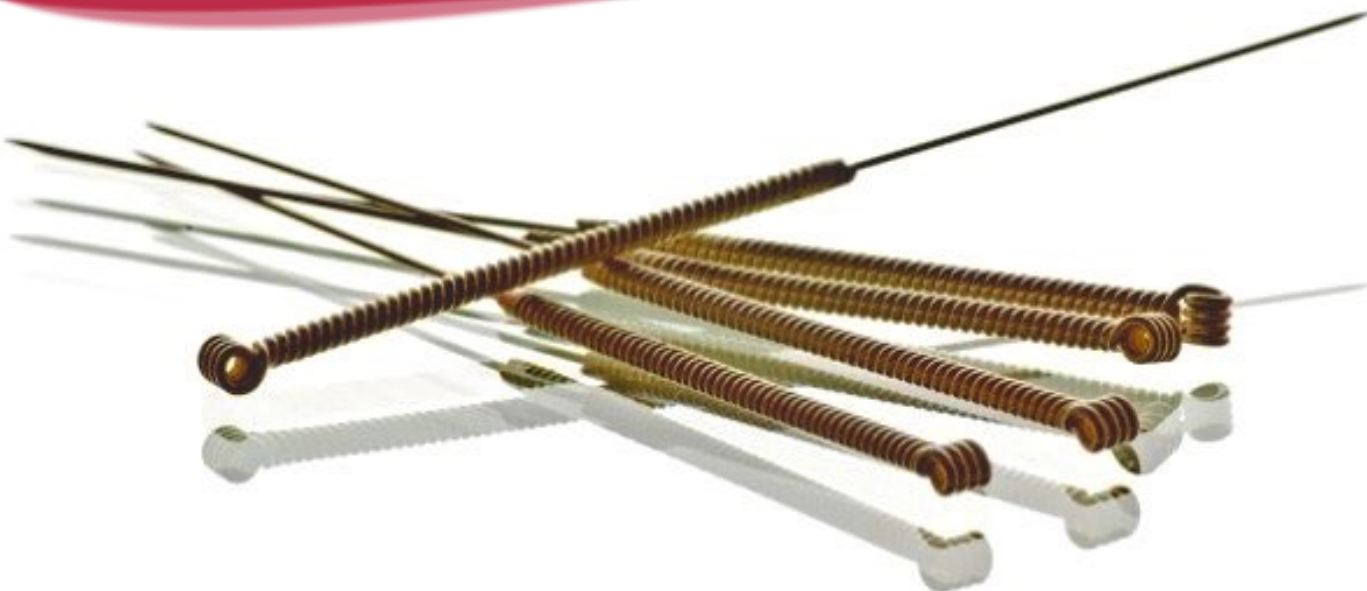


Boletim Informativo MEDICINA ENERGÉTICA



Por detrás da manipulação agulha (p. 5)

Este artigo leva-nos a refletir sobre o que estás por detrás de escolha de um ponto para obter determinado efeito.

A reflexão remete-nos para a intenção que é existe em cada tratamento.

Seminário de Psiquiatria (p. 3)

Mais um seminário onde subtilmente fomos transportados para um plano espiritual, fazendo sempre a ligação com a matéria.



RELATIVIZAR OS
SENTIMENTOS 3 (P. 4)



DOENÇAS DO BAÇO-
PÂNCREAS (P. 7)



LEONURUS CARDIACA (P. 9)

FICHA TÉCNICA

Boletim informativo Medicina Energética

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

Abril 2015

20.^a Edição

Diretor

Luís Dias

Revisão e Conteúdo

Anabela Rodrigues e Ricardo Teixeira

Design e Produção

Cláudia Ferreira

Colaboradores

Alberto Sousa | João Gomes | Ricardo Teixeira

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

É com satisfação que informamos os Associados do Instituto Van Nghi de Portugal, que já somos certificados pela DGERT e que fazemos parte da maior Associação de Medicina Tradicional Chinesa da Europa (ETCMA), onde estão representadas 25 organizações e mais de 14.000 membros que praticam Medicina Tradicional Chinesa na Europa.

Desenvolvemos também um protocolo com a Escola Superior de Saúde de Leiria/IPL, que garante vantagens no desenvolvimento da Medicina Tradicional Chinesa em Portugal.

Tivemos recentemente mais um Seminário com o Professor Tran, desta vez sobre Psiquiatria / Medicina Energética em que mais uma vez o Professor desenvolveu o tema de forma brilhante.

Estamos também a preparar para os próximos dias 22, 23 e 24 de Maio um Seminário com o Dr. Roberto González, um excelente professor de Medicina Tradicional Chinesa que muito nos orgulha como docente

No passado dia 11 de Abril, tivemos a nossa Assembleia Geral, com a presença significativa dos Associados, em que foram colocados na mesa os projetos a desenvolver nesta Associação e os mesmos mereceram o voto unânime dos Associados.

A Todos, agradeço pelo voto de confiança no desenvolvimento da nossa Associação.

Com um Abraço Amigo,
Luís Dias

FORMAÇÃO



Seminário de Psiquiatria

No segundo fim de semana deste mês foi possível participar em mais um seminário de grande qualidade. A satisfação foi o sentimento partilhado pelos participantes neste tema. Muitas dúvidas ficaram dissolvidas à medida que a explicação científica e energética foi sendo exposta.

Os problemas emocionais estão ligados aos orgânicos. Em Medicina Energética não precisamos que o paciente nos diga que tem uma perturbação emocional relacionada com os problemas físicos que sente. À partida sabe-se que os sentimentos ligados aos problemas físicos são: cólera, medos, preocupações, insegurança, angústia e tristeza. Quem o afirma com grande convicção após quarenta anos de estudo, pesquisas, e depois de o ter testado em centenas de pacientes, é o único médico no mundo da atualidade a fazer a fusão da Medicina Alopática com a Medicina Energética - Dr. Tran Viet Dzung. É possível sentir do nosso Mestre a entrega de corpo e alma no sentido de passar uma mensagem clara, ajudando-nos a entender a ligação do micro com o macro cosmos, assim como a matéria com a energia.

Durante um seminário com o tema Psiquiatria, sempre fiel à sua excelente forma de ensinar fazendo a fusão da matéria com a energia, deixou claro através de um trabalho científico e lógico que essa é a mais profunda verdade.

Com toda a subtilidade transportou-nos para um plano espiritual, fazendo sempre a sua ligação com a matéria, ajudando-nos a entender o quanto é importante relativizar o sistema emocional e manter uma respiração calma e serena permitindo uma boa troca respiratória, originando uma melhor qualidade do

nosso sangue, o qual corresponde à energia Rong, conhecida há milhares de anos como energia nutritiva. Ajudou-nos a entender a importância da relativização do sistema emocional ao nível do sistema límbico, córtex e sistema cognitivo.

Sempre que existem problemas psíquicos também ocorrem desequilíbrios ao nível dos linfócitos e dopamina. Sempre que os medos, stress, tristeza e cólera estiverem em excesso, o sistema cognitivo, correspondente ao córtex, entrará em desarmonia. Sempre que exista excesso de preocupações e angústia, neste caso será o sistema límbico que entra em desequilíbrio.

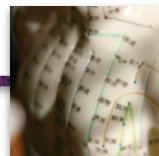
A mensagem é clara, relativizar os nossos sentimentos ajuda a manter o equilíbrio entre o córtex e o sistema límbico, mantendo uma boa formação e qualidade do sangue permitindo uma melhor imunidade. Algumas das doenças bem conhecidas por toda a sociedade, atingindo uma grande percentagem de jovens são: esquizofrenia, neurose, psicose, histeria, ansiedade, depressão e pânico, todas elas passam por uma falha de comunicação entre o córtex e o sistema límbico sendo estas desencadeadas por uma má gestão do sistema emocional.

Torna-se mais fácil aceitar que tudo é mental e que a matéria depende do mental. Resta-nos a todos fazer um esforço no sentido de promover a relativização dos nossos sentimentos, não esquecendo que a Neurologia e a Medicina Energética existem para nos dar um grande apoio a restabelecer esse equilíbrio.

Colaboração: Alberto Sousa



M. T. C.



Como relativizar os nossos sentimentos 3

Está comprovado cientificamente que o stress é uma das maiores causas de doença na atualidade.

O Dr. Tran Viet Dzung a cada seminário de Medicina Energética apela a que se aprenda a relativizar todos os sentimentos psíquicos negativos, ciente dos prejuízos que estes podem causar na saúde humana.

O stress corresponde a um conjunto de reações do organismo, a agressões de ordem física, psíquica entre outras capazes de perturbar a homeostase (equilíbrio).

O Dr. Tran explica que esse stress coloca em causa a energia dos rins sendo esta de uma extrema importância no que diz respeito à formação do sistema imunitário.

Segundo a Medicina Energética, o stress é responsável pelo défice energético nos rins causando cansaço e uma menor capacidade de resposta às necessidades do dia-a-dia. São os rins que fomentam o controlo da medula óssea e cerebral. Esta noção ajuda a explicar que todos os problemas de ossos incluindo articulações, dores lombares, assim como problemas relacionados com a memória, neurologia e vitalidade têm uma relação direta com o stress, tendo em conta que este provoca um défice energético considerável ao nível dos rins.

De salientar que o défice de energia dos rins também causa medos, assim como os mesmos de forma descontrolada afetam os rins.

Tendo em consideração tudo o que colocamos em causa relativamente à nossa própria saúde com o elevado stress a que nos submetemos diariamente, não seria de uma importância vital fazer uma boa reflexão a tudo isto?

Nascemos sem nada e partiremos sem nada, pois no lugar que nos espera um dia quando o nosso ciclo de vida se concluir, não existe espaço para tudo aquilo que lutamos uma vida inteira sem zelarmos do nosso próprio bem-estar.

Como diz o Dr. Tran Viet Dzung, passamos a vida a correr desenfreadamente para finalmente chegarmos mais rapidamente ao “buraco”.

Trata-se apenas de um resumo do quanto pode ser prejudicial à saúde pública o excesso de stress.

Seria vantajoso para todos, tomar essa consciência e colocar em ação mecanismos que nos ajudem aceitar este facto, como por exemplo, a prática de Meditação ou Qi Gong no sentido de serenar o stress que é de facto uma das maiores causas de doença da atualidade.

Vale a pena meditar sobre o assunto!

Colaboração: Alberto Sousa



ARTIGO DE OPINIÃO



Por detrás da manipulação agulha

“a colocação da agulha é um gesto, uma ferramenta, a base da efetividade é o motivo, a razão do porquê daquele gesto, daquele ponto, daquele local, temos que perguntar sempre porquê, porquê, porquê?”

Tran Viet Dzung

Podemos estudar Medicina Tradicional Chinesa (MTC) durante anos e mesmo assim não nos sentimos completamente preparados para o encontro com o paciente em prática clínica. Nem sempre vamos encontrar aquele paciente que encaixa na perfeição num síndrome energético qualquer que lemos num livro de MTC. Mas quando encontramos esse paciente que encaixa 100% num desequilíbrio energético que estudámos, vamos à procura do melhor tratamento... encontramos um texto de MTC com o procedimento para essa patologia, colocamos todas as agulhas, a manipulação descrita, o tempo indicado e mesmo assim o resultado fica aquém. Porquê? O que falhou? **Será que existe algo mais que não vem nos livros?**

Na citação do Dr. Tran percebemos que a inserção de uma agulha é apenas um gesto terapêutico, uma ferramenta e que a base da efetividade é algo mais, a que podemos chamar de “*intenção*”.

A noção de intenção quando falamos de punctura é algo, a meu ver, de extrema importância. Podemos localizar um ponto de acupuntura de forma correta, com treino e destreza certa, qualquer pessoa consegue inserir uma agulha e até manipulá-la da maneira acertada. **Mas será apenas isso?**

Podemos dividir a *intenção* em duas etapas num tratamento de MTC, *superficial* e *profunda*.

Quando falamos de *intenção superficial* estamos a referir-nos à nossa vontade de querer que o paciente melhore rapidamente.

Já a *intenção profunda* é o nosso processo terapêutico, não é só a colocação das agulhas ou a prescrição de matéria médica mas é mais do que isso. Além de melhorar os sintomas do paciente temos



ainda a intenção de melhorar a sua qualidade de vida, tendo em linha de conta que para a MTC a saúde não é apenas ausência de doença mas também sensação de bem-estar tanto na esfera física como emocional.

Existem vários aspectos a ter em conta quando falamos de *intenção*. Ao escolhermos um ponto de acupuntura apercebemo-nos que as indicações terapêuticas são imensas e ainda maiores quando falamos de combinações de pontos. **Então o que está por detrás da escolha de um determinado ponto para um determinado efeito?**

A escolha dos pontos é de alguma forma a seleção das pedras para construir a nossa ponte e a forma como utilizamos esses pontos é a verdadeira chave para o sucesso terapêutico. Ao escolher puncturar o Ponto Auricular Fome numa pessoa que não tem apetite e noutra pessoa que tem muito apetite o que muda não é o ponto mas sim a minha *intenção* na escolha desse ponto.



Jing Shen Yi e a Intenção

Quando falamos de *Intenção* falamos da entidade visceral *Yi* que está alojado no Baço.

O caractere *Yi* é composto por três radicais:

- Li – que simboliza “estabelecer” ou homem com os braços esticados para o céu e pés assentes na terra lembrando a ideia que o “Homem está entre o Céu e a Terra”;
- Yue – que simboliza “falar”;
- Xin – que significa Coração.

意
yì

Podemos interpretar o caractere *Yi* como “o processo de estabelecer o significado do mundo com palavras que vêm do coração”. Com isso em mente podemos desenvolver este conceito de várias formas.

O Baço é a origem da energia adquirida e como tal o *Yi* tem o potencial dessa energia, então quando colocamos a nossa *intenção* – o nosso “*Yi*” – na escolha de um ponto de acupuntura, ou numa planta chinesa, ou num conselho ao paciente, estamos de alguma forma a colocar a nosso *Qi* associado a esse ato.

O *Yi* também é a nossa capacidade de decifrar as mensagens que nos são transmitidas, e numa consulta é necessário “ler nas entrelinhas” todos os sinais que conseguimos através do diagnóstico, essa leitura deve-se ao nosso *Yi*.

Ao Baço também está associado o pensamento cognitivo – à nossa capacidade de aquisição de conhecimento. Quando traçamos um determinado plano de tratamento devemos utilizar os dois lados da mesma moeda, ou seja, o conhecimento adquirido através do estudo e prática clínica, “temperado” com a nossa intuição. Esta é a receita necessária para que nasça uma *intenção* (*Yi*) devidamente ponderada e equilibrada na escolha do ponto de acupuntura.

Em conclusão, o sucesso em prática clínica está sujeito a muito fatores, cada paciente é semelhante a uma montanha e não existem duas iguais.

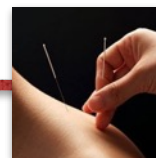
A *intenção* é um fenómeno que não é mensurável e como tal, é muito difícil de medir ou avaliar. Mas se pensarmos que trabalhamos com energia que não vemos, que colocamos agulhas em meridianos que não conseguimos justificar cientificamente e utilizamos as propriedades de órgãos que não existem nos livros de anatomia ocidentais (como o *San Jiao*) então, será assim tão difícil acreditar que sempre que coloco uma agulha num ponto de acupuntura a minha *intenção*, vai potencializar o efeito desse ponto e de alguma forma levá-lo a ser eficaz naquela patologia?

Sempre que fizemos um tratamento é importante utilizar a nossa *intenção* (*Yi*). Devemos ter em mente as palavras do Dr. Tran e perguntar a nós próprios “do porquê daquele gesto, daquele ponto, daquele local... Porquê? Porquê? Porquê?”

Colaboração: Ricardo Teixeira



ACUPUNCTURA



Baço e Pâncreas

Fisiologia e patologia do ponto de vista da Medicina Energética 2

Na edição passada abordamos as funções e rutura do baço. Foi feita uma abordagem geral sobre a fisiologia e patologia do ponto de vista energético, assim como sobre os sinais e sintomas patológicos do Baço-Pâncreas.

Nesta edição será feita uma abordagem mais extensiva da fisiologia e patologia do ponto de vista da Medicina Energética ficando principalmente sobre as causa de patologia.



Baço

Mas o que pode causar doenças no Baço-Pâncreas (BP)?

1º Fatores Patogénicos Exteriores

O BP é facilmente atacado pela humidade exterior. Esta humidade pode invadir o corpo de diferentes maneiras, como circunstâncias ambientais ou hábitos de vida: morar casas húmidas, usar roupas molhadas depois de nadar.

A humidade normalmente combina-se ao Calor ou ao Frio. Como todos os órgãos na MTC, o BP tem funções yin e funções yang. É a porção yang do BP que faz a transformação dos alimentos, lembrando que o yang se relaciona ao calor e à secura, o BP não gosta de frio nem humidade para realizar a sua função digestória.

Na presença desses dois fatores, o BP fica impossibilitado de terminar o processo de digestão.

2º Tensão Emocional

O ato de ficar pensativo, perder-se em pensamentos, pensar no passado e em casos extremos, ter pensamentos obsessivos, faz o Qi estagnar e afeta o BP.

A preocupação prejudica principalmente o pulmão, mas também prejudica o BP. A preocupação “amarra” o Qi e causa estagnação do Qi do BP.

Lembrem-se sempre que o Qi do BP parado, estagnado, impede as funções digestórias desse órgão, causando falta de apetite, anorexia, abdómen inchado e retenção de alimentos no abdómen.

Se os alimentos ficam retidos, os líquidos também ficam, causando edema, gordura localizada, cansaço e sensação de peso no corpo.

3º Dieta

Diz-se que o BP prefere alimentos mornos e secos. Um consumo excessivo de alimentos frios (gelados, saladas, frutas) prejudica a função de transporte e transformação do BP, causando problemas digestivos como humidade interior.



Pâncreas

Conhecendo os principais sinais e os sintomas, bem como os motivos que causam doenças no BP, é possível conhecer o nome dos padrões que podem existir neste órgão:

Padrões de Deficiência

1º Deficiência do Qi do Baço - sintomas de pouco apetite, cansaço, fezes amolecidas, distensão abdominal, tendência à obesidade (pela dificuldade de digestão, quando o corpo consegue absorver algum alimento, acaba por absorver mais gordura do que o necessário).

2º Deficiência do yang do Baço - sintomas como fezes amolecidas, sensação de frio, membros frios, edema, cansaço, tendência à obesidade.

O yang está associado ao calor, quando falta yang, falta aquecimento, por isso a existência de sintomas de frio.

3º Afundamento do Qi do Baço - sintomas principalmente relacionados ao prolapso de órgãos internos e cansaço crónico.

O afundamento do Qi, é o agravamento da deficiência do Qi. Neste caso, o BP falha até mesmo em manter os órgãos nas suas posições originais.

4º O Baço não controlando o sangue - sintomas como pouco apetite, distensão abdominal após comer, cansaço, fraqueza dos membros, face pálido-amarelada, fezes amolecidas, depressão, mancha de sangue sob a pele, sangue na urina ou fezes.

Se o BP não controla o sangue, o mesmo sairá dos vasos e estará presente em locais onde não deveria circular, como nos intestinos e na bexiga, gerando excreções com sangue.

A depressão dá-se pelo fato do sangue não ancorar o Shen mente/espírito).

Sempre que há uma deficiência na produção ou na circulação de sangue, corremos o risco de obter depressão.

5º Deficiência do Sangue do Baço - sintomas de cansaço, face pálida e embotada, fraqueza dos membros, depressão, corpo magro, menstruações escassas, insónia e dores articulares.

Neste caso, podemos associar este padrão até mesmo aos casos de anemia. O Baço não está a produzir tanto sangue quanto deveria, deixando as articulações e músculos desnutridos, gerando dor e fraqueza.

Insónia e depressão novamente se surgem pelo não ancoramento do Shen.

Padrões de Excesso

1º Humidade/Frio invadindo o Baço - sintomas de plenitude abdominal, sensação de peso, frio no epigástrico que melhora com aplicação de calor, ausência de sede, fezes amolecidas, cansaço, náusea, secreção vaginal branca e excessiva.

É importante lembrar que sempre que há humidade, há sensação de peso no local afetado pela mesma.

Este padrão ocorre principalmente pela alimentação excessiva com alimentos frios piorada pela invasão de fatores patogénicos externos.

Importante lembrar também que todos os padrões de excesso causam sensação de plenitude.

2º Humidade/ Calor invadindo o Baço - sintomas: plenitude abdominal, sensação de peso, sede sem vontade de beber líquidos, náuseas, vômitos, sensação de calor, sudorese que não alivia a febre.

A sede sem vontade de beber líquidos é um sintoma característico de quando há calor (justificando a sede) porém se tem humidade, que dá a falsa sensação de lubrificação do corpo (justificando a não vontade de se ingerir líquidos).

O mesmo ocorre com a febre que não alivia com o suor.

A febre justifica o calor

O facto de a febre não baixar com o suor, acontece porque a humidade impede perda de calor suficiente para arrefecer o corpo.

Além dos padrões de excesso e deficiência do Baço, existem padrões combinados.

É importante que o terapeuta saiba que:

1º Se o Baço não produz sangue, o coração não consegue manter o fluxo sanguíneo e o Fígado fica impossibilitado de manter fluxo suave de Qi e Xue (ou seja, estes dois órgãos ficam prejudicados nas suas funções).

2º Se o Baço não digere e não produz Gu Qi, o Pulmão fica sem uma das suas matérias-primas para produzir o Qi Defensivo (Wei Qi) e o Qi Nutritivo (Ying Qi), ficando então prejudicado nas suas funções.

3º Quando o Baço sofre de doenças crónicas, acaba por consumir excessivamente a Energia Original, vinda do Rim, enfraquecendo este órgão, que posteriormente não terá forças para produzir a medula, que ajuda na produção de sangue.

Com isso, é necessário entender que uma lesão no BP afeta o Rim e uma lesão no Rim, afeta o BP.

Nota:

As mulheres têm uma tendência natural à deficiência de BP, visto que é necessária uma produção maior de sangue para que possa haver menstruação todos os meses.

Sendo assim, é importante que as mulheres protejam o BP para que não tenham o sintomas acima relacionados (principalmente os que incomodam mais as mulheres, como aumento de massa gorda, falta de memória, cansaço crónico e ptose dos órgãos), corrigindo a alimentação e evitando o stress emocional excessivo.

A fisiologia do BP é o melhor exemplo de que, nem sempre, a ingestão apenas de saladas e frutas é sinónimo de diminuição de peso.

O BP não gosta de frio, alimentos desse tipo, consumidos em excesso, certamente levará ao sobrepeso, devido ao acúmulo de humidade interna.

Colaboração: Alberto Sousa

FITOTERAPIA



Leonurus cardiaca

Nome botânico: *Leonurus cardiaca*

Família: *Lamiaceae (Labiatae)*

Nome farmacêutico: *Leonuri cardiaca herba cum flore*

Parte: Porções aéreas secas e flores

Inglês: *Motherwort*

Alemão: *Herzgespann*

Francês: *Agripaume*

Mandarin: *Leonurus Cardiaca* não é utilizado; *Yi mu cao* é a porção aérea de *Leonurus*.



Utilização no Ocidente

Leonurus cardiaca é uma herbácea perene nativa da Europa. As suas flores, e folhas secas, têm sido utilizadas no Ocidente para tratar doenças e distúrbios do sistema cardíaco das mulheres. De acordo com Culpeper, esta erva pode ter sido chamada cardíaca porque foi usada para tratar problemas cardíacos e de "motherwort" ou seja foi usada para distúrbios menstruais, natais e pós-natais.

Uso para ambos os sintomas cardíacos físicos e emocionais

Mais recentemente a utilização tradicional, no Ocidente, tem predominantemente incidido sobre as manifestações físicas do desequilíbrio do sistema cardíaco, por exemplo, fraqueza cardíaca com exaustão, taquicardia ou hipertensão. No entanto, os praticantes ocidentais mais antigos, tais como Culpeper, detinham um conceito de coração muito semelhante ao do sistema de órgãos do coração da Medicina Chinesa. Eles viam o coração não apenas como um sistema físico, mas também como a sede do espírito vital, consciência e emoções. Eles usavam *Leonurus* não só para o aperto no peito, dor no coração, ou palpitações, mas também para a melancolia e medo.

Uso para a depressão e ansiedade

Culpeper enfatizou o uso de *Leonurus* como um tônico antidepressivo para o sistema cardiovascular e afirmou que não há melhor planta para fortalecer o coração, aliviar melancolia e fazer sentir sensações agradáveis como alegria e vitalidade.

Textos ocidentais posteriores, desde o tempo do Eclectics, têm enfatizado o uso de *Leonurus* como uma planta tônica calmante para a inquietação, excitabilidade e debilidade do sistema nervoso, com insónia ou palpitações. Combinando estas duas utilizações tradicionais, *Leonurus* tem sido utilizada para tratar tanto a depressão como a ansiedade, reforçando e normalizando a função do que pode ser descrito como o coração ou o sistema nervoso.

Em termos de Medicina Chinesa, pode-se afirmar que a *Achillea*, tal como é usada no Ocidente, é uma planta fria/quente, acre, amarga e que os seus principais efeitos relacionam-se com o pulmão, baço, coração e útero. A chave para entender esta planta é a temperatura variável que esta apresenta, com uma ampla gama de ações e usos potenciais. Está associada a uma gama extraordinariamente ampla de constituintes ativos, incluindo óleos essenciais, sesquiterpeno, lactonas, flavonóides, alcalóides, poliacetilenos, esteróis, ácidos fenólicos, cumarinas, e taninos.

Uso para desequilíbrios do coração e do útero

Uma utilização Ocidental característica de *Leonurus* é a de situações em que distúrbios reprodutivos do sexo feminino são combinados com distúrbios do coração, sejam físicos ou emocionais. Por exemplo, Culpeper registou o uso de *Leonurus* para a depressão pós-natal e Ellingwood indicou-a para problemas menstruais com tensão nervosa.

O que há de especial em Leonurus

Em termos de medicina chinesa, *Leonurus cardíaca*, tal como é usada no Ocidente, pode ser considerada neutra, azeda e ligeiramente amarga, tendo o seu principal efeito sobre o coração e o útero.

A chave para compreender *Leonurus* é que ela pode:

- Normalizar a ação do coração, agindo como um tónico, antidepressivo, tranquilizante, ou antianginoso, dependendo da situação.

- Normalizar o tónus e atividade do músculo uterino, estimulando a contração uterina ou aliviando espasmos uterinos, dependendo da situação.
- Ser utilizada em pacientes com distúrbios simultâneos de coração e sistemas reprodutivos femininos.

As principais ações Ocidentais de Leonurus estão relacionadas com as quatro principais ações Chinesas

Ações Chinesas (ocidentais)	Usos Ocidentais	Exemplo de pares de plantas (patologias)
Tonifica o Qi do coração	Fraqueza cardíaca com exaustão e debilidade (dificuldade na realização de trabalho físico ou exercício), síndrome da fadiga crónica, cansaço pós-natal, depressão.	Leonurus + Cinchona (cardiotónico e exaustão pós-febril e fraqueza cardíaca)
Estabilizar e sustentar o Qi do coração (para tratar irregularidades do Qi ou do espírito do coração), cardiotónico e antiarrítmico.	Arritmias cardíacas em especial taquicardia tal como na tireotoxicose, labilidade emocional, flutuações de temperatura e emocionais na menopausa, síndromes bipolares.	Leonurus + Crataegus (síndrome bipolar) Leonurus + Lycopus (hipertiroidismo ligeiro e taquicardia)
Acalmar o Qi do coração (tranquilizante, anti-hipertensivo)	Ansiedade, histeria, palpitações, insónia, hipertensão, tremores nervosos.	Leonurus + Lavandula (ansiedade e palpitações)
Regular o útero, mover o seu sangue (tónico uterino, antiespasmódico, tranquilizante)	<u>Distúrbios menstruais</u> Fraqueza uterina, amenorreia, dismenorreia. <u>Distúrbios pós-natais</u> Dor, sangramento, cansaço, depressão <u>Distúrbios da menopausa</u> Afrontamentos, labilidade emocional, ansiedade.	Leonurus + Artemisia absinthium (menstruação irregular) Leonurus + Salvia officinalis (dor pós-natal e sangramento) Leonurus + Anemone (calores menopausa e ansiedade)
Mover o sangue do coração (antianginal, cardiotónico, tranquilizante)	Planta secundária para a angina de peito, especialmente com a fraqueza cardíaca e ansiedade.	Leonurus + Salvia miltiorrhiza (angina de peito e fraqueza cardíaca)

Crataegus é adequada para todas as idades, por exemplo, para:

- Pânico e insónia inquieta em crianças;
- Défice de atenção ou transtorno bipolar em adolescentes;
- Distúrbios menstruais, depressão pós-parto, ou ansiedade provocada por menopausa em mulheres;
- Doenças cardíacas degenerativas com exaustão em idosos.

Leonurus pode ser utilizada para algumas das doenças mais importantes e generalizadas que ocorrem em sociedades modernas:

- Tratamento de doenças cardíacas;
- Síndrome da fadiga crónica;
- Labilidade emocional e energética;
- Transtornos de ansiedade;
- Transtornos bipolares;
- Distúrbios menstruais com ansiedade;
- Distúrbios da menopausa;
- Distúrbios pós-natais.

Tratamento de doenças do coração

Leonurus pode ter uma ampla aplicação no tratamento e na prevenção de doenças cardíacas. Pode ser incluída em combinações para ajudar no tratamento de:

- Debilidade associada a fraqueza cardíaca;
- Arritmias cardíacas;
- Dor no peito devido a doenças cardíacas;
- Hipertensão ou pressão arterial lábil associada a doença cardíaca;
- Ansiedade associada a doença cardíaca;
- Recuperação de infarto do miocárdio ou cirurgia cardíaca.

Síndrome da fadiga crônica

Leonurus pode ser usada de forma a ajudar na recuperação da debilidade pós-febril associada a fraqueza cardíaca e pode ser utilizada para tratar a exaustão associada a fraqueza cardíaca na síndrome de fadiga crônica, fibromialgia, ou simples esgotamento.

Labilidade emocional e energética

Ao fortalecer e estabilizar o Qi do Coração, *Leonurus* pode ajudar a reduzir oscilações excessivas de:

- energia;
- pressão arterial;
- temperatura do corpo;
- humor.

Transtornos bipolares

Leonurus pode ajudar no tratamento de padrões envolvendo deficiência do Qi no coração com uma oscilação entre deficiência do yin do coração e deficiência yang do coração. É uma planta ideal para ajudar o tratamento de desordens bipolares, uma vez que não é nem demasiado sedativo nem demasiado estimulante. Pode ser combinado com outras ervas que também têm a sua capacidade, tais como *Crataegus*, *Lavandula*, e *Serenoa*.

Distúrbios menstruais com ansiedade

Como *Leonurus* pode tanto acalmar e regular o coração como estimular e regular o útero, esta é específica para distúrbios menstruais associados com o stress e ansiedade.

Patologias da menopausa

Leonurus pode ser útil na menopausa, uma vez que regula não só o útero e o ciclo menstrual, mas também o coração e as emoções. É especificamente útil para distúrbios da menopausa com deficiência do Qi no coração, para uma oscilação entre deficiência de yin do coração e deficiência de yang do coração.

Pode assim ser útil em pacientes na menopausa com labilidade de energia e de temperatura do corpo,

emoções, ou pressão arterial com palpitações e ansiedade.

Distúrbios pós-natais

Culpeper escreveu que *Leonurus* “torna as mulheres, que são mães de filhos, alegres e sustém o seu ventre tal como devido”. *Leonurus* pode assim ser utilizada para tratar distúrbios pós-natais que envolvem exaustão, depressão, ansiedade, dor ou sangramento.

Exemplo de Caso Clínico

Sinais e sintomas: A paciente tem debilidade, palpitações, que são piores quando está cansada, e dor ocasional na área do coração. Ela tem uma historial de menstruação escassa e irregular, com ondas de calor da menopausa e flutuações entre ansiedade e depressão. O seu pulso está vazio e irregular, especialmente na posição do coração, onde ele também é um pouco seco. Ele é ligeiramente rijo na terceira posição, a qual pode ser ligada à função reprodutiva. A língua é pálida, flácida e um pouco trémula.

Diagnóstico: A paciente tem deficiência de Qi do coração, associada a debilidade, ligeira estagnação do Qi do coração e do sangue, associada com a ligeira dor no coração e depressão e distúrbios do espírito do coração, associado à ansiedade e palpitações. Há também uma estagnação do Qi e do sangue do útero, associado à história da menstruação escassa e irregular.

Escolha de *Leonurus*: *Leonurus* pode ser selecionada para tonificar o Qi do coração, para mover o Qi do coração e sangue, para acalmar o espírito do coração, e para regular o Qi e o sangue do útero.

Dose

- Ervas secas

De acordo com a BHP (British Herbal Pharmacopea), 2-4gr de ervas secas, três vezes por dia.

- A tintura

BHP indica 2-6 ml 1:5 de tintura em 45% álcool, três vezes por dia. O BHC listou 4-10 ml de tintura em álcool 1:5 a 25%, três vezes por dia.

A dose inicial pode começar com a dose padrão.

Duração

Leonurus é segura para uso a longo prazo e pode precisar de ser usada durante duas semanas.

Precauções

Contraindicações Ocidentais: Nenhuma conhecida. No entanto, tendo em conta que *Leonurus* pode promover a menstruação, seria prudente evitar esta planta ou usá-la com cautela no tratamento de pacientes com historial de sangramento menstrual intenso.

Contraindicações Chinesas: As seguintes contra-indicações são dadas para *L. heterophyllus* (yi mu cao).

- Contraindicado durante a gravidez.
- Cautela em doentes com deficiência de yin ou do sangue.

Não há entrada para *L. cardíaca* no Dicionário Herbal de Medicina Chinesa. As contra-indicações listadas para *L. heterophyllus* podem não se aplicar necessariamente a *L. cardíaca*, uma vez que existem grandes diferenças no uso dessas duas plantas.

Uso de espécies *Leonurus*

As diferenças podem ser resumidas da seguinte forma:

- *L. heterophyllus* é usada na China especialmente para distúrbios menstruais associadas com a estagnação de sangue.
- *L. cardíaca* é muito usada no Ocidente para distúrbios menstruais ou da menopausa associados com deficiência do Qi do coração e para distúrbios do espírito do coração.

A cautela no uso de *L. heterophyllus* em pacientes com deficiência de yin ou sangue relaciona-se com a maior escassez de sangue e yin por agravamento da perda de sangue na menstruação. *L. cardíaca* deve de facto ser usada com precaução em pacientes com episódios de menorragia. No entanto, se os pacientes têm deficiência de yin ou de sangue, mas não têm uma tendência a sangramento menstrual pesado, então o uso de *L. cardíaca* pode ser apropriado em condições tais como afrontamentos de menopausa com inquietação e tensão nervosa ligada à deficiência de yin.

Gravidez e lactação

Contraindicado para a gravidez por parte de alguns autores.

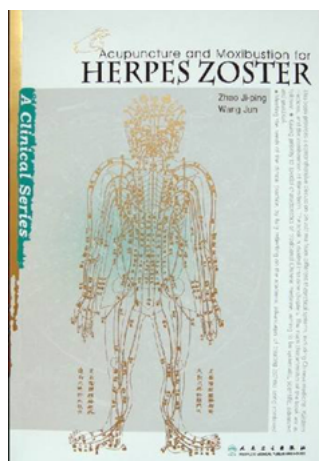


Bibliografia:

- Ross, Jeremy: *Combining Western herbs and Chinese Medicine, Principles, practice & Materia Medical.*, 2003, Seattle Press
- JING, N.W "An Illustrated Chinese Materia Medica", Oxford University Press, China, 2005
- Graça, J. A. B. e Aires L. F. M. "Segredos e virtudes das plantas medicinais" - tradução do original francês, Seleções do Reader's Digest, Portugal, Lisboa, 1983

Colaboração: João Gomes

LIVRO DO MÊS



Acupuncture And Moxibustion For Herpes Zoster

Língua Inglesa
140 x 202 mm; 89 páginas

Autores: Zhao Ji-Ping, Wang Jun

Editora: People's Medical Publishing House

Resumo:

O livro dá uma abordagem da etiologia e patologia da doença tanto do ponto de vista da MTC como da Medicina Ocidental. O livro fornece métodos apropriados de tratamento, que inclui acupunctura, moxibustão, ventosaterapia, tuina e fórmulas medicinais, assim como casos clínicos detalhados e dados de pesquisa científica.

Preço normal: 23,50 € (c/IVA incluído)

Preço promocional: 18,80 € (c/IVA incluído)

Promoção válida de 15/04 a 15/05, disponível nas lojas PANDA (salvo rutura de stock, não inclui custos de envio).

EPGs nível III:

 **Tema II: Meridianos Distintos e Vasos Luo**
19, 20 e 21 de Junho de 2015

 **Tema III: Meridianos Curiosos**
2, 3 e 4 de Outubro de 2015

 **Tema IV: Afluxo II**
4, 5 e 6 de Dezembro de 2015

Formações Extra:

Diagnóstico I - 22, 23 e 24 de Maio de 2015
Pelo Prof. Roberto González

Plantas Ocidentais com os Princípios Energéticos da MTC
16, 17 e 18 de Outubro de 2015 - Pelo Prof. Jeremy Ross

Diagnóstico II - 6, 7 e 8 de Novembro de 2015
Pelo Prof. Roberto González

Parceiro institucional:



Membro:



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

