

Boletim Informativo MEDICINA ENERGÉTICA

Terapêuticas Não Convencionais (p.3)

O processo de regulamentação das sete terapêuticas não convencionais está a avançar a bom ritmo.

A tipologia Terra (p.5)

Nesta edição será feita uma ligeira abordagem sobre as características que se enquadram na tipologia Terra.



Angina de peito (p. 9)

Nesta edição apresenta-se a etiopatogenia e os tratamentos da angina de peito pela medicina alopática e energética.



NOVAS PORTARIAS (P. 3)



OUTONO - TEMPO DE
TRANQUILIDADE (P. 8)



FITOTERAPIA - KUDZU (P. 14)

FICHA TÉCNICA

Boletim informativo Medicina Energética

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

Outubro 2014

14.^a Edição

Diretor

Luís Dias

Redação e Conteúdo

Anabela Rodrigues e Sylvia Silva

Design e Produção

Cláudia Ferreira

Colaboradores

Gustavo Desouza | Helena Ataíde | Lúcia Lourenço
Ricardo Teixeira | Sandra Marques

Propriedade

Associação de Medicina Energética

Contactos

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

A Associação de Medicina Energética
IVN Portugal,

tem estado bastante atenta às
movimentações políticas na
regulamentação das “Terapêuticas
Não Convencionais”.

O processo de regulamentação das
sete terapêuticas não convencionais
está a avançar a bom ritmo, até ao
dia de hoje já saíram sete portarias
que vão regulamentar a Lei 71/2013.

A ACSS, no seu site oficial tem
publicado todas as portarias e está á
espera da portaria referentes ao
plano de estudos. Acreditamos que
todo o processo político vai ficar
concluído este ano e que a ACSS vai
poder emitir as Cédulas Profissionais
já no início do ano 2015.

Queremos estar ao lado dos nossos
Associados em todo este processo.

Queremos também continuar a
desenvolver planos de estudos de
grande rigor técnico-científico, que
possam valorizar profissionalmente
os Associados do IVN Portugal.

Com um Abraço Amigo,

Luís Dias

REGULAMENTAÇÃO



Terapêuticas Não Convencionais

O processo de regulamentação das sete terapêuticas não convencionais está a avançar a bom ritmo. A legislação inicialmente aprovada – a Lei n.º 45/2003, de 22 de agosto – estipula a aprovação e regulamentação suplementar que a ACSS, I.P., em colaboração com outras entidades, como a Direção-Geral da Saúde, a Direção-Geral do Ensino Superior e a Agência de Avaliação e Acreditação do Ensino Superior, já concluiu, possibilitando o acesso às respetivas profissões e salvaguardando a segurança dos utentes.

Para rececionar os pedidos de cédula e registo profissional, a ACSS está a preparar uma plataforma informática que permitirá o registo on-line dos profissionais otimizando os procedimentos administrativos inerentes a este processo.

Até ao momento foi já publicada a seguinte legislação:

- [Portaria n.º 181/2014](#), de 12 de setembro – que cria o grupo de trabalho de avaliação curricular dos profissionais das terapêuticas não convencionais.
- [Portaria n.º 182/2014](#), de 12 de setembro – que estabelece os requisitos mínimos relativos à organização e funcionamento, recursos humanos e instalações técnicas para o exercício da atividade das terapêuticas não convencionais.
- [Portaria n.º 182-A/2014](#), 12 setembro – que fixa o montante das taxas a pagar pela cédula profissional.
- [Portaria n.º 182-B/2014](#), de 12 de setembro – que fixa as regras a aplicar ao requerimento e emissão da cédula profissional.
- [Portaria n.º 200/2014](#), de 3 de outubro – referente ao seguro de responsabilidade civil profissional.
- [Portarias n.º 207 A a G/2014](#), de 9 de outubro – relativas à caracterização e aos conteúdos funcionais das terapêuticas não convencionais.

Anteriormente, havia já sido publicada a [Portaria nº 25/2014](#), de 3 de fevereiro, que regula as competências do Conselho Consultivo para as terapêuticas não convencionais.

Aguarda-se agora a publicação das portarias referentes ao **plano de estudos** das sete terapêuticas não convencionais.

Fonte: acss.min-saude.pt



Conselho Consultivo

A 7 de outubro foi publicado o [Despacho N.º 12337/2014](#) que designa os elementos que integram o Conselho Consultivo para as Terapêuticas não Convencionais em Diário da República.

Este foi emitido pelos Ministérios da Saúde, da Educação e Ciência e da Solidariedade, Emprego e Segurança Social - Gabinetes dos Secretários de Estado Adjunto do Ministro da Saúde, do Ensino Superior e do Emprego.

Despacho n.º 12337/2014

A Lei n.º 71/2013, de 2 de setembro, que regula o acesso às profissões no âmbito das terapêuticas não convencionais, e o seu exercício, determina a criação do Conselho Consultivo para as Terapêuticas não Convencionais, como órgão não remunerado de apoio ao Ministro da Saúde para as questões relativas ao exercício, formação, regulamentação e regulação das profissões previstas naquela lei, devendo as suas competências e regras de funcionamento constar de portaria a aprovar pelo membro do Governo responsável pela área da saúde.

Neste contexto, através da Portaria n.º 25/2014, de 3 de fevereiro, foram estabelecidas as competências e regras de funcionamento do Conselho Consultivo para as Terapêuticas não Convencionais.

Importa, agora, proceder à designação dos elementos de que compõem o referido Conselho, nos termos do disposto no artigo 18.º da citada lei.

Assim, ao abrigo do disposto no artigo 18.º da Lei n.º 71/2013, de 2 de setembro, determina-se o seguinte:

São designados para integrar o Conselho Consultivo para as Terapêuticas não Convencionais:

- a) Dr. Pedro Ribeiro da Silva, em representação da Direção-Geral da Saúde, que preside;
- b) Dr^a. Sara Maria Calado da Silva, em representação da Direção-Geral da Saúde;
- c) Dr. Alberto Matias Rosário, em representação da Administração Central dos Serviços de Saúde, I. P.;

d) Dr. Afonso Costa, em representação do ministério da tutela do ensino superior;

e) Dr^a. Alexandra Teixeira, em representação do ministério da tutela do trabalho;

f) Maria Deolinda Camilo Rodrigues Fernandes e Eduardo Augusto Vicente em **representação da acupuntura**;

g) Maria Manuela Nunes da Costa Maia da Silva e Carlos Fernando Campos Ventura em representação da fitoterapia;

h) António Manuel Machado Fernandes Novaes e Jorge Manuel Barbosa Fonseca, em representação da homeopatia;

i) Pedro Choy de Amélia Cordeiro e José Manuel Mendonça da Costa Faro, **em representação da medicina tradicional chinesa**;

j) Manuel da Rocha Coelho de Melo e António José Afonso Marcos, em representação da naturopatia;

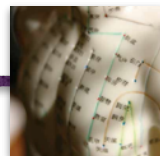
k) Augusto José de Proença Baleiras Henriques e Ângelo Vidigal Lucas, em representação da osteopatia;

l) António Felismino Alves e Paulo Valente, em representação da quiropraxia;

m) Dra. Maria Helena Pacheco Pinto Ferreira, em representação da Ordem dos Médicos;

n) Prof.^a Doutora Maria da Graça Campos, em representação da Ordem dos Farmacêuticos;

o) Dr. Paulo Fonseca e Engenheira Fátima Santos, em representação de entidades de defesa dos direitos do consumidor.



A tipologia Terra

No seguimento do artigo anterior, vamos continuar a debruçar-nos sobre as diferentes tipologias constitucionais. Neste artigo vamos falar da Tipologia Terra, será apenas uma ligeira abordagem, uma vez que é um tema extenso e complexo. É interessante pensar na nossa roda de amigos e imaginar quais encaixam em cada uma das tipologias.

A Tipologia nos clássicos

No *Ling Shu* encontramos referências a 25 tipologias clássicas e 5 tipos de homens que pertencem ao Yin e ao Yang.

No artigo anterior falamos da divisão em *Yang* e *Yin*, presente no *Ling Shu*, capítulo 64, denominado *Yin Yang Er Shi Wu Ren* (Os vinte e cinco tipos de pessoas dentro das diversas características *Yin* e *Yang*). No mesmo capítulo encontramos a referência que “dentro das seis direções, entre o Céu e a Terra, nada se pode afastar dos cinco elementos e o Homem corresponde a isso”, logo os vinte e cinco tipos de pessoa que pertencem aos cinco elementos, estão excluídas as pessoas do tipo *Yin* e *Yang*.

No capítulo 72 do *Ling Shu*, designado *Tong Tian* (os diferentes tipos de Homem), “os cinco tipos de pessoas são *Tai Yin*, *Shao Yin*, *Tai Yang*, *Shao Yang* e uma forma suave de *Yin* e *Yang*”. Estas não são pessoas comuns por isso não aparecem na classificação das 25 tipologias clássicas.

O Imperador queria saber como distinguir cada uma destas cinco tipologias *Yin* e *Yang*. Então o Mestre disse que o:

- *Tai Yin* é “um homem ganancioso, não é sincero e nem generoso, não gosta de dar mas adora tirar, esconde o seu coração para não se expor, não se preocupa em fazer o bem e aproveita-se do tempo e do comportamento dos outros.”
- *Shao Yin* “tem interesse em tirar vantagem de tudo e todos com intenção de lesar os outros, fica feliz quando vê algum ferido como se fosse paga por alguma coisa má que tenha feito. Sente-se feliz com a desgraça dos outros e sente raiva quando alguém é felicitado por algo que tenha feito bem, é uma pessoa ciumenta e não nutre simpatia por ninguém”.
- *Tai Yang* é um “homem que geralmente está satisfeito consigo mesmo, fala de atos e feitos grandiosos mas é incompetente, fala da sua destreza sem hesitação. Considera-se sempre certo e quando falha raramente se arrepende”.



- *Shao Yang* “geralmente é cuidadoso a lidar com as coisas, gosta de vangloriar o seu prestígio mesmo que ocupe um cargo menor ele acha que é imprescindível e faz questão de salientar isso. Gosta de comunicar com os outros mas não consegue ficar perto de quem gosta”.
- O homem toca ligeiramente o *Yin* e o *Yang* “é do tipo calmo, não se sujeita a medos acidentais ou a excessos de alegria, é trabalhador, quando tem oportunidades não luta por elas, adapta-se facilmente às mudanças, quando recebe honras é modesto”.

O Imperador pergunta ao Mestre como distinguir estas pessoas na rua caso se depare com uma delas.

O Mestre responde:

- “o *Tai Yin* tem a pele escura e preta, tem uma aparência solene mas uma consciência medíocre, têm o corpo alto e os músculos do pescoço são proeminentes como se fosse corcunda”,
- “o *Shao Yin* é frio e superficial, gosta de ofender os outros com uma capacidade insidiosa, fica de pé rapidamente e inclina-se para o lado, anda como que prostrado”,
- “o homem *Tai Yang* aparenta estar à vontade e alegre, sempre satisfeito consigo mesmo, peito erguido e abdómen proeminente dando a sensação que a fossa poplítea estivesse encurvada”,
- “o tipo *Shao Yang*, faz um ligeiro meneio da cabeça quando se levanta, balança o corpo quando anda e com frequência põe os dois braços e os cotovelos para trás”,
- “quanto ao homem ligeiramente *Yin* e *Yang*, a sua aparência é boa, é uma pessoa obediente, gentil e respeitosa. É amigável e agradável, tem uma aparência boa as pessoas referem-se a ele como sendo um cavalheiro”.

A Tipologia Terra nos clássicos

Voltando ao *Ling Shu* capítulo 64:

“O Homem tipo Terra nos cinco tons é o *Gong* e semelha-se às pessoas do centro”, têm “pele amarela, rosto redondo, cabeça grande, ombros e costas bem desenvolvidas, abdómen grande, pernas e coxas fortes, mãos e pés grandes, passos firmes”, em termos mentais “são honestos, têm um coração bondoso, gostam de fazer coisas em benefício dos outros, detestam o poder e a influência, tendem a confiar nos outros”.

O Corpo Terra

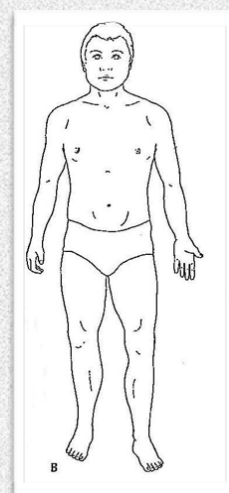
A Face Terra:

- Cabeça grande;
- Face arredondada como a Terra;
- Lóbulo da orelha bem desenvolvido;
- Nariz bem desenvolvido;
- Queixo bem desenvolvido;
- Zona das mandíbulas são bem vincadas;
- Uma boca grande e generosa;
- Equilibrada nos três andares da face;
- Muitas pessoas do elemento Terra têm um tom de amarelo pálido no rosto.



O Corpo Terra:

- Corpo bem proporcionado;
- Ombros e costas bem desenvolvidos;
- Abdómen largo;
- Marcha lenta mas segura (carácter lento da Terra);
- Não são fisicamente ativos;
- As pessoas Terra não são musculadas, elas são suaves e redondas, até mesmo os seus músculos;
- A pessoa tipo Terra por vezes tem a tendência de colocar a mão no abdómen de forma a proteger esta área que sentem fraca e vulnerável;
- Adoram o toque o contacto físico, especialmente dar abraços. Alguns autores dizem que as pessoas Terra dão os melhores abraços.



A Mão Terra:

- Mãos e pés relativamente pequenos;
- Mãos largas e carnudas;
- Dedos espessos e gordos;
- Dedos cheios e curtos.



A Psique da pessoa Terra

Características mais visíveis:

- São pessoas:
 - Realistas;
 - Equilibradas;
 - Com pouca ambição;
 - Filósofos.
- Sentem o coração em paz;
- Só querem agradar os outros;
- Nutrem as pessoas;
- Não gostam do poder;
- Não fazem distinção de classes;
- Inspiram sinceridade e devoção;
- Estações do ano;
 - Gostam do Outono e Inverno;
 - Não gostam da Primavera e do Verão.
- Fazem boas previsões para o futuro devido à sua capacidade de pensamento sistemático;
- Têm uma grande habilidade para as finanças, poupar e dar destino a coisas aparentemente inúteis;
- Gostam de comida, conforto e do quente.

Ao longo da vida as pessoas vão tentando encontrar o seu espaço no mundo, e sentir-se equilibradas e isso faz com que certas dificuldades venham a surgir, dificuldades essas que são próprias de cada uma das tipologias. Então podemos dizer que as dificuldades e questões de vida que as pessoas de tipologia Terra irão ter pela frente são:

- Sentir-se apoiado;
- Nutrir-se;
- Sentir-se estável e centrado;
- Clareza mental;
- Ser compreendido;
- Passar à ação;
- Não conseguem sair da zona de conforto;

A emoção ligada à Terra é a *Preocupação*, é normal preocupar-nos com o atraso no pagamento do ordenado, do filho que saiu e ainda não voltou e não deu notícias, no entanto a pessoa Terra leva a um extremo o ruminar de pensamentos de todas as decisões ou possibilidades que fez ou podia fazer, vezes sem conta.

Tipologias Mistas

Como referimos no último artigo existem pessoas que têm mais do que uma tipologia, neste caso são conhecidas por serem de Tipologia Mista. Embora possam ter mais do que uma tipologia, existe sempre uma que é predominante. Segundo os Cinco Movimentos existem tipologias que por natureza são equilibradas e outras menos equilibradas. Todas as tipologias que seguem o ciclo de Produção são boas e as que seguem o ciclo de Inibição são menos boas.

No caso da Terra:

Tipologias mistas com um bom equilíbrio: Terra com Metal e Fogo com Terra.

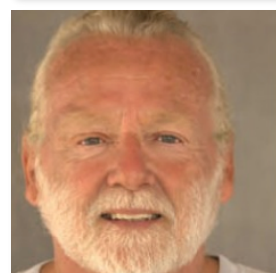
Tipologias mistas com um equilíbrio menos bom: Madeira com Terra e Terra com Água.

Patologias Associadas à Tipologia

- Sistema Baço/Estômago
- Problemas digestivos
- Diarreias
- Úlceras
- Distensão abdominal
- Doenças da pele e do tecido conjuntivo
- Mucosidades vão se manifestar

Para os sábios com a idade vem a sabedoria, os ancestrais chineses que se dedicavam ao estudo das tipologias diziam que com a idade tanto as nossas características físicas como as mentais, vão se aproximar da tipologia Terra independente da tipologia que somos.

Pessoas Terra



Colaboração: Ricardo Teixeira



Outono - Tempo de tranquilidade

O ano aproxima-se do fim, lá se foi o florescer e desabrochar da Primavera e o calor e excitação do Verão, com o caminhar para o frio e introspeção do Inverno.

Agora que estamos no outono podemos perceber que o nosso corpo se contrai novamente. Espontaneamente buscamos ambientes um pouco mais fechados para estarmos com os amigos mais próximos.

O outono é uma estação de transição entre o calor e a humidade do verão, para um período mais seco e um pouco frio. A energia da Terra (fim do verão) transforma-se em Metal (outono). É a estação do Elemento Metal e seus órgãos correspondentes são o Pulmão e o Intestino Grosso, sua cor é o Branco, cor da pureza e da essência.

O Elemento Metal controla o Pulmão, que extrai a energia essencial Yang (vinda do oxigênio) e expelle as toxinas do sangue. Tem como correspondência:

- a direção – Oeste;
- o tempo do dia – Anoitecer;
- as partes do corpo – Cabeça, Pele e Pelos;
- o orifício e órgão dos sentidos – Nariz;
- os fluidos corporais – Descarga Nasal;
- o tipo de voz – Lamento e Choro;
- a energia cósmica – a Secura;
- a emoção – Tristeza;
- o odor – Nauseabundo;
- o sabor – Picante;
- a fruta – Pêssego e
- a espécie animal – Cavalo.

Para a Filosofia Chinesa, tudo o que acontece na Natureza acontece também connosco, assim como acontece com a terra, com as plantas ou com os animais. Isto dá-se porque todos esses elementos juntos – Terra, Plantas, Animais e nós Seres Humanos – são o que compõe a natureza, no sentido de Ser na natureza.

O outono traz uma busca de maior intimidade nos relacionamentos. Estamos-nos a preparar para o inverno, para o recolhimento e cozinarmos mais os alimentos conforme caminhamos para ele. Já podemos

assar algumas carnes ou tortas e fazer sopas de cozimentos mais lentos. O outono pede alimentos contractivos, como os de sabor ácido e as raízes como cenoura ou nabo, que nos dão foco e firmam o nosso centro. Precisamos também do sabor picante da cebola, alho, gengibre, canela, que aquecem e levam a energia para dentro fortalecendo os nossos pulmões.

Os três meses de outono chamam-se o período de tranquilidade da nossa conduta. As folhas secam e caem, nasceram na primavera, atingiram o auge no verão e estão a ir embora, a árvore fica nua! É o momento da renovação.

Prepare-se para o aconchego do inverno, para a introspeção. No outono as pessoas devem deitar-se cedo e levantar-se cedo, com o cantar do galo. Devem ter o espírito em paz, a fim de minimizarem as consequências do outono.

O desequilíbrio do corpo neste período reflete-se por perda de recursos, que no organismo humano pode ser por retenção de excessos, p.ex. obstipação, ou ainda por falta de vitalidade, indisposição generalizada, problemas de garganta e do esófago, pelo aparecimento de certo tipo de paralisias, doenças debilitantes, fragilidade emocional, depressão, melancolia, discurso incoerente, eczema, asma, bronquite, gripe, nariz entupido, choro frequente, membros ou costas dolorosas.

Como sinal deste desequilíbrio poderemos ter o dormir de bruços que demonstra intestinos sempre sobrecarregados, o que predispõe a doenças.

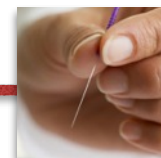
Prepare seu corpo e sua mente para o inverno, o tempo mais frio pede roupas, ambientes e alimentos mais quentes, desfrute um bom outono para passar um excelente inverno.

Nunca esqueça que existem quatro coisas na vida que não se recuperam: A pedra - depois de atirada; A palavra - depois de proferida; A ocasião - depois de perdida; O tempo - depois de passado.

Saúde e Paz para Todos!

Colaboração: Gustavo Desouzart

ACUPUNCTURA



Patologias na área da Cardiologia Angina de peito (angina pectoris)

Artigo baseado no seminário sobre Cardiologia ministrado pelo Dr. Tran Viet Dzung. Nesta edição será abordada a patologia angina de peito segundo a medicina alopática e energética e os tratamentos segundo estes pontos de vista.

Angina de peito de acordo com a Medicina Alopática

A angina de peito é caracterizada na literatura médica por uma dor violenta e constritiva (tipo facada) localizada na região precordial mas que pode irradiar para o braço esquerdo. A dor e a opressão no peito sinalizam uma limitação na irrigação sanguínea e um fornecimento inadequado de oxigênio para manter a atividade do coração. Na origem deste *déficit* está, quase sempre, um estreitamento ou bloqueio de uma ou mais artérias coronárias. A pessoa acometida queixa-se ainda de falta de ar, suores espontâneos e uma terrível angústia com sensação de morte iminente.

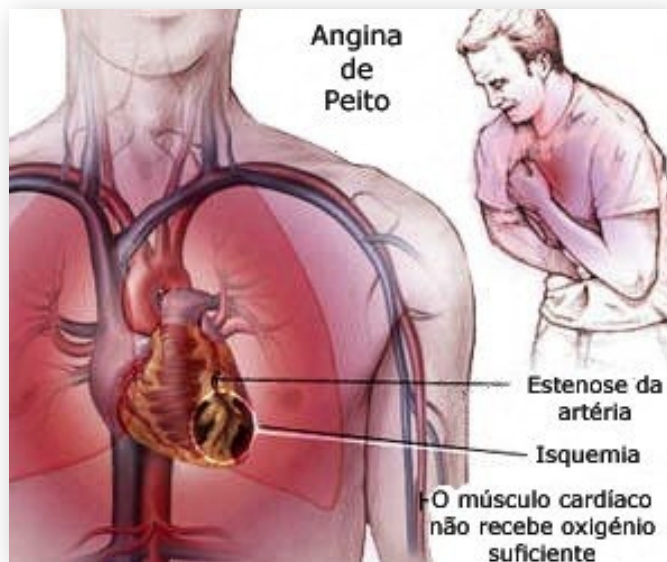
A angina de peito afeta cerca de 1 em cada 50 pessoas, nomeadamente indivíduos com mais de 50 anos, mas esporadicamente pode ocorrer também nos mais jovens. Os fumadores, as pessoas com colesterol elevado, os hipertensos, os obesos e os sedentários estão incluídos no grupo de maior risco.

Etiopatogenia

O miocárdio está permanentemente a trabalhar e para realizar a sua atividade necessita de fornecimento constante de oxigênio (O₂). Se o aporte de O₂ for inferior às suas necessidades, ocorrerá um desequilíbrio que desencadeia o estado de isquemia do músculo cardíaco caracterizado pela dor da angina de peito.

Algumas situações concorrem para o desequilíbrio transitório entre a necessidade e o aporte de oxigênio, sendo identificadas duas formas de angina de peito:

1ª. Angina ou angor de esforço: grandes esforços físicos, stress emocional ou mesmo exposição ao frio (vasoconstrição) aumentam o trabalho do músculo cardíaco e requerem um maior suprimento de O₂ que entretanto falta. Uma grande percentagem dos casos desta forma de angina é causada pela presença de



ateromas - placas de material gordo e cálcio - que se acumulam no interior das artérias coronárias, reduzindo o calibre dos vasos e criando obstáculos ao maior fluxo de sangue.

A pessoa acometida por angina de esforço é mais suscetível de infarto do miocárdio.

2ª. Angina ou angor de repouso: esta forma de angina de peito aparece normalmente de forma súbita e não está associada a momentos de maior esforço do músculo cardíaco. O angor de repouso está frequentemente relacionado com doenças nas válvulas cardíacas e problemas nas próprias artérias que provocam contraturas ou espasmos dos músculos lisos das artérias do coração, diminuindo o aporte de O₂. A pessoa acometida sente uma dor muito forte que irradia para o braço esquerdo, com sensação de que vai morrer.

A primeira forma de angina de peito é mais frequente do que esta segunda; no entanto, quanto a gravidade, a angina de repouso é a mais severa.

O Diagnóstico:

A partir dos sintomas, dos fatores agravantes e de alívio referidos pelo paciente, o médico suspeita de angina de peito e solicita exames para validar, ou não, a suspeita e, em caso positivo, identificar a gravidade da doença cardíaca.

Quando os sintomas se manifestam em períodos de maior trabalho do miocárdio, os meios de diagnóstico mais utilizados são o eletrocardiograma e a prova de esforço; havendo suspeita de doença coronária, o médico solicita uma angiografia.

O TRATAMENTO

- Via medicamentosa

Para o controlo dos ataques e das manifestações de angina de peito, para evitar a sua recorrência e a redução da possibilidade de ocorrência de infarte do miocárdio, existem várias classes de medicamentos.

1. Fármacos para reduzir a necessidade de um maior aporte de O₂ por parte do miocárdio: estes medicamentos atuam na diminuição da frequência cardíaca, da resistência vascular periférica e da contractibilidade ventricular.
2. Vasodiladores das artérias coronárias que aumentam o aporte em oxigénio, prevenindo, ou evitando, os espasmos musculares e a ocorrência de novas crises. Nesta classe enquadram-se os nitratos, os betabloqueadores ou antagonistas dos canais de cálcio. No controlo das crises dolorosas, a nitroglicerina, de administração sublingual, é uma prescrição farmacológica muito frequente embora nem sempre alivie a dor e a angústia.
3. Em indivíduos com história familiar de doenças coronárias, outras medidas medicamentosas passam pela aposta na prevenção. Para ajudar a evitar coágulos sanguíneos e reduzir o risco de ataques cardíacos nos pacientes com angina, o médico, sob determinadas condições, poderá prescrever uma pequena dose diária de aspirina. Em caso de colesterol elevado, podem ser prescritos fármacos para baixar o seu nível no sangue.

- Via cirúrgica

Em situações limite ou de complicações, o objetivo é o de diminuir a morbilidade com o recurso à intervenção cirúrgica (implantação de pontes em artérias coronárias e a angioplastia coronária).

- Via aconselhamento de práticas de estilo de vida saudável

Para a redução dos fatores de riscos que podem desencadear os ataques da angina de peito e manter um coração saudável, são dadas ao paciente indicações que passam pelas mudanças de comportamento e de estilos de vida como, por

exemplo, o controlo de peso, a dieta equilibrada onde se excluem as refeições pesadas, a cafeína e outros estimulantes, a diminuição ou eliminação do consumo de álcool e do tabaco, a prática regular de exercício físico, o controlo da hipertensão, uma boa gestão das emoções nomeadamente das situações de stress.

Angina de peito do ponto de vista da medicina energética



Angina de peito de acordo com a Medicina Energética

A dor é referida como a verdadeira dor cardíaca na presença de manifestações que lhe estão associadas como a dor aguda violenta, tipo pontada na região do peito, a opressão no peito, os suores frios; em geral, estes sintomas são remetidos para quadros de estagnação energética-sanguínea que criam obstáculos à circulação do sangue nos vasos, originando acúmulos de sangue, e suscitam a dor no peito.

Os energetistas concebem a causa e a patogenia da angina de peito a partir da localização, das características dores e dos outros sintomas associados.

Etiopatogenia

Sentimentos reprimidos e situações emocionais não resolvidas, esforços excessivos sem o merecido descanso, dieta imprópria com excesso de alimentos gordos e de natureza fria, lesam o livre fluir da energia; como a energia impulsiona o sangue, a estagnação da energia retarda ou bloqueia a circulação do sangue. Quando este quadro se passa no território do coração, o paciente queixa-se de dor na região precordial como facada, de opressão dolorosa no peito e, às vezes, refere que a dor irradia para os ombros e braços.

O médico energeticista observa o corpo da língua e constata que se apresenta de cor púrpura escura, com pontinhos roxos, veias sublinguais engurgitadas; palpa as artérias radiais e sente o pulso rugoso.

Nos casos mais graves, para além da dor violenta e sensação de morte eminente, o paciente queixa-se de frio nos membros e, nalguns casos, refere perda de sentido; os lábios apresentam-se cianóticos e a língua pálida com saburra branca. O pulso apresenta-se muito fraco. Trata-se de um quadro de fraqueza ou insuficiência da energia ou do Yang do Coração em que não há força para dar impulso à circulação do sangue nos vasos, causando a dor cardíaca.

O Diagnóstico Diferencial das Síndromes

Na dor da angina de peito a Alopátia refere o desequilíbrio transitório entre *aporte/necessidades de O₂*.

Na presença de dor violenta no peito, a Energética refere condições de deficiência e de excesso, sabendo-se que, no decorrer da evolução do quadro, as síndromes podem alterar a sua natureza.

Síndromes de excesso associando Frio, Qi e Xué:

1. Obstrução à circulação energética-sanguínea no território do Coração.
2. Para além desta síndrome, Dr. Tran aborda também a cardialgia de origem não cardíaca, matéria abordada na última parte deste artigo.

Síndromes de deficiência com envolvimento dos órgãos relacionados diretamente com a produção e circulação de Qi e Xué:

1. Vazio global de Yang que provoca um estado de frio.

Esta condição de Vazio global de Yang pode lesar todos os órgãos mas atinge nomeadamente dois em particular:

- a) O *Coração*, mais concretamente, uma insuficiência na polaridade Yang do Coração ou dos vasos sanguíneos, resultando numa diminuição na circulação de sangue nos vasos.
- b) O *Baço*, mais concretamente uma insuficiência na polaridade Yang que não consegue metabolizar/ transformar a humidade.

Se não tratada, há uma progressão desta condição e consequente complicação do quadro: a humidade transmuta-se, passando por vários estádios até chegar à mucosidade-fogo que vai então se concentrar e acumular nos vasos, criando obstáculos à circulação

sanguínea e lesando o Coração. O bom energeticista deve evitar de todo esta evolução.

O TRATAMENTO

Segundo a Diferenciação de Síndromes

O diagnóstico diferencial a partir da Energética determina a Estratégia Terapêutica, os Princípios Terapêuticos e a aplicação do Tratamento.

Estratégia geral para a angina de peito

Dr. Tran recomenda a utilização de três pontos imprescindíveis no combate à dor: VC-17, MC-4 e MC-6.

VC-17 é um ponto autorregulador, ativa a circulação energética ao nível do tórax e combate a compressão.

- a) ponto de encontro entre o Fogo que vem do Mestre do Coração e a Água que vem do TA;
- b) ponto que pertence ao Tong Qi e está no Aquecedor Superior, onde temos o Pulmão e o Coração (na alopática, temos o fenómeno da hematose, o estado dos vasos, a eficácia e circulação do sangue, a atividade elétrica do coração);
- c) ponto de trânsito da energia Wei que age sobre o PO e o SHEN (ter em mente o sofrimento com sentimento de angústia e medo de morrer característicos da angina de peito).

MC-4 é um ponto Xi-cleft, ou de emergência, usado em todos os desequilíbrios energéticos que afetam a muralha energética de proteção do Coração e o próprio Coração, desbloqueando o MC e removendo a estagnação energética-sanguínea.

Este ponto localiza-se a 5 cun proximais de MC-7; no entanto, deve-se perguntar ao doente onde é o ponto mais sensível e considerá-lo como MC-4.

MC-6

- a) ponto Luo ou de conexão do MC-TA,
- b) ponto de abertura do Yin Wei Mai ("wei" tem sentido de ligação, ligando todos os níveis energéticos Yin: TaiYin, JueYin, ShaoYin e VC; "Yin" porque tonifica o Yin e o Sangue); Yin Wei Mai é um meridiano conectado com problemas do Coração, órgão propulsor do sangue;
- c) desbloqueia o Shao Yin, a descompressão torácica, a circulação de sangue e elimina a dor cardíaca.

Estratégia de Tratamento de acordo com a Diferenciação de Síndromes

Síndromes de deficiência (com envolvimento dos órgãos relacionados diretamente com a produção e circulação de Qi e Xué)

No período de crise, há que ajudar a combater as causas da dor cardíaca e a manter a melhoria. Este resultado é obtido através de atos energéticos sobre os principais órgãos envolvidos, a saber:

- equilibrar o eixo Shao Yin ou a relação Coração e Rim (importante em todas as patologias que envolvem o Coração) e
- fortalecer o Baço, principal produtor do sangue.

Um *Ciclo de Tratamento* corresponde a 20 sessões, sendo que

Até a 10ª Sessão, 3 sessões por semana

A partir da 11ª Sessão, 2 sessões por semana.

Durante este período, recordar ao paciente a necessidade de ter uma boa higiene de vida, fundamental na ajuda ao combate da doença, nomeadamente:

- Evitar a exposição ao frio (estático) e sobretudo ao vento-frio (dinâmico, como as correntes de ar), agasalhando-se bem.
- Diminuir os esforços físicos, contribuindo para a redução da atividade do miocárdio, diminuindo as necessidades em O₂.
- Ter serenidade de alma e de espírito, procurando a quietude e evitando situações de stress inúteis que lesam o eixo Shao Yin.

Vazio global de Yang

Sabendo-se que o Rim é a fonte do Yin e do Yang, a estratégia de tratamento tem em conta a diminuição das funções de hidrogenese do Rim (devido ao stress) e de termogenese, com manifestações de frio-vazio.

Por sua vez, o frio-vazio interno vai permitir o ataque e a penetração do frio exógeno no corpo, desencadeando uma condição de excesso ou uma estagnação energética-sanguínea.

Princípios Terapêuticos:

- Agir diretamente na Fonte, nos Rins.

- Aquecer e Fortalecer o Yang dos Rins. Fortalecer e Nutrir o Yin dos Rins.

Acupuntura:

Recuperar a Função Hidrogenese do Rim

- Puncturar os pontos VC-4, Rn-3 e Rn-7 (em direção ao Rn-8), V-11 para os ossos (de forma indireta, consolida o Rim)
- Pontos para a medula raquidiana GI-16 e VB-39, VG-15, VG-20
- Moxa em V-23, V-52, V-43 (ponto de concentração de Jing do Rim), no ponto entre D7 e D8 (ponto de entrada e saída do Zhi/Força de Vontade, para estabilizar o mental; ter presente que o paciente vive em angústia e stress permanentes que lesam o Rim) e puncturar Rn-3 (ponto da carapaça psíquica para combater o medo, o stress, a sensação da morte eminente).

A seguir, atuar na Função Termogenese do Rim

- Mobilizar o fogo ministerial com moxa nos pontos VG-4, V-13, V-14, V-15, V-42, V-43, V-44, VG-14;
- A seguir, puncturar VC-17, VC-12, E-25, VC-5 e VC-7, estimulando a função do TR nos 3 aquecedores.

Como o vazio global do yang influencia diretamente o Coração e o Baço, há que estimular estes dois órgãos.

Ajudar o Coração a cumprir a sua função, tendo sempre presente que o Coração é o mental e que o mental gere tudo.

- Aquecer com moxa V-15, o ponto Mu dorsal do Coração (0,5 cun lateral a V-15), os pontos que se situam 1 cun acima e abaixo de V-15, o ponto entre C5 e C6 (entrada e saída do Shen) e V-44 (Jing Shen Shen, hormona energético endógeno que potencia o efeito de V-15, permite o bom funcionamento do Coração e a recuperação do Yang).
- Puncturar C-7.

Ao estimular estes pontos, pensar nos gânglios simpáticos, no tronco simpático ao longo da coluna vertebral e nos neurónios que se dirigem ao coração com o propósito de estimular a transmissão sináptica.

- Para minorar a angústia, melhorar a circulação sanguínea e evitar a isquémia, incluir o ponto da carapaça psíquica C-3.

Ajudar o BP Yang a cumprir a sua função de metabolização da Humidade.

Quando não tratada, a Humidade progride até à formação de mucosidade-fogo (placas de ateromas), o que convém evitar de todo.

– VC-12, F-13, V-20 e V-21, E-42, Rt-3, E-25, GI-4, GI-11, E-36, Rt-6, o ponto entre D4 e D5, Rt-1, VB-40 e Rn-3;

– Atuar na formação, circulação e exteriorização da energia Wei.

Na sua formação com VC7 e VC-5, moxa nos pontos V22, V27, V25, V23, V-18

Na circulação e exteriorização com E-5, VC-23 e VC-22, E-30, F-13 e F-14.

– Eliminar as mucosidades, E-40, E-37 e Rt-3.

Síndromes de excesso (bloqueios energéticos associando Frio, Qi e Xué):

Estagnação ou obstrução à circulação energética-sanguínea no território do Coração.

Princípios Terapêuticos:

Fortalecer o Qi e fazer circular o Xué

(no caso de estagnação nos vasos sanguíneos por Frio), Aquecer os vasos e Vivificar o Xué

Acupuntura:

A fim de estimular a circulação energética-sanguínea, agir sobre:

– O Tong Qi, fazendo-o circular nos 3 aquecedores, com os pontos VC-17, VC-12, VC-6 e VC-4;

– A circulação da energia Rong com P-7 e GI-4;

– A condição de bloqueio energético-sanguíneo, com Rt-10 e V-17;

– A tonificação do sangue e a circulação da energia com a *Técnica das 4 Flores*, utilizando V-17 bilateral (Shu do diafragma), V-19 bilateral (Shu da VB);

– Os órgãos relacionados com o sangue, com moxa em V-15, V-18, V-20 (Shu dorsais do Coração, Fígado e Baço) e punctura em C-7, F-3, Rn-3 (ponto fonte desses órgãos);

– A parte mental de cada órgão, utilizando a carapaça psíquica com os pontos auriculares, finalizando com o ponto Shenmen.



Colaboração: Lúcia Lourenço e Sandra Marques

FITOTERAPIA



Kuzu ou Kudzu

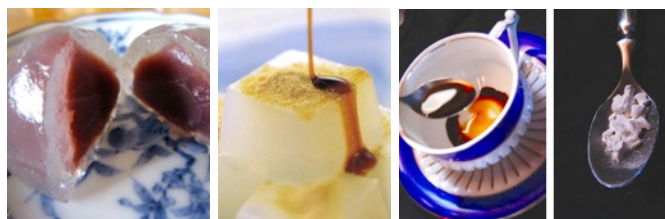
Pueraria lobata

Fécula branca/amido, feito a partir da raiz desta planta. Tem consistência semelhante a araruta.

Na alimentação é usado como espessante em refogados, molhos, sobremesas mas é também apreciado devido às suas propriedades terapêuticas.

O *kuzu* é usado no Oriente há milhares de anos. Surgiu no Ocidente, associado à Medicina Tradicional Chinesa e é também usado pelos adeptos da Macrobiótica.

Antes do sucesso entre os *chefs*, o *kuzu* já era usado pelas famílias japonesas na preparação de doces (*kuzumochi*) e até mesmo dissolvido em chás, já que é considerado um protetor para as membranas do corpo, melhora a digestão e a qualidade da flora intestinal.



Segundo o Prof. Carlos Ventura nas suas aulas de Bromatologia, os japoneses acreditam que o *kuzu* fortalece o *Hara*. Alguns autores caracterizam o *Hara* como uma zona anatômica definida superiormente como apêndice xifoide, inferiormente pelo púbis e lateralmente pela linha que une verticalmente as costelas à crista ilíaca. Outros autores consideram que esta zona se localiza duas polegadas abaixo do umbigo. Chamada de centro de morte, por alguns, por ser a região anatômica onde o suicídio (*harakiri*) é praticado, esta zona é maioritariamente identificada como “centro da vida” - o centro da energia intrínseca.

O *Hara* define a qualidade energética de cada pessoa e o “poder” dos vários movimentos das artes marciais. Ao proteger o *Hara* está-se a resguardar o tubo digestivo reforçando o intestino e modulando o seu funcionamento, tanto na obstipação como na diarreia. É uma mais-valia nas patologias intestinais.

Apesar deste “efeito regulador”, a sua ação é **rapidamente** visível na diarreia. Pode ser administrado no nosso organismo essencialmente pelo consumo da

fécula branca sublingual (deixando derreter na boca), o “chá de 3 anos” e a ameixa *umeboshi*.

Fécula branca

Esta forma é muito prática, deve fazer parte da nossa “farmácia de viagem”, permite reforços de 15 em 15 ou 30 em 30 minutos, até a crise passar, pode-se também dissolver a pedrinha de *kuzu* em água morna ou fria e beber.



Ameixa *umeboshi*

Quanto à segunda forma de aplicação, é muito eficaz em disenterias ou outras formas graves de diarreias resistentes.

O *umê* é originário da China e é normalmente chamado de ameixa apesar de ser um parente mais próximo do damasco. É um condimento natural e a tradução literal de *umeboshi* é *umê* (ameixa) e *boshi* (seca).



Segundo a MTC, *umeboshi* é desintoxicante, harmoniza a função digestiva e intestinal e fortalece a energia do pulmão. Possui sabor picante, azedo e salgado e é muito utilizada na culinária japonesa e macrobiótica para realçar o sabor do arroz. Altamente nutritiva, boa fonte de proteínas e minerais, é ainda recomendada como fonte de ferro, cálcio e fósforo, além de ajudar a aumentar a imunidade, daí então a sua fama de curar. Por serem feitas em conserva com sal, o seu uso deve ser controlado e mesmo evitado por hipertensos. Os órgãos do nosso corpo mais beneficiados pela ingestão do *umeboshi* são o fígado, vesícula biliar (em vinagre de *umeboshi*, ameixas de *umeboshi*), rins e bexiga (massa ou vinagre de *umeboshi*). Os japoneses dizem que colocar *umeboshi* no arroz vai inibir as bactérias e também ajuda na digestão. O seu consumo é bom para a digestão, prevenção de náuseas e de toxicidade sistêmica, incluindo ressacas, pelo que, comer um *umeboshi* por dia, protege contra o envelhecimento. Como é alcalizante tem um efeito regulador de acidez no nosso organismo.

Chá de 3 anos

O *Kukicha* (chá de 3 Anos) é considerado um presente dos Deuses. É o chá mais utilizado na macrobiótica por todo o Mundo. O nome “3 anos” advém do facto de serem utilizadas as folhas mais velhas, com 3 anos, da planta do chá.



O *Kukicha* foi divulgado no Ocidente pelo filósofo George Ohsawa e é um ótimo chá para uso diário, uma vez que praticamente não contém cafeína logo pode ser utilizado quer por adultos quer por crianças.

Este chá tem um efeito alcalinizante, fortalece e refresca quando cansados, tem efeito sedativo no caso de insónias e pode aliviar as náuseas e a gastrite.

Segundo Francisco Varatojo, é uma excelente bebida diária para pessoas com nefrite, cistite, neurastenia, doenças cardiovasculares, indigestão e fadiga geral.

Preparação: Juntar 3 colheres de sopa de “chá de 3 anos” para 1 litro de água fria e levar ao lume. Quando começar a ferver, reduzir o lume e deixar que ferva por 10 minutos. Coar logo de seguida. Os pauzinhos de chá podem ser guardados e utilizados por mais uma ou duas vezes.

A forma mais eficaz de obter resultado com o *Kuzu* e a realização de uma bebida que inclui as três formas de apresentação desta planta apresentados em cima. Esta prepara-se da seguinte forma:

- 1 Colher de chá de “pedacinhos” de *Kuzu*
- 1 Chávena de chá de “chá de 3 anos”
- Meia ameixa *Umeboshi*

Ferve-se o chá com a ameixa durante 2 a 3 minutos, apaga-se o lume e dissolve-se o *Kuzu*. Bebe-se morno e pode-se comer a ameixa.

A diarreia, enquanto doença, terá de ser tratada segundo o diagnóstico diferencial e etiológico, recorrendo às diversas técnicas de MTC, no entanto e enquanto sinal, ela tem de ser sempre parada rapidamente, pelo desconforto e consequências que poderão advir da sua persistência.

A minha prática clínica diz-me que ambas as formas de administração do *Kuzu* são muito eficazes, com a vantagem de não ser causador de uma obstipação reacional. O modo de tomar tem de ser adaptado ao momento e à intensidade da situação, mas as

maravilhas desta planta não se ficam por aqui, embora esta seja a sua forma terapêutica que menos se encontra na literatura.

A planta *Kuzu* também referida como *Puerariae Radix*, foi, durante a Dinastia Han Ocidental (206 a.C. – 9 d.C.), definida como uma das 50 ervas fundamentais do “Cânone de Shen Nong”.

Família das *Fabáceas* (Leguminosas)

Nomes Vulgares: *Ge gen*, puerária, KO-Ken

Habitat e distribuição:

Planta originária da China, Japão e Ásia Oriental, é cultivada nas regiões centrais e orientais da China e ilhas do Pacífico. São trepadeiras e organizam-se em arbustos, sebes e latadas. Muito resistentes a condições adversas, elas sobrevivem muito bem nas montanhas geladas e em clima frio.

Também muito comuns nos EUA, para onde foram levadas e cultivadas com o propósito de controlar a erosão do solo.

Inicialmente muito usada em latadas para sombrear alpendres. Esta planta sem o controle do clima de onde provem depressa se tornou, nos EUA, uma praga.

Trepadeira de crescimento rápido que pode atingir muitos metros, podendo crescer cerca de 30 cm por dia na estação favorável. As suas raízes com 18 cm de diâmetro igualmente chegam a crescer 3 cm por dia. Com heliotropismo elas movem-se de modo a maximizar o seu poder de fotossíntese.

Tornaram-se invasivas e as suas folhas simplesmente asfixiam qualquer outra planta cobrindo-a e impedindo a luz de lá chegar.



Partes Utilizadas: maioritariamente as raízes mas também flores, troncos e folhas (Siu-Cheong, 1985).

As raízes devem ser colhidas no final da Primavera ou início do Inverno, as folhas e troncos na Primavera e Verão, as flores no Outono tardio mas antes de completarem a floração. Podem ser usadas tanto frescas como depois de secas ao sol.



Propriedades: (Siu-Cheong, 1985)

- Raízes e Flores – sabor doce, neutro;
- Troncos – sabor doce, frio;

Canais envolvidos: Os meridianos do Baço e do Estômago

Usos tradicionais: resolve a superfície, expele o calor, promove a erupção dos furúnculos, aumenta a salivação, controla a diarreia, nutre os músculos e vasos (Hsu *at all.*, 1999), tendo como aplicações as doenças febris, dor de cabeça, pescoço rígido, inquietação sede diarreia, disenteria e sarampo que não esteja em irrupção.

Constituintes: Contém **isoflavonóides** (puerarina, daidzeína, daidzina); esteróide de natureza estrogénica, o **daidzeino**; saponinas; procianidinas oligoméricas; taninos condensados.

Farmacologia e atividade biológica: a fração com isoflavóides aumenta o fluxo sanguíneo a nível cerebral e coronário, diminui o consumo de oxigénio do miocárdio. Tem atividade espasmolítica. Diminui o teor de álcool no sangue. Tem ação estrogénica. Embora no início da ação suba o nível de glicémia, corrige-os de seguida para níveis fisiológicos.

Não se identificou ainda qual a substância que interfere no acoplamento de certas substâncias aos neuroreceptores no cérebro, o que diminui o desejo de fumar, de beber e, recentemente, estão a decorrer estudos que indicam o efeito benéfico desta planta no controle de comida. O grande efeito medicinal desta planta parece ser o de induzir à moderação.

Principais indicações:

- Na desabitação alcoólica e tabágica;
- Nas perturbações da menopausa;
- Na arteriosclerose como adaptogénio;
- Dores e rigidez do pescoço;
- Tratamento da hipertensão associada a dores de cabeça;
- Para diminuir o período da ressaca alcoólica;
- Perturbações circulatórias e cardíacas, palpitações;
- Febre, convulsões;
- Doenças gastrointestinais;
- Folhas: mordidas de cobra, feridas sangrantes;
- Flores: alcoolismo, sede, hemorroidas sangrantes;
- Troncos: Inflamações (anti-inflamatório).

Contra indicações: Não usar durante a gravidez (Proença da Cunha, Pereira da Silva, & Roque, 2003).

Efeitos secundários e toxicidade: Não são conhecidos (Proença da Cunha, Pereira da Silva, & Roque, 2003).

Formas de administração e posologia:

Uso interno

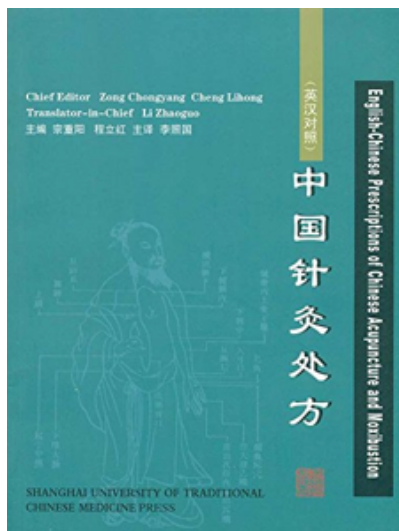
- Cozimento: 20 g/l. Tomar 150 ml as duas refeições principais.
- Extrato líquido (1:1): 5 ml duas vezes por dia.

Uso externo: usam-se as folhas e raízes frescas esmagadas e misturadas com vinho, diretamente em cima das lesões.

Bibliografia

- Hsu, H.-Y. (*at all.*). (1999). *Matéria Médica Oriental - Um Guia Conciso*. São Paulo: Roca.
- Maciocia, G. (1996). *A Prática da Medicina Chinesa - Tratamento de Doenças com Acunputura e Ervas Chinesas*. São Paulo: Roca.
- Proença da Cunha, A., Pereira da Silva, A., & Roque, O. R. (2003). *Plantas e Produtos Vegetais em Fitoterapia*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Siu-Cheong, S. (1985). *Chinese Medical Herbs of Hong Kong - vol4*. Hong Kong: Comercial Press.

Colaboração: Helena Ataíde



English-Chinese Prescriptions of Chinese Acupuncture and Moxibustion

Editora: *Shanghai University of TCM*

Autor: Zong Chongyang

Língua: *inglês*

Ano de edição: 2006

(78,7x109,2 cm) 571 páginas

Resumo:

O livro foca a importância da prescrição na terapêutica da acupuntura e moxabustão, sendo a sua aplicação, correta ou não, uma influência direta no efeito terapêutico. Com o intuito de aumentar o sucesso clínico, este livro permite adequar a essência das prescrições e dos métodos manipulativos da acupuntura e moxabustão.

É composto por duas grandes partes: Introdução Geral e Discussão Específica:

- A Introdução Geral é dedicada à elucidação dos princípios da prescrição da acumoxa e os métodos de pontos de acupuntura compatíveis com a moxabustão.
- A Discussão Específica é composta por oito capítulos em que são discutidas as prescrições de acumoxa para 115 doenças mais comuns. As prescrições são explicadas nos itens: composição, origem, ação, implicação, indicação, operação, materiais clínicos e relato de caso clínicos.

Preço normal: 32,00 € (c/IVA incluído)

Preço promocional: 25,60 € (c/IVA incluído)

Promoção válida de 15/10 a 15/11, disponível nas lojas PANDA (salvo rutura de stock, não inclui custos de envio).



Abertas inscrições:



IV Tema:

Oftalmologia

5, 6 e 7 Dezembro 2014 - Leiria



Workshop

Seminário Prático de Ryodoraku

Ministrado pelo Prof. Alfredo Garcia Mariño - Porto Rico

22 e 23 Novembro 2014 - Leiria

Apoios:



Parceiros:



Aldeamento de Santa Clara, Rua da Carvalho, n° 570 - Sala 8.1

2400-441 Leiria

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

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

