calhas, para filtrar e drenar o resíduo e a água supérflua. Todas as funções fisiológicas do TA são a soma total das atividades de todos os órgãos-zang e órgãos-Fu do corpo.

O livro ***Clássico sobre problemas Médicos diz:***

“O Triplo Aquecedor é a passagem para a água e o alimento seguirem.”

O livro ***Cânion de medicina diz:***

“O Triplo Aquecedor pode ser comparado a comunicações de água. É o fundamento e controlador de toda a circulação do fluido do corpo.”

Todas estas funções resultam da ação global do Pulmão, do Baço, do Rim. É por isso que a micção difícil e edemas devidos a uma anormalidade no TA e o bloqueio das passagens de água são tratados pela recuperação do P, BP e R.

Além disso, no curso do diagnóstico e tratamento de doenças febris pela diferenciação de síndromes, a teoria do TA é utilizada para orientar a classificação das três porções diferentes do corpo – a superior, a média e a inferior – através das quais os fatores patogênicos prejudiciais fazem sua invasão. Além disso, serve para determinar as três fases do desenvolvimento de doenças febris epidêmicas - a primária, a intermediária e a final.

TERRA

BAÇO-PÂNCREAS: BP = ÓRGÃO ZANG

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO BP: 9h às 11h (melhor horário para sedar o BP), depois das 11h (melhor horário para tonificar o BP)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO BP: centrípeto

ESTÔMAGO: E = FU = ÓRGÃO ACOPLADO DO BAÇO = VÍSCERA

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO E: 7h às 9h (melhor horário para sedar o E), depois das 9h (melhor horário para tonificar o E)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO E: centrífugo

COR: amarela, laranja, marrom. Ou seja: o rosto com aspecto amarelado, indica um desequilíbrio da Terra, que poderia ser decorrente da deficiência do Qi do BP.

ÉPOCA DA VIDA: transformação

ESTAÇÃO: estiagem

CLIMA PERVERSO ou FATOR PATOGÊNICO: umidade – predomina no fim do verão. O fim do verão é um tempo quando o verão está mudando em outono, uma estação quando a umidade é a mais exuberante no ano, assim nesta estação é mais fácil contrair doenças devido a umidade, que pode causar também doenças em outras estações.

A umidade patogênica é diferenciada em:

- Umidade exopática: é geralmente devida a clima úmido, andar em água rasa ou ser apanhado numa chuva, assim como morar em ambiente úmido.
- Umidade endógena: é causada geralmente por disfunção do baço no transporte, o que conduz a deterioração do metabolismo da água.

A umidade exopática e endógena podem influenciar-se mutuamente e são interdependentes.

A natureza e as características patogênicas da umidade patogênica são as seguintes:

1. A umidade é pesada e turva por natureza. As características numa doença causada por umidade são marcadas geralmente por sensações de peso como lassitude, sensação de peso da cabeça e do corpo, e dor e lentidão dos membros.

No que concerne ao túrbido, a doença causada por umidade é geralmente marcada por excreções turvas e secreções como da face e secreção dos olhos, fezes soltas ou fezes com mucos, pus e sangue, urina turva, leucorréia excessiva e fluído piogênico turvo.

2. A umidade é viscosa e prolongada por natureza, o que se manifesta de dois aspectos:

- Num aspecto, os sintomas de uma doença causada por umidade são geralmente de característica repugnante e gordurosa, por exemplo, pele repugnante e gordurosa, fezes com muco e difíceis e micção difícil;

- Noutro aspecto, uma doença por umidade tem um curso longo e é muitas vezes demorada e difícil para curar, como pode ser visto na artralgia por umidade, eczema e síndrome de umidade-calor.
- 3. A umidade tende a descer. Os sintomas de uma doença provocada por umidade são na maioria encontrados na parte inferior do corpo, como leucorréia, estrangúria com urina turva, diarréia e desinteria.
- 4. A umidade é um patógeno yin que tende a obstruir as atividades funcionais do qi e debilitar o yang-qi. A umidade é pesada e turva, e é semelhante à água em natureza, assim é definida como um patógeno yin. Quando a umidade patogênica ataca, é muito provável de levar à desordem da capacidade de subir ou descer e das funções digestivas do qi. Por exemplo:
 - Quando há retenção de umidade no epigástrio e impedimento nas atividades funcionais do qi, aparecerá angústia no peito;
 - Quando a umidade bloqueia o Baço e o Estômago e causa disfunção no Baço na circulação da água assim como distúrbio do qi do baço de subir e do qi do Estômago de descer, haverá anorexia, desconforto epigástrico, náuseas, vômito e fezes soltas.
 - Como a umidade é um patógeno yin que tende a debilitar o yang-qi, quando perturba o Baço, o yang do Baço será insuficiente, então haverá disfunção do Baço no transporte do fluído e transformação e retenção da umidade dentro do corpo, resultando em diarréia, edema, micção difícil e semelhantes.

SABOR: doce. O sabor doce tonifica, equilibra e acalma. É utilizado para tonificar a deficiência e interromper a dor. A sua manifestação na boca indica o excesso do Baço. Se o BP estiver alterado deve-se evitar o consumo de alimentos azedos (Ciclo de Controle).

NUTRE: tecido conjuntivo(carne), boca, lábios, sangue, os quais nos mostram as condições do elemento Terra através do Zang-Fu.

EMOÇÃO: obsessão, pensamentos, preocupações. O Baço aloja intenções e toma parte na direção do raciocínio. O excesso destes sentimentos debilita o QI do Baço.

PLANETA: Saturno

NOTA MUSICAL: mi

SENTIDO: gosto

SECREÇÃO: saliva

EXPRESSÃO: canto

CHEIRO: perfumado, fragrante. O odor adocicado é freqüentemente associado com a deficiência do BP ou à umidade.

VALORES PSÍQUICOS: idéias

ENERGIA DINÂMICA: energia física

ALIMENTOS INDICADOS PARA PESSOAS DO TIPO TERRA: centeio e carne de vaca

ESFORÇO EXCESSIVO: abuso da posição sentada

PERÍODO ATIVO: tarde

NASCIDOS NOS COM FINAL: 8 e 9

CARACTERÍSTICA: reflexão e idéias

PESSOAS DO TIPO: ADMINISTRADORES – NUTRIDORES – GERADORES

POSTURA A SER TOMADA NA ESTIAGEM = período de adaptação

FUNÇÕES DO BAÇO e do ESTÔMAGO nas atividades mentais: O estômago se encarrega de receber o alimento e o baço de seu transporte e transformação. Os dois administram em conjunto a digestão dos alimentos e das bebidas, a assimilação, o transporte e a distribuição da essência, sendo por isso a fonte do qi e do sangue. Se o Baço perde sua função normal, o qi e o sangue perdem sua fonte de origem e a mente fica mal nutrida, ou a água e a umidade se acumulam produzindo fleuma que sobe e ataca o coração e a mente, originando enfermidades mentais.

BAÇO

A MTC é como um mundo à parte da Medicina Ocidental em termos de entendimento do Baço.

A MTC acredita que o Baço está posicionado no Jiao Médio (a porção média da cavidade do corpo) e é o órgão principal do sistema digestivo. Não somente que, ela divide o Baço em:

- *Yin* do Baço (suas estruturas materiais) e o
- *Yang* do Baço (suas funções e calor).
- O *Qi* do Baço refere-se simplesmente às suas funções.

Na literatura da MTC, o termo “o sangue do Baço” é incomum.

As principais funções do Baço são as seguintes:

1. Transportar, distribuir e transformar os nutrientes

Transportar, distribuir e transformar a água e o alimento.

A MTC acredita que o alimento passado para dentro do estômago é digerido pelo estômago e o baço, e então, através do piloro, enviado para baixo para o Intestino Delgado, para submeter-se ao processo de “diferenciar a substância pura da substância impura”.

A parte pura (a essência do alimento) é absorvida pelo baço e transportado para todas as partes do corpo de maneira que os cinco órgãos-zang, seis órgãos-fu, membros, ossos, cabelos e tendões sejam nutridos. A MTC diz:

“O baço provê a base material para a constituição adquirida” e “O baço é a fonte de produção de Qi e sangue.”

Por quê? Porque a água e o alimento não são simplesmente a fonte principal de nutrientes que o ser humano necessita para manter suas atividades vitais após o nascimento, mas também a base material para produzir QI e sangue, e, o que é mais, é o baço que transporta, distribui e transforma os nutrientes.

Uma disfunção do baço em transportar, distribuir e transformar os nutrientes causará mau apetite, indigestão, enchimento e distensão epigástrica, fezes soltas, lassitude, perda de peso e outras doenças devido à deficiência tanto de QI como de sangue.

2. Promover o metabolismo da água

O baço ajuda a absorver e transportar água.

A anormalidade desta função induzirá todo tipo de doença resultante de retenção de água, como por exemplo, edema, fleuma-úmido, diarreia, etc.

A função do baço de promover o metabolismo da água se realiza ao mesmo tempo às de transportar, distribuir e transformar nutrientes. Estas duas funções estão associadas uma com a outra e se influenciam mutuamente. Uma desordem em qualquer uma induzirá uma anormalidade na outra. Portanto, uma é muitas vezes seguida pela outra em patologia. Ao tratar qualquer uma delas, o método de reforçar o baço deve ser usado.

3. Manter o sangue circulando dentro dos vasos

O baço tem a função de controlar todo o sangue do corpo e mantê-lo circulando normalmente dentro dos vasos sangüíneos.

Se ele perder sua função por causa de uma deficiência de seu QI, o sangue não fluirá normalmente dentro dos vasos sangüíneos, mas extravasará deles. Neste caso além de alguns sinais e sintomas devidos a uma deficiência do QI do Baço, ocorrerão certas espécies de hemorragias crônicas tais como sangue nas fezes, púrpura, sangramento uterino e outras. Ao tratar esses distúrbios, o Baço deve ser revigorado, o QI deve ser controlado.

4. Ter relação com os lábios.

“O Baço tem sua especial abertura do corpo na boca.” Ele tem suas manifestações exteriores nos lábios. “O QI forte e vigoroso do baço, resulta em bom apetite, sabor normal, lábios vermelhos e brilhantes.

- Uma disfunção do Baço em transportar, distribuir e transformar os nutrientes leva a mau apetite, sabor insípido e lábios sem vida, pálidos ou amarelados.

- Um distúrbio do Baço por fatores de umidade patogênica também resulta num gosto pegajoso e doce na boca, e deve ser tratado com remédios como eupatorium (Herba Eupatorii), que resolvem a umidade e vitalizam o Baço.

Qi do Baço

Acrescentando ao que foi dito acima, a tendência do Qi do Baço é ascendente.

Ele tem a função de:

- Enviar essência do alimento para cima, para o Pulmão e
- Fixar os órgãos internos em suas localizações originais.

Se o Qi do Baço não vai para cima, mas para baixo (o que é chamado em MTC o *afundamento do Qi do Jiao Médio*), diarréia permanente, prolapso do reto e do útero e ptose de outros órgãos internos ocorrerão. Ao tratar estes, a decocção para reforçar o Jiao Médio e repor o Qi é prescrita freqüentemente.

O Baço tem também a característica fisiológica de gostar da secura mas odeia a umidade.

Portanto, uma disfunção do Baço no transporte e transformação devido a uma deficiência do Qi do Baço mais provavelmente produzirá umidade, enquanto a umidade excessiva mais provavelmente causará distúrbio no Baço.

Nota: Da fisiologia e patologia do Baço referidas acima, pode ser visto que a teoria do Baço na MTC está associada com a maioria das funções do sistema digestivo com que lida a medicina ocidental, mas também está relacionada com a coagulação do sangue e o metabolismo do fluido do corpo. Finalmente é necessário destacar que na literatura da MTC, o Pâncreas não é mencionado. Alguns estudiosos acreditam que o Baço na MTC inclui o Pâncreas.

RELAÇÃO ENTRE O BAÇO E O ESTÔMAGO

O estômago recebe alimento, enquanto o Baço transporta, distribui e transforma nutrientes. Além disso, o baço ajuda o estômago na digestão e no transporte do fluído.

É adequado para o qi do E descer, e para o qi do Baço subir.

O estômago gosta da umidade mas detesta a secura. O Baço gosta da secura mas detesta a umidade.

Patologicamente, afetam um ao outro. Por exemplo, uma deficiência de Yang e uma presença de frio no Baço muitas vezes á

acompanhada por uma insuficiência de Yang do estômago, o que é chamado de “uma deficiência e frio no Jiao Médio”. No tratamento , o Baço e o Estômago devem ser tratados juntamente, e o método de aquecer o Jiao Médio e dissipar o frio pode ser utilizado.

ESTÔMAGO

FUNÇÕES:

- Receber, digerir e transformar a água e o alimento e a perturbação dessa função causará mau apetite, uma capacidade para apenas uma pequena porção de alimento, indigestão, distensão e dor na região epigástrica. Se o Qi do Baço falha em transportar e transformar, a água e o alimento permanecem imutáveis no estômago.
- Qi do estômago: a essência do corpo humano é o Qi do Estômago. Uma suficiência do Qi do Estômago faz com que todos as cinco órgãos-zang estejam cheias de vigor, enquanto uma deficiência leva à sua fraqueza. Enquanto o Qi do estômago existe, a vida continua; sem ele a vida caminha para o fim.
- Pertence a Yang e tem a característica de gostar de ser umedecido mas odiar a secura. Uma quantidade muito excessiva de Yang muitas vezes traz secura e fogo, cujas manifestações são secura na boca e sede, língua com saburra amarela e seca, dor e edema das gengivas.

METAL

PULMÃO: P = órgão zang

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO P: 3h às 5h (melhor horário para sedar o P), depois das 5h (melhor horário para tonificar o P)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO P: centrífugo

INTESTINO GROSSO: IG = FU = órgão acoplado do pulmão = víscera

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO IG: 5h às 7h (melhor horário para sedar o IG), depois das 7h (melhor horário para tonificar o IG)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO IG: centrípeto

COR: branca, prata, cinza claro. A face de cor branca indica um desequilíbrio no elemento Metal, que poderia ser deficiência do Qi do P.

ÉPOCA DA VIDA: maturidade

ESTAÇÃO: outono (manifestação de doenças mais ligadas a secura)

CLIMA PERVERSO ou FATOR PATOGÊNICO: secura – predomina no outono. O outono é uma estação seca com falta de água. As doenças da secura devem ocorrer na maioria das vezes em tal estação. A secura patogênica pode ser dividida em:

- **Secura exopática:** as doenças causadas pela secura exopática são na maioria das vezes devidas a afecção por patógenos secos do meio ambiente. A secura exopática é subdividida em:
 - secura morna = é comumente encontrada no princípio do outono, formada pelo calor remanescente do final do verão em combinação com a secura patogênica.
 - secura fresca = é na maioria das vezes encontrada no final do outono, formada pelo frio patogênico do inverno que se aproxima em combinação com a secura patogênica.

Quando a secura exopática ataca o corpo humano, geralmente invade a partir da boca e do nariz e aflige o qi defensivo e o Pulmão, formando a síndrome exterior.

- **Secura endógena:** resulta na maioria das vezes da exaustão da essência e do sangue por doenças prolongadas, do consumo do fluído do corpo por doenças febris, do tratamento inadequado e da perda de sangue.

A natureza e características patogênicas da secura patogênica são as seguintes:

1. A secura patogênica tende a debilitar o fluído do corpo. Quando a secura patogênica ataca, várias formas de sintomas e sinais apresentando deficiência de fluído do corpo e secura têm muita probabilidade de ocorrer, tais como secura na boca e nariz, secura da garganta, sede, secura e rachadura da pele, oligúria e constipação.
2. A secura patogênica tende a debilitar o pulmão. O pulmão é um órgão delicado que prefere umidade à secura e é vulnerável ao ataque da secura. O pulmão está relacionado com a pele e os pelos da superfície

do corpo e têm seu orifício específico no nariz, assim a Secura patogênica geralmente ataca através da boca e do nariz e na maioria tende a debilitar o Pulmão, causando sintomas como secura do nariz e da garganta, tosse seca com pouca fleuma, dispnéia ou asma e dor no peito.

SABOR: picante. O sabor picante dispersa o Qi e deve ser evitado em deficiência de Qi. Enquanto que sua manifestação na boca, indica excesso no Pulmão. Se o P estiver alterado deve-se evitar o consumo de alimentos amargos (Ciclo de Controle).

NUTRE: nariz, pêlos, pele e sistema respiratório; suas manifestações demonstram o estado do Zang-Fu.

EMOÇÃO: tristeza, mágoa, melancolia, desgosto. O Pulmão armazena o espírito inferior e causa tristeza quando tem problemas. A Tristeza excessiva leva ao desgaste do Qi do P.

PLANETA: Vênus

NOTA MUSICAL: Ré

SENTIDO: olfato

SECREÇÃO: muco

EXPRESSÃO: soluço, choro. As pessoas que falam se lamentando ou chorando demonstram uma debilidade do Qi do P.

CHEIRO: cárneo, corporal. O odor fétido indica, com freqüência, um desequilíbrio do Elemento Metal, usualmente causado pela retenção crônica da Fleuma (Tanyin) no P.

VALORES ESPIRITUAIS: espírito e fluído vital

VALORES PSÍQUICOS: passividade, calma, falta de vontade, pessimismo

ENERGIA DINÂMICA: energia vital

ALIMENTOS INDICADOS PARA PESSOAS DO TIPO METAL: arroz e carne de cavalo

ESFORÇO EXCESSIVO: abuso da postura encostada

PERÍODO ATIVO: anoitecer

NASCIDOS NOS ANOS COM FINAL: 0 e 1

CARACTERÍSTICA: ordenação

PESSOAS DO TIPO: RÍGIDOS - MILITARES

POSTURA A SER TOMADA NO OUTONO : se movimentar na velocidade do vento

Funções do Pulmão nas atividades mentais: O Pulmão controla o qi e a respiração, se encarrega da ventilação e purificação do ar e de canalizar as vias da água. O Qi é o comandante do sangue, porque a circulação do sangue depende do impulso do qi, portanto as funções do sangue não podem separar-se da ajuda do qi. Ao mesmo tempo, como o pulmão tem a função de regular a circulação da água por seus condutos, se falta a sua função de ventilação e de descida, as vias de água se obstruem. Se o pulmão perde sua função de propulsão e descida de água, a fleuma e a umidade param dentro, sobem e transtornam a mente, o qual também pode originar enfermidades mentais.

PULMÃO:

O Pulmão que consiste de dois lobos, está localizado no tórax, um à esquerda, o outro à direita. Está conectado com a laringe através dos bronquíolos, os brônquios e a traquéia, e têm sua abertura no nariz.

A MTC usualmente divide o pulmão em:

- *Yin* do pulmão (as estruturas materiais do Pulmão) e o
- *Qi* do Pulmão (as funções fisiológicas do Pulmão).

Na literatura da MTC, os termos “o *yang* do Pulmão” e “o sangue do Pulmão” são raramente utilizados.

As principais funções fisiológicas do Pulmão são as seguintes:

1. Encarregar-se do *Qi*

O Pulmão encarregando-se do *qi* significa que o Pulmão têm a função de controlar o *qi* do corpo humano. Esta função é mostrada de duas maneiras:

- Encarregar-se do *qi* da respiração: O pulmão executa a função da respiração. É o órgão principal para troca do ar entre o interior e o exterior do corpo. O corpo humano toma ar fresco (oxigênio) e expel o gás poluído (dióxido de carbono) pela função respiratória do Pulmão, e assim fazendo mantém o metabolismo do corpo humano funcionando suavemente. Se as funções do pulmão forem anormais devido a serem prejudicadas por exopatógenos, ocorrerão desordens do sistema respiratório com sinais e sintomas como tosse, respiração asmática e dificuldade de respiração.
- Operar o *qi* de todo o corpo: isso pode ser visto em dois aspectos:
 - o pulmão toma parte na formação de “*zong qi*” (*Qi torácico*). O ar fresco inalado pelo Pulmão (*Qi*) e a essência do alimento misturam-se e acumulam-se no tórax para formar *Zong Qi*. *Zong Qi* sai da laringe, promovendo assim a atividades respiratórias do Pulmão. Ela se espalha por todas as partes do corpo por meio dos Canais do Coração, aquecendo assim os órgãos-zang, órgãos-fu e tecidos, e mantendo as atividades fisiológicas normais.
 - O Pulmão têm a função de operar e regular o *qi* de todo o corpo para subir e descer, entrar ou sair. Se esta função do Pulmão for anormal, a formação de *zong qi*, e o subir e descer e entrar ou sair do mecanismo do *qi* de todo o corpo serão afetados e manifestados como respiração curta, voz baixa, cansaço, lassitude, etc.

2. Ativar o fluxo do *Qi*, essência do alimento e fluído do corpo, limpar o ar inspirado e manter o fluxo para baixo e ajudar a manter o metabolismo da água normal:

- **ATIVAR O FLUXO DO QI, ESSÊNCIA DO ALIMENTO E FLUIDO DO CORPO**

Significa: que o Pulmão tem a função de disseminar, proteger o QI, a essência do alimento e o fluido do corpo através do corpo, assim como nutrir o corpo e aquecer e umedecer músculos, pele e cabelo. O livro ***Clássico de acupuntura***, diz, “ Se o Jiao Superior (porção superior da cavidade do corpo), funciona bem, ela pode:

- Ativar o fluxo do QI, a essência do alimento e o fluido do corpo,
- Nutrir a pele e todo o corpo,
- Umedecer e fazer brilhar os cabelos, assim como a chuva e o orvalho umedecem as primeiras colheitas.”

Aqui o bom funcionamento do Jiao Superior significa a função do Pulmão de ativar o fluxo do QI, a essência do alimento e o fluido do corpo.

- **LIMPAR O AR INSPIRADO E MANTER O FLUXO PARA BAIXO**

Significa: limpar e mandar para baixo o QI do Pulmão. Como o Pulmão está dentro do tórax, localizando-se no Jiao Superior, é normal que o seu QI desça. Se o QI do Pulmão falha em descer, aparecerá tosse, respiração asmática, sensação de enchimento no tórax e coisas assim.

- **AJUDAR A MANTER O METABOLISMO DA ÁGUA NORMAL**

A função do Pulmão de descer está associada com o metabolismo da água. Isto é, que ele pode fazer com que a água no Jiao Superior desça para o Rim e a Bexiga, mantendo assim micção suave e o metabolismo da água normal. Esta é a razão para os dizeres:

- O Pulmão ajuda a manter normal o metabolismo da água
- O Pulmão tem a função de desobstruir as passagens de água.

Se houver alguma coisa errada com esta função do Pulmão, a disseminação e descarga de água serão perturbadas, o que resulta em disúria, edema e retenção de muco.

- **DISPERSAR E DESCER**

Estas funções são dois componentes que se opõem e todavia complementam um ao outro. Sem a dispersão normal, não haverá descida e vice-versa.

A coordenação de dispersar e descer mantém a respiração estável e o Qi do Pulmão passando para dentro e para fora suavemente. Se elas não são coordenadas, aparecerão mudanças patológicas como:

- Distúrbio do Qi do Pulmão
- Redução normal de limpar e mandar para baixo o Qi do Pulmão.

As manifestações clínicas disto são: tosse, respiração asmática, enchimento no tórax, distensão do hipocôndrio.

3. Estar associados com a pele e cabelo e ter sua abertura especial no nariz

Quando falamos sobre a pele e cabelo, temos em nossas mentes a superfície da pele, as glândulas sudoríparas, cabelo e outros tecidos importantes.

Estar associado com a pele e cabelo significa que o Pulmão têm a função de:

- Disseminar o fluido do corpo
- Ativar a energia defensora da pele (Wei Qi) e cabelo, de maneira que a superfície da pele possa tornar-se úmida e brilhante, a pele e os músculos compactos e que possa ser melhorada a capacidade de lutar contra os exopatógenos.

Uma deficiência de Qi do Pulmão acarreta em energia defensiva não consolidada, cujas manifestações são: suor espontâneo, assim como estar susceptível a um resfriado comum devido à uma inabilidade em lutar contra fatores patogênicos externos.

O nariz é a porta de entrada do Pulmão através do qual o ar entra e sai. Suas funções de ventilação e olfação são dependentes principalmente da ação do Qi do Pulmão.

O movimento livre do Qi do Pulmão mantém a respiração desobstruída e dá um sentido agudo de olfação.

- A invasão do Pulmão por exopatógenos bloqueia o movimento do Qi do Pulmão o que resulta em obstrução nasal, descarga nasal aquosa e hiposmia.
- A invasão do Pulmão por fator de calor patogênico freqüentemente apresenta o sinal das “asas do nariz batendo”.

O nariz é a passagem através da qual os patógenos invadem o Pulmão, porque ele é a abertura do Pulmão.

Esta é a razão pela qual, fatores febris epidêmicos, sempre atacam o Pulmão através do nariz.

4. Ser um órgão delicado que conduz à laringe

De fato, o pulmão está diretamente exposto ao ar externo. Como resultado ele está aberto ao ataque de toda sorte de fator patogênico externo. Portanto existe o ditado:

“ O Pulmão é um órgão delicado, vulnerável ao ataque de influências externas.”

A laringe não é somente parte do trato respiratório mas um órgão fônico, através do qual passam os canais do Pulmão. Assim sua ventilação e fonação relacionam-se diretamente com o Pulmão.

- Uma suficiência do Qi do Pulmão produz uma voz alta;
- Uma deficiência torna a voz baixa.
- Também, uma deficiência do *yin* do Pulmão pode levar a uma voz rouca ou mesmo à afonia.

Nota: do que foi dito acima sobre a fisiologia e patologia do Pulmão, pode ser visto que o Pulmão, na MTC, desempenha basicamente a mesma parte do que o sistema respiratório na medicina ocidental, e está relacionado ao metabolismo da água, circulação do sangue e às funções do sistema nervoso vegetativo e do sistema imunológico.

INTESTINO GROSSO:

Um capítulo de **Questões Comuns** diz, “parece como se o Intestino Grosso servisse como um oficial que estivesse encarregado de passar e remover coisas”.

Sua disfunção pode resultar em mudanças anormais na substância e quantidade de fezes e também nas quantidades de defecação. Por exemplo:

- Uma deficiência de frio no IG faz com que ele fique incapacitado para absorver água de maneira que a água e os resíduos são removidos juntamente. Isso é manifestado com diarreia, burburinhos e dor abdominal.
- Calor estênico no IG consome água, seca o suco intestinal, resultando em constipação.
- Acúmulo de umidade-calor no IG bloqueia a passagem de Qi, o que leva a dor abdominal, tenesmo e a fezes com pus e sangue.

RELAÇÃO ENTRE O PULMÃO E O INTESTINO GROSSO

Patologicamente:

- Uma disfunção do pulmão em enviar para baixo seu Qi dificulta o fluido do corpo de descer e afeta a função do Intestino Grosso no transporte, causando dificuldade na evacuação.

- Constipação e parada do qi dos órgãos zang, podem também afetar a descida do qi do pulmão, causando tosse asmática e distensão no peito.

ÁGUA

RIM: R = ÓRGÃO ZANG

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DO R: 17h às 19h (melhor horário para sedar o R), depois das 19h (melhor horário para tonificar o R)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO R: centrípeto

BEXIGA: B = FU = órgão acoplado do rim = víscera

HORÁRIO DE MAIOR ATIVIDADE DA B: 15h às 17h (melhor horário para sedar a B), depois das 17h (melhor horário para tonificar a B)

SENTIDO DA CORRENTE DE ENERGIA DO B: centrífugo

COR: preta, marinho. Uma face de cor púrpura, escura, algumas vezes cinza, quase preta, indica um desequilíbrio da Água, o qual poderia ser decorrente da deficiência do Yin do R.

ÉPOCA DA VIDA: morte, armazenamento

ESTAÇÃO: inverno (síndrome de choques pelo frio)

CLIMA PERVERSO ou FATOR PATÓGENO: frio – prevalece no inverno e existe também em outras estações. O frio patogênico é diferenciado em:

- Frio exopático: refere-se ao frio patogênico do meio ambiente.
- Frio endógeno refere-se à manifestação patogênica da deficiência do **Yang-qi** e perda de aquecimento

Ambos são diferenciados e relacionados.

- Um corpo com deficiência de **Yang** e frio interno; está predisposto a ser afetado por Frio exopático;
- E se o frio exopático entra no corpo e acumula-se no curso de tempo sem dispersão, ele debilitará o **yang-qi** e resultará em frio endógeno.

A natureza e características patogênicas do frio patogênico são as seguintes:

1. O frio patogênico é um patógeno **yin** e tende a debilitar o **yang-qi**. O frio é de natureza **yin**; assim quando o frio patogênico produz doenças há uma tendência maior de prejudicar o **yang-qi** do corpo humano. Por exemplo:
 - Quando o frio patogênico invade a porção superficial do corpo e o yang defensor é posto em perigo, pode aparecer a aversão ao frio;
 - Quando o frio patogênico ataca diretamente o Baço e o Estômago e o yang do Jiao-médio é assim debilitado, pode sobrevir dor abdominal originada por frio.
2. O frio patogênico é coagulativo e obstrutivo por natureza. Quando o frio patogênico ataca o corpo humano, pode bloquear ou coagular o qi e o sangue nos canais e impedir seu fluxo, causando várias espécies de dor.

3. O frio causa constrição. Quando o frio patogênico entra no corpo humano, pode fazer com que as atividades funcionais do qi constriam e façam com que as estrias musculares, os canais e conectores e os tendões se contraíam e incorram assim em contratura e espasmo. Por exemplo:

- Quando o frio patogênico ataca a superfície do corpo, os poros e as estrias musculares se fecharão e se contrairão, o Yang defensivo estagnar-se-á e não poderá sair, trazendo aversão ao frio com febre e anidrose;
- Se o frio patogênico invadir os canais, conectores e articulações, ocorrerão câimbra muscular e flexão e extensão limitadas das articulações.

SABOR: salgado. O sabor salgado flui em descendência e amacia a rigidez, sendo utilizado para tratar o edema e a constipação. O sabor salgado pode secar o Sangue (Xue) , devendo ser evitado nos casos de deficiência do sangue. Sua manifestação como gosto na boca indica excesso do Qi do R. se o R estiver alterado deve-se evitar o consumo de alimentos doces (Ciclo de controle).

NUTRE: ossos, cabelo, medula, ouvido, cartilagens, medulas: suas manifestações indicam o estado dos Zang-Fu do elemento água.

EMOÇÃO: medo. O Rim abriga a memória e sua desordem pode causar medo, assim como o medo pode causar o afundamento do Qi do R.

PLANETA: Mercúrio

NOTA MUSICAL: sol

SENTIDO: audição

SECREÇÃO: urina, líquidos sinoviais e raquídeos

EXPRESSÃO: gemido; pessoas que se manifestam gemendo demonstram desequilíbrio no elemento Água.

CHEIRO: pútrido. O odor pútrido é indicativo de um desequilíbrio do Rim ou da Bexiga (Pangguang), freqüentemente causado pela retenção de umidade-calor. Além disso o odor pútrido é indicativo de calor em qualquer sistema.

VALORES ESPIRITUAIS: vontade e ambição

VALORES PSÍQUICOS: inquietude, ansiedade, depressão, desinteresse vital

ENERGIA DINÂMICA: vontade

ALIMENTOS INDICADOS PARA AS PESSOAS DO TIPO ÁGUA: feijão e porco

ESFORÇO EXCESSIVO: abuso da posição parada

PERÍODO ATIVO: noite

NASCIDOS NOS ANOS COM FINAL: 2 e 3

CARACTERÍSTICA: vontade

PESSOAS DO TIPO: SEDUTORES - VENDEDORES

POSTURA A SER TOMADA NO INVERNO = dormir mais cedo, acordar mais tarde

FUNÇÕES DO Rim nas atividades mentais: Os rins atesouram a essência vital que pode produzir medulas (tudo o que está dentro dos ossos, medula óssea, Sistema Nervoso Central). O cérebro é o mar das medulas e cavidade do shen original, o que guarda estreita relação com as atividades mentais do homem. Se a essência renal não é suficiente, o espírito original não conserva o que lhe mantém, então, o adulto envelhece logo, se reduz a inteligência e sofre amnésia, se é criança sofrerá atraso psicomotor.

RIM: o rim está localizado na região lombar, de cada um dos lados da coluna vertebral. A MTC classifica o Rim em:

- Yin do Rim (estruturas materiais, inclusive sua Essência vital); substância = Yin.
- Yang do Rim (suas funções e calor); função = yang
A essência vital do Rim está armazenada dentro dele.
O QI do Rim é produzido pela essência vital do Rim.

As seguintes são as funções principais do Rim:

1. Armazenar a essência vital

A essência vital armazenada no Rim é dividida em dois tipos:

- **Essência vital Congênita (QI vital)**

Esta espécie de Essência vital também é conhecida como “Essência Vital própria do Rim”. Ela é herdada dos pais, e enriquecida e fortalecida pela essência adquirida do alimento.

A essência vital pode ser transformada em QI. O QI transformado da essência vital a partir do Rim é conhecido como o QI do Rim, que é a base material sobre a qual cresce o corpo humano, se desenvolve e reproduz. Por exemplo:

- ❖ Os dentes de leite são substituídos por dentes permanentes e os cabelos crescem mais compridos quando as crianças têm 7 ou 8 anos. Isto é porque o QI de seu rim vai ficando mais e mais rico.
- ❖ Quando atingem a idade da puberdade, é quando o QI do Rim está mais rico. Isto faz com que seus corpos produzam uma substância chamada “tian gui” em MTC. Esta substância não somente promove o desenvolvimento do esperma nos meninos, mas também a descarga de óvulos e a menstruação nas meninas.
- ❖ A função sexual é aperfeiçoada gradualmente até que, por fim, a capacidade de reproduzir está totalmente desenvolvida.
- ❖ Na velhice, o QI do Rim torna-se fraco, o que faz com que as funções sexuais e capacidade reprodutiva se tornem sempre mais fracas e então desapareçam.

É por isso que a MTC freqüentemente utiliza o método de reforçar o Rim para tratar desordens tais como desenvolvimento lento, senilidade prematura e baixa contagem de esperma nos homens, e ciclo menstrual atrasado ou amenorréia e esterilidade primária nas mulheres.

- **Essência Vital adquirida**

A essência vital adquirida é também conhecida como “essência vital dos cinco órgãos-zang e seis órgãos-fu”. É derivada da essência do alimento.

A essência do alimento é transformada pelo Baço e Estômago em essência vital adquirida, que então é transportada para os cinco órgãos – zang e seis órgãos – fu, vindo a ser essência vital dos Zang – fu.

Quando a essência vital dos zang-fu é suficiente, parte dela é provida para as necessidades das atividades fisiológicas do corpo, enquanto o resto é armazenado no Rim em preparação para necessidades futuras.

Sempre que a essência vital dos Zang – Fu não for suficiente, o Rim retirará e enviará a essência vital que foi armazenada para os cinco órgãos – zang e seis órgãos – fu.

Portanto, a riqueza ou não da essência vital armazenada no Rim está relacionada às funções de cada Zang – Fu.

A MTC acredita, “Quando as doenças de todos os outros órgãos – Zang são muito intensas, certamente elas envolvem o Rim.” Assim, no tratamento clínico de doenças crônicas e deficiência severa do Coração, do Fígado, do Baço e do Pulmão, o que sempre deve ser considerado é a inclusão do tratamento do Rim.

2.Regular o metabolismo da água

Regular o metabolismo da água é função do Rim, que regula a circulação e ajuda a manter o equilíbrio de fluido no corpo. O metabolismo da água do corpo humano tem dois aspectos:

- Disseminar o fluido do corpo que foi originado da essência do alimento e tem funções nutritivas e alimentares dos tecidos, órgãos – zang e órgãos – fu através do corpo.
- Expulsar do corpo o fluido poluído (lixo) produzido por todos os órgãos – zang e órgãos – fu, após o metabolismo.

Todos estes recaem principalmente sobre a função do Rim de regular o metabolismo da água.

O Rim têm a função de controlar a abertura e fechamento do portão da água. Abrir o portão, faz a água ser excretada, ao passo que fechar o portão ajuda a reter a água necessária ao órgão.

- Se a função de regular o metabolismo da água for normal, a abertura e fechamento inadequados do portão da água serão apropriadamente regulados, resultando em micção normal.
- Se esta função for anormal pode levar a uma abertura ou fechamento inadequados do portão da água, causando um recuo no metabolismo da água.
- Quando ocorre fechamento mais freqüentemente do que abertura, ocorrem oligúria e edema.
- Mas quando ocorre o contrário, aparecem poliúria e micção freqüente.

3. Controlar e promover a inspiração

A MTC acredita que embora seja o Pulmão que execute a função de respiração, o Rim pode ajudar em inalar o ar baixo. Isto é conhecido como “O Rim têm a função de controlar e promover a inspiração.”

Quando o Rim falha, em fazê-lo, por causa de uma deficiência, ocorrerá com freqüência mais de expiração do que inspiração, assim como dispnéia e arfada intensa ao mover-se. Isto é conhecido como: “O Rim falha em desempenhar as suas funções de controlar e executar a inspiração”.

4. Determinar a condição dos ossos e da medula, tendo suas manifestações nos cabelos.

- Rim armazena a Essência Vital, que pode ser transformada em medula óssea. A medula óssea armazenada na cavidade dos ossos nutre-os. Isto é conhecido como “a condição do Rim determinando as condições dos ossos”, e “o Rim promovendo a formação da medula óssea”. A cavidade dos ossos está cheia de medula óssea se a Essência Vital armazenada no Rim for suficiente. Os ossos são sólidos e fortes se estiverem plenamente nutridos pela medula óssea.
- Não se forma suficiente medula óssea se a Essência Vital do Rim for insuficiente. Uma insuficiência de medula óssea não pode nutrir os ossos plenamente. Um osso mal nutrido é mole e fraco, ou mesmo mal desenvolvido e, em bebês, o fechamento tardio da fontanela e ossos moles e fracos resulta muitas vezes de uma deficiência da Essência vital do Rim.
- Os dentes também são nutridos pela Essência vital do Rim, o que é conhecido como “os dentes sendo o excesso dos ossos”. Assim a MTC acredita que desordens tais como dentes que, nas crianças, crescem vagarosamente, dentes frouxos ou perda de dentes mais cedo nos adultos são manifestações de uma deficiência da Essência Vital do Rim. Como tratamento das condições acima mencionadas deve ser usada a restauração da Essência Vital do Rim.
- Embora os nutrientes dos cabelos venham do sangue, seu mecanismo vital origina-se do rim. Isto é, porque o Rim armazena a Essência Vital

e a Essência Vital pode transformar-se em sangue. O bom estado da saúde e a suficiente Essência vital e o sangue levam a cabelos fortes e brilhantes. Isto é chamado **“A função do Rim reflete-se no brilho dos cabelos.”**

- A maioria das pessoas que têm cabelos ralos ou enfraquecidos e / ou perda de cabelos devido a doenças crônicas, e os que são calvos ou têm cabelos brancos devido a envelhecimento prematuro, são os que estiveram sofrendo de uma falta da Essência vital do Rim e uma deficiência de sangue.

5. Ter suas aberturas específicas nos ouvidos e nos dois “YIN” (orifício Urogenital e o ânus)

O sentido da audição dos ouvidos é determinado pela nutrição da Essência Vital do Rim.

- Essência Vital suficiente dá um sentido aguçado de audição.
- Do contrário, resulta em tinido e hipoacusia.

Os dois YIN significam as partes íntimas anteriores e posteriores. A parte íntima inclui a uretra e os genitais. Embora a urina seja armazenada e eliminada pela bexiga, este processo não pode ser realizado sem a função do Rim que regula o metabolismo da água.

É por isto que desordens, tais como micção freqüente, enurese ou oligúria e urodialise estão muitas vezes relacionadas com a função anormal do RIM.

Quanto à relação entre o Rim e a função reprodutiva, nada será acrescentado ao que já foi dito acima.

A parte posterior íntima refere-se ao ânus.

O Intestino Grosso controla a remoção das fezes. Entretanto, a MTC acredita que isto também tem algo a ver com o Rim. Por exemplo,

- Uma deficiência do Yin do Rim pode causar o secamento do suco intestinal, levando a constipação intestinal.
- Uma deficiência e fraqueza do Yang do Rim, causam um Baço frio e uma acumulação de água e umidade. Esta pode ser a causa de fezes soltas.
- O qi do Rim não estando consolidado pode resultar em fezes soltas por um período longo ou defecação espontânea ao comer.

Obs: o Rim, na MTC, inclui basicamente as funções do sistema urinário, do sistema reprodutivo, e parte do sistema endócrino e do sistema nervoso.

BEXIGA

FUNÇÕES:

- Armazenar e excretar a urina, são as principais funções da Bexiga
- “A bexiga serve como o oficial de uma divisão administrativa que está encarregado de armazenar e excretar água (urina).”
- Uma disfunção da Bexiga em armazenar e excretar urina pode resultar em disúria ou retenção de urina.
- Se a bexiga falha em armazenar urina pode levar a micção freqüente e incontinência urinária.
- A umidade e calor, acumulados na bexiga, muitas vezes causa micção, micção urgente e dor na micção.

Nota: A MTC acredita que o desempenho da função da bexiga de armazenar e excretar urina depende da ajuda da função do Rim de separar o fluído claro do turvo. É por isto que o paciente que tem enurese e incontinência urinária é muitas vezes tratado por meio de reabastecer o Rim.

RELAÇÃO ENTRE O RIM E A BEXIGA

O rim é um órgão-zang que serve para controlar a água e manter o equilíbrio do fluído excretando ou retendo a água no corpo.

A Bexiga é um órgão-fu que serve para armazenar e excretar a urina. Quanto a estarem normais as funções da Bexiga; está intimamente relacionado a ser suficiente a energia vital do Rim.

- Quando a energia vital do Rim é suficiente, o Rim regula adequadamente a excreção e retenção da água, resultando no funcionamento normal da Bexiga em armazenar e excretar urina.
- Quando a energia vital do Rim é deficiente, a bexiga perderá o seu poder de controlar a urina, causando incontinência urinária ou enurese.
- Se há uma deficiência da energia vital, o Rim falhará em regular o metabolismo da água, o que obstrui a bexiga na excreção da urina. Nesta instância ocorrerá dificuldade ao urinar ou urodíálise. O tratamento muitas vezes começa pelo reforço da energia vital ou da essência do Rim.

Órgãos Extraordinários

A m.t.c. considera que o cérebro, a medula, os ossos, os vasos, a vesícula biliar e o útero fazem parte dos órgãos extraordinários.

1. O Cérebro

Para os primeiros chineses, o cérebro era tão somente o término, o ponto de encontro de todas as medulas do corpo humano, daí as asseverações: “o cérebro é o suor das medulas” (Ling Shu, cap.33) e “todas as medulas se ligam ao cérebro” (Su Wen, cap. 80). É por isso que na teoria dos Zang Fu, a fisiologia e a patologia do cérebro estão incluídas nas dos 5 Zang. Assim:

- ✓ O Coração encerra o Shen e governa a alegria.
- ✓ O Pulmão encerra o Pó e governa a tristeza.
- ✓ O Baço encerra o Yi e governa a reflexão.
- ✓ O Fígado encerra o Hun e governa a raiva.
- ✓ O Rim encerra o Zhi e governa o medo.

Coração, Fígado e Rim têm maior importância; o Coração, pois encerra o espírito e é mestre dos 5 Zang e das 5 Fu; o Fígado, porque dirige a regulação dos sentimentos; os Rins, pois encerram o Jing “base material de tudo” e da medula em particular.

Se bem que nessa época as funções do cérebro tivessem sido todas integradas naquela dos órgãos, o Ling Shu (cap 80) dizia entretanto: “quando o mar das medulas é insuficiente, há vertigens e zumbidos de ouvidos”, o que já vinha a ligar o Cérebro aos órgãos dos sentidos.

Mais tarde, na época Ming, Li Zhi Zhen (1518 – 1593) dizendo que: “O Cérebro é a moradia do Shen original (Yuan Shen)”, estabelecia uma relação clara entre o Cérebro e o espírito. Wang Ang, no “Bem Cao Lue Yao” (O essencial da farmacopéia, 1694) declarava: “A faculdade de memória do homem encontra-se no cérebro”. Enfim, Wang Qing Ren (1768 – 1831) no “Yi Lin Gai Cuo” (Correção dos erros da medicina) localizava no Cérebro a inteligência e a recordação, mas igualmente as percepções recebidas por intermédio dos órgãos dos sentidos.

A medula tem sua origem no cérebro que está contido na cavidade cranial. O capítulo do clássico médico "Miraculous Pivot" diz: "O Cérebro é o mar da Medula". As funções do cérebro são:

- Controlar a atividade mental e do pensamento.
- Guiar os sentidos e a atividade da linguagem.

2. O Útero

O útero está localizado na parte inferior do abdômen feminino. Suas funções são:

- Produzir a menstruação
- Morada do feto.

O útero tem a função de governar as regras, de guardar e alimentar o feto. Suas relações com os Rins são muito estreitas, assim como com Chong Mai e Ren Mai, porque a capacidade de reprodução é regulada pelo Jing Qi dos Rins e que Chong Mai e Ren Mai partem ambos do útero.

Quando o Jin Qi dos Rins é abundante, que o Sangue e a energia dos vasos Chong Mai e Ren Mai são florescentes, pode-se conceber e levar a gravidez a termo, as menstruações são normais. O Su Wen (cap 1) diz: "Quando passam dentro de Ren Mai e que Tai Chong Mai (Chong Mai) é abundante, as regras chegam em seu período, eis porque se pode ter uma criança".

Se o Qi dos Rins estiver vazio e fraco, se o Sangue e a energia de Chong Mai e Ren Mai estiverem deficientes, as regras podem ser irregulares ou parar (Jing Bi), as mulheres podem ser estéreis.

O útero tem igualmente estreita relação com o Coração, o Fígado e o Baço, porque as regras normais e a gravidez dependem do sangue.

Ora, o Coração rege o sangue, o Fígado armazena o sangue e o Baço pode produzir e conter o sangue. É por isso que o mau funcionamento do Coração, do Fígado ou do Baço, afeta a atividade normal do útero.

Assim, quando Coração e Baço estão vazios e que Sangue e Energia são insuficientes, as regras podem ser insignificantes, atrasadas e mesmo paradas (Jing Bi).

Quando o Baço está em estado vazio e que seu Qi se despedaça, não pode conter o sangue, há hemorragia uterina

(metrorragia). Quando o Qi do Fígado está congestionado, cria-se uma perturbação em sua função de drenagem, a qual acarretará regras irregulares.

3. A medula, vesícula biliar, os ossos e os vasos já foram comentados quando falamos dos cinco elementos, do órgão coração e vesícula biliar.

- Substâncias Fundamentais

A m.t.c. acredita que o Qi, o sangue, os canais por onde flui a energia, os fluídos corporais, os Zang/Fu e o Shen são os componentes básicos do corpo humano, por isso chamamos de substâncias fundamentais.

Esta teoria é usada para estudar o desenvolvimento, transporte e distribuição da fisiologia e sua mútua relação. Como já explanamos acima estes conceitos individualmente, não voltaremos a comentá-los.

CINCO ELEMENTOS NO TRATAMENTO

Há vários métodos pelos quais a Teoria dos Cinco Elementos pode ser aplicada no tratamento. Estes podem ser resumidos em dois títulos:

Tratamento de acordo com as várias seqüências
Tratamento de acordo com os Cinco Pontos de Transporte

Estes tratamentos não são métodos alternativos de aplicar a Teoria dos Cinco Elementos no tratamento, mas simplesmente um método conveniente para discutir a sua aplicação, tendo em mente que ambos são freqüentemente utilizados ao mesmo tempo.

Tratamento de acordo com as várias seqüências

Quando se considerar o tratamento de um elemento determinado, deve-se ter em mente os vários relacionamentos deste elemento com os outros ao longo das seqüências da Geração, do Controle, do excesso de trabalho, da Lesão.

Tomemos como exemplo um Elemento, a Madeira; os outros elementos seguirão o mesmo princípio geral.

Se houver um desequilíbrio com o elemento madeira, deve-se considerar inicialmente se este desequilíbrio pode ser afetado por outro elemento e, secundariamente, se este outro elemento está afetando outro elemento.

Por exemplo: se o Fígado (Gan) estiver deficiente e o paciente apresentar vários sintomas de Deficiência de Sangue (Xue) do Fígado (Gan), pode-se considerar sempre e verificar se o elemento-mãe (Água) não está falhando em nutrir o Elemento Madeira. Por outro lado, devemos considerar e verificar se a Madeira é deficiente por estar sendo dominada pelo Metal, ou porque o Fogo (filho) retira tanto da Madeira (mãe), ou porque esta última está sendo lesionada pelo elemento Terra. Deve-se considerar e verificar se a Deficiência do Fígado (Gan), está afetando o elemento filho, ou seja o Coração (Xin).

Se o Fígado (Gan) estiver em excesso e o paciente por exemplo apresentar sintomas e sinais de estagnação do Qi do Fígado (Gan) ou do Fogo do Fígado (Gan), deve-se verificar se este excesso é decorrente do Metal falhando para controlar a madeira. Isto acontece freqüentemente na debilidade constitucional crônica do Pulmão (Fei).

Por outro lado deve-se verificar se o excesso na Madeira começou a afetar outros elementos. Por exemplo, quando a Madeira estiver em excesso, pode facilmente superagir sobre a Terra. Este processo é chamado “Madeira invadindo a Terra”, sendo muito comum na prática. Se a Madeira estiver em excesso, pode haver uma grande demanda sobre o Elemento-Mãe, ou seja, a Água. É necessário manter todos estes relacionamentos na mente no momento de determinar o tratamento adequado.

Desta forma, se o Fígado (Gan) estiver deficiente por não estar sendo nutrido pelo seu Elemento-Mãe, a Água, o Rim (Shen) tanto quanto o Fígado (Gan) deverão ser tonificadas. Se o Fígado (Gan) estiver deficiente pelo fato de estar sendo muito afetado pelo Metal, o curso correto da ação será a sedação do Pulmão (Fei) (isto é todavia, uma possibilidade teórica uma vez que acontece raramente na prática). Se o fígado (Gan) estiver deficiente por causa do Coração (Xin) – filho que retira muito dele, o correto será sedar o Coração (Xin). Se o Fígado (Gan) estiver deficiente pelo fato de estar sendo afetado pelo Baço (Pi), o tratamento exigirá a sedação do Baço (Pi).

Se a Deficiência do Fígado (Gan) estiver afetando seu Elemento – Filho, o correto será tonificar o Coração (Xin) (filho) assim como o Fígado (Gan) (mãe).

Se o Fígado (Gan) estiver em excesso por causa do Elemento Metal que não o controla, deve-se tonificar o Metal (o Pulmão – Fei), assim como sedar o Fígado (Gan). Se o excesso do Fígado (Gan) estiver afetando e deprimindo o Elemento Terra, neste caso o Baço (Pi) requer a tonificação. Se o Fígado estiver em excesso e retirando muito do seu Elemento – Mãe, deve-se também tonificar o Rim (Shen).

O CLASSIC OF DIFFICULTIES diz : “Se o fígado (Gan) está alterado, pode invadir o Baço (Pi), devendo-se, portanto, tonificar o Baço (Pi) primeiro”.

Pontos dos Cinco Elementos

Os pontos dos cinco elementos, são pontos de aberturas que correspondem aos elementos facilitando a interação energética do elemento com ele mesmo e com os outros. Portanto, são 5 que ficam situados entre os cotovelos e as mãos e entre os joelhos e os pés.

1. Pontos Ting (Nascente) – estão situados nas extremidades dos dedos, correspondem ao elemento madeira para os Zang Yin e ao elemento metal para os Fu Yang.

2. Pontos long (Poço) – estão situados nas articulações próximas as falanges. Correspondem ao elemento fogo para os Zang Yin e ao elemento água para as Fu Yang.

3. Pontos lu (Córrego) – estão situados nas articulações metacarpianas e metatarsianas. Correspondem ao elemento terra para os Zang Yin e ao elemento madeira para os Fu Yang.

4. Pontos King (Rio) – estão situados próximos às articulações do punho e tornozelo. Correspondem ao elemento metal para os Zang Yin e ao elemento fogo para os Fu Yang.

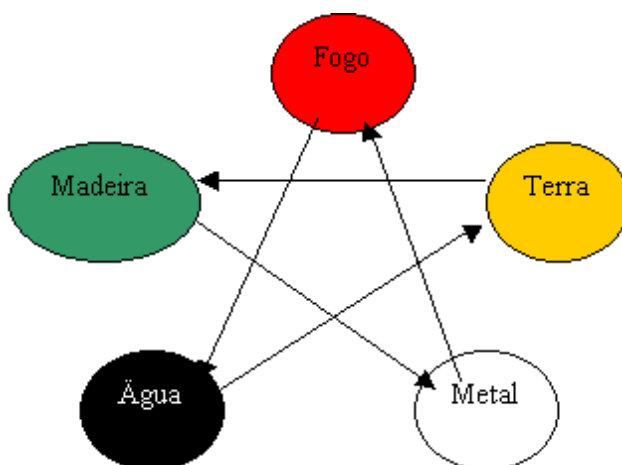
5. Ponto Ho (Lago) – estão situados próximos as articulações dos cotovelos e joelhos Correspondem ao elemento água para os Zang Yin e ao elemento terra para os Fu Yang.

Tratamento de acordo com os Pontos dos Cinco Elementos

Os **Pontos dos Cinco Elementos** ou Cinco Pontos de Transporte são os pontos entre os dedos e cotovelos e entre os dedos do pé e os joelhos: cada um dos cinco pontos está relacionado a um Elemento, na ordem da seqüência da Geração, iniciando com a Madeira para os Meridianos Yin, e Metal para os meridianos Yang. Este princípio foi estabelecido pela primeira vez no Classic Of Difficulties no Capítulo 64.

No Capítulo 69 ele diz: "no caso de deficiência, tonificar a mãe, e no caso de excesso, sedar o Filho".

Isto significa que no caso de deficiência de um sistema, pode-se escolher o ponto do seu Meridiano relacionado ao seu Elemento-Mãe. Por exemplo, no caso de deficiência do Meridiano do Fígado (Gan), pode-se escolher o ponto do Meridiano do Fígado (Gan) relacionado ao seu Elemento-Mãe, ou seja, a água: este é o ponto F8.



No caso de excesso de um sistema, pode-se escolher o ponto sobre o Meridiano relacionado ao seu Elemento-Filho. Por exemplo, no

caso de excesso do Meridiano do Fígado (Gan), pode-se escolher o ponto sobre o meridiano do Fígado (Gan) relacionado ao seu Elemento-Filho, ou seja, o Fogo: este é o ponto F2.

Outro meio de utilizar os pontos dos Cinco Elementos no tratamento seria para expelir os fatores patogênicos. Considerando-se que o Elemento Madeira corresponde ao Vento, o Fogo ao Calor, a Terra à umidade, o Metal à secura e a água ao frio, pode-se utilizar (normalmente sedação) os pontos dos Elementos para expelir o fator patogênico relevante. Desta forma, o ponto Madeira seria utilizado para dominar o vento, o ponto Fogo para eliminar o Calor, o ponto Terra para tratar a Secura, etc.

Tabela dos Pontos Cinco Elementos

MADEIRA	FOGO	TERRA	METAL	ÁGUA
VB41	VB38	VB34	VB44	VB43
F1	F2	F3	F4	F8
ID3	ID7	ID8	ID1	ID2
TA3	TA5	TA10	TA1	TA2
C9	C5	C7	C4	C3
CS9	CS6	CS7	CS5	CS3
E43	E41	E36	E45	E44
BP1	BP2	BP3	BP5	BP9
IG3	IG5	IG11	IG1	IG2
P11	P10	P9	P8	P5
B65	B60	B40	B67	B66
R1	R2	R3	R7	R10

A tabela a seguir foi organizada segundo Giovanni Maciocia e tem a finalidade de facilitar o trabalho do acupunturista usando a função específica de cada ponto baseado no princípio dos Cinco Elementos:

VENTO	CALOR	UMIDADE	FRIO
E1: expele o vento	P1: elimina o calor do P	IG11: resolve a umidade	IG1: dispersa o frio
E2: expele o vento	P5: elimina o calor do P	IG14: remove obstruções por umidade	IG14: remove obstruções por frio
E3: expele o vento	P6: elimina o calor do P	E34: expele o vento/umid	E35: expele umid / frio
E4: expele o vento	P9: elimina o calor do F	E35: expele umid / frio	E36: expele umid / frio
E6: expele o vento exterior que afeta a face	P10: elimina o calor do P	E36: expele umid / frio	E42: dissipa o frio das articulações
E8: expele o vento	IG1: elimina o calor inter/externo	E37: expele umid / calor	TA5: expele o vento/calor/frio/umidade e secura
E32: expele o vento/calor que afeta a pele através do sangue	IG2: elimina o calor do IG	E39: expele umid / calor expele o vento/umid	VC12 trata os padrões de frio-vazio do E e Baço com caixa de moxa
E34: expele a umid exter, vento e frio da articulação do joelho	IG3: elimina o calor e o vento	E40: resolve fleuma/umidade	VG4: expele o frio com moxa, certificar-se de que não existe excesso de calor em nenhuma outra parte do corpo.
E36: expele o vento/frio/umidade	IG7: elimina o calor e o vento	BP3: resolve a umidade	Jianneilnig: expele umid / frio
E39: expele o vento/umid	IG11: elimina o calor e o vento/exterior	BP5: resolve a umidade	F3: em sedação e com moxa posterior, expele o frio do F
E41: expele o vento/calor	E8: elimina o calor	BP6: resolve a umidade	
E43: expele o vento/calor	E25: elimina o calor	BP9: resolve a umidade frio ou calor, especialmente do Aquecedor inferior	
E44: expele o vento/face	E32: elimina o calor e o vento	BP15: resolve a umidade do IG, tipo deficiência	
P7: expele o vento exterior frio/calor	E37: elimina o calor e a umidade	ID3: resolve a umidade	
P11: expele o vento exterior/interior	E39: elimina o calor e a umidade	ID4: resolve a umidade/calor Obstruindo a VB, na icterícia	

IG1: expele o vento	E40: elimina o calor	ID5: resolve a umidade/calor Elimina a umidade dos joelhos inchados e quentes	
VENTO	CALOR	UMIDADE	FRIO
IG3: dispersa o vento exterior e o calor	E41: elimina o calor	ID8: resolve a umidade/calor dos três meridianos Yang do Braço	
IG4: dispersa o vento exterior	E42: elimina o calor e o vento	ID17: resolve a umidade/calor, interior ou exterior	
IG5: dispersa o vento exterior e o calor	E44: elimina o calor	B18: resolve a umidade/calor	
IG7: dispersa o vento exterior e o calor	E45: elimina o Fogo do C	B19: resolve a umidade/calor no F e VB	
IG11: dispersa o vento exterior	BP2: elimina o calor	B20: resolve a umidade	
IG14: remove as obstruções causadas por vento	BP10: elimina o calor do sangue	B20: resolve a umidade (T)	
IG15: dispersa o vento	C1: elimina o calor vazio do C	B21: resolve a umidade (T)	
IG20: dispersa o vento exterior	C3: elimina o Fogo do C	B22: resolve a umidade do Aquecedor Inferior	
C9: domina o vento	C6: elimina o calor	B23: resolve a umidade do Aquecedor Inferior	
ID1: expele o vento/calor/domina o vento	C8: elimina o Fogo do C e o calor do C em todos os padrões de excesso de calor	B27: resolve a umidade /calor do Aquecedor Inferior	
ID2: domina o vento calor	C9: elimina o calor	B28: resolve a umidade da B e do Aquecedor Inferior	
ID3: elimina o vento interior do VG Expele o vento exterior	ID2: elimina o calor elimina o calor na B	B40: resolve a umidade da B, o calor, elimina o calor-verão	
		R6: Umedece a secura	
ID18: expele o vento, principalmente da face	ID4: elimina o calor e a umidade, Elimina a umidade/calor da VB	R7: resolve a umidade do Aquecedor Inferior e elimina o edema das pernas	
B1: expele o vento e o calor	ID5: resolve a umidade/calor	R10: resolve a umidade do Aquecedor Inferior, juntamente com F8 e BP9	
B2: expele o vento exterior na face	ID8: resolve a umidade/calor	TA4: resolve a umidade acumulada no	

Pode ser usado em qualquer padrão do F que afete os olhos		Aquecedor Inferior, combinado co B64	
VENTO	CALOR	UMIDADE	FRIO
B5: domina o vento inter. Que afeta o VG	ID17: expele o fogo patogênico	TA5: expele o vento/calor/frio/umidade e secura	
B7: domina o vento interior e exterior da cabeça, tanto frio como calor	B1: elimina o calor e o vento Ajuda nas patologias decorrentes do fogo do F	TA10: resolve a umidade e a fleuma, principalmente nas invasões de umidade-calor como edema glandular e amigdalite e por isso dissipa tumores	
B10: expele o vento interior e exterior da cabeça. Cefaléias decorrentes das invasões do vento frio	B13: elimina o calor	VB24: resolve a umidade/calor do F e da VB	
B11: expele o vento exterior frio ou calor	B15: elimina o calor Elimina o Fogo do C e o calor-vazio do C (S)	VB26: resolve a umidade/calor vaginal crônica	
B12: expele e previne o vento exterior frio ou calor (S)	B17: elimina o calor	VB30: resolve a umidade/calor do Ta Inferior	
B13: expele e previne o vento exterior frio ou calor	B18: : elimina a umidade/calor, especialmente do F e da VB	VB34: resolve a umidade/calor no F e VB	
B18: expele o vento interior (S)	B19: : elimina a umidade/calor, especialmente do F e da VB	VB38: resolve a umidade/calor	
B60: expele o vento interior ou exterior	B27: elimina o calor	VB41: resolve a umidade/calor, especialmente na região genital ou na otite média por umidade-calor	
B62: expele o vento inter.	B28: elimina o calor da B	VB43: resolve a umidade/calor	
B64: expele o vento interior	B40: elimina o calor, a umidade, verão-calor	F1: resolve a umidade/calor do TA Inferior	
B65: expele o vento interior e exterior	B42: elimina o calor	F5: resolve a umidade/calor nas regiões genitais e urinárias	
B66: expele o vento	B57: elimina o calor	F6: resolve a umidade/calor nas	

		regiões genitais e urinárias, nos excessos para tirar a dor	
VENTO	CALOR	UMIDADE	FRIO
B67: expele o vento interior e exterior	B60: elimina o calor interior da B	F8: resolve a umidade (calor e frio) do Aquecedor Inferior em (S)	
R1: domina o vento	B63: elimina o calor	VC1: resolve a umidade/calor na área genital	
CS9: expele o vento interior	B64: elimina o calor da B	VC3: resolve a umidade/calor da B	
TA1: expele o vento/calor/exterior	B65: elimina o calor da B	VC6: promove a transformação da umidade no Aquecedor Inferior	
TA2: expele o vento/calor/exterior	B66: elimina o calor, especialmente da B	VC9 abdominal: resolve a umidade	
TA4: expele o vento exterior, principalmente nas cefaléias occipitais, decorrentes da invasão de vento exterior	R1: elimina o calor-cheio Reduz o calor-vazio decorrente da deficiência de Yin	VC12: resolve a umidade em qualquer parte do corpo através da tonificação da função do Baço	
TA5: expele o vento/calor/frio/umidade e secura Expele o vento-calor exterior na infecção auditiva	R2: elimina o calor-vazio do R	VG1: resolve a umidade/calor no ânus, por isso é bom para hemorróidas	
TA6: expele o vento/calor especialmente no herpes zóster ,quando for sobre os flancos adicionar VB31	CS3: elimina o calor expele o fogo patogênico do C elimina o calor do IG e ID elimina o Calor do Pericárdio	Sifeng: resolve a umidade e o vento	
TA10: liberta do vento-frio	CS5: elimina o calor do Pericárdio Elimina o fogo do C		
TA17: expele o vento-calor exterior Expele o vento da face	CS7: elimina o calor Elimina o fogo do C		
TA23: expele o vento	CS8: elimina o Fogo do C Elimina o calor do Pericárdio, com febre alta e delírio		
VB1: expele vento/calor	CS9: elimina o calor		
VB2: expele vento exter, especialmente	TA1: elimina o calor exterior		

vento-calor			
VENTO	CALOR	UMIDADE	FRIO
VB6: expele vento do F	TA2: elimina o calor interior do TA e da VB, decorrentes do Fogo do F		
VB9: expele vento inter	TA3: elimina o calor		
VB12: expele vento exterior (otite média) e interior (epilepsia) Domina o aumento do vento do F na enxaqueca	TA4: elimina o calor		
VB13: expele vento interno (especial para AVC e epilepsia)	TA5: expele o vento/calor/frio/umidade e secura Elimina o Fogo do F no zumbido ou surdez		
VB14: expele vento interior, especialmente na paralisia facial	TA6: elimina o calor, na constipação e dor abdominal		
VB20: expele vento interior e exterior, vento-frio e vento-calor	TA8: elimina o calor		
VB31: expele vento-calor	TA10: elimina o calor		
VB37: expele vento e o calor	TA17: trata a surdez decorrente do aumento do Yang do F ou do Fogo do F		
VB39: expele vento interior crônico, especialmente em idosos	TA21: trata alterações auditivas decorrentes do aumento do Yang do F		
F2: expele o vento interior na epilepsia e convulsão infantil	TA23: trata alterações auditivas decorrentes do aumento do Yang do F		
F3: expele o vento inter	VB1: elimina o fogo do F, expele vento/calor		
VC22: dissipa o vento-calor no P tanto exterior como interior	VB6: elimina o fogo do F		
VC23: dissipa o vento interior	VB9: elimina o fogo do F		
VC24: dissipa o vento exterior da face	VB20: elimina o calor		
VG2: dissipa o vento interior, especialmente nos espasmos e convulsões. Tbém na epilepsia	VB24: elimina a umidade –calor da VB e do F		
VG8: dissipa o vento	VB30: resolve a		

interior ou seja convulsões, espasmo musculares, tremor, epilepsia	umidade/calor do TA Inferior		
VG12: dissipa o vento interior (S)	VB34: resolve umidade-calor no F e na VB		
VENTO	CALOR	UMIDADE	FRIO
VG13: elimina o vento-calor	VB37: conduz o fogo do F em descendência nas alterações oculares		
VG14: expele o vento-calor(S)	VB38: elimina o calor Elimina o Fogo do F		
VG16: expele o vento tanto interior como exterior, vento-frio ou vento-calor	VB41: resolve a umidade/calor, especialmente na região genital ou na otite média por umidade-calor		
VG17: expele o vento interior que afeta o cérebro: epilepsia, AVC e vertigens severas	F1: resolve a umidade/calor do TA Inferior		
VG20: expele o vento interior: vertigem	F2: elimina o fogo do F F5: resolve a umidade/calor nas regiões genitais e urinárias		
Yintang: expele o vento	F6: resolve a umidade/calor nas regiões genitais e urinárias, nos excessos para tirar a dor		
Taiyang: expele o vento	VC1: elimina o calor		
Baxie: expele vento/umid	VC3: elimina o calor da B		
Bifeng: expele o vento	VC14: elimina o Fogo do C		
Sifeng: expele vento/umidade	VC22: elimina o calor do P		
Shixuan: domina o vento interior	VC23: elimina o Fogo		
Xiyan: expele vento/umid	VG11: Elimina o Fogo do C		
Dingchuan: expele vento exter	VG13: elimina o calor		
	VG14: elimina o calor interior		
	TaiYang: elimina o Fogo		
	Yuyao: elimina o calor		
	Shixuan: elimina o calor		

VOCÁBULOS USADOS

- Acupuntor = aquele que se especializa no uso da acupuntura
- Acupuntura a laser = técnica moderna onde se utiliza um aparelho de laser específico para acupuntura
- Acupuntura constitucional = Observando-se a preponderância dos aspectos Yin ou Yang nos indivíduos, foram estes classificados em 4 tipos básicos, a que correspondem certos traços de sua constituição orgânica (altos, magros, gordos, tipos de tornozelo, mãos etc.), ou ainda melhor, quatro dinâmicas de funcionamento de seus sistemas internos. Cada tipo constitucional apresenta um conjunto de disposições (e, igualmente, de predisposições) a determinados desequilíbrios, que são tratados pela acupuntura constitucional.
- Afasia = perda da fala ou da palavra, provocada pela lesão de centros cerebrais.
- Afonia = desaparecimento parcial ou total da voz, impossibilidade de produzir sons, por defeitos das cordas vocais.
- Amenorréia = ausência ou perda anormal da menstruação
- Anidrose = incapacidade parcial ou total de suar.
- Aplicações manuais = empregadas nas massagens, como o tui-ná ou shiatsu
- Ascáride = verme intestinal da ordem dos nematóides, popularmente conhecido como lombriga. É parasita do homem.
- Auriculoacupuntura= técnica de acupuntura na qual se utiliza a orelha como microcorpo, aplicando-se agulhas, sementes, esferas ou massagem para atingir o órgão indicado pelo diagnóstico.
- Bilirrubinemia = acúmulo de bilirrubina (pigmento da bÍlis) no sangue
- Burburinhos = sussurro contÍnuo de várias vozes, rumor, confusão, tumulto.
- Ciclo ke = ciclo de equilíbrio, regulador, de dominância (ke) dentro do Ciclo dos Cinco Elementos
- Ciclo sheng = ciclo de geração (sheng) dentro do Ciclo dos Cinco Elementos.
- Constipação = obstipação, prisão de ventre
- Craniopuntura = técnica de acupuntura na qual se utiliza a cabeça como micro-corpo, aplicando-se agulhas, laser ou eletroacupuntura para atingir o órgão indicado pelo diagnóstico.

- Decocção = processo pelo qual se cozem em água, substâncias vegetais, a fim de se verificar sua solubilidade.
- Dismenorréia = perturbação no corrimento menstrual, caracterizada pela dor e manifestações gerais.
- Dispnéia = dificuldade para respirar
- Disúria = dificuldade para micção, dor na micção.
- Edema = acúmulo de líquidos em vários locais, principalmente tecidos frouxos das extremidades.
- Eletroacupuntura = acupuntura por estímulos elétricos
- Ensiforme = diz-se do que tem forma de espada.
- Enurese = emissão involuntária de urina, incontinência urinária.
- Equimose (sangue pisado) = extravasamento de sangue nos tecidos, levando à coloração violácea ou azulada.
- Estase = imobilização do sangue nos capilares, cessação de atividade, paralisia.
- Estênico = concernente aos agentes que atuando sobre os órgãos redobram ou suscitam o seu funcionamento.
- Estrangúria = vontade freqüente de urinar, acompanhada de dificuldade na expulsão da urina e de dores violentas, aperto da uretra.
- Fei = Pulmão na MTC.
- Flamejamento = ação de flamejar, desinfetar com chamas rápidas.
- Fleuma = designação de um dos 4 humores admitidos pelos antigos, serosidade.
- Fu = víscera
- Gan = Fígado na MTC.
- Hidroperitonite = peritonite seguida de hidropisia.
- Hidropisia = acúmulo anormal de substâncias serosas em determinadas regiões do corpo, especialmente no abdômen ou no tecido celular. Sua causa é diversa, podendo ser ocasionada por uma perturbação das atividades secretoras e circulatórias ou por uma alteração do sangue. Existem vários tipos de hidropisias.
- Hipoacusia = diminuição da audição.
- Hipocôndrios = região súpero-lateral do abdômen.
- Hiposmia = deficiência do olfato.
- homeostase= A **homeostase** (homeo = igual; stasis = ficar parado) é uma condição na qual o meio interno do corpo permanece dentro de certos limites fisiológicos. O meio interno refere-se ao fluido entre as células, chamado de líquido intersticial (intercelular). Um organismo é dito em homeostase quando seu meio interno contém a concentração apropriada de substâncias químicas, mantém a temperatura e a pressão adequadas. Quando a homeostase é perturbada, pode resultar a doença. Se os fluidos corporais não forem trazidos de volta à homeostase, pode ocorrer a morte.

- Irascibilidade = neurastenia, propriedade do que se irrita fácil, mal – humorado.
- Jin Ye = fluídos corpóreos.
- Ke = Ciclo de Dominância nos Cinco Elementos.
- Lassitude = lassidão, cansaço, fadiga física ou espiritual, abatimento, esgotamento.
- Líquidos raquídeos = líquidos referentes à Coluna Vertebral.
- Líquidos sinoviais = líquidos referentes às bolsas sinoviais.
- magnetoterapia = uso de magnetos, ímãs de tamanhos e formatos variáveis, que auxiliam o reequilíbrio energético, acupuntura através de ímãs.
- Manopuntura ou koryo= utilização da mão como microcorpo, aplicando-se as técnicas próprias da acupuntura.
- Moxa = bastão, normalmente de Artemísia, usado como forma de superaquecer determinados pontos acupunturais.
- MTC= Medicina Tradicional Chinesa.
- Nosologias = ramo da medicina que faz a descrição detalhada das doenças.
- Oligúria = produção pelo Rim, de quantidade reduzida de urina.
- Opistótono = denominação atribuída à contração espasmódica que provoca a inclinação do doente para trás.
- Órgão = zang.
- Petéquias = manchas sanguíneas puntiformes na pele ou em membranas mucosas.
- Pi = baço na MTC.
- Piogênico = referente aquele que tem formação purulenta.
- Ptose = caída da pálpebra superior, produzida pela debilidade ou ausência do nervo orbicular. Fraqueza dos ligamentos que unem as vísceras, ocasionando a queda dos órgãos.
- Qi = energia vital.
- **Qi Ancestral** = aquele com o qual nascemos e que nos é passado geneticamente - este Qi não é repostado - é a nossa "essência"
- **Qi Defensivo** = que circula nos canais tendino - musculares, mais superficialmente, e que nos protege contra os agentes patogênicos externos - é a forma de Qi mais trabalhada na prática do Shiatsu, (Acupuntura e Reiki).
- **Qi Nutridor** = que nos mantém nutridos após o nascimento, sendo dividido em **Qi dos Alimentos** (repostado através da transformação da dieta alimentar em **energia** - esta é a forma de Qi acionada através da dietética oriental, do herbalismo e outras práticas afins) e **Qi do Ar** (repostado através da purificação do ar que respiramos em energia - é a forma de Qi trabalhada em exercícios de respiração, Chi Kung, Tai Chi Chuan e outras práticas semelhantes).
- Sanjiao (ta)= Meridiano do Triplo Aquecedor.
- Secura endógena = secura interna do organismo.

- Secura exopática = secura externa que invade o organismo.
- Sinólogos = estudantes acerca da China.
- Shen = Rim na MTC.
- Sheng = Ciclo de Geração nos Cinco Elementos.
- Shi = plenitude de energia
- Taiyang = Meridiano da Vesícula Biliar
- Tenesmo = dor acompanhada de tensão, na região do ânus ou da bexiga.
- Tanyin = fleuma.
- Tian Qui = esta substância não somente promove o desenvolvimento do esperma nos meninos, mas também a descarga de óvulos e a menstruação nas meninas.
- Tinido = som vibrante de metal ou vidro.
- Triplo Aquecedor = é um órgão (sistema) encarregado de controlar e manter a circulação adequada dos fluídos do corpo entre as três camadas energéticas deste (Jiao Superior, Médio e Inferior)
- Trismo = constrição espasmódica dos músculos que regulam o abrir e fechar da boca.
- Túrbido = perturbado, que perturba, escuro , turvo.
- Urodialise = supressão da urina.
- Wei = Estômago na MTC (porém quando está se referindo à síndrome “Wei” é indicativo de paralisia).
- Xin = Coração na MTC.
- Xu = vazio de energia
- Xue = sangue na MTC.
- Yang = energia masculina, é a parte mais forte, positiva, o quente, o fogo, o lado mais externo, mais claro das coisas.
- Yin = energia feminina, é a parte mais fraca, negativa, o aspecto mais interno, lo lado mais escuro, o frio, a água.
- Zang = nome dado aos órgãos na MTC.
- Zong Qi” = qi torácico= o ar fresco inalado pelo pulmão (qi) e essência de alimento, misturam-se e acumulam-se no tórax para formar zong qi.

Abreviações usadas:

MTC – Medicina Tradicional Chinesa

F – Fígado

VB – Vesícula Biliar

C – Coração

ID – Intestino Delgado

TA – Triplo Aquecedor

CS – Circulação e Sexualidade

E – Estômago

BP – Baço – Pâncreas

IG – Intestino Grosso

P – Pulmão

R – Rim

B – Bexiga

BIBLIOGRAFIA:

- CIEPH: **Caderno de Estudos de “Teorias Básicas da Medicina Tradicional Chinesa.”** 2000
- SUSSMANN, DAVID. **Que é Acupuntura**, Ed. Record, SP, s/d.
- SUSSMANN, DAVID. **Acupuntura Teoria e Prática**, Ed. Kier , Argentina, 2000.
- MACIOCIA, GIOVANNI. **A Prática da Medicina Chinesa**, Ed Roca LTDA, 1996.
- MACIOCIA, GIOVANNI. **Os Fundamentos da Medicina Chinesa**, Ed Roca LTDA, 1996.
- MANN FELIX. **Acupuntura**, Ed. Hemus, SP, s/d.
- BONTEMPO, MÁRCIO. **O Caduceu de Mercúrio**, Ed. Best Seller, SP, 1995.

- FAUBER GABRIEL / CREPON PIERRE. **A Cronobiologia Chinesa**, Ed. Ibrasa, SP ,1990.
- RISCH, HUBERT. **Noções Básicas em Acupuntura**, Ed. Andrei, SP,s/d.
- DESPEUX, CATHERINE. **Tai Chi Chuan**, Ed. Círculo do Livro, SP, 1988.
- DR EU WON LEE. **Acupuntura Constitucional Universal**, Editora Typus – São Paulo - 1994.
- WEN, TOM SINTAN. **Acupuntura Clássica Chinesa**. Ed. Cultrix Ltda. São Paulo.SP,1985.
- CHUNCAI, ZHOU. **Clássico de Medicina do Imperador Amarelo – Tratado sobre a saúde e a vida longa**. Ed. Roca.
- AUTERROCHE, B. – Navailh, P. **O diagnóstico na Medicina Chinesa**. Andrei Editora, 1992.
- YAMAMURA, Ysao. **Acupuntura Tradicional - A Arte de Inserir**. Editora Roca, 2ª Edição, 2001.
- SITE www.acupunture.org

