

Boletim informativo MEDICINA ENERGÉTICA



FORMAÇÃO MOXA E VENTOSAS

No passado dia 19 e 20 Outubro, realizou-se mais uma formação, sobre o tema Moxas e Ventosas



ESTUDO CIENTÍFICO

Efeitos da acupuntura no tratamento da insónia



TEORIA DOS CINCO MOVIMENTOS WU XING

Pequena abordagem ao elemento
Madeira

Cancro do Cóló do Útero

Coriolus Versicolor | Polyporus Versicolor

HPV, o que é?

Qual a relação com o Cancro do Cóló do Útero?

O cogumelo "Coriolus Versicolor" tem sido objecto de estudo na regressão do HPV. Os resultados são bastante positivos, podendo ser uma enorme esperança para muitas mulheres. Em Portugal, o cancro do colo do útero mata uma mulher por dia.



Ganoderma lucidum

Reishi| Ganoderma



Imunoterapia com Cogumelos

Ganoderma lucidum (em chinês Língzhī, em japonês reishi; em coreano: yeongji) é uma espécie de cogumelo muito apreciado na Ásia, onde é utilizado como cogumelo medicinal na medicina tradicional chinesa há mais de 4 000 anos, tornando-o um dos cogumelos há mais tempo utilizados com fins medicinais. A palavra lingzhi, em chinês, significa "erva de potência espiritual", tendo sido também descrito como o "cogumelo da imortalidade". Devido aos seus benefícios para a saúde e aparente ausência de efeitos colaterais.

Ginseng

Ginseng Panax

O Ginseng é uma planta utilizada na medicina chinesa há milhares de anos para incrementar a longevidade e a qualidade de vida. É nativa do nordeste da China e da Coreia e é amplamente utilizada como agente fitoterapêutico na Ásia ocidental.



Fitoterapia - Ginseng





Editorial

Prezados Associados

Como sabem, e por ter sido amplamente divulgado, a legislação que regulamenta o exercício profissional das “terapêuticas não convencionais” entrou em vigor no dia 3 de Outubro do corrente ano.

Todos os seus Profissionais até ao momento, carecem de Cédula Profissional. Os interessados em regular a sua situação de acordo com a Lei n. 71/2013 ao abrigo do Artigo 19.º, devem enviar para a ACSS prova de experiência profissional e todos os ciclos de estudos referentes à sua profissão.

No passado dia 30 de outubro, a Associação de Medicina Energética / IVNPortugal foi ouvida pelo grupo parlamentar do governo na sequência da Lei que regulamenta a Acupunctura / MTC e as suas portarias. Acreditamos que em breve poderemos dar novos elementos aos nossos Associados, para que estes possam ter o legal reconhecimento Profissional.



Formação

Moxas e Ventosas

Nos passados dias 19 e 20 de Outubro, realizou-se no IVN Portugal mais uma ação de formação, com a formadora Helena Justo.

Direcionada para profissionais da área de medicina tradicional chinesa e/ou acupunctura, foi mais um momento de troca de conhecimentos e ideias das práticas de Moxa e Ventosas.

A ventosaterapia é uma terapia milenar com origem na China. A aplicação das ventosas cria uma pressão negativa a nível corporal, levantando o tecido e aumentando o fluxo de sangue e da linfa. Esta pressão negativa age sobre o

sistema nervoso autónomo, melhorando a função hormonal e a excreção de substâncias tóxicas através da pele.

A Moxibustão é a combustão da planta artemísia. A sua aplicação é direcionada em pontos específicos de acupunctura, ou áreas estagnadas de forma a remover a estase, tonificar e fazer circular o qi e o sangue.

O workshop teve a duração de 16h, sendo lecionadas entre uma componente teórica e outra componente prática.



A formação serviu para mais de 30 participantes voltarem a por em prática a aplicação das ventosas para

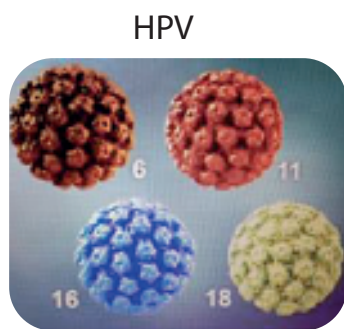
descontrair músculos, pontos gatilho, libertar aderências ao nível dos adipócitos, melhorando a circulação de linfa e sangue.

As expectativas foram superadas...

Este foi o resultado de mais uma ação de formação com sucesso. Ficando desde já a promessa da mais uma formação com o mesmo tema, para quem não conseguiu vaga.



Cancro do Cólo do útero



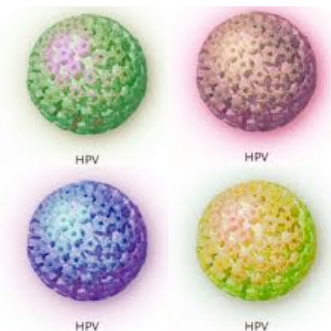
O vírus do papiloma humano (HPV) é um vírus com mais de 200 subtipos.

Na maioria dos casos é um vírus que provoca lesões benignas (ao nível dos queratinócitos da pele e mucosas), como por exemplo verrugas nas mãos, pés ou mesmo na face.

Destas 200 variações, mais de 30 infectam a região genital, ocasionando condilomas acuminados (verrugas no pénis, na vulva ou no ânus). É importante salientar que estes condilomas surgem principalmente em pessoas adultas e sexualmente activas. Em 90% dos casos, o HPV responsável são as estirpes 6 e 11.

Agora o que é realmente preocupante, é a forma mais agressiva de infecção por

HPV, que origina o desenvolvimento de doença oncológica, nomeadamente o cancro do cólo do útero. Em 95% dos casos, é devido à presença do HPV 16 e/ou HPV 18, sendo que destes, mais de 50% é causado pelo HPV 16 e cerca de 15% pelo HPV 18.



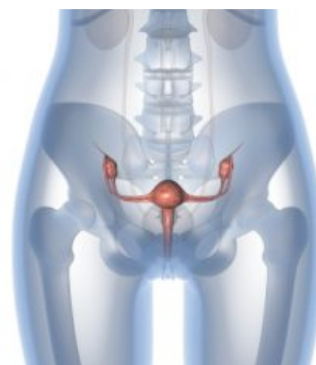
Muito importante de realçar, é que estas estirpes são sexualmente transmissíveis. Logo, para evitar contágios, as

relações sexuais devem ser protegidas com preservativo, visto que para além disso também protege de outras DTS (doenças sexualmente transmissíveis).

Nos homens sexualmente activos, 75% já foram infectados pelo menos uma vez com o HPV. Apesar de serem essencialmente portadores, também existe o perigo de aparecimento de cancro, principalmente cancro do pénis e retal.

A vacina contra alguns subtipos de HPV, nomeadamente o HPV 16 e HPV 18, serve igualmente para mulheres e homens. No entanto, um sistema imunitário forte, a funcionar em pleno, torna o vírus inofensivo.

A maioria das mulheres infectadas com o HPV conseguem eliminá-lo no espaço de 6 a 24 meses sem sequer saberem que o tinham contraído. No entanto, em mulheres imunodeprimidas, o HPV pode ganhar força e provocar o cancro do cólo do útero, que segundo estudos recentes, mata 1 portuguesa por dia. Sabemos que nos dias de hoje não é difícil ter um sistema imunitário débil.



Medicina Energética

Então para ajudar nessa questão, José Silva Couto, médico e director da Unidade de patologia cervical do Instituto Português de Oncologia de Coimbra, em 2008 realizou um ensaio clínico que demonstrava os benefícios e resultados positivos do tratamento à base do cogumelo “Coriolus Versicolor”.

Este cogumelo pode ser encontrado nas florestas europeias, no Norte da América e na Ásia. É devido às suas características imunomoduladoras que ele é tão conhecido e que já é usado na medicina tradicional chinesa há vários séculos.

«A grande vantagem deste cogumelo é possuir uma acção não específica, isto é, não se dirige apenas a uma estirpe do vírus, mas é capaz de criar imunidade contra todos os tipos de vírus», recorda José Silva Couto.

Neste estudo, 43 doentes apresentando lesões de baixo grau seguiram um protocolo de tratamento que incluía seis comprimidos por dia durante um ano. Terminado esse prazo, 72,5% das pacientes já não apresentavam lesões e em 90% dos casos o vírus HPV tinha desaparecido.

Ficou demonstrado que o cogumelo “Coriolus Versicolor”, teve uma grande eficácia tanto na regressão das displasias, como no desaparecimento do vírus HPV, mesmo nas estirpes mais agressivas.

Outro estudo demonstra que as mulheres que consomem pelo menos uma ou mais papaias por semana, tinham menor risco de contraírem infecção por HPV. Isto deve-se ao facto de serem ricas em nutrientes tais como a betacriptoxantina, luteína, zeaxantina e vitamina C.

Mais uma vez, podemos concluir que com uma boa higiene de vida, e hábitos preventivos, fortalecemos o nosso sistema imunitário, que é a base de uma vida saudável.



Coriolus Versicolor

Coriolus Versicolor, também conhecido como Trametes Versicolor e Polyporus Versicolor, é um cogumelo políporo muito comum, podendo ser encontrado por todo o mundo, geralmente crescem em troncos em decomposição. Versicolor significa 'de várias cores' este cogumelo pode ser encontrado numa grande variedade de cores diferentes. É reconhecido como cogumelo medicinal na medicina chinesa sob o nome de yun zhi. Na China, Japão e vários países da Europa, o Polissacarídeo-K obtido de T. Versicolor .

Propriedades Coriolus Versicolor

Pode ser indicado em casos de fibromialgia e fadiga crónica e para melhorar o sistema imunitário do corpo para lutar mais eficazmente contra o vírus Epstein-Barr.

Melhora o sistema imunitário sendo responsável pelo efeito anti-cancro, antiviral e anti-microbiano.

As suas propriedades antioxidantes ajudam a reduzir os efeitos colaterais de quimioterapia e radioterapia.

Explora as actividade antimetastática por metaloproteínas de inibição e outras enzimas relacionadas com metástases.

Na medicina tradicional chinesa, o Coriolus fortifica o baço, elimina o calor e as toxinas, é um tónico para o fígado e coração, reduzindo o muco.



Reishi *Ganoderma Lucidum*

Imunoterapia com Cogumelos

Cogumelo Chinês que na “Dinastia Han” se tornou rapidamente famoso pelas suas propriedades de prolongar a vida! Possui sabor doce, ligeiramente amargo; a natureza é morna.

O seu efeito energético é de reforçar a energia de alguns órgãos-vitais, como o estômago, baço-pâncreas, pulmão e coração. Tem propriedades antioxidantes, anti-inflamatórias, anti-alérgicas e anti-cancerígenas.



Reforça o sangue, acalma o psíquico, remove toxinas e dispersa acumulações (quistos, tumores, etc...)

Melhora dores-articulares e musculares. Supera os efeitos da quimioterapia, prolongando a supervivência e minimiza a

possibilidade de metástases (migração do tumor primário para outras partes do corpo). Melhorando a qualidade de vida, previne a ocorrência ou repetição.

Propriedades medicinais:

A propriedade medicinal para a qual este cogumelo tem sido mais intensamente investigado é a actividade anti-tumoral.

O maior sucesso deste cogumelo tem sido alcançado nesta área, produzindo compostos que retardam o desenvolvimento tumoral. Os componentes de alto teor molecular com efeitos tumorais mediados por uma resposta do hospedeiro em fungos são as hectaroglicanas, quitina, peptídeoglicanas, proteoglicanas, lecitina, ácidos nucleicos (RNA), polissacarídeos

não digeríveis (fibras dietéticas) e B-D-glinacas (Mizuno e tal., 1995).

Estudos com *ganoderma lucidum* indicam que os ácidos triterpênicos actuam sobre a membrana

celular, dificultando a entrada de vírus nas células e, podem assim ter um efeito sobre o HIV (Miles & Chang, 1997).

Testes com fracções do cogumelo mostram também efeito inibitório da actividade da transcriptase reserva uma *DNA di vírus* (forma capaz de se integrar ao DNA do hospedeiro), encontrada nas retrovirose, como o sarcoma de Rous e a SIDA (fonte naturalmed).

Investigadores, através de análises químicas, identificaram alguns componentes que o *ganoderma lucidum* contém: alcalóides, nucleotídeos, polissacarídeos, proteínas, esteróides, triperpeno e ácido lipídico insaturado .

Estes componentes podem ser utilizados em aplicações medicinais, com acções cardiotónicas, inibidores tumorais, inibidor da agregação plaquetária, relaxante muscular, analgésico, imunoestimulante, potenciador de síntese proteica e metabolismo do ácido nucléico. Antialérgico de largo espectro, imunomodulador, anti-hepatotóxico, inibidor de libertação histamínica, anti-hipertensivo ACE inibição, inibidor da síntese do colesterol.



Indicações:

Baixa da imunidade;	Astenia;	Envelhecimento precoce;
Leucemia;	Bronquite-Asmática do idoso;	Hepatites;
Neoplasia;	Asma-infantil;	Hipertensão-arterial;
Sida;	Inapetência;	Depressão-nervosa,
Infecções de repetição;	Insónia;	etc...
Debilidade física e/ou mental;	Memória enfraquecida;	

Valores nutricionais do Ganoderma:

Proteínas: 20% | Ácidos gordos 74% | Vitamina B1 | Riboflavina B2 | Biotina B7 | Minerais como o Potássio.



Teoria dos 5 Elementos - Madeira

A edição anterior abordou o elemento Água da Teoria dos 5 movimentos. Associada ao inverno, é um elemento muito concentrado com grande potencial. No corpo humano a água está associado aos fluidos essenciais.



O caractere do **Madeira** é "**Mù**", é composto por uma linha vertical que representa a árvore e uma linha horizontal que simboliza a Terra, ao olhar-mos para esta escrita pictográfica, somos levados a pensar que a maior parte da árvore está, debaixo da terra.

A árvore simboliza o crescimento da semente e a capacidade de germinar, assim como a semente também o homem tem em si todo o potencial para crescer, não é por acaso que este ideograma também simboliza o Homem.

A estação do ano associada é a Primavera, a passagem do Yin máximo para o Yang máximo. A Primavera é a estação de harmonia.

Relembro algumas recomendações dadas pelos antigos



mestres: "Este é o tempo para caminhar pelos jardins e florestas, para se sentar calmamente, apreciar a paisagem e aproveitar as tranquilas imagens da natureza. Abra o seu coração, livre-se de toda a energia estagnada e, assim, incentiva o *Qi* do nascimento, a vida e a renovação de fluxo energético".

"Uma vez que os mais velhos sofrem de algum tipo de enfermidade crónica, o *Qi* ascendente da primavera pode levar essas pessoas a sentirem-se cansadas e fracas. Também, durante os meses do inverno as pessoas tendem a rodear-se de fogões a lenha e alimentarem-se de comidas muito condimentadas e gordurosas, tais influências negativas, acumulam-se gradualmente no corpo, até que finalmente se manifestam na Primavera".

É por vezes nas expressões populares, que encontramos ligação entre a medicina e o pensamento popular, se tomarmos como ponto de partida as associações feitas ao Movimento Madeira temos como *Zang-Fu* o Fígado e a Vesícula Biliar e como expressões tão portuguesas: "Tens maus Fígados", "Ficas cego de raiva", "Estás a tremer de raiva", entre outras, tornam-se familiares para os estudantes de medicina chinesa, mais em particular aos que se debruçam sobre os *Wu Xing* (Cinco Movimentos), senão vejamos, a emoção negativa associada ao Movimento Madeira é o "*Nù*" (Raiva ou Cólera), que nos leva a outra questão:



Será que a Raiva é sempre um sentimento Negativo?

A meu ver a resposta é não, pois existem dois aspectos distintos, no aspecto negativo a "cólera" aparece muitas vezes associada à frustração, amargura e ódio, o que pode levar a uma subida do *Qi* do Fígado, sendo o *Jing* Sensorial do Fígado os Olhos e a visão é natural existir distúrbios a este nível.

O aspecto positivo, temos a imagem de halterofilista, que quando está a erguer um peso não apresenta uma face triste ou risonha mas sim uma cara de agressividade, de raiva. Sempre que vamos iniciar um esforço, uma mudança, por vezes é necessário essa "*Nù*" para nos ajudar a alcançar o nosso objectivo.

Quando falamos de emoção, falamos do mental, mais concretamente do *Jing Shen Hun*, os antigos médicos, diziam que dentro de cada um de nós habitam três *Hun's*, e simbolizavam os três maiores objectos da relação humana, e a necessidade de estarem sincronizados, para que o *Shen* esteja em harmonia, estes são:



Medicina Energética

1. Boas relações com as autoridades sociais (Imperador, governantes e pessoas com autoridade);
2. Boa relação com a esposa (Boas relações com familiares, amigos, vizinhos, entre outros);
3. Boa relação com a criança (Despender tempo e recursos para aqueles que mais necessitam de ajuda);

Existem autores que acreditam que a perda de um destes *Hun's* durante a infância é a causa de doenças como epilepsia ou autismo.

O Hun dá movimento à Mente (Shen) possibilitando a ligação pensamento e intuição, também influência na nossa capacidade de relacionamento com o meio exterior, é ele que distingue o prazer do desprazer. A falta de visão estratégica é um sinal de que existe um desequilíbrio no *Jing Shen Hun*.

Existem várias teorias sobre a “entrada” do Hun no ser humano, uns autores referem que o *Hun* entra quando o bebé chora pela primeira vez e quando os seus olhos se abrem ao mundo, e que estas são manifestações do *Hun*, outros referem que é no 7º mês de gravidez quando a mão esquerda começa a mexer-se.

Um outro exemplo da necessidade dos antigos chineses de enfatizarem, este como o movimento do “Início” do “Nascimento”, é a associação com o Imperador *Tai Hao* (太昊) ou mais conhecido por *Fu Xi* (伏羲), à semelhança de Adão, para os chineses ele foi o Pai da Humanidade, casado com *Nu Wa* (女媧), foram o casal que criou o mundo. *Fu Xi* (伏羲) foi creditado por várias invenções como os Oito Trigramas (*Ba Gua*), a música, a rede de pesca e o ensino do fogo aos Homens.

Quando existem dois associados  falamos de *Ba Gua*, ao Movimento Madeira, mais concretamente aos seus *Zang-Fu*, por um lado temos o trígono Trovão (*Chen*), associado ao Fígado, à força, ao guerreiro, e o outro trígono é o Vento (*Sun*) associado à Vesícula Biliar e à sua

capacidade de clarear, afastar as nuvens que bloqueiam o pensamento e a decisão.

A nota musical associada ao Movimento Madeira é a nota *Jiao* e segundo os textos clássicos “Conduz o Homem à perfeita bondade”.

A tipologia constitucional Madeira, segundo os textos antigos é uma tipologia Yang, são pessoas do “Leste”, tem uma capacidade intelectual bem desenvolvida, têm predisposição para artes, ciências, política e forças armadas. São pessoas com mãos estriadas (fazem lembrar a textura das árvores), têm temperamento difícil, sendo essa a sua grande batalha interna, controlar o seu “mau feitio”. São líderes por natureza, são impacientes, necessitam de projectos de vida, são pessoas emotivas, apaixonadas por aquilo que fazem, mas como as árvores necessitam de crescer, e essa, é outra batalha interna, controlar a sua frustração de não conseguir evoluir tão rapidamente como desejaria.

Uma nota para a Vesícula Biliar (VB), que não só é uma víscera (Fu), como também é uma víscera curiosa, a influência que têm nas nossas vidas vai para além de uma função fisiológica física mas também mental, encontramos ao longo do seu meridiano, nos seus pontos de acupuntura uma enorme influência no normal funcionamento do organismo, a VB faz a ponte entre o interno e externo, controla músculos e tendões, actua a nível do sistema nervoso (central, periférico e autónomo), faz a ligação com meridianos curiosos, com substâncias vitais (*Qi, Shen, Jin Ye e Jing*), auxilia na mobilização do Fogo

Ministerial e ajuda a ter o discernimento e a coragem para podermos tomar decisões.

Segundo alguns autores a Vesícula Biliar também tem um *Jing Shen* cujo nome é *Lóng Yào*.



Fonte: **Variadas pesquisas**
Colaboração: **Ricardo Teixeira**

Workshop Seção de consolidação/ Reciclagem Movimento Água

Data: 23 Novembro de 2013



Estudo científico **Os efeitos da** **acupuntura no** **tratamento** **da insônia**



Os transtornos primários do sono subdividem-se em dissonias (caracterizadas por produzir sonolência diurna excessiva ou dificuldade para iniciar e/ou manter o sono) e em parassonias (caracterizadas pela presença de condutas anormais associadas ao sono, tal como é o caso do sonambulismo e sonilóquia).

Dentro das dissonias encontra-se a insônia, cujas características fundamentais são a dificuldade para iniciar ou manter o sono e a sensação de não ter tido um sono reparador durante período superior a 1 mês. É considerada crônica, quando ocorre por mais de 6 meses, com sintomas 3 ou mais vezes por semana, acompanhados de problemas durante o dia.

Insônia é uma queixa de perturbação do sono muito comum, com uma prevalência de cerca de 30-35% da população, sendo descrita pela Sociedade Brasileira de Sono (2003), como: “dificuldade em iniciar e/ou manter o sono, presença de sono não reparador, ou seja, insuficiente para manter uma boa qualidade de alerta e bem-estar físico e mental durante o dia, com o comprometimento consequente do desempenho nas atividades diurnas.”

No ano de 2003 foi publicado o I Consenso brasileiro de insônia, o qual relacionou a frequência das consequências e co-morbidades da insônia com o seu tempo de duração. Na insônia crônica, de longa duração, observam-se mais sintomas cognitivos e alteração do humor, irritabilidade, redução do desempenho acadêmico e profissional, redução da concentração e da memória. Além do que, a insônia e a fadiga aumentam, o risco de acidentes de trabalho, domésticos e de trânsito.

A insônia pode ser classificada de acordo com o período em que os sintomas se manifestam:

- **Inicial:** dificuldade em iniciar o sono por um período maior que 30 minutos;

- **Intermediária ou de Manutenção:** despertar(es) no meio da noite com dificuldade de reiniciar o sono;
- **Final:** despertar precoce.

A insônia pode também ser classificada de acordo com a sua causa:

Insônia Primária | Insônia Secundária

Insônia Psicofisiológica

- Outras desordens médicas ou psiquiátricas que poderiam ocasionar um distúrbio no sono;
- Apreensão - medo de ser incapaz de dormir frequentemente leva a ansiedade na qual, quanto mais se luta para dormir, menor controle se tem sobre si mesmo;
- Tensão somática - supostamente nasce de conflitos psicológicos.

Insônia Paradoxal

- “Pseudoinsônia” ou “insônia experimental”;
- Não é confirmada pelos registros da polissonografia;
- Discrepância entre as medidas subjetivas e objetivas do sono.

Insônia Idiopática

- Incapacidade de obter um sono adequado durante a vida;
- Iniciada na infância;
- Forma mais persistente de insônia;
- Não está ligada a nenhum trauma psicológico infantil ou problemas médicos;
- Provavelmente resulta de uma anormalidade dos mecanismos neurológicos controladores do sistema sono-vigília.

Insônia Secundária:

- Insônia associada a desordens psiquiátricas;
- Insônia associada com condições médicas;
- Insônia associada com a dependência de álcool ou drogas;
- Insônia associada a fatores ambientais;
- Insônia associada a outros distúrbios do sono.



Medicina Energética

Na Medicina Tradicional Chinesa as doenças são interpretadas como sendo causadas, principalmente, por fatores externos e fatores internos. Fatores estes que impedem o funcionamento adequado dos Órgãos e Visceras (Zang Fu) e a circulação do Qi e do Sangue (Xue) pelo corpo, principalmente através dos Meridianos e Colaterais (Jing Luo), onde estão localizados os pontos de acupuntura. Segundo as Teorias da Medicina Tradicional Chinesa, o Coração (Xin) é o responsável, governante, da Mente (Shen), sendo assim é o Órgão (Zang) mais envolvido nos casos de pacientes portadores de insônia e aquele que deve ser tratado direta ou indiretamente.

Além disto, pontos que estimulam a Mente (Shen) devem ser sempre considerados nestes pacientes. A acupuntura e suas variantes, como acupuntura auricular e acupuntura craniana, têm sido empregadas com grande frequência para o tratamento de insônia, sendo que diversos estudos recentes sugerem que a acupuntura pode controlar o sistema nervoso autônomo, além de estudos que demonstram que pontos específicos de acupuntura, principalmente aqueles que atuam diretamente no Coração (Xin), têm a capacidade de reduzir as atividades simpáticas.

Para o devido tratamento de qualquer distúrbio através da acupuntura e demais recursos da Medicina Tradicional Chinesa, e especificamente no caso da insônia, devemos sempre lembrar que a correta diferenciação de síndromes é fundamental para uma boa prática e obtenção dos resultados desejados.

A etiologia das diferentes síndromes chinesas, mostra-nos uma grande relação da insônia com os respectivos Órgãos (Zang):

- Coração (Xin);
- Rim (Shen);
- Baço (Pi);
- Fígado (Gan).

- Ø Deficiência do Coração e do Baço
- Ø Hiperatividade do Fogo devido a Deficiência do Yin
 - Desarmonia entre o Coração e o Rim - Eixo Shao Yin.
- Ø Ascensão do Fogo Excessivo do Fígado
- Ø Desordem do Qi do Estômago
 - Calor Mucosidade agredindo o Coração
- Ø Deficiência do Coração e da Vesícula Biliar
- Ø Fogo Exuberante do Coração

Deficiência do Coração e do baço

Manifestações principais: insônia com dificuldade em iniciar o sono, facilidade em acordar com sonhos excessivos. Sinais associados: palpitações, transpiração espontânea, face sem brilho, fadiga, fraqueza, fezes soltas. Língua pálida com saburra fina; pulso fraco e fino.

B15 (Xinshu), C7 (Shenmen), B20 (Pishu), BP3 (Taibai), BP6 (Sanyinjiao), E36 (Zusanli), VC12 (Zhongwan), VG20 (Baihui).

Hiperatividade do Fogo devido a Deficiência do Yin

Manifestações principais: insônia, inquietude, facilidade em acordar após curto período de sono. Sinais associados: sensação de calor nos 5 centros, transpiração noturna,

boca e garganta secas, zumbido, tontura, emissão seminal, dor e/ou fraqueza na região lombar e joelhos.

Língua vermelha, pulso fino e rápido.

B23 (Shenshu), R3 (Taixi), R10 (Yingu), BP6 (Sanyinjiao), C7 (Shenmen), Anmian, C6 (Yinxi).

Ascensão do Fogo Excessivo do Fígado

Manifestações principais: insônia, tontura, dores de cabeça, excesso de sonhos. Sinais associados: irritabilidade, facilidade de ficar com medo, vermelhidão ocular, zumbido, gosto amargo na boca, dor na região dos hipocôndrios.

Língua vermelha, com saburra amarelada, possíveis bordas mais escuras; pulso rápido em arame.

F2 (Xingjian), F3 (Taichong), B18 (Ganshu), B19 (Danshu), VB34 (Yanglingquan), PC7 (Daling), VB44 (Zuqiaoyin)



Medicina Energética

Desordem do Qi do Estômago

Manifestações principais: insônia, inquietude. Sinais associados: sensação de plenitude epigástrica, distensão abdominal, eructação, refluxo, tontura, vômito com mucosidade. Língua vermelho clara, com saburra amarela e pegajosa; pulso escorregadio ou em arame.
VC12 (Zhongwan), E36 (Zusanli), E40 (Fenglong), PC6 (Neiguan), E25 (Tianshu), C7 (Shenmen), VC13 (Shangwan)

Deficiência do Coração e da Vesícula Biliar

Manifestações principais: insônia, excesso de sonhos, possíveis pesadelos.



Sinais associados:

Timidez, indecisão, facilidade de ficar assustado, tontura. Língua pálida, com saburra fina e branca; Pulso fino e fraco.
B15 (Xinshu), C7 (Shenmen), VC14 (Juque), VC17 (Danzhong), C5 (Tongli), BP6 (Sanyinjiao), B19 (Danshu), VB15 (Toulinqi)

Fogo Exuberante do Coração

Manifestações principais: insônia, ansiedade. Sinais associados: agitação, vermelhidão facial, aumento da sede, urina escassa e escura. Língua vermelha com a ponta ainda mais vermelha; pulso rápido e forte.
B15 (Xinshu), C7 (Shenmen), VC14 (Juque), PC6 (Neiguan), PC9 (Shaochong), PC8 (Laogong).

Acupuntura Auricular

- 1- Shenmen
- 2- Coração
- 3- Subcórtex
- 4- Cérebro
- 5- Occipital
- 6- Área da Neurastenia
- 7- Ponto da Neurastenia
- 8- Rim
- 9- Vesícula Biliar
- 10- Fígado
- 11- Estômago
- 12- Baço

San Zhen Liao Fa – Técnica das Três Agulhas

Insônia Anmian, C7 (Shenmen), R3 (Taixi)
Sonhos excessivos B15 (Xinshu), C7 (Shenmen), F3 (Taichong)

Vasos Maravilhosos – Qi Jing Mai

Segundo a teoria clássica os Vasos Yin Qiao Mai e Yang Qiao Mai, são responsáveis por manter um bom equilíbrio entre sono e vigília, repouso e atividade, Yin e Yang.

Este fato dá-se, principalmente pelo trajeto destes dois Vasos Maravilhosos, além das suas próprias funções clássicas. Desta forma o emprego dos pontos R6 (Zhaohai) e B62 (Shenmai) para o tratamento de insônia é bastante difundido e apresenta bons resultados.

Fitoterapia - Ginseng:

A erva mágica do oriente!



O Ginseng obtém-se de uma planta nativa nos densos bosques montanhosos da Ásia.

Foi, durante muitos anos, considerada a erva mágica, um dos mais preciosos bens que a natureza forneceu aos povos do Oriente.

Após a descoberta das suas propriedades, esta planta foi baptizada como a “Rainha das plantas”: Reis e imperadores do Oriente consideravam-na milagrosa e pagavam por ela fortunas fabulosas.

O seu nome provém da palavra chinesa “Jin-Chen” que significa: Semelhante ao homem!

Raiz de Ginseng - Raiz do homem

O Ginseng apresenta ramificações com a configuração humana. Daí, os seus efeitos notáveis no ser humano.

O Ginseng se cultiva em muitos países, nomeadamente na Coreia, China, Japão, Nepal, Manchúria, Estados Unidos e U.R.S.S.

Fonte: **Variadas pesquisas**
Colaboração: **Anabela Rodrigues**

O Ginseng é utilizado sob a forma de elixir, drageias, ampolas, comprimidos e chá. É um excelente suplemento alimentar, enriquecido com sais minerais, vitaminas, ácidos orgânicos, enzimas e óleos essenciais.

Efeitos do Ginseng no corpo humano:
Fortalece o sistema nervoso, actua como calmante.

Actua como um tónico cerebral, melhorando a memória e a concentração.

Regula o sono, combatendo a insónia.
Tem um efeito regenerador do organismo, aliviando estados de stress.

Estimula o sistema visual e auditivo.

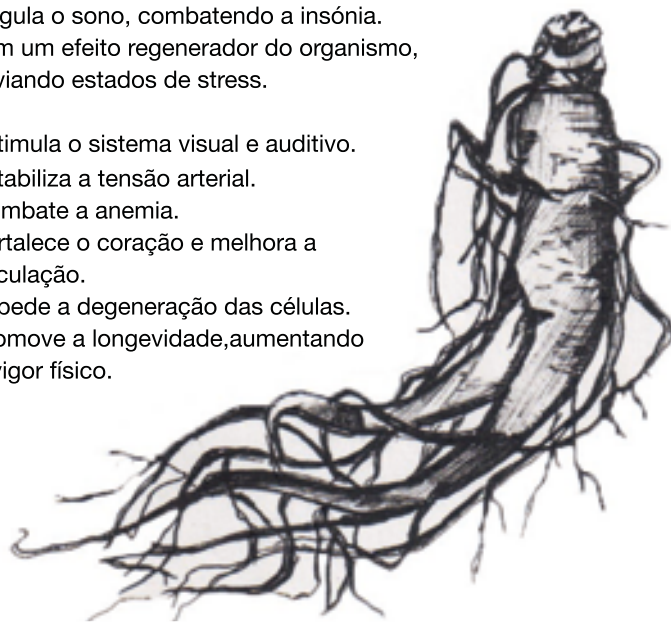
Estabiliza a tensão arterial.

Combate a anemia.

Fortalece o coração e melhora a circulação.

Impede a degeneração das células.

Promove a longevidade, aumentando o vigor físico.



As várias nomenclaturas utilizadas

De forma a facilitar o entendimento das várias formas como são identificados os meridianos, esquematizamos as várias abreviaturas.

<i>Nomenclatura</i>			
	FR	BR	Universal
Pulmão	P	P	LU
Intestino Grosso	GI	IG	LI
Estômago	E	E	ST
Baço	Rt	BP	SP
Coração	C	C	HT
Intestino Delgado	IG	ID	SI
Bexiga	V	B	BL
Rim	Rn	R	KI
Mestre Coração	MC	MC	PC
Triplo Aquecedor	TR	TR	SJ
Fígado	F	F	LR
Vesícula Biliar	VB	VB	GB
Vaso Governador	VG	VG	GV
Vaso da Concepção	VC	VC	CV

Legenda:
FR - França
BR - Brasil



Medicina Energética

Estudos Pós-Graduados

Tema:

Gastroenterologia

Data: 6, 7 e 8 de Dezembro

Outras Formações

Tema:

Sessões de Consolidação
Reciclagem
Movimento Água

Data: 23 de Novembro



Outros eventos

Apoios:



PANDA - Importação e Exportação
<http://www.panda.pt/>

Parceiros:



Contactos da Organização:



Instituto Van Nghi - Portugal

Aldeamento de Santa Clara Rua da Carvalha, nº 570 - Sala 8.1 2400-441 Leiria

Contactos: 244 204 982 | 911 180 707 | 964 311 977

email: geral@institutevannghi.org | www.institutevannghi.org

Novembro 2013

