

Boletim informativo MEDICINA ENERGÉTICA



WORKSHOP **MOVIMENTO ÁGUA**

Encerramento do ciclo de formação dos
5 movimentos



TEORIA DOS CINCO **MOVIMENTOS WU XING**

Movimento Fogo



ANTIOXIDANTES

Os antioxidantes protegem o corpo dos
radicais livres

Formação Gastroenterologia

Prof. Tran Viet Dzung

Nos passados
dias 6, 7 e 8
de Dezembro
realizou-se
mais uma
formação dos
estudos Pós
Graduados com o



professor Tran Viet Dzung, tendo como tema Gastroenterologia.
Esta formação contou com a participação de mais de 200 formandos, no
qual mantiveram uma participação ativa e envolvente.

Síndromas **“Bi”**

A síndrome Bi é caracterizada pela
estagnação de Qi e sangue nos canais
de energia em decorrência da invasão
de factores patogénicos como vento,
frio e humidade. As manifestações
clínicas dessa síndrome são dor,
edema, rubor e, às vezes, calor.



Astragalus

Bei Qi | Huang Qi

Tradicionalmente o Astragalus é
utilizado como tónico na medicinal
herbal chinesa, e, atualmente atua
como um imunomodulador,
especialmente sobre as doenças
degenerativas.





Editorial

O final de ano geralmente é momento de avaliação e relançamento de novos projetos, acabamos de fechar um ciclo de Estudos (EPGs) e desta maneira quero felicitar todos os que concluíram a Pós-Graduação e dar um agradecimento especial aos que ajudaram esta Associação a crescer.

Também quero felicitar todas as Escolas de Medicina Tradicional Chinesa, que tem formado excelentes Profissionais e que permitiram que a acupunctura em Portugal procurasse novos desafios.

Para o ano de 2014, vamos continuar com o nosso trabalho e dedicação para que todos possamos crescer a bem da Medicina Energética.

Com amizade faço Votos que todos tenham um Bom Natal e um Próspero Ano Novo.

Luís Dias
Vice Presidente

Workshop Movimento Água



No passado dia 23 de novembro, realizou-se no IVN Portugal mais um workshop, relativo ao movimento Água, completando assim o ciclo de formação dos 5 movimentos.

Com o apoio do formador Ricardo Teixeira, este workshop de carácter gratuito foi direccionado para profissionais da área de medicina tradicional chinesa MTC acupunctura. Foi mais um momento de partilha de conhecimentos e curiosidades.

A teoria dos 5 movimentos é um sistema filosófico aplicável não só à medicina, mas também a todas as outras coisas.

Tudo pode ser classificado de acordo com esta teoria. Os 5 movimentos podem ser entendidos como fases das energias Yin e Yang. As imagens dos elementos Água, Madeira, Fogo, Terra, Metal representam as forças da natureza, que juntas formam um ciclo dinâmico.

O elemento Água faz parte do *Xue* (Sangue) e de todos os *Jin Ye* (líquidos corpóreos), deste modo a Água não só fertiliza os campos na natureza, como dá a vida ao homem representando o fluxo continuado da vida e da vitalidade.

O workshop teve a duração de 8h, tendo um carácter teórico direccionado para a aplicação na área da acupunctura. Contou com a participação de cerca de 30 participantes onde voltaram a relembrar conceitos e aplicações.

Mais uma vez podemos afirmar que as expectativas foram superadas, com boa disposição.

Este foi o resultado de mais uma acção de formação com sucesso, fechando assim o ciclo dos 5 movimentos.



Seminário internacional de Gastroenterologia

Nos dias 6, 7 e 8 de Dezembro passados realizou-se no Instituto Politécnico de Leiria, mais um Seminário Internacional de Acupuntura com o Professor Tran Viet Dzung.

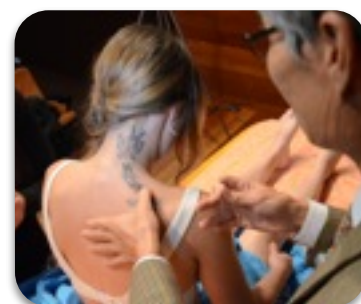
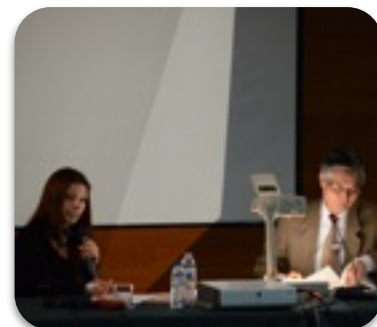
Direcionado para profissionais da área de Medicina Tradicional Chinesa/ Acupuntura, foi um momento de partilha de conhecimentos, experiências e sentimentos que ficarão para sempre registados na memória dos mais de 200 participantes.

Da parte da manhã, o Professor Tran falou do tema "Gastroenterologia" abordando toda a parte teórica fazendo a fusão da Medicina Alopática com a Medicina Energética. À tarde aplicou a teoria à prática, apresentando o diagnóstico e tratamento de casos clínicos reais.

Este evento teve também como objectivo a comemoração do 2º aniversário do IVN. A Quinta das Silveiras foi o local selecionado com uma beleza admirável. Todos foram convidados a participar no jantar, num ambiente descontraído e bem animado. Aproveitámos a ocasião para fazer a entrega dos diplomas dos Estudos Pós Graduados.



De origem vietnamita, o professor Tran Viet Dzung é radicado em Nice (no sul da França) e professor em algumas Universidades. Todos reconheceram a sua enorme humildade e profunda simpatia, quer no seminário, quer no jantar.



Vencedores concurso IVN	Oferta	Patrocínio
Jorge Manuel Ramos Lemos Antunes	Livro "Arte e Prática da Acupuntura e da Moxibustão - Segundo o Zhen Jiu da Cheng de Yang Chi Chou" Autor - Nguyen Van Nghi Tran Viet Dzung Recours - Nguyen - Roca	
António Manuel Afonso da Silva	Video Promocional	
Sandra Isabel Ramos Salgueiro da Silva Marques	Voucher 1 noite 2 pax Real Abadia	
Ana Maria Valente Pinto	DVD Obesidade	
Olga Maria Davim Castela Lopes	DVD Reumatologia	
Nuno Filipe da Silva Terroia	2 Mapas	
Rosa Maria de Lemos Noronha	2 Mapas	

Colaboração: Marketing

Os Síndromas “Bi”

A definição dos síndromas “Bi” pode ser vista como uma obstrução, estagnação ou perturbação circulatória da energia.

Corresponde muitas vezes a reumatismos ou a doenças sazonais que geralmente aparecem no outono e inverno.

As causas devem-se à agressão da energia cósmica negativa (excesso de Vento, Frio, Humidade) fixadas ao nível dos Jing Luo dum organismo, que também pode ser facilitado pelo enfraquecimento do seu sistema imunitário.

Muitas vezes a sintomatologia traduz-se em sensação de entorpecimento, dores ou inflamação ao nível do sistema muscular e articular.

Estudo Fisiopatogénico:

Existem 15 “Bi” clínicos abaixo subdivididos:

Relação com as energias cósmicas:

- 1 – Bi **Humidade** - origina o Bi algo-parestésico
- 2 – Bi **Vento** - origina o Bi errático
- 3 – Bi **Frio** - origina o Bi doloroso

Relação com o atingimento das diferentes camadas em função dos 5 movimentos:

- 4 - Bi tendino-muscular
- 5 - Bi energético-sanguíneo
- 6 - Bi do tecido conjuntivo
- 7 - Bi cutâneo
- 8 - Bi ósseo

Relação com os Órgãos atingidos:

Se a doença evolui, a energia cósmica negativa atinge em profundidade e a doença torna-se incurável, são os Bi Orgânicos.

- 9 - Bi Renal
- 10 - Bi **Hepático**
- 11 - Bi **Cardíaco**
- 12 - Bi **Esplénico**
- 13 - Bi Pulmonar

A energia cósmica negativa penetra no organismo em função da sua polaridade preferencial (exemplo: **Vento - Bi tendino-muscular - Bi Hepático**) no entanto, não há correspondência absoluta, o vento pode muito bem atingir a pele e provocar um “Bi” cutâneo, que poderá dirigir-se em



direção ao órgão pulmão e provocar um “Bi” pulmonar.

Quando a energia cósmica negativa penetra no organismo, a patologia observada pode ser muitas vezes semelhante aos reumatismos, mas quando penetra no interior os sintomas são particulares:

Numa primeira fase a Energia Essencial do organismo é suficiente, o “Bi” apresenta sinais de plenitude e observam-se sinais agudos.

Numa segunda fase, que normalmente se tornam casos crónicos, as energias cósmicas negativas podem se transformar em mucosidades frio, que polarizam em mucosidades calor que levam à estagnação do sangue. Posteriormente a energia e o sangue ficam em vazio e as energias Rong e Wei esgotadas.

A sintomatologia pode ser variada, a pele e os músculos não são nutridos e atrofiam. Os membros perdem a sua força. A insuficiência do sistema **Fígado – Rins** faz com que os tendões, ligamentos e ossos fiquem desnutridos, se “desidratem”, provocando uma retracção das articulações, que por sua vez perturbam a motricidade.

Nos casos mais graves, quando a Energia Essencial do organismo é mesmo insuficiente, as energias cósmicas negativas penetram nos órgãos e a doença tem tendência a recidivar com agravamento dos sinais (deformações quando o tempo está húmido e ventoso) e o prognóstico é pouco favorável.

E finalmente as duas outras formas de síndromas: **“Bi” Calor**

14 - “Bi” Calor Origem Externa:

transformação da energia cósmica negativa (vento, frio, humidade) em calor, que se fixa ao nível do sistema tendino-muscular e Jing Luo.

15 - “Bi” Calor Origem Interna:

quando de uma diminuição da energia Yin do organismo e consequente libertação de Yang, que juntamente com a energia cósmica negativa se transforma em calor no estado crónico.

Estudo Sintomatológico em função das Energias Perturbadas

Bi Vento

Dores erráticas, normalmente os 4 membros incluindo os ossos estão dolorosos, os tendões e os músculos ficam distendidos, são pessoas que têm aversão ao frio, com dores que podem ser acompanhadas de hipertermia, inflamação e edema.

A língua costuma apresentar uma capa fina e esbranquiçada.

Pulso atrasado e superficial.

Medicina Energética

Bi Frio

Dores muito violentas nas articulações, generalizadas por todo o corpo, contractura dos membros, a pele pode apresentar-se vermelha (mas não quente) na região dolorosa, a dor acalma com o calor e agrava com o frio, dores nos ombros, membros frios e insensíveis, ausência de sede.

Língua com capa esbranquiçada.

Pulso tenso e apressado.

Bi Humidade

Dores com localização fixa e sinais inflamatórios, a pele e os músculos ficam insensíveis, com a sensação de peso em todo o corpo, agravamento das crises com o passar do tempo que podem provocar edema e parestesia; dificuldade nos movimentos; em casos mais graves pode haver atrofia muscular e os ossos podem sofrer deformações.

Pulso superficial e atrasado.

Bi Calor

Dores sem localização precisa, parestesias nos dedos das mãos e dos pés, formiguelo em todo, articulações inchadas, vermelhas, quentes e dolorosas; alívio com o frio; aversão ao vento.

Língua com capa amarela.

Pulso escorregadio e rápido.

Em casos mais graves:

Hipertermia, sede, inquietude, inflamação, dor e rubor ao nível das articulações; pessoas que recusam ser tocadas. Língua com capa amarela e áspera, com contorno vermelho escuro.

Pulso tenso e rápido.

Sintomatologia em função das camadas energéticas

Bi Cutâneo

Localização: Nas ramificações superficiais dos M.T.M.

Formigueiros;

Parestesias;

O paciente detesta o frio e o vento;

Evolução para o aparecimento de exantema (erupção cutânea).

Bi do Tecido Conjuntivo

Localização: Nos M.T.M.

Formigueiros e parestesias;

Membros cansados;

Suores e delírio.

Bi Energético – Sanguíneo

Localização: A energia cósmica negativa penetra nos M.P. e secundários, permanece nos pontos energéticos, o que dificulta a circulação da energia e do sangue.

Modificação da cor dos tegumentos (invólucro dos órgãos);

Carne e músculos quentes e insensíveis, o frio perturbador é mais agressivo do que o vento e a humidade.

Bi Tendino – Muscular

Localização: nas articulações, músculos e tendões.

Dores e contraturas;

Inchaço.

Bi Ósseo

Localização: Nos ossos

Dores lancinantes nos

ossos;

Sensação de ossos

pesados;

Dificuldade em se levantar;

O paciente detesta o frio e gosta do calor;

Gosta de estender as pernas, mas tem dificuldades em dobrá-las



Sintomatologia em função dos Órgãos – Visceras

Bi Pulmonar

Pode ter 2 origens:

- A energia cósmica negativa atinge os Pulmões (órgão)

- O atingimento evolui para Bi Cutâneo.

Sintomas:

Peito oprimido, em plenitude;

Impaciência e tristeza;

De vez em quando o doente lamenta-se e suspira;

Asma, tosse e vômitos.

- Se não houver qualquer tratamento a tendência é piorar até ao estado final de esgotamento da energia pulmonar :

Respiração ofegante, rápida;

Deslocação supra-esternal;

Batimento das asas do nariz;

2 origens:

A energia cósmica negativa apodera-se do M.P. do Coração, afectado pelas preocupações, reflexão excessiva.

O atingimento evolui para Bi Energético – Sanguíneo.

Sintomas:

A energia do Coração não pode circular livremente, daí:

Acumulação de energia na região

cardíaca;

Inapetência;

Vômitos secos, arroto;

Tristeza, por vezes medo muito

grande.

- Se não houver qualquer tratamento a tendência é piorar :

Doente muito melancólico;

De vez em quando esfrega o peito;

Pulso irregular dito “enferrujado”

Medicina Energética

Bi Esplénico

2 origens:

A energia cósmica negativa penetra no M.P. do Baço, através da exposição ao Vento após o banho (por exemplo)

O atingimento evolui para Bi do Tecido – Conjuntivo.

Sintomas:

Acumulação de energia sob a forma de uma bola dura sob a região cardíaca;

Sensação de opressão;
Fadiga dos membros;
Vômitos com mucosidades;

- Se não dispersarmos a tempo a energia cósmica negativa a afecção tornar-se-à em icterícia esplênica:

Corpo, rosto e olhos amarelos;
O doente tem pensamentos tristes Yi";
Membros muito cansados;
Sabor a açúcar na boca.

Bi Hepático

2 origens:

Grande cólera, ou forte dor moral, enfraquece o Fígado e permite a penetração da energia cósmica negativa.

O atingimento evolui para Bi Tendino – Muscular.

Sintomas:

Acumulação de energia na região

Hepato – Biliar;

Sono agitado;
O doente gosta de beber;
Polaquiúria;
Suspiros.

- Se não houver qualquer tratamento a tendência é piorar :

Escroto retraído;
Dor na anca;
Sensação de incômodo na região

Hepato – Biliar;

De vez em quando o paciente expira profundamente.

Bi Renal

3 origens:

A energia cósmica negativa penetra no M.P. dos Rins, após o enfraquecimento da energia dos Rins por relações sexuais excessivas (por exemplo);

Exposição ao Vento após um banho;
O atingimento evolui para Bi Ósseo.

Sintomas:

Acumulação de energia no baixo – ventre;

Abdômen tenso;
Membros dobrados;
Dorso curvado.



Bi Intestinal

1 origem :

Acumulação de energia cósmica negativa nos intestinos

Sintomas:

Distensão abdominal;
Ventre inchado e “duro como 1 pedra”;
Indigestão;
Emagrecimento, devido à desidratação.

Estudo Terapêutico

É necessário seguir os meridianos atingidos, para poder escolher os pontos principais. A estes devemos juntar os pontos curiosos ao nível da região atingida, de forma a desobstruir os Jing Luo, e permitir à WEI Qi de desempenhar as suas funções de defesa.

Usar as agulhas Hao, técnica de dispersão com punctura superficial nos Bi erráticos e nos Bi calor. Ou aplicar martelo flor de ameixoeira.

Nos síndromas Bi dolorosos empregar moxas, as puncturas devem ser profundas e prolongadas. Nas dores violentas pode usar-se a técnica de agulhas de permanência atravessando vários pontos, ou moxa com gengibre.

Nos síndromas Bi algo–parestésicos, utilizar ao mesmo tempo a acupunctura e moxibustão, ou técnica de agulhas aquecidas, o martelo flor de ameixoeira ou a ventosa.

Quando o Bi se encontra ao nível do sistema conjuntivo, (pele, carne) a punctura deve ser superficial.

Quando a doença se localiza ao nível do sistema tendino–muscular e ósseo, a punctura deve ser profunda e as agulhas deixadas por mais tempo.

Em todos os casos temos de tonificar os Rins.



Antioxidantes

Um complemento essencial



Os antioxidantes são substâncias químicas naturalmente encontradas principalmente na composição de alimentos de origem vegetal e que possuem efetiva atividade antioxidante, ou seja, são capazes de retardar ou inibir a oxidação de compostos oxidáveis.

Os **antioxidantes** têm efeitos para o organismo, aquando dos processos de oxidação que constantemente se desenvolvem, devido à **ação dos radicais livres**, ajudando a **prevenir o aparecimento de diversas doenças crônicas e protegendo o organismo de uma forma geral.**

Os **radicais livres** – são átomos ou fragmentos moleculares, muito reactivos devido à sua instabilidade, que constantemente se formam no nosso organismo. Exercem efeitos nocivos a nível do núcleo celular (e do seu material genético), daí que, nos últimos anos, tenham vindo a apontar-se os **radicais –livres como responsáveis de doenças neoplásicas (cancro) e doenças cardiovasculares.**

Como atuam os antioxidantes?

Os antioxidantes **reduzem a agressividade dos radicais livres**. Estes radicais formam-se no organismo por influência de vários factores: “stress”, “poluição”, alimentos “gordos”, álcool, açúcar, tabaco, traumatismos, processos inflamatórios ou infecciosos, etc...



Contudo, **se no organismo houver antioxidantes, os radicais livres não agredem os tecidos.**

Compreende-se assim, a importância que os antioxidantes têm na defesa do nosso organismo contra os malefícios provocados pelo excesso de radicais livres.

O aumento do “stress”, das tensões do dia-a-dia, da poluição, associado ao consumo excessivo de tabaco, bebidas alcoólicas e alimentos ricos em gorduras e açúcar, determina a importância dos antioxidantes na defesa do organismo.

Os antioxidantes ajudam a prevenir certas doenças (cancro e enfartes) e processos degenerativos que são responsáveis pelo envelhecimento precoce.

Atuam em conjunto como “uma família”, e garantem assim uma maior proteção do nosso organismo!

Onde encontrar Antioxidantes

Betacaroteno - Legumes e frutas vermelhos/cor-de-laranja/amarelos como abóbora, beterraba, brócolos, cenoura, couve, damasco seco, melão ou ervilha.

Vitamina C - Acerola, brócolos, cajú, couve, espinafre, kiwi, laranja, limão, manga, melão, morango, papaia ou tomate.

Vitamina E - Arroz integral, amêndoa, amendoim, castanha-do-pará, gema de ovo, gérmen de trigo, milho, óleos vegetais (soja, milho e algodão) e semente de girassol.

Ácido elágico - Frutas vermelhas, nozes e romã.

Antocianinas - Alface roxa, amora, açaí, ameixa vermelha, berinjela, cebola roxa, cereja, framboesa, goiaba, jabuticaba, morango e repolho roxo.

Bioflavonoides - Frutas cítricas, nozes e uvas escuras.

Catequinas - Chá verde, morango ou uva.

Isoflavona - Semente de linhaça ou soja.

Licopeno - Goiaba, melancia ou tomate.

Ômega 3 - Atum, cavalinha, salmão, sardinha, semente de chia e de linhaça ou óleos vegetais.

Polifenóis - Frutas vermelhas, frutas secas, cereais integrais, cebola, chá verde, maçã, nozes, soja, tomate, uva roxa e vinho tinto.

Resveratrol - Cacau, uva roxa ou vinho tinto.

Selênio - Aveia, aves, amêndoa, castanha-do-pará, fígado, frutos do mar, nozes, peixes, sementes de girassol ou trigo integral.

Zinco - Aves, carnes, cereais integrais, feijões, frutos do mar, leite ou nozes.

Vitamina E - Frutos secos, ervilhas, feijões, milho ou cereais integrais.

Cisteína e glutatona - carne branca, atum, lentilhas, feijões, frutos secos, sementes, cebolas ou alho.



Teoria dos 5 Elementos - Fogo

A edição anterior abordou o elemento Madeira da Teoria dos 5 movimentos. Associada à Primavera e ao Vento.

É a primeira fase do ciclo da estação do ano, surgindo como elemento Madeira do potencial energético da Água. Novo estágio Yang do ciclo de energias. Está associado ao vigor à juventude, ao crescimento e ao desenvolvimento.



O caractere **Huǒ** (Fogo), é uma representação de chamas a expandirem-se.

Na China antiga as fogueiras eram lugares de reunião e de convivência, locais de contactos sociais, daí as lareiras se encontrarem no “coração da casa”.

Os três meses do Verão são governados pela energia do Fogo, os textos antigos alertam para o aumento de alimentos frios nesta altura do ano, estes hábitos facilmente provocam ataque de frio no abdómen.

O Verão é o máximo de *Yang*, por isso o Rim estará mais frágil (máximo de *Yin*), é necessário procurar a energia *Yin* pura de uma fonte de água, procurar a tranquilidade e só assim se alcança um estado natural de refrescamento.

A direcção Sul está associada ao Sol, os habitantes desta zona gostam de alimentos azedos e carne fermentada, com esta alimentação estão sujeitos a contracturas e parestesias, por isso, o método das 9 agulhas nasceu no Sul.

O Sul representa a influência benigna do Imperador.

O Imperador associado ao Fogo, foi *Shen Nong* ou Imperador Vermelho, reza a lenda que nasceu da união de uma concubina com um dragão.

Sheng Nong era uma pessoa muito alta, tinha a cabeça de um búfalo e um rosto de um dragão, para além disso tinha uma barriga transparente o que favorecia o seu passatempo preferido, que era, ver o efeito que as plantas tinham no corpo, podendo definir quais as

propriedades de cura ou de adoecimento de cada uma das plantas que consumia, este feito valeu-lhe o nome de “Divino Agricultor”.

Segundo a lenda, a descoberta do chá é graças à natureza curiosa de *Sheng Nong* e ao seu fascínio pelas plantas, a lenda em poucas palavras, remete-nos para a antiga china, enquanto o Imperador *Sheng Nong* e o seu exército descansava de uma longa viagem na província de *Shichuan*, alguns soldados chineses aqueciam água e quis o destino que uma rajada de vento, leva-se uma folha a cair dentro da água a ferver, o que despertou a atenção de *Sheng Nong* que após provar esta infusão, sentiu-se revigorado.

Sheng Nong também é venerado como o inventor do arado, da farmacologia e da família numa época em que apenas se conheciam as mães e não os pais.

Os chineses têm uma adoração pela cor vermelha que provém desde os tempos das cavernas, o sangue é vermelho e a sua perda excessiva leva à morte. São inúmeras as tradições culturais em que cor vermelha tem destaque, desde casamentos, aniversários e passagens de ano com os conhecidos *Hongbao*. Em termos patológicos a cor vermelha pode indicar sintomas de Calor.

A alegria “*Xi*” é a emoção do Fogo, a nível fisiológico é apropriado sentir um acelerar do coração, o despertar de um sorriso, mas quando o “*Xi*” está desequilibrado, teremos excesso de alegria ou ausência da mesma.

Medicina Energética

TIPOLOGIA CONSTITUCIONAL FOGO

As pessoas Fogo, são actores natos, gostam de fazer rir, adoram música e dançar, a face Fogo é magra, pontiaguda, olhos brilhantes, as “cavinhas” são consideradas o charme do Fogo e o “buraquinho” no queixo, os chineses referem-no como a marca do artista.

As características mais visíveis nas pessoas Fogo são a espontaneidade, a alegria, são divertidas, intuitivas, magnéticas e amorosas, alguns autores referem que as pessoas Fogo têm uma grandeza espiritual.

O Imperador Coração

“Todas as doenças vem do Coração” a importância dada ao Coração na medicina chinesa é enorme, o *Shen* é abrigado no Coração.

O *Shen* influencia a forma corporal, a personalidade, a dinâmica energética, a relação do indivíduo com o seu meio, dá-nos o poder de mudança e transformação que está presente em nós. Quando falamos de *Shen* aplicado ao corpo, falamos de vitalidade física e actividade mental. As expressões faciais associadas às 7 emoções como expressão facial, riso, choro, suspiro, os movimentos corporais, são manifestações do *Shen*.

As desarmonias do *Shen*, podem provocar alterações nas funções activas da consciência, nas emoções, nos desejos profundos, no intelecto e na memória de eventos passados. Dai a importância de um *Shen* forte.

Os *Zang-fu* que pertencem ao movimento Fogo são o Coração, o *Xin Bao Luo*, o *San Jiao* e o Intestino Delgado. O *Xin Bao Luo* tem como funções a protecção do

Coração e servir de seu intermediário ao Fogo Imperial (*Jun Huo*) que depois de passar pelo *Xin Bao Luo*, transforma-se em Fogo Ministerial.

“*Xin Bao Luo* é o embaixador do Coração e dele deriva a alegria e a felicidade” in *Su Wen*, segundo alguns autores, nos relacionamentos amorosos a capacidade de deixar alguém entrar facilmente no coração ou a dificuldade em abrir o coração, depende do *Xin Bao Luo*.

O Intestino Delgado tem como função, separar o puro do impuro, no aspecto mental, ele dá-nos o discernimento para distinguir o que é ou não relevante.

O *San Jiao* tem como função mobilizar o *Qi*, e controlar a passagem das águas. É conhecido pelo oficial do equilíbrio, a ligação entre *Zang-fu* é feita pelo *San Jiao* sem ele não haveria vida. Falar sobre o *San Jiao* seria necessário mais do que um parágrafo, por isso ficamos apenas com a ideia que o estudo do *San Jiao* é necessário para entender o mecanismo por detrás da teoria dos meridianos.

A teoria do Fogo e a forma como nos influenciava, no dia-a-dia, foi alvo de estudo de vários médicos chineses.

Existem várias dominações para o Fogo fisiológico do organismo, o Fogo no Rim é chamado de *Ming Men* ou Fogo Inato, no Coração o Fogo é conhecido por *Jun Huo* ou Fogo Imperial, quando falamos de Fogo Ministerial falamos de *Xiang Huo* e este Fogo está no Fígado, no *Xin Bao Luo* e no *San Jiao*.



Fitoterapia

Astragalus:

A planta que condiciona o avanço da SIDA

Nome Científico: *Astragalus Mongholicus* Bunge.

Nome Popular: *Astragalus*, em português e em inglês; *Huang qi*, *Bei qi*, *Beg kei* e *Buck qi*, na China; *Ogi*, no Japão; *Hwanggi*, na Coreia.

Família Botânica: Leguminosae (Fabaceae).

Parte Utilizada: Raiz.



O uso do *Astragalus* é datado desde o “*Divine Husbandman’s Classic of the Materia Medica*”, obra que atribui o uso desta planta a Sheng-nong, uma legendária figura da cultura chinesa que é considerado fundador da agricultura e da civilização chinesa.

Tradicionalmente o *Astragalus* é utilizado como tônico na medicinal herbal chinesa e, atualmente atua como um imunomodulador, especialmente sobre as doenças degenerativas e comumente usado como adjuvante em quimioterapias relacionadas com o tratamento do cancro.

A droga vegetal feita do *Astragalus* é constituída pelas raízes secas das espécies *Astragalus membranaceus* (Fisch.) Bunge e *Astragalus mongholicus* Bunge.

A espécie *Astragalus mongholicus* Bunge é uma espécie botânica, composta por cerca de 3.000 plantas é caracterizada por ser uma erva perene, medindo cerca de 60-150 centímetros de altura. As folhas são pinadas, pequenas e elípticas. A raiz pode ser descrita como cilíndrica, onde algumas cascas superiores são relativamente espessas, medindo de 30 a 90 centímetros de comprimento e 1-3,5 centímetros de diâmetro. Possui sabor fracamente doce e odor fraco.

A *Astragalus* é encontrado na região da China, Coreia, Mongólia e Sibéria. É uma **erva tónica usado para aumentar a essência ou Qi**. Tem sido uma parte de fórmulas projetado para tratar a deficiência de Qi do

Baço, que pode se manifestar como fadiga, falta de apetite e diarreia. É também utilizado para aumentar a Wei (Protective) Qi, que corresponde aos aspectos do sistema imune.

Princípios Ativos: Saponinas Triterpênicas: astragalosídeos I-X e isoastragalosídeos I-IV; Polissacarídeos: astragalano e astraglucano; Flavonóides: calicosina, kumatakenina, isoliquiritigenina, isoramnetina, kempferol, ramnocitrina e quercetina;

Aminoácidos: alanina, arginina, asparagina, ácido aspártico, GABA, ácido glutâmico, prolina e outros; traços de Sais Minerais: cálcio, cromo, cobalto, ferro, magnésio, molibdênio, potássio, rubídio, selênio, sódio, titânio, vanádio e zinco; Ácidos Nicotínico, Fólico, Linolêico, Linolênico e Palmítico.

Indicações e Ações Farmacológicas: O *Astragalus* é utilizado como adjuvante no tratamento de gripes e influenza; como imunomodulador, promovendo o aumento de histamina; no tratamento da diarreia crônica de edemas de sangramento anormal uterino e como um agente cardiotônico. É muito usado como complemento nos tratamentos de quimioterapia.

Um estudo científico realizado pela universidade AIDS Intitute, encontrou um composto químico na raiz da planta *Astragalus*, que demonstrou a estagnação e redução dos telômeros, cromossomas presentes nas células que, à medida que vão ficando mais curtos, enfraquecem o sistema imunitário do organismo.

Geralmente os telômeros (cromossomas das células) são longos o suficiente para se dividirem muitas vezes sem problemas pois, quando estão a combater infeções, as células podem ativar uma enzima chamada telomerase, impedindo que os telômeros se encurtem. O problema é que, quando lidamos com um vírus que não pode ser eliminado do corpo, como o HIV, as células não conseguem manter as suas telomerases ligadas e os telômeros ficam sucessivamente mais curtos.

Os investigadores do AIDS Institute, usaram um composto químico chamado TAT, originalmente identificado nas plantas utilizadas na Medicina Tradicional Chinesa, nomeadamente a Astragalus, que provou melhorar a atividade da telomerase noutros tipos de células. Eles testaram o TAT2 de diversas formas.



Primeiro, expuseram as células-T CD8 de pessoas infetadas com HIV ao TAT2 e descobriram que o composto não retarda apenas o encurtamento dos telômeros, mas também melhora a produção de fatores solúveis da célula chamadas quemoquinas e citoquinas, comprovando ter a capacidade para inibir a propagação do HIV. Outros estudos com a Astragalus em pessoas com outras infeções virais têm demonstrado um aumento nas células imunes.

Segundo o último relatório do Instituto Ricardo Jorge, publicado no final de 2011, existiam cerca de 41.035 pessoas infetadas com HIV em Portugal. Ao longo do mesmo ano, foram registados 900 novos casos de infeção. A grande maioria correspondia a jovens entre os 20 e 39 anos, portadores assintomáticos.

Fonte: <http://www.jimmunol.org/>
Adaptado

As várias nomenclaturas utilizadas

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

Nomenclatura			
	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	TA	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

Estudos Pós-Graduados Nível II

Abertas inscrições

(Promoção até ao dia 31/01/2014, para mais informações: geral@institutevanngghi.org)



I Tema:

Otorrinolaringologia
(ORL)

Data: 21, 22 e 23 Fevereiro 2014

II Tema:

Cardiologia

Data: 23, 24 e 25 Maio 2014

III Tema:

Nefrologia

Data: 19, 20 e 21 Setembro 2014

IV Tema:

Oftalmologia

Data: 5, 6 e 7 Dezembro 2014

Apoios:



Parceiros:



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

Contactos da Organização:



Instituto Van Nghi - Portugal

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

Leiria

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

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