

Boletim Informativo

MEDICINA ENERGÉTICA

Doença de Crohn (p.5)

Nesta edição apresentam-se os síndromes da Doença de Crohn que é uma patologia crónica que pode afetar de forma debilitante a qualidade de vida das pessoas que dela padecem.

Pontos que salvam (p.7)

Um relato de sucesso com o recurso a estes dois pontos numa situação de emergência de reanimação.

Seminário de Cardiologia com Dr. Tran Viet Dzong (p.3)

Curso - Analgesia por Acupunctura com Dr. Víctor Pagola (p.4)



FITOTERAPIA - CRATAEGUS



LENDA DO ZODÍACO



LIVRO DO MÊS

FICHA TÉCNICA

Boletim informativo Medicina Energética

Publicação Mensal (Dirigida a todos os associados do Instituto Van Nghi)

Junho 2014

10ª Edição

Diretor

Luís Dias

Revisão de Conteúdo

Sylvia Silva | Anabela Rodrigues

Design e Produção

Cláudia Ferreira

Colaboradores

Helena Ataíde | João Carrilho | Luís Dias | Ricardo Teixeira
| Sandra Marques | Sylvia Silva

Propriedade

Associação de Medicina Energética

Contactos

Aldeamento de Santa Clara | Rua da Carvalha nº 570, Sala 8.1 | 2440-441 Leiria

Tel. 244 104 982 | Telm. 911 180 707 | 964 311 977

e-mail: ivnportugal@gmail.com | www.institutevanngghi.org

Divulgação gratuita via e-mail



Editorial

Prezados Associados do IVN Portugal, estamos a terminar o primeiro semestre de 2014 e organizámos até agora um Workshop prático de Pontos Curiosos, três cursos de Medicina Energética com o Professor Tran Viet Dzung, um curso de Analgesia por Acupuntura com o Doutor Víctor Pagola e vamos realizar este fim de semana no Porto mais um curso. Temos ainda preparado para o dia 12 de Julho um Workshop de técnicas avançadas em MTC “Técnica de punho e tornozelo”.

Para o próximo semestre, temos mais cursos para completar o ciclo de estudos Pós-graduados e outros Workshops práticos de interesse a todos os Associados, que de certo contribuirá para a sua valorização profissional.

Estamos já a preparar o ano de 2015 e podemos já adiantar que todos vão ser surpreendidos pela positiva!

Com um Abraço Amigo,
Luís Dias

FORMAÇÃO



Seminário Internacional Cardiologia

Foi nos dias 23, 24 e 25 de maio, mês dedicado ao coração, que o Prof. Tran Viet Dzung nos honrou mais uma vez com a sua presença, para partilhar com a grande família IVN os seus conhecimentos de Cardiologia.

O seu rigor, dedicação, humildade e conhecimento deixaram-nos com mais ferramentas para perceber a importância básica e essencial do coração. Como um músculo tão pequeno consegue propulsionar a vida e irrigar todo o corpo humano com sangue renovado, filtrado, mas claro que tudo isto, só é possível com a ajuda dos pulmões, das veias e artérias, enfim de todo o sistema cardiovascular...

Isto, e partindo do macro para o microcosmo, leva-nos a refletir não só na importância de cada ser vivo, mas também no seu relacionamento com tudo o que o rodeia.

Explicada toda essa relação, percebemos que o Coração



é quem rege a viabilidade da vida intra-uterina, é o primeiro órgão a ser formado, e todas as suas características anatómicas e fisiológicas foram explicadas de forma encantadora.

O Prof. Tran conseguiu mais uma vez surpreender-nos, e fazer a ponte entre a alopática e a energética, passando pela minúscula mitocôndria e cloroplasto, explicando a Teoria da Endossimbiose e tudo o que ela engloba; da fossa oval, que é um remanescente do foramen oval no feto; e conseguiu mostrar a importância do Mental, do Shen, do Xin Bao Luo, que como tão bem sabemos, não podemos colocar debaixo do microscópio, mas sabemos que está lá...



Colaboração: Sylvia Silva

Seminário Internacional Analgesia por Acupuntura

O Professor Vitor Pagola, é médico especializado em Cirurgia Geral de 1º Grau desde o ano de 1969. Em 1990 especializou-se no 2º Grau e em 1992 desenvolveu a Analgesia Cirúrgica Acupuntural (A.Q.A.) Em 2002, o Professor Pagola especializou-se em Medicina Tradicional e Natural de 2º Grau e no ano de 2007 ficou Mestre em Bioenergética.

No ano de 2009 concluiu o Doutoramento em Ciências Médicas. Neste momento, Doutor Pagola é professor titular e consultor de analgesia cirúrgica acupuntural e de implantação de "Catgut", na Universidade de Ciências Médicas em Santa Clara, Cuba.

Em 1999 começou a aplicar a técnica da implantação de fios de sutura cirúrgica absorvíveis "Siembra de Catgut".

Este fio de sutura é feito de intestino de ovinos, bovinos, caprinos e suínos. Apesar do nome, não se usam intestinos de felinos. Há quem defenda que o nome provém, provavelmente, do termo em inglês "kitgut" que significa corda de violino (ou de outro instrumento musical). Existem ainda defensores de que o nome possa ter origem no termo "catle gut" (intestino bovino).

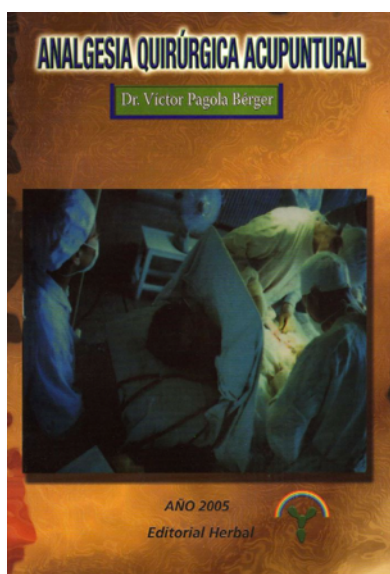


Foi no fim de semana de 7 e 8 de junho, na Escola Superior de Saúde do IPL (Leiria) que foi dada a oportunidade de conhecer esta técnica muito eficaz em processos de dor.

As "Siembras" são inseridas em determinados pontos de acupuntura e têm excelentes resultados.

Também foi abordada a técnica de analgesia, explicando os vários processos e métodos, e sua utilização.

A boa disposição do Professor Pagola proporcionou-nos um fim de semana muito produtivo, num ambiente sereno e descontraído, de tal forma, que vamos ter a sorte de repetir este evento nos próximos dias 21 e 22 de junho, desta vez na linda cidade do Porto.

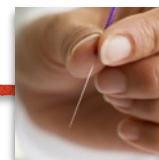


Neste fim de semana foi ainda possível adquirir o livro "Analgesia Quirúrgica Acupuntural" do Doutor Victor Pagola Berger que esgotou de imediato os poucos exemplares disponíveis.

Brevemente teremos mais exemplares à disposição, em espanhol e português (com tradução em curso).

Colaboração: Sylvia Silva

ACUPUNCTURA



Doença de Crohn

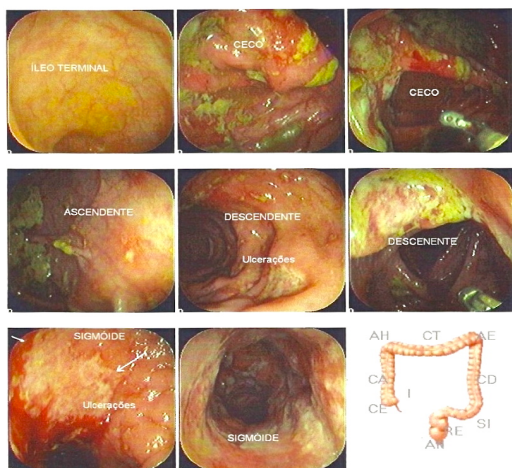
A Doença de *Crohn* é uma patologia crônica que, pelas suas características, pode afetar de forma debilitante a qualidade de vida das pessoas que dela padecem.

A origem concreta desta doença é desconhecida mas, no entanto, têm sido apontadas como principais causas a combinação de vários fatores, tais como, aspetos genéticos, psicológicos e ambientais, assim como alterações na permeabilidade da parede intestinal por descontrolo do sistema imunitário.

Na medicina energética, a colite crônica resulta frequentemente de enterites agudas não curadas, que estão incluídas nas categorias de *xie xie* (diarreia) e *li ji* (disenteria) e *fu tong* (dor abdominal).

A doença tem origem em fatores patogénicos externos, tais como o resultado de uma alimentação desequilibrada, distúrbios emocionais e consequências de doenças que causam fraqueza constitucional.

Estes fatores podem originar uma disfunção e/ou desequilíbrio digestivo ao nível do baço/estômago ou intestino delgado que falha na receção dos alimentos e/ou, também, uma disfunção do intestino grosso na sua função de transporte e eliminação. Nos últimos casos, o puro (nutrientes) e um impuro (massa não absorvida) misturam-se e descem aos intestinos.



Exames de diagnóstico



O fator patogénico principal é a humidade, sendo a patogenia a humidade excessiva e a disfunção do baço, com o envolvimento do baço/estômago, intestinos, rim e fígado. Na medicina tradicional chinesa os principais sintomas desta doença são as repetidas crises de dor abdominal (cólicas), diarreia e astenia.

A diarreia é predominante, acompanhada de cólicas fortes. As fezes podem apresentar sangue, pus e/ou mucos. O abdómen inferior apresenta diferentes graus de sensibilidade, com hiperatividade dos sons intestinais (borborigmos). A diarreia prolongada leva ao emagrecimento e ao aparecimento de anemia.

Os exames microscópicos das fezes apresentam baixas quantidades de leucócitos. Nas mucosas são visíveis sinais de congestão e edema.

A degenerescência da mucosa intestinal está presente no exame de raios x com bário.

O princípio do tratamento é fortalecer o baço/estômago e eliminar a humidade, expulsar o frio através de métodos para aquecer o aquecedor médio, clarificar o calor, mover o *qi* do fígado estagnado, aquecer o *yang* do rim e nutrir o *yin*.

As síndromes desta patologia incluem excesso e deficiência.

Síndromes de excesso

As síndromes de excesso são causadas pelo frio e humidade que bloqueiam o aquecedor médio; por humidade/calor que danifica o aquecedor médio, ou pelo o *qi* do fígado que ataca o baço.

1) Frio e humidade que bloqueiam o aquecedor médio.

As principais manifestações são fezes soltas, acompanhadas por dor abdominal, borboríngos, rigidez gástrica, anorexia, febre e arrepios, obstrução nasal, dor de cabeça e dor muscular. A capa da língua apresenta-se fina e branca ou branca e pegajosa e o pulso superficial e deslizante ou apenas deslizante. Os métodos terapêuticos incluem aliviar a superfície, expulsar o frio e remover a humidade com plantas aromáticas.

2) Humidade/calor que danifica o aquecedor médio. As principais manifestações são a diarreia aguada de carácter urgente; fezes amarelas e/ou acastanhadas com forte odor; dor abdominal; dificuldade em defecar e sensação de ardor no ânus. Outros sintomas apresentados são: agitação, febre e sede. A urina apresenta-se amarela escura (turva). Por sua vez, a capa da língua apresenta-se amarela e gordurosa e o pulso superficial, suave e rápido ou deslizante e rápido. Os métodos terapêuticos para esta síndrome passam por aclarar o calor e promover a diurese.

3) Qi do fígado a atacar o baço.

As manifestações principais são o agravamento dos sintomas, gerado pela depressão, raiva ou stress. Os principais sintomas incluem borboríngos, distensão abdominal, dor (cólica) abdominal antes da diarreia, que alivia após evacuação, opressão torácica, distensão no hipocôndrio, anorexia e eructações. A língua apresenta-se vermelha clara e o pulso em corda. Os métodos terapêuticos utilizados passam por abafar o fogo do fígado e fortalecer o baço, regular o aquecedor médio e aliviar a diarreia.

Síndromes de deficiência

As síndromes de deficiência são causadas pela deficiência do baço e estômago, declínio do *yang* do rim e deficiência de *qi* e *yin*.

1) Deficiência do baço e estômago tem como principais manifestações as fezes soltas ou diarreia com alimentos não digeridos, o aumento dos movimentos intestinais depois da ingestão de alimentos gordurosos, a falta de apetite, flatulência abdominal e epigástrica. O paciente apresenta complexão pálida e lassitude. A língua apresenta-se pálida, com capa branca e o pulso fraco e fino. Os métodos terapêuticos adequados passam por fortalecer o baço e beneficiar o *qi*, promover o transporte e aliviar a diarreia.

2) Declínio do Yang do Rim é outra das síndromes de deficiência. As suas principais manifestações são a dor abdominal, acompanhada de borboríngos ao amanhecer, seguidos de diarreia. Esta dor alivia após evacuação. O corpo e os membros apresentam-se frios, com dor ao nível dos pulsos e joelhos. A língua apresenta-se pálida e o pulso profundo e fino. Os métodos terapêuticos a utilizar passam por aquecer o rim, fortalecer o baço, induzir a adstringência e aliviar a diarreia.

3) Deficiência de Qi e Yin tem como principais manifestações a diarreia persistente, acompanhada de pus e/ou sangue nas fezes e dor abdominal (moinha). São também manifestações desta deficiência a febre vespertina, tonturas, insónia, suores noturnos, agitação, irritabilidade e emagrecimento. A língua apresenta-se vermelha, com pouca capa e o pulso rápido e fino. Os métodos terapêuticos adequados para esta deficiência são nutrir o *yin*, clarificar o calor, tonificar o *qi* e aliviar a diarreia.

Na próxima edição serão apresentados os tratamentos da Doença de Crohn.

Autoria: Sandra Marques

Baseado no trabalho final de curso intitulado "A Doença de Crohn na Medicina Energética"

Pontos que salvam

Ponto ou *Hsue* que em chinês significa “buraco” (Wen, 1985) têm um nome que, geralmente, tende a simplificar a aprendizagem, traduz a ideia da sua localização, forma ou efeitos. Ainda segundo Wen (1985) originariamente, as designações eram só em chinês, no entanto com o passar do tempo países como a Coreia e o Japão traduziram essa nomenclatura para os seus idiomas. Visando evitar uma generalização que poderia gerar resultados negativos adotou-se uma nomenclatura alfabética associada a uma numeração, fornecida pela Academia de Acupuntura de Pequim, com o objetivo de facilitar a memorização por parte dos que não conhecem a língua chinesa. São pontos energéticos ou “Qixue”, locais de manifestação do *Qi* (Energia) dos *Zang Fu* (Órgãos e vísceras) no exterior, ou seja, no nível do revestimento cutâneo (Van Nghi & Recours-Nguyen, 2011), são áreas cuja estimulação adaptada acarreta reações de intensidade variável, tendo como finalidade a regularização do *yin* e do *yang*, por outras palavras, a recuperação da saúde.

Este texto tem como objetivo contar-vos, em contexto de síncope, uma pequena experiência com dois pontos:

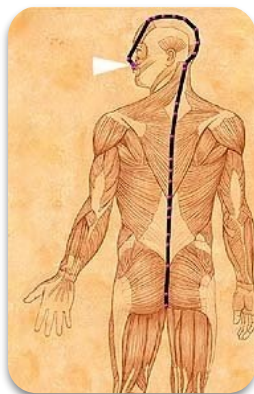
• VG26 - Renzhong

“Centro do Ser” (Van Nghi & Recours-Nguyen, 2011) ou “no meio do ser humano” segundo Yamamura (2004). Este último autor explica que a localização deste ponto deve-se ao facto de o ser Humano estar localizado entre o Céu e a Terra, logo a face divide-se em Céu (do nariz para cima) e Terra (da boca para baixo).

Assim o VG26 situa-se na parte do ser humano, entre o Céu e a Terra.

Apesar desta ideia de “centro”, o ponto situa-se no ponto de junção do terço superior e dos 2/3 inferiores do sulco naso labial (entre o Céu-nariz e a Terra-boca).

Este ponto também é designado por muitos autores, como *Shuigou*, que significa “córrego de água” porque o local onde está inserido tem o aspeto de um córrego



(Yamamura, 2004), ou então que recebe este nome sendo pressionado pelos meridianos *Yangming* do pé e da mão, como canais de água que se cruzam (Shengxing, 2006).

• C9 - Shaochong

“Pequeno Assalto” (Van Nghi & Recours-Nguyen, 2011) ou “Penetração do Yin Mínimo” (Maciocia, 2007) é explicado por ser o ponto *Ting* ou *Jing* do meridiano principal do coração de onde o *Qi* é impulsionado para fora do dedo (Yamamura, 2004).



Fica situado a 0,1cun cranial do ângulo ungueal radial do quinto dedo.

Usei estes pontos em contexto de reanimação cardiorrespiratória perante um quadro de “síncope” que, segundo Van Nghi (2011), é uma perda de consciência completa e geralmente rápida, com estado de morte aparente. Decorrente da perda momentânea das funções cerebrais por interrupção da circulação arterial do encéfalo. Pode acontecer por um excesso de atividade física ou intelectual, ou choque psicoafetivo, travando a circulação de *Qi* dos meridianos, ou seja, o *Qi* e o *Xue* deixam de irrigar o encéfalo e o *Yang Qi* não atinge as extremidades, dando lugar à síncope.

Diz-nos ainda Van Nghi que síncope, em MTC, significa “perda de consciência brutal” e tem como sintomas palidez extrema, paragem respiratória, membros frios, lassidão articular, miose, hipotensão arterial, pulso fino e galopante.

Quando pesquisamos encontramos, nos diversos autores, diversas formas de abordar a síncope:

• Van Nghi & Recours-Nguyen, 2011)

Numa primeira abordagem *Renzhong* (VG26) e *Shixuan* (PC 86) para abrir os orifícios e despertar o *Shen* (mente), após recuperar a consciência *Zusanli* (E36) e *Neiguan* (CS6) para acalmar o *Shen* e regularizar o *Qi* dos meridianos.

• **(Traduzido de Xi Wenbu, 1993)**

Estimular *Shuigou* (VG26) e *Suliao* (VG25) para elevar a pressão arterial e regularizar a circulação de energia Yang. Moxar *Shenque* (VC8) e *Guanyuan* (VC4) de forma a reconstruir a função vital (Yang) e combater o colapso e o estímulo intermitente de *Neiguan* (CS6) ajudando a elevar a tensão arterial.

• **(MTC, Compilação de várias escolas, 1995)**

Aqui, como método de promover a ressuscitação e a clareza mental, temos o *Renzhong* (VG26), *Zhongchong* (CS9), *Hegu* (IG4) e *Taichong* (F3); como pontos secundários temos *Bahui* (VG20), *Zusanli* (E36) e *Qihai* (VC6) que recapturam o *Qi* e restabelecem o Yang.

• **(Geng & Wei, 1995)**

Estes autores referem-se a Zhejiang (Journal of Traditional Chinese Medicine, 1980) que aponta sete métodos de emergência para tratamento da síncope, aparentemente fazendo uma diferenciação etiológica. São eles:

1. Drenar o fogo para ressuscitação: *Dazhui* (VC14), *Shixuan* (extra).
2. Remover obstrução de muco para ressuscitação: *Neiguan* (C6), *Zhongwan* (VC12).
3. Elevar Yang e promover circulação do Qi para ressuscitação: *Renzhong* (VG26), *Guanyuan* (VC4).
4. Baixar a pressão sanguínea para ressuscitação: *Weizhong* (B40), *Zhiyin* (B67), *Changquiang* (VG1).
5. Drenar o fígado e diminuir o vento interno: *Dadum* (F1), *Sanyinjiao* (Bp6).
6. Recuperar o Yang e desviar o estado de colapso: *Guanyuan* (VC4), *Qihai* (VC6).
7. Suavizar o Qi para ressuscitação: *Shanzhong* (VC17), *Zhongwan* (VC12).

No entanto, nem sempre a síncope “escolhe um gabinete equipado” para acontecer. Podemos ser confrontados com uma situação “morte aparente” em qualquer lugar, felizmente uma situação muito rara mas que acontece quase sempre de forma inesperada.

Nestas várias técnicas reparei que *Renzhong* está sempre presente mas não *Shaochong*, apesar estar indicado na reanimação do estado de consciência em todos os autores consultados.

O meu professor contava-nos uma história sobre estes pontos muito interessante, dizia ele que os coveiros desde os finais da idade média e até ainda (início do séc. passado) trincavam o 5.º dedo dos mortos antes de os enterrarem, como forma de confirmarem o óbito. Para além disso, deixavam crescer a sua unha do 5.º dedo da mão para poderem “carregar”, com ela, ali, entre o lábio superior e o nariz dos defuntos. Se depois destas duas manobras eles continuassem mortos, então podiam ser enterrados. Foi assim que estes dois pontos se destacaram nas minhas aulas, de entre outros e me foram apresentados como os dois grandes pontos de reanimação, C9 e Du26, pela sua eficiência e acessibilidade em caso de emergência, sem necessidade de ferramentas extras.

Shaochong, é ponto *ting* que significa “poço” ou “nascente”, poço de onde a água sai ou poço que recebe a água, é o ponto de saída e chegada do Qi. Fisiologicamente é o local onde o Qi do alto se dirige para baixo e o Qi que circula fora do meridiano, nele penetra (Van Nghi & Recours-Nguyen, 2011). Nesse local a energia está no seu estado mais instável, de maneira que pode ser fácil e rapidamente influenciada e modificada, daí que os pontos nascente tendam a ser utilizados, nas condições agudas para eliminar rapidamente fatores patogénicos (Maciocia, 2007).

De acordo com o Clássico das Dificuldades (Nan Jing) a tendência centrífuga e externa dos pontos nascente é explorada para eliminar os fatores patogénicos rapidamente já que eles atravessam esses pontos. Por exemplo o *Shaosang* (P11) para desfalecimento, *Zhongshong* (PC9) para desfalecimento e insolação, *Shaochong* (C9) e *Shaoze* (ID1) para perda de consciência, *Yinbai* (BP1) para convulsões, *Yongquan* (R1) para perda de consciência e convulsões infantil e *Shangyang* (IG1) para perda de consciência.

Apenas encontrei em Maciocia (2007) a indicação deste ponto como “promove a ressuscitação”. No entanto, sabendo que este ponto regula o ritmo cardíaco e tratando-se de uma debilidade ou ausência de pulso, faz todo o sentido.

“It shares with the jing-well points of the twelve channels three principal characteristics. Firstly it is able to restore consciousness in cases of collapse (Deadman & Al-Khafaji, 2001).”

Na secção “Cantinho do Associado” será relatada uma situação em que foi necessária a intervenção destes dois pontos.

Fonte: Várias Pesquisas
Colaboração: Helena Ataíde

FITOTERAPIA



Crataegus

Inglês: *Hawthorn*

Português (nome popular): *Pirliteiro*

Mandarim: *shan zha is the fruit of Crataegus species*

Nome botânico: *Crataegus monogyna* Jacq. ou *Crataegus laevigata* (Poiret) *Crataegus oxycantha*

Partes usadas: *frutos secos, folhas, e flores.*

Família: *Rosácea*



Caraterísticas especiais

Em termos de Medicina Chinesa, as espécies de *Crataegus* usadas na Europa podem ser consideradas com ligeiramente mornas, azedas (ácidas) e doces, tendo o seu efeito principal no Coração.

O ponto principal para compreender *Crataegus* é que para além do seu efeito de mover o sangue estagnado do coração, limpa a fleuma do coração e tonifica a deficiência de *Qi* do Coração, podendo igualmente estabilizar e acalmar o sistema do Coração.

Sabor do *Crataegus Europeu*

O sabor azedo (ácido) de *Crataegus*, reforça o *Qi* do coração. O sabor doce, em termos do conceito dos 5

elementos, tonifica o elemento Terra dentro do elemento Fogo, para estabilizar e normalizar o *Qi* do coração e do espírito. Não é um tónico doce para o baço ou outro órgão, mas apenas para o coração.

Ações Chinesas do *Crataegus Europeu*.

Em relação à medicina chinesa, o *Crataegus* usado na Europa, tem quatro ações principais: move o sangue do coração, limpa a fleuma no coração, estabiliza o *Qi* do coração, e tonifica o *Qi* do coração.

As principais ações chinesas e europeias do *Crataegus* são apresentadas no quadro abaixo, representando-se também os seus usos na Europa.

Ações chinesas, ações europeias e usos do *Crataegus Europeu*.

Ações chinesas	Ações Europeias	Usos do <i>Crataegus Europeu</i>
Move o sangue do coração	Anti-anginal	Dores no peito devido a doença do coração
Limpa a fleuma no coração	Anti-ateromático	Hipertensão com arterosclerose
Estabiliza o <i>Qi</i> do coração	Cardioregulador, anti-hipertensivo e tranquilizador	Flutuações energéticas e térmicas, arritmias cardíacas, hipertensão, palpitações, insónia, fragilidade emocional, hiperatividade, deficit de atenção, desordens bipolares
Tonifica o <i>Qi</i> do coração	Cardiotónico	Exaustão

Antianginal

Crataegus pode ser usado com anti-anginal para tratar dores de peito devido a doenças cardíacas que estejam associadas na medicina chinesa com estagnação de sangue no coração. Este padrão de sintomas pode estar relacionado com a presença de fleuma no coração, por isso as ações de anti-anginal e anti-ateromáticas sobrepõem-se.

Anti-ateromáticas

Crataegus pode ser usado como anti-ateromático para tratar arteriosclerose da artéria coronária ou outras periféricas, que na medicina chinesa estão associadas ao fleuma no coração. Este padrão pode estar ligado a um distúrbio do espírito do coração ou hiperatividade do Yang do Fígado, por isso as ações anti-ateromáticas e anti-hipertensivas sobrepõem-se.

Cardioregulador

As plantas cardioreguladoras conseguem normalizar a função do coração, conseguindo ter efeitos de hiper/hipofunção para a normalização. O efeito cardioregulador do *Crataegus* apresenta um vasto potencial na sua aplicação.

Cardiotónico

A ação cardioreguladora do *Crataegus* sobrepõe-se com a ação cardiotónica. Por isso, a aplicação desta planta é aplicada em muitas situações em que existe presença de mistura de deficiência e distúrbio do sistema do coração. Poderoso estes tipo de síndromes estar relacionados com a presença de diversos problemas em simultâneo como físicos, emocionais, e comportamentais.

A visão convencional do uso do *Crataegus* é focada nos sintomas físicos das patologias do coração, como arritmias, palpitações, entre outros. É uma planta medicinal de eleição para pacientes idosos com patologias degenerativas do coração.

De acordo com a medicina chinesa, o fruto do *Crataegus* tem sabor azedo (ácido) e doce, que ajudam a estabilizar o Qi do coração e o espírito do coração. O conhecimento antigo tradicional e investigações científicas modernas, permitiu perceber que o *Crataegus* consegue reduzir flutuações nas manifestações físicas do Qi do coração e psicológicas, controlando oscilações excessivas da energia, temperatura do corpo, pressão arterial e estados de espírito.

O uso mais vasto de *Crataegus* é possível, porque existe a necessidade por parte de pessoas, de todas as idades, por plantas medicinais com uma ação estabilizante da energia e emoções. De acordo com

documentos de herbalistas, antigos e modernos, o *Crataegus* pode ser usado para síndromes de deficiência, estagnação ou para Qi do coração instável: fragilidade emocional (devido a constituição frágil de uma criança); problemas na concentração ou desordens bipolares em crianças e adolescentes; síndrome de fadiga crónica com flutuações de energia de baixos valores para normais (ou ocasionalmente altos); flutuações de temperatura na menopausa e fragilidade emocional; dor no coração, pressão arterial alta, arritmias, palpitações, ou insónia em adultos; patologias degenerativas do coração em idosos.

Direção da energia

Crataegus tem 3 funções principais na direção da energia: 1) abrir e mover a circulação da artéria coronária, 2) estabilizar e enraizar o Qi e espírito do coração, associado ao seu sabor doce e 3) firmar o Qi e o espírito do coração, associado ao seu sabor azedo (ácido).

Caso clínico prático de acordo com a teoria da Medicina Chinesa

Sinais e sintomas: O paciente apresenta cansaço, flutuações de energia, palpitações (que pioram quando está cansado), mãos e pés frios, dor ocasional na área do coração (com flutuações no estado de espírito do normal à tristeza) e depressão ou apático (normalmente associados a flutuações de energia). O pulso está em vazio, ligeiramente escorregadio e tenso, em especial na posição do coração. A língua é pálida, mole, e ligeiramente trémula, com a presença de capa grossa de cor branca.

Diagnóstico: O paciente tem uma deficiência e instabilidade do Qi e espírito do coração resultando em cansaço, palpitações, e flutuações da energia e estado de espírito. Alguma estagnação do Qi do coração e do sangue e talvez presença de fleuma no coração, poderá contribuir para dores na área do coração e para circulação periférica diminuída.

Escolha do *Crataegus*: *Crataegus* pode ser selecionada primariamente para tonificar e estabilizar o Qi e espírito do coração, e secundariamente para mover o Qi e sangue, e para limpar a fleuma do coração.



Colaboração: João Carrilho

CANTINHO DO ASSOCIADO



Venho partilhar convosco uma experiência recente com os dois pontos acima citados, que sabia existirem, mas não sabia se funcionavam enquanto pontos de emergência/reanimação, tal como aprendi nas aulas de acupuntura.

Sabemos que existem e para que servem, agora se funcionam ou não... Habituada a reanimações cardiorrespiratórias “à séria”, aqueles dois pontitos pareciam-me muito fraquitos. Tinha algumas dúvidas quanto à eficácia destes pontos, mas hoje já não tenho e conto-vos porquê.

Durante uma cerimónia de promessas de escuteiros, numa igreja apinhada de gente, chamaram-me a propósito de um homem com 77 anos, que estava a sentir-se mal e tinha desmaiado. Alagado em suores, pálido/acinzentado, gelado, sem pulso e sem respiração, pedi imediatamente que chamassem o 112.

Noutros tempos teria iniciado as manobras de reanimação clássicas mas agarrei o 5º dedo e trinquei o 9C, instantaneamente ele inspirou, projetando a cabeça para trás, como se estivesse a sair debaixo de água, continuando inconsciente. Embora já lhe sentisse o pulso, “unhei” com força o 26VG, ao fim de cerca de seis segundos ele começou a balbuciar, sem abrir completamente os olhos (não se percebia...).

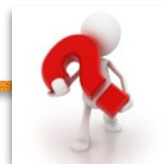
Voltei a morder o 9C e desta vez, embora fraquito disse “Ui, dói...” e pediu para ir à casa de banho. Embora amparado ao colocar-se de pé começou a cair e eu dei-lhe a 3ª trinca, visando sempre o 9C, à qual ele respondeu com um sonante palavrão e retirou a mão, já com algum vigor. Foi à casa de banho acompanhado e declarou sentir-se melhor.

Orientado no espaço e no tempo, ainda pálido e visivelmente debilitado referiu que a última coisa de que se lembra é de não conseguir respirar. Chegou o INEM e os sinais vitais estavam estáveis mas mesmo assim queriam levá-lo para o hospital. Ele assinou o termo de responsabilidade e não quis ir. Não deixei de ficar preocupada pois achei que ele deveria ter investigado o porquê dessa situação e ficou a promessa de que, no dia seguinte, iria procurar o seu médico.

Hoje, dois meses passados, ele já só se lembra do que se passou a partir da terceira “trinca”. Entretanto, durante uma amena conversa de amigos, em que alguém lhe disse “Sei lá se amanhã cá estou, sei lá se não caio para o lado...”, ouvi-o responder de imediato “Se caíres para o lado espero que esteja lá alguém para te morder o dedo”. Foi uma risada geral, mas, para mim, o essencial foi saber que, afinal, sempre funcionam. Pequenitos mas poderosos.

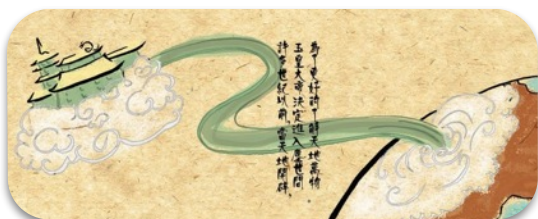
Autoria: Helena Ataíde

CURIOSIDADES



A lenda do zodíaco chinês

Como os doze animais conseguiram seus meses?



Há muito tempo, o Imperador de Jade celebrava seu aniversário no céu. Infelizmente, nesse momento, não havia forma de contar os anos, então, ele não podia ter certeza da idade que tinha. Por isso, ele decidiu encontrar um método de contar os anos.



O imperador enviou um de seus servos à floresta para anunciar que haveria uma corrida entre os animais e um prêmio especial para os 12 vencedores. Quando os animais ouviram a notícia, todos se questionaram sobre o que seria o prêmio.

No dia da corrida, o imperador chegou numa carruagem dourada. Assim que clareou a voz para falar, os animais fizeram silêncio. “Haverá uma corrida de uma margem à outra do rio. Os primeiros 12 animais que chegarem terão um ano com seu nome. O primeiro ano terá o nome do primeiro animal que chegar e assim por diante”, disse o imperador.



No dia da corrida todos os animais se alinham na linha de partida. Com a descida da bandeira começa a corrida e os animais correm em direção ao rio.

Os primeiros a chegar à margem do rio foram o gato e o rato, mas logo perceberam que o rio era maior do que haviam pensado. De fato, parecia bastante perigoso. Eles sentaram-se e, enquanto pensavam sobre o que fazer, o boi chegou. De repente, o rato teve uma ideia e perguntou, “Boi, você se importa de nos carregar através do rio?” O boi era um animal bondoso e por isso concordou de imediato.

O gato e o rato saltaram na cabeça do boi e juntos atravessaram o rio. Assim que estavam prestes a chegar à outra margem, o rato deu um salto da cabeça do boi, fazendo que fosse o primeiro a chegar à outra margem.



“Parabéns!”, disse o imperador. “O primeiro ano terá seu nome” O boi ficou furioso por ter sido enganado, mas, sendo o segundo animal a atravessar, o segundo ano ficou com seu nome.

Houve um longo período até o tigre chegar, exausto após ter nadado duramente. O imperador ficou satisfeito com seus esforços e deu seu nome ao terceiro ano.



O tigre foi seguido pelo coelho, que surpreendeu o imperador. “Todos sabem que os coelhos não sabem nadar. Com certeza você trapaceou!”



O coelho explicou que é verdade que não sabia nadar, mas que tinha conseguido atravessar o rio saltando entre as pedras e navegando em cima de um tronco. O imperador ficou impressionado e atribuiu-lhe o quarto ano.

O imperador estava deliciado com o que havia visto. Todos os animais haviam mostrado tremendo empenho em atravessar o rio, mas ele esperava que o dragão que tanto consegue nadar como voar fosse facilmente ganhar. No entanto, o dragão não estava à vista.



Precisamente nesse momento, uma sombra desceu sobre os animais no momento em que o dragão se aproximava para pousar. “Finalmente chegaste. Onde tens estado?”, perguntou o imperador. “Tive de fazer chover, depois vi um coelho tentando atravessar o rio em cima de um tronco, por isso tive de criar vento para ajudá-lo a atravessar”, disse o dragão. “Muito bem. És o quinto animal a chegar, por isso ficas com o quinto ano”, disse o imperador.



Os animais bem sucedidos juntaram-se na margem e observaram o resto dos participantes atravessarem o rio. O cavalo nadava furiosamente e estava prestes a alcançar a terra quando a cobra rastejou por baixo de seus cascos. O cavalo ficou tão surpreso que recuou em choque, permitindo que a cobra se esgueirasse pela linha de chegada e ficasse em sexto lugar. O cavalo chegou em sétimo lugar e ficou feliz com isso.



Depois ocorreu a vista mais fantástica de um dia extraordinário, um galo, um macaco e uma cabra viajando juntos numa jangada. O galo havia encontrado uma jangada e os outros dois ajudaram-no a remover os juncos e a navegar. Quando finalmente chegaram à margem, o imperador estava deliciado. “Nunca vi um exemplo tão formidável de trabalho em equipe!” E assim atribuiu à cabra o oitavo ano, ao macaco o nono ano e ao galo o décimo ano.



Houve um longo período até que o animal seguinte chegasse. O imperador começou a questionar se algum outro animal ainda chegaria e se o desafio que havia lançado seria muito difícil. Mas a preocupação era infundada, pois o cão nesse momento apareceu e se aproximou da margem. O cão explicou que a água estava tão limpa que não resistiu tomar banho no rio. O imperador riu e atribuiu-lhe o décimo primeiro ano.



Só faltava ver que animal chegaria em último lugar. Os animais estavam discutindo o assunto quando o porco apareceu na margem ganhando o décimo segundo ano. A trombeta do imperador soou e o ele começou a falar. “Parabéns a todos os animais que conseguiram atravessar o rio hoje. Seus nomes serão lembrados para sempre devido a seus fantásticos esforços”, disse ele.

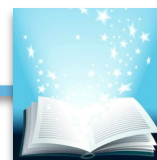


Mas o que aconteceu ao gato que se sentava na cabeça do boi? O rato empurrou-o de volta para o rio e ele foi levado à margem original, e desde então gatos e ratos se tornaram inimigos.



Colaboração: Ricardo Teixeira

LIVRO DO MÊS



Coleção de 4 livros de ilustrações de pontos de acupuntura e zonas reflexas

RESUMO

Esta coleção de quatro livros (com 13x18 cm) foi escrita por professores e especialistas da Faculdade de Acupuntura, Moxabustão e Tuí Na da Universidade de Medicina Chinesa de Pequim.

As suas ilustrações são fotografias onde se identificam os diferentes pontos, tornando o estudo mais fácil porque permite a localização dos pontos de forma simples e precisa.

Estes livros, escritos em Chinês e em Inglês, são orientados para estudantes, professores e especialistas em Medicina Tradicional Chinesa.

• Illustration of Extrapoints (91 pág.)

Os pontos extraordinários permitem obter bons efeitos terapêuticos e são muito utilizados, tendo por isso grande valor em termos clínicos e académicos.

Neste livro apresenta-se a localização dos pontos extraordinários e indicações terapêuticas para o tratamento das doenças mais comuns.

• Illustration of Combination Points (211 pág.)

Este livro está dividido em sete capítulos onde apresentam a localização da combinação de pontos de acupuntura para o

tratamento de patologias nas áreas de medicina interna, cirurgia, ginecologia, pediatria, traumatologia e ortopedia, dermatologia, oftalmologia e otorrinolaringologia.

Cada combinação de pontos está ilustrada com duas imagens: uma fotográfica e outra anatómica. A combinação destas duas imagens permite ao terapeuta identificar de forma simples e precisa os diferentes pontos apresentados.

• Illustration of Specific Accupuncture Points (145 pág.)

Neste livro apresenta-se a localização de pontos de acupuntura específicos com indicações sobre as patologias que permitem tratar.

• Illustration of Ear Reflex Zones (99 pág.)

As zonas reflexas permitem obter bons efeitos terapêuticos e são muito utilizadas, tendo por isso grande valor em termos clínicos e académicos.

Neste livro apresenta-se a localização das zonas reflexas da orelha com indicações terapêuticas para o tratamento das doenças mais comuns.

Editada pela China Medical Science & Technology Press, em 2013 (bilingue: chinês e inglês).

COLEÇÃO DE 4 LIVROS:

Preço normal: 43,00 € (c/IVA incluído)

Preço promocional: 33,00 € (c/IVA incluído)

Promoção válida de 15/06 a 15/07, disponível nas lojas **PANDA** (salvo rutura de stock, não inclui custos de envio).



PANDA - Lisboa

C.C. Palladium, loja 5A, R/c | Av. Liberdade, 7 | Lisboa
tel: 21 3479224, tlm: 91 8356375
panda.lojalisboa@gmail.com

PANDA - Matosinhos

R. Tomás Ribeiro, 506 | Matosinhos
tel: 22 9380071, tlm: 96 6536569
panda.lojamatosinhos@gmail.com



Apoios:



Parceiros:



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