

Boletim Informativo

MEDICINA ENERGÉTICA



TÉCNICA DE DESOBSTRUÇÃO

DO CÉU



TEORIA DOS CINCO MOVIMENTOS WU XING

MOVIMENTO TERRA



FITOTERAPIA

ARTEMÍSIA

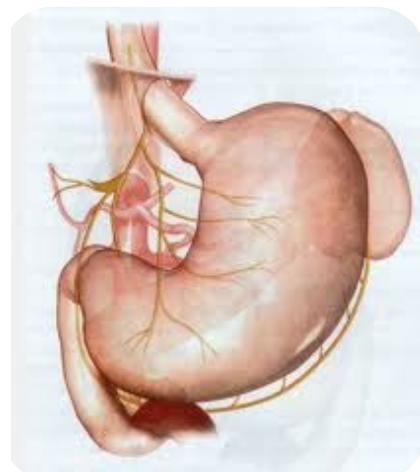
Doenças Degenerativas



Uma doença degenerativa é uma doença que consiste na alteração do funcionamento de uma célula, um tecido ou um órgão. As doenças degenerativas são assim chamadas porque elas provocam a degeneração de todo o organismo, envolvendo vasos sanguíneos, tecidos, ossos, visão, órgãos internos e cérebro.

Estômago

De todos os órgãos internos do corpo, o estômago é provavelmente o mais conhecido mas o menos compreendido.



“ACUPUNCTURA EM MISSÃO - SABER SEM FRONTEIRAS”

Colóquio Internacional

No passado dia 1 de fevereiro a **Associação Sem Fronteiras**, realizou mais um Colóquio Internacional na cidade do Porto, sobre o tema “*Acupuntura em missão – saber sem fronteira*”, onde teve a representação do **Instituto Van Nghi**.

A **Associação de Acupuntura Sem Fronteiras** foi fundada em 2010 e é constituída por um conjunto de voluntários com formação em acupuntura, a fim de promover atividades de carácter terapêutico e formativo, em interação com os técnicos de saúde e entidades locais.

Integra um movimento internacional que inclui organizações de países como França, Bélgica, Suíça, Espanha e Canadá e visa que “todo o trabalho seja voluntário”.

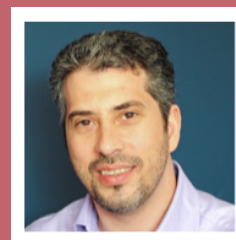
O objetivo da **Associação sem Fronteiras** consiste no desenvolvimento de uma maior autonomia das populações desfavorecidas nos países em desenvolvimento, através de ações pedagógicas e de intervenções terapêuticas em acupuntura. Ações estas que serão apoiadas através de formações dirigidas aos voluntários em missão. Constitui um ato de solidariedade, de partilha, com preservação da cultura e dignidade das populações abrangidas. Em prole destes objetivos, a Associação de Acupuntura Sem Fronteiras envia voluntários em missão, com os seguintes objetivos:

- Partilhar conhecimentos em acupuntura aos técnicos locais, através de formações teórico/práticas;
- Adquirir material pedagógico de base: livros, fotocópias e mapas de acupuntura;
- Adquirir material terapêutico necessário: agulhas e moxas;
- Promover a continuidade e evolução das ações pedagógicas;
- Fomentar uma ação interativa e de inter ajuda com as entidades locais.

A Associação Sem Fronteiras tem as portas abertas para quem pretende colaborar neste projeto.

Para mais informações poderá contactar: acupuncturasemfronteiras@yahoo.ca ou por tel. 225 023 386.

Fonte: Várias pesquisas | **Colaboração:** Luís Dias | Marketing



Editorial

O Instituto Van Nghi de Portugal, tem vindo, ao longo dos últimos anos, a assumir uma dinâmica na valorização dos Profissionais de Medicina Tradicional Chinesa e Acupunctores. Com a vinda do Prof. Tran Viet Dzong a Portugal e com os Estudos Pós-Graduados, temos conseguido elevar o nível de exigência de todos os participantes e desta maneira apostar em formações reconhecidas internacionalmente.

É nosso objetivo servir todos os Associados com tudo o que estiver ao nosso alcance a bem da Medicina e dos seus intervenientes.

Este Boletim Informativo, visa ser um meio de partilha de conhecimentos entre colegas, que pode servir de ajuda à valorização da nossa atividade profissional. Apelo aos Sócios do IVN Portugal que partilhem o conhecimento através de artigos que possam ser publicados neste Boletim.

Com um abraço amigo,

Luís Dias

Vice Presidente

Ficha Técnica

Boletim Informativo Medicina Energética – Publicação Mensal

Dirigida a todos os Associados do Instituto Van Nghi – **Fevereiro 2014** – 6ª Edição

Director – Luís Dias

Redação e Conteúdo – Sílvia Silva | Anabela Rodrigues

Design e Produção – Sílvia Coutinho

Colaboradores – Anabela Rodrigues | Ricardo Teixeira | Marco A. M. Vieira | Sílvia Silva | Luís Dias | Juliana Oliveira | Sílvia Coutinho

Propriedade – Associação de Medicina Energética – Instituto Van Nghi Portugal

Contactos – Aldeamento de Santa Clara, Rua da Carvalha nº 570.

Sala 8.1 2400-441 Leiria | Tel. 244 104 982 | Telm. 911 180 707 | 964 311 977

email: ivnportugal@gmail.com | www.institutevanngghi.org

Divulgação gratuita via email

MEDICINA ENERGÉTICA EM GASTROENTEROLOGIA

(Parte I)

De todos os órgãos internos do corpo, o estômago é provavelmente o mais conhecido mas o menos compreendido.

O Estômago é a parte mais ampla e elástica do canal alimentar. Quando está vazia, cabe numa mão fechada, mas o seu volume aumenta mais de 20 vezes após uma refeição, graças às pregas profundas na sua superfície interna, que se vão desdobrando à medida que ele se enche.

O Estômago encontra-se revestido internamente por uma membrana especial, o Epitélio (que produz o suco gástrico).

O suco gástrico é formado por ácido clorídrico e enzimas (pepsina), que se encarregam de iniciar a digestão dos alimentos.

Contudo, a parede do estômago tem várias camadas de células, protegidas do ácido do estômago por um revestimento de muco e uma mucosa.

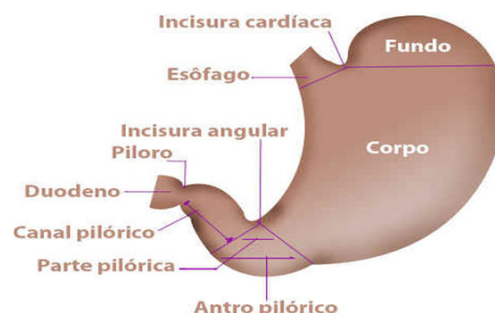
O muco gástrico – É um mecanismo fisiológico defensivo que protege as paredes do referido suco gástrico!

Em condições normais, o Estômago consegue o equilíbrio entre o suco e o muco-gástrico, mas se houver um desequilíbrio a favor da produção de suco-gástrico, este produzirá erosão no estômago que podem ser bastante graves!...

O Estômago na medicina Chinesa

O Estômago juntamente com o Baço é conhecido como a “Raíz do Qi-pós-celestial”, devido ser a origem de toda a Energia e o Sangue produzido após o nascimento.

**“O Estômago é o Mar do Qi e do Sangue, da comida e da bebida”
(Su-Wen)**



“O Estômago é o Mar da água e dos Grãos, sendo a grande Fonte de nutrição dos 6 Órgãos Yang. Os cinco sabores penetram na boca para serem armazenados no Estômago para nutrir os 5 Órgãos Yin...”

O Estômago recebe o alimento, daí ser chamado de “Grande Celeiro”. Tem um papel importante com o apetite, ele transforma os alimentos e os líquidos ingeridos e em conjunto com o Baço promove a Boa digestão, se o Qi do Estômago e Baço fôr bom, todos os outros órgãos e vísceras funcionarão bem, caso contrário, a pessoa sentir-se-á cansada com fraqueza

O Estômago pertence à Terra, segundo a lei dos 5 Movimentos.

nos membros, náusea, distensão abdominal, etc.

O Estômago e o Baço são o eixo do corpo, formam a energia-central do organismo.

Segundo o aspecto-mental, está relacionado com a reflexão e a Preocupação.

Doenças do Estômago:

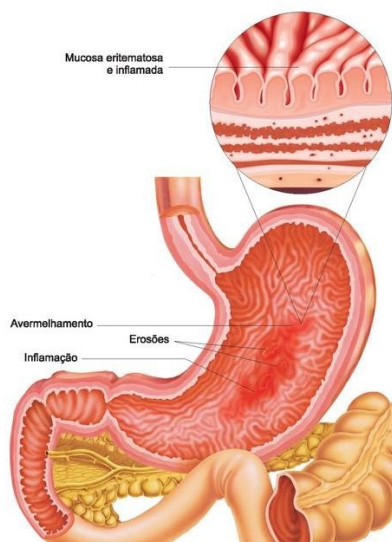
- Gastrite
- Úlceras
- *Helicobacter pylori*

Estas 3 afecções estão todas relacionadas entre si e são a causa de grandes perturbações da vida quotidiana, gerando dor, inflamação e uma menor qualidade de vida.

Gastrite – É a inflamação da mucosa do estômago. A gastrite-aguda pode ser devido a substâncias-químicas (aspirina e anti-inflamatórios), ao álcool ou à bactéria “*Helicobacter pylori*”.

Nalguns casos também devido a stress físico e psíquico.

A gastrite-crónica surge quando há irritação prolongada do estômago causada pelo álcool e/ou tabaco, doenças auto-imunes; problemas com a biliar, anemia ou por degeneração da mucosa gástrica com a idade.



Sintomas – Dor epigástrica, esta dor é constante e ocorre cerca de 1h após as refeições; náuseas, vômitos; regurgitação ácida; pouco-apetite etc...

Úlceras – Existem vários tipos: Péptica, Duodenal e Gástrica. São devido à ulceração da membrana da mucosa do Estômago. Causam Dor- Epigástrica que se apresenta em crises, permanecendo por algumas semanas, em intervalos de meses. A dor ocorre de 30 min. até 2h após as refeições e não é aliviada pela alimentação.

A dor da úlcera é caracterizada por sensação de ardor ou sensação de queimar.

Geralmente as úlceras são doenças crônicas causadas por vários factores (químicos, neurais e hormonas), mas também pela famosa bactéria “*Helicobacter Pylori*” que interfere no equilíbrio da mucosa-gástrica, provocando Úlceras e Erosões no Estômago!

Helicobacter Pylori:

É um bacilo Gram-negativo microaerófilo espiralado e curto (0,2 a 0,5 um de comprimento) que é encontrado nas partes profundas da camada de muco gelatinoso que recobre a mucosa-gástrica.



Geramente, esta bactéria é adquirida na infância, quer por via-oral, quer por via orofecal. A infecção do *H. Pylori* ocorre através da alimentação, líquidos ou utensílios contaminados.

É uma das infecções mais comuns no mundo moderno.

95% dos pacientes com úlcera duodenal possui esta bactéria! Ela vive abaixo da camada de muco para se proteger da acidez do estômago! Como na maioria das bactérias, o ácido pode destruí-la, por isso a *Helicobacter Pylori* desenvolveu um engenhoso sistema ao qual lhe permite atravessar a parede do estômago, chegar à mucosa, onde se instala. Para isso, segrega uma enzima, a Urease, que faz com que, à medida que avança para a Mucosa Gástrica, o meio que a rodeia seja menos ácido. Abre caminho através do muco que reveste a mucosa, até chegar ao seu objetivo, que são as células do Epitélio-Gástrico, às quais se fixa!

Debaixo do muco, o meio é menos ácido, sitio propício para crescer e multiplicar-se! O organismo encontra sérios problemas para eliminar esta bactéria, já que as imunoglobulinas da mucosa não são capazes de destruí-la.

Ao instalar-se, a bactéria produz uma gastrite Aguda, com mal-estar, náuseas e vômitos, que dura 2 semanas. Em pouco tempo, a situação acalma e os sintomas desaparecem, mas começa a produzir-se uma inflamação persistente no estômago - gastrite crônica – que pode durar vários anos.

Esta inflamação pode progredir até se produzir uma úlcera.

Estudos recentes revelam que aproximadamente 50% da população mundial tem esta bactéria.

A grande maioria das pessoas adquirem-na na infância. O ser humano é o único portador desta espécie! Não é transmitida através de animais.

Atualmente é tratada com uma medicação própria, incluindo antibióticos.

Há mais de cem anos que se pesquisa uma provável origem bacteriana para as doenças do trato gastrointestinal.

Em 1893 foi relatada pela 1ª vez a presença de bactérias em forma de espiral no estômago de animais!

Em 1983, dois pesquisadores, chamados Warren e Marshall isolaram pela 1ª vez o *Helicobacter Pylori*. Para provar que esta bactéria era responsável pelas Gastrites e Úlceras, Marshall ingeriu uma cultura purificante de *Helic. Pylori*, após 7 dias,



começou a ter sintomas e fez uma endoscopia onde foi constatado uma gastrite. Daí, este patologista começou a investigar esta bactéria presente nas biopsias com sinais de inflamação, nos seus pacientes com gastrites e úlceras.

Marshall começou então um projeto de pesquisa com Warren e falou-lhe das suas observações incomuns.

Trabalharam juntos nos anos seguintes e verificaram que o estômago era demasiado ácido, permitindo que algumas bactérias sobrevivam, cresçam e causem a doença!

Em Dezembro de 2005, Marshall e Warren viajaram para Estocolmo, onde foram condecorados com o Prémio Nobel de Medicina!

Atualmente, Warren aposentou-se, mas Marshall continua a sua pesquisa na Universidade na Austrália, sobre Bactérias que causam Úlceras Gástricas.

Fonte: Várias pesquisas

Colaboração: **Anabela Rodrigues**

Teoria dos 5 Elementos

Terra

A edição anterior abordou o elemento Fogo da Teoria dos 5 movimentos, associada ao verão e ao calor.

A energia máxima Yang é a atividade, ascendente, quente, agitada, superficial. É o verão, o auge da vida do homem. É o ápice. Sendo assim, é representada pelo elemento Fogo. Seguindo do Fogo temos o elemento da Terra.



A representação da “Terra” na natureza são os campos de cultivo, a nossa casa ou o nosso espaço, podemos dizer que a “Terra” é o que nos nutre e nos protege, exemplo disso é a associação do caractere *Tǔ* (Terra) e o caractere *Dì* para significar mãe.

A estação do ano que está associada ao Movimento “Terra” é o Fim de Verão, esta é a colocação clássica nos 5 movimentos, é a altura do ano em que os dias começam a ficar mais curtos e é chegada a altura de colher os frutos semeados. O Fim de Verão também é conhecido como o Verão Indiano ou o tão português Verão de São Martinho.

No entanto alguns autores referem que não existe uma estação propriamente dita associada ao Movimento Terra, mas, sim um ciclo de 18 dias no fim de cada estação, como se a energia de cada uma das estações do ano, fossem renovadas ou reabastecidas para iniciar uma nova estação.

As cinco cores remetem o **Amarelo** como símbolo do Movimento Terra, foi a cor da China Imperial e é tida como a cor simbólica dos cinco lendários imperadores da China ancestral. Encontramos o amarelo, como cor predominante na decoração dos palácios reais, altares e templos, foi quase sempre a cor de eleição utilizada nas vestes e trajes dos imperadores.

O amarelo é a cor da sabedoria na cultura chinesa. É uma das cores principais geralmente usadas pelos sacerdotes confucionistas e taoistas, também representa a liberdade das coisas mundanas e, portanto, ligado ao budismo. As vestes de alguns monges são amarelas, assim como elementos nos templos budistas.

Quando falamos das emoções, associamos o caractere *Sī* que corresponde ao excesso de pensamento, á preocupação e á ruminação de ideias, num texto antigo podemos encontrar a seguinte citação “quando alguém está a pensar o líquido vital do Coração ascende ao cérebro”, dando a entender que para que exista pensamento, é necessário ter uma ligação cérebro-corção e se esta ligação se perder as imagens na mente não vão produzir um pensamento focado, então “pequenos montes de areia se transformarão em montanhas”, o *Su Wen* alerta-nos para os pensamentos obsessivos e repetitivos, “quando há pensamento obsessivo o *Qi* está contido”.

A Preocupação não produz movimentos intensos de *Qi* como é o caso do Medo ou da Cólera, pelo contrário provoca estagnação causando uma espécie de astenia mental.

Ao juntar-mos o caractere *Sī* com o caractere *Lù* (reflexão), vamos ter a palavra meditação, a meditação é a forma de ir ao encontro do nosso *centro*, e encontrar um equilíbrio de pensamentos.

O centro é a direcção associada ao Movimento Terra, a região central é abundante em alimentos, mas muito húmida, a manipulação e a massagem terapêutica foram inventadas nesta região.

Quando falamos da variação do Pulso Terra, consoante a estação do ano, vamos encontrar em muitos autores, diversas referências, sendo que, as mais comuns são:

- Pulso ligeiramente deslizante no Fim de Verão;
- Pulso intermitente no fim de cada estação, fazendo entender que estamos a passar de uma estação para outra estação do Ano;
- Entre estações, o pulso que está em poder, (ou que está ascendência) é o do Baço que fica mais distinto, mais curto e suave

Imperador Amarelo – *Huáng Dì*

O Imperador mais famosos é o Pai da nação chinesa, juntamente com o **Imperador Yan**, o qual o sucedeu. *Huáng Dì* era um dos lendários Cinco Imperadores e um dos 3 Augustos. Durante o seu reinado, foram inventados os veículos na China, foi desenvolvida a escrita chinesa, a medicina, a criação do bicho-da-seda, entre outras.

O **Imperador Amarelo** também ensinou o povo a cultivar a terra, conforme o calendário por ele desenvolvido. Livros históricos informam que ele realizou diversas invenções na área da produção agrícola, dentre as quais se encontra o sistema de campo quadrado. Por todas as suas notáveis realizações, foi-lhe concedido o título de “fundador da civilização” chinesa. Também é atribuído ao imperador *Huáng Dì* vários tratados taoistas e de medicina chinesa sendo que o mais famoso é o *Nei Jing*.

Conta a lenda que o **Imperador Amarelo** tinha uma esposa e três concubinas. Sua esposa era **Leizu**, que ensinou o povo a plantar amoreiras, a criar bichos-da-seda e a fazer tecidos de seda. **Fangleishi** uma das suas concubinas, teria inventado o pente, a outra, **Tongyushu**, segundo a lenda foi a inventora dos famosos “pauzinhos” (A palavra em mandarim para os pauzinhos é 筷子 (*kuàizi*), em que o carácter 筷 significa "objetos de bambu para comer rapidamente"), sendo utilizados em todo o leste asiático, a última concubina chamava-se **Momu**.

Existem várias lendas atribuídas a Huang Di

- A que ele consumiu uma pasta à base de Jade e tornou-se imortal.
- Que o imperador tenha 4 rostos e que conseguia ver tudo o que se passava nas 4 direções.
- Quando viajava pelo país fazia-o numa carruagem puxada por dragões e elefantes (Foi após o reinado de *Huáng Dì* que o dragão se tornou um símbolo imperial).
- Diz-se que quando chegou ao fim da vida se transformou numa formiga e que ainda hoje vive no pátio do palácio imperial.
- Era uma divindade que controlava raios e trovões e era representado pela Ursa Maior sendo mais uma vez o centro do universo.

Tipologia

As características que mais sobressaem na tipologia Terra são, pessoas com uma face arredondada, nariz e queixo bem desenvolvidos, lóbulo da orelha também bem desenvolvido, uma boca grande e generosa (lembrando que as pessoas Terra adoram uma boa refeição), sendo que muitas pessoas tipologia Terra têm uma tonalidade amarelada na face. O corpo da tipologia Terra é um corpo com ombros e costas bem desenvolvidas, abdômen largo, mãos e pés pequenos, embora tenham uma marcha lenta e segura. Não são pessoas musculadas, nem têm um corpo duro, são suaves e de formas redondas, há quem diga que as pessoas Terra dão os melhores abraços.

Em termos emocionais são pessoas que só querem agradar os outros, tem um instinto de proteção muito grande, não procuram a glória ou o poder, são muito relutantes em viajar, se ficarem muito tempo longe de casa ficam com um profundo sentimento de intranquilidade, gostam muito de locais familiares, ao lado de uma pessoa Terra encontramos paz e serenidade, são bons amigos, passam muito tempo a pensar mas normalmente pouca ou nenhuma ação sai desse tempo de reflexão.

Zang-Fu

O órgão “Terra” é o Baço/Pâncreas, que têm como função, governar o transporte e a transformação da Água, dos Cereais e dos Líquidos orgânicos, controlar o Sangue, quer na sua produção, quer a manter o Sangue nos vasos, controlar os músculos e tendões (*Jing Anatômico do Baço*), abrir-se na boca e manifestasse nos lábios (*Jing Sensorial do Baço*), controlar a ascensão do *Qi Puro*, metabolizar a Humidade e ser a Fonte da Energia Adquirida. No aspecto mental o Baço é responsável pelo *Yí* cujo significado é “estabelecer o significado do mundo com as palavras que vêm do Coração” outros autores apenas dizem que significa o “som do Coração”. O *Yí* não é só pensamento, também é memória, ideia, imagem corporal, intensão, capacidade de focar num objeto, quer seja no trabalho quer seja numa conversa.

Alguns autores referem que o *Yí* aparece na criança na fase em que ainda não fala mas consegue distinguir os tons da voz materna, esta é outra capacidade associada ao *Yí*, captar a mensagem (verbal ou não verbal) e conseguir descodificá-la. Existe uma ligação fisiológica importante entre o *Yí* e o *Zhí*, isto é se temos uma ideia, um pensamento (*Yí*), temos que ter uma ação (*Zhí*), um não pode existir sem o outro.

A viscera “Terra” é o Estômago, a sua função é receber e decompor os alimentos e os líquidos, controlar o transporte das essências dos alimentos sendo que esta tarefa é partilhada com o Baço, é a origem dos líquidos (ao contrário do Baço e Estômago gosta de Humidade e não da Secura), controla a descida do *Qi* embora seja um órgão *Yang* têm um movimento descendente (novamente o oposto do Baço que têm um movimento ascendente).

Humidade e Mucosidades

A Humidade têm duas origens a interna e a externa. A externa vêm não só das alterações climáticas, mas também da exposição a locais com muita humidade ou roupa molhada, já a humidade interna advém do agravamento e consequente penetração da energia perversa externa e/ou do mau funcionamento da função de transporte e transformação do Baço.

As Mucosidades tem sintomatologia mais grave do que a Humidade uma vez que podem afetar o *Shen*, têm origem por Vazio do *Qi* do Baço, dieta desequilibrada, Calor interno e/ou Vazio do *Qi* e do *Yang* do Baço e Estômago.

Existe um famoso ditado em MTC:

“As Mucosidades não se movem para topo do corpo sozinhas, assim como a água não sobe a colina, então para tratar as Mucosidades, esqueça as Mucosidades e trate o *Qi*. Quando o *Qi* move-se suavemente, todos os fluidos do organismo também iram se mover suavemente”.



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

BENEFÍCIOS DA ACUPUNTURA NAS DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS

A Acupuntura e a Medicina Chinesa são uma eficaz alternativa no tratamento de doenças neurodegenerativas, tais como a doença de Alzheimer, sequelas de acidente vascular cerebral e de doença de Parkinson, problemas que afetam uma grande parte da população geriátrica. Associadas à medicina ocidental, as opções de tratamento incluem a Fitoterapia.

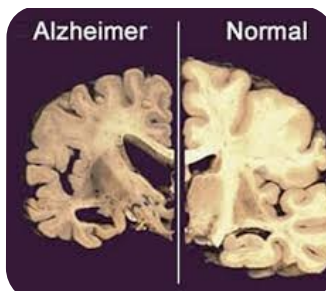
Doenças neurodegenerativas e a Medicina Ocidental

Um dos princípios fundamentais da medicina ocidental consiste em partir da constatação que as células nervosas não são capazes de regeneração. Uma vez mortas, essas células não são repostas pelo corpo. A doença de Alzheimer, sequelas de acidente vascular cerebral, bem como a doença de Parkinson são problemas que envolvem a morte e atrofia dos neurônios (células nervosas) no cérebro. Portanto, **a medicina ocidental não oferece nenhuma opção de cura para doenças neurodegenerativas, ficando a sua atuação restrita apenas ao tratamento sintomático.**

Embora possam ter origens diferentes, os pacientes com doenças neurodegenerativas mostram atrofia generalizada das células do cérebro, o que pode comprometer as suas funções físicas e mentais. Mentalmente, o paciente dá indícios de esquecimento ou falta de memória, diminuição da capacidade mental e distúrbios emocionais. Fisicamente, os pacientes apresentam incontinência parcial ou completa, aspiração de partículas de alimentos, tremores, equilíbrio comprometido, rigidez muscular, paralisia muscular, entre outros sintomas.

Doenças neurodegenerativas segundo a Medicina Oriental

Doenças Neurodegenerativas são caracterizadas por uma deterioração progressiva. As principais manifestações clínicas são determinadas pela localização e pela gravidade de cada caso. A origem pode ser identificada na deficiência da essência do rim, pelo bloqueio do canal do cérebro ou ambos.



Segundo a Medicina Tradicional Chinesa, a causa de doenças neurodegenerativas está no rim, órgão responsável pelo controle dos ossos e medula.

De acordo com esse ponto de vista, a estagnação do sangue e a acumulação de mucosidades nos rins são consideradas causas e não sintomas. Assim, o tratamento desse tipo de doença consiste em tonificar o rim para eliminar a mucosidade removendo a estagnação do sangue.



Tratamento

De acordo com a tradição da medicina oriental, o espírito (Shen) habita o coração e o cérebro, e é afetado pelo estado de saúde mental e físico de uma pessoa. Quando o espírito é afetado, ocorre a deterioração das funções mentais que podem resultar em delírio e demência, acompanhado de sintomas físicos semelhantes aos sintomas de um AVC.

O tratamento dessas doenças **consiste em despertar o espírito (Shen), abrindo os orifícios sensoriais e estimulando o cérebro.** Segundo o Dr. Hua Long Zhang, diretor de Bai Lou Hospital de Tianjing, na China, os pontos de acupuntura dos canais Yin devem ser selecionados.

Seleção dos Pontos Principais:

- Neiguan (P6), Renzhong (Du 26) e Sanyinjiao (SP6)



- Neiguan (P6) tem a função de nutrir o coração, acalmar o espírito e promover a circulação do Qi e do sangue;

- Renzhong (Du26) abre orifícios sensoriais, estimula o cérebro e desperta o espírito. A combinação de Neiguan (P6) e Renzhong (Du26) é usada para aumentar a força contrátil do coração e do débito cardíaco da circulação sanguínea para o cérebro;

- Sanyinjiao (Sp6) é o ponto de encontro dos três canais yin do pé. Sanyinjiao (Sp6) nutre o rim e tonifica a medula para melhorar a função do cérebro;

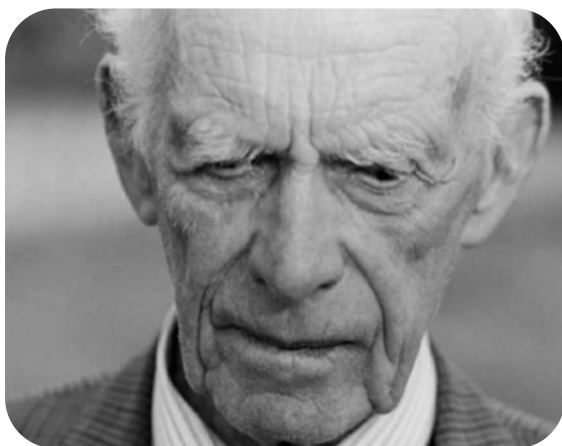
Alguns pontos locais:

- Jiquan (H1), Chize (Lu5), Weizhong (UB40), e hegu (LI4) são pontos locais que abrem os canais e melhoram a circulação do Qi e do sangue;

- Jiquan (H1), Chize (Lu5), e hegu (LI4) são usados para tratar paralisia e tremores de braços e mãos, e Weizhong (UB 40) é usado para a paralisia das pernas;

- Fengchi (20GB), Yifeng (SJ17), Wangu (GB12) e Tianzhu (UB 10) são quatro excelentes pontos que ajudam os pacientes com problemas de articulação da fala ou aspiração frequente de partículas de alimentos, levando a infecções respiratórias.

- Shanshangdien (ponto trovão superior) e xiashangdien (ponto mais baixo do trovão) são dois pontos extraordinários que foram descobertos através de ensaios clínicos e experiências. Eles são extremamente potentes e devem ser reservados para aqueles pacientes que têm paralisia parcial ou completa. Shanshangdien está localizado na parte lateral do pescoço, no mesmo nível da maçã de Adão, entre a cabeça e o esterno clavicular.



Dicas saudáveis para pacientes com doenças degenerativas:

- Diminua a quantidade de alimentos ingeridos em cada refeição. Pacientes obesos devem perder peso;

- Atenção ao nível de colesterol. Para reduzi-lo, utilize óleo vegetal em vez de óleo animal para cozinhar os alimentos;

- Coma mais carne branca (frango e peixes) e menos carne vermelha;

- Consuma quantidades adequadas de vegetais, principalmente os ricos em vitamina A, B1, B2, C, E e B12;

- Prefira alimentos crus;

- Evite álcool e fumo;

- Pratique atividades físicas regularmente.



Fonte: acupunturista.net

Adaptado: **Marketing**

*Tem um espaço para si no Boletim
Envie os seus artigos para nós
Mantenha uma participação activa*

Van Nghi
INSTITUTO

Fitoterapia Artemísia

Especie: Artemisia Argyi

Família: Asteraceae

Sabor: Amargo e Picante

Relação com os órgãos:
Baço; Fígado, Rins.

Também chamada de erva do fogo ou artemigem. É uma planta de mais ou menos um metro de altura, de folhas fendidas, dá numerosas flores brancas. Floresce no mês de outubro.

USO MEDICINAL

A Artemísia é a principal erva do aparelho uro-genital feminino. Previne doenças, regulariza o ciclo menstrual e alivia as cólicas.

Também é empregada para anemia, cólicas, debilidade do estômago, gastrite, flatulências, epilepsia, lombrigas, reumatismo, menstruação deficiente, nervosismo, nevralgia. É uma excelente diurética, e por isso ajuda muito no funcionamento e na limpeza dos rins.



Para prevenção e tratamento dos problemas femininos, usa-se a artemísia com a tanchagem e o sabugueiro.

Em caso de dores reumáticas, fazem-se fricções com o sumo dessa erva sobre as partes doloridas. Para os mesmos fins aplica-se também compressas quentes ou cataplasmas com o cozimento de artemísia.

PARTES USADAS

Folhas, flores e raízes.

USO ENERGÉTICO

Em grego artemísia significa integridade e boa saúde.

A Artemísia deve ser usada por pessoas que constantemente precisam de uma limpeza energética profunda, e quando há necessidade de limpeza profunda de toxinas físicas e energéticas.

A Artemísia é muito utilizada como moxa na terapia chamada moxabustão, difundida através da medicina tradicional chinesa e japonesa. A moxa, ou mogussá, é um extrato envelhecido, batido e seco das folhas dessa erva. Depois é utilizado tanto diretamente quanto indiretamente na pele em regiões com dores ou pontos de acupuntura.

Fonte: wikipedia.org | Matéria Médica em medicina China

Adaptado: **Marketing**

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:



Contactos da organização:



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

2400-441 Leiria

Contactos: 244 104 982 | 911 180 707 | 964 311 977

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