

# Técnicas de Acupuntura Clínica

## *Indicações de Meridianos*

Prof. Nelson Mártires

## INTRODUÇÃO

As funções, ações e indicações relativas ao uso clínico dos meridianos e dos seus pontos estão na gênese do tratamento das condições inerentes aos meridianos, órgãos e síndromes energéticas.

Por meios e procedimentos adotados na prática da Acupuntura e Tuina, a análise da condição dos meridianos principais tornou-se um elemento-chave na identificação de padrões energéticos e na diferenciação de síndromes.

A conjugação e enquadramento dos sintomas, sinais clínicos e funcionais, dirigidos á teoria dos meridianos, permitem diferenciar condições energéticas e alterações patológicas do Meridiano independentes do respetivo Órgão.

Apesar da união energética entre Meridiano e Órgão, estes devem ser analisados individualmente. Não é condição que as alterações patológicas de um, dependa exclusivamente do outro.

Apesar de unos, estes diferenciam-se na sua localização e relações, os meridianos pertencem ao exterior, os órgãos ao interior.

É importante segmentar e diferenciar os vários tipos de abordagens seguidas no tratamento de uma condição a afetar o Meridiano ou Órgão.

## COMPLEMENTOS DAS INDICAÇÕES DOS MERIDIANOS

### *INTESTINO DELGADO – SHOU TAI YANG*

- 1) *Condições do Meridiano*
- 2) *Condições da nuca, cervical, occipital e face*
- 3) *Dor no ombro e omoplata (dor, mobilidade e estabilidade da articulação)*
- 4) *Síndromes febris*
- 5) *Condições oculares, auditivas e de garganta*
- 6) *Condições da coluna*

#### 1) *Condições do meridiano*

Condições ao longo do meridiano, temos de perceber se há bloqueio ao longo do meridiano através da palpação e fazer um trabalho local e distal para a condição. Podemos através da palpação ver se pontos como 6ID, 7ID, 9ID, 11ID se encontram dolorosos ou sensíveis à palpação. O 6ID merece especial atenção por ser o ponto Xi-Cleft ou emergência, é um ponto dado a acúmulos e bloqueios pelo que a sua punção desbloqueia o Qi ao longo do Meridiano.

## *2) Condições da nuca, cervical, occipital e face*

Para condições da região malar e do ouvido, região mais lateral da face e arco zigomático, paralisia facial. O ponto ID3 é o ponto confluyente do Du Mai e por esta razão é muito usado para tratar condições na parte posterior do corpo que envolvam a coluna vertebral, especialmente cervicalgias.

## *3) Dor no ombro e omoplata – dor, mobilidade, estabilidade da articulação*

O meridiano do ID é quem mais abastece a região posterior da omoplata e ombro, é o meridiano que mais aporte energético traz à zona. Para condições do ombro ou omoplata devemos proceder à palpação dos pontos 9ID, 10ID, 11ID, 12ID e 13ID, todos eles são pontos locais com ação no ombro e escapula. Por vezes condições cervicais podem ser tratadas com estes pontos, pois existe uma relação entre a cervical e a região escapulo-umeral, ambas trabalham em conjunto.

## *4) Síndromes febris*

O meridiano do ID é usado para tratar Síndromes externas ligadas ao calor. O par do Tai Yang, ID e Bx são os meridianos mais superficiais, são os que tem mais características ligadas ao yang, por esta razão são usados para tratar condições superficiais e externas. Os pontos 1ID, 2ID, 3ID são pontos que são usados em condições de calor externas com uma acção dirigida ao alto do corpo, a parte mais yang do corpo.

## *5) Condições oculares, auditivas e de garganta*

É usado em quadros de excesso a afetarem os olhos, ouvidos e garganta, como quadros Vento-Calor ou Vento-frio. A sintomatologia associada pode ser prurido nos olhos e ouvidos, vermelhidão, otite, conjuntivite, secura nos olhos, etc.

## *6) Condições da coluna vertebral*

Condições como torcicolos, cervicalgia, cefaleia occipital, dor ou rigidez na coluna (cervical, dorsal, lombar, sacroiliaca), para este efeito podemos usar o ponto 3ID que é ponto confluyente do vaso maravilhoso Du Mai para agir sobre toda a coluna vertebral.

## *BEXIGA – ZU TAI YANG*

- 1) Condições oculares e nariz*
- 2) Cefaleia Occipital*
- 3) Problemas crónicos nos Zang Fu*
- 4) Condições do Shen*
- 5) Dor ou patologias ao longo do Meridiano*
- 6) Condições na região cervical e occipital*
- 7) Condições ginecológicas e urinárias*
- 8) Condições na região lombo-sacral e sacro-íliaco*

### *1) Condições oculares e nariz*

O meridiano da Bexiga começa nos olhos e por esta razão é muito usado para condições oculares. O 1BX é um ponto local com uma ação sobre os olhos, distalmente temos o 62BX que é ponto confluyente do Yang Qiao Mai que leva o yang puro ao alto, este vaso termina no 1BX.

Um ponto distal que tem uma ação sobre olhos e nariz é o 67BX, é usado para sintomatologia ligada ao nariz como sinusite, rinite e epistaxis.

### *2) Cefaleia Occipital*

Cefaleias ou condições occipitais, como dor, tensão, dificuldades na rotação, extensão ou flexão cervical. Localmente existem os pontos 9BX e 10BX, distalmente podemos usar a combinação 3ID com 62BX, juntos estes têm uma ação sobre toda a região posterior do corpo incluindo a cervical/occipital.

### *3) Problemas crônicos nos Zang Fu*

O meridiano da Bexiga tem ação sobre todos os Zang Fu via pontos Shu ou de assentimento, são normalmente usados para condições de deficiência e crônicas, mas também podem ser usados para condições agudas e de excesso.

### *4) Condições do Shen*

Condições do foro emocional e mente podem ser tratadas via meridiano da Bexiga, pois este tem os pontos Shen Shu no ramo externo da Bexiga, estes estão ligados ao aspecto emocional de cada órgão (Shen, Po, Pi, Zhi e Hun)

### *5) Dor ou patologias ao longo do Meridiano*

Qualquer dor que se manifeste no trajeto do meridiano da Bexiga. Quadros de dor, condições motoras em toda a região posterior, condições sacroilíacas, lombares, dorsal, cervical, gêmeos, parte posterior da coxa, parte lateral do pé.

O meridiano da Bexiga é quem mais abastece a região posterior do corpo, desde os pés à cabeça, só na região da escapula é que perde um pouco de influência para o ID.

### *6) Condições na região cervical e occipital*

Combinação de pontos locais como o 9BX e 10BX e ponto distal 62BX com o 3ID.

### *7) Condições ginecológicas e urinárias*

Condições gênito-urinárias, do útero, próstata, condições ligadas à menstruação.

Os pontos BaLiao (31, 32, 33 e 34BX) nos forâmens sagrados tratam condições gênito-urinárias.

Para condições urinárias, como infecção urinária os pontos 28BX e 32BX são muito usados.

### *8) Condições na região lombo-sacral e sacro-ilíaca*

O ponto 40BX é usado para condições lombares por excesso. Os pontos 57BX e 58BX tem uma ação sobre a região sacro-ilíaca.

O 60BX é um ponto antálgico, usado para qualquer dor, mas tem uma ação mais específica para dores na região posterior do corpo ao longo do meridiano da Bexiga.

## *INTESTINO GROSSO – SHOU YANG MING*

### *1) Condições Antálgicas e motoras da cabeça, face e órgãos sensoriais (olhos e nariz)*

#### *2) Condições do IG e P*

#### *3) Condições dermatológicas*

#### *4) Patologias de calor – doenças febris a afetar o Shen*

#### *5) Dor ao longo do Meridiano, dentes e condições da boca*

### *1) Condições Antálgicas e motoras da cabeça, face e órgãos sensoriais (olhos e nariz)*

O ponto distal que mais ação tem sobre a face é o 4IG, sendo o ponto mestre da face, juntamente com o 44E (par do mesmo nível energético Yang Ming) tem uma ação distal sobre toda a face.

Quadros de nevralgia do trigêmeo, epistaxis, sinusite, paralisia facial, alteração superficial do olho, vermelhidão, qualquer condição a afetar sobrancelhas, testa, região frontal, dentes, condições de pele na face, acne, lábios secos e gretados, erosão da mucosa bucal.

#### *2) Condições do IG e P*

Quadros de calor a afetar o Pulmão e as vias aéreas superiores (nariz e garganta) usamos pontos do IG como 4IG e 11IG para retirar calor, ou quadros de IG como diarreia ou obstipação.

#### *3) Condições dermatológicas*

Condições dermatológicas em todo o corpo, o IG estabelece uma relação com a pele pela sua ligação com o Pulmão a partir do elemento Metal. Calor no sangue afeta os intestinos (sangue nas fezes, quadro hemorroidal, fissuras no anus) e afeta também a pele.

Condições como eczema, psoríase, furúnculos, patologias de pele que estão associadas a calor, podemos usar o 4IG e 11IG que tem uma ação generalizada de retirar calor, juntamente como 2F e

10BP para retirar calor do sangue.

#### *4) Patologias de calor – doenças febris a afetar o Shen, dor tipo calor*

Patologia externa ligada ao vento-calor, sobretudo para condições de garganta.

Os pontos 1IG, 2IG, 3IG tem ação sobre a garganta e os pontos 4IG e 11IG eliminam calor.

#### *5) Dor ao longo do Meridiano, dentes e condições da boca*

Condições ao longo do Meridiano que envolvam o extensor comum dos dedos no antebraço, região lateral e anterior do braço, região anterior do ombro, região anterior e lateral do pescoço e região anterior da face.

Qualquer dor que se manifeste ao longo do Meridiano do Intestino Grosso, como dor nevralgica, nevralgia do trigêmeo, odontálgicas (dentes), quadros de dor ou paralisia a afetar a face, prolapsos dos lábios ou pálpebra, condições motoras ligadas à face.

### *ESTÔMAGO – ZU YANG MING*

#### *1) Condições do Meridiano*

#### *2) Condições digestivas e intestinos*

#### *3) Síndromes Wei – Síndromes atroficas (sobretudo nos membros inferiores)*

#### *4) Síndromes Bi*

#### *5) Condições dos órgãos sensoriais – Olhos, nariz e boca*

#### *6) Problemas mentais e psíquicos*

#### *7) Dor de cabeça, dor facial, dor de dentes, dor no peito, dor no abdómen*

O meridiano do Estômago é um dos meridianos mais usados em acupuntura, é um meridiano Yang que se manifesta na região Yin do corpo e passa pelos 3 Aquecedores, no seu trajeto estabelece contato com praticamente todos os órgãos.

#### *1) Condições do Meridiano*

Qualquer condição que se manifeste ao longo do Meridiano do Estômago.

O meridiano do Estômago é muito importante na realização da marcha pela dorsiflexão do pé, articulação tibiotársica e é o meridiano que mais abastece a região da coxa.

Tem uma ação importante na região ilíaca via ponto 31E. Os pontos 29E e 30E são usados para condições urinárias e menstruais, condições que afetem o aquecedor inferior.

No tronco estabelece relação com praticamente todos os órgãos, principalmente órgãos da digestão e excreção.

No tórax passa pelo diafragma e com os pontos 13E e 14E assiste o processo respiratória pela contração e distensão do diafragma. Distalmente, o 36E é um ponto que tem capacidade de regular o

Qi do tórax e atuar em sintomas como opressão torácica e dispneia.

Tem uma ação sobre a glândula mamária, pois o meridiano projeta-se ao longo da mama, o 17E está mesmo em cima do mamilo, mas não se punctura, por isso usamos o 15E, 16E e 18E localmente e distalmente o 36E, outros pontos que podem ser combinados são 21BP, 21VB, 11ID e 17VC.

Passa pelo pescoço e termina na face, assim como o IG este meridiano tem uma grande ação na face, sobre os olhos, maxilar, mandíbula, músculos da mastigação (onde começa a digestão).

## *2) Condições digestivas e intestinos*

O meridiano do Estômago pelo seu trajeto tem uma ação importante tanto na digestão como nas vias de eliminação intestinais.

O 25E é o ponto MU do IG este tem uma ação sobre os intestinos juntamente com o 24E, 36E e 37E. Para uma ação mais direcionada ao Estômago temos os pontos 21E, 22E e 23E. OS pontos 27E, 28E e 39E tem uma ação para o Intestino Delgado.

## *3) Síndromes Wei – Síndromes atróficas (sobretudo nos membros inferiores)*

Condições neurológicas a afetar o sistema motor, perda de mobilidade, ausência de tônus muscular, consequências neurológicas que advém de não controlar os membros, excesso de rigidez ou flacidez muscular onde os músculos não conseguem exercer a sua função. As síndromes wei podem ser por Excesso ou por Deficiência.

## *4) Síndromes Bi*

Síndromes BI Vento-Frio-Humidade ou Vento-Humidade-Calor a afetarem uma zona específica.

## *5) Condições dos órgãos sensoriais – Olhos, nariz e boca*

O meridiano do Estômago em combinação com o IG (Yang Ming) são quem mais ação tem sobre a face e órgãos dos sentidos, qualquer condição que envolva os órgãos dos sentidos devemos usar o Meridiano do Estômago.

## *6) Problemas mentais e psíquicos*

Condições psíquicas chamadas de Dien Kuang.

Dien é uma desordem depressiva, existe um bloqueio de Qi por fleuma ou um bloqueio de Qi a gerar Fleuma, pontos importantes para este caso são 8E, 36E e 40E.

Kuang é uma desordem maníaca, onde o Yang Qi torna-se hiperativo e ascende, existe uma ascensão do Yang, há agitação e perda de controlo, neste caso podemos usar o 8E, 37E e 40E.

Juntamente com estes pontos podemos usar o 5MC para condições psíquicas ligadas à Humidade, o 15VC que atua em condições da mente.

## *7) Dor de cabeça, dor facial, dor de dentes, dor no peito, dor no abdómen*

Quadros de dor de cabeça frontal (associada ao Estômago), dor de cabeça frontal após refeição, quadros de sinusite a gerar dor de cabeça. O ponto 8E é um ponto local importante para atuar na dor decabeça frontal, podemos juntar o 40E ponto Luo do Estômago que tem uma ação sobre o cérebro e a mente.

Condições da face como nevralgia do trigêmeo, paralisia facial, condições dos lábios e língua, aftas na mucosa bucal ou aftas na língua.

Para quadros com acometimento da mucosa bucal, gengivite, esofagite, o ponto 44E elimina calor e os sintomas no alto, ele regula o Qi dos 3 Aquecedores e elimina calor.

Quadros de vento a afetar a face como bruxismo, tiques oculares, espasmos, podemos usar pontos locais do Meridiano do Estômago como 6E e 7E.

### *TRIPLO AQUECEDOR –SHOU SHAO YANG*

- 1) *Condições ao longo do Meridiano*
- 2) *Cefaleia Temporal*
- 3) *Síndromes de Calor Externo (Shao Yang)*
- 4) *Condições do ouvido e olhos*
- 5) *Condições na região lateral do corpo*
- 6) *Humidades e mucosidades*

#### *1) Condições ao longo do Meridiano*

Condições ao longo do trajeto do meridiano, lateral do antebraço e braço, lateral do ombro, têmpora, mastoide, lateral do pescoço e da face e canto lateral do olho. O Triplo Aquecedor juntamente com a Vesícula Biliar são os meridianos que mais ação tem na parte lateral do corpo.

O ponto 7TA ponto Xi-Cleft ou emergência deve ser sempre examinado caso haja dor ao longo do meridiano.

O 6TA que se encontra no protocolo de Estase de Qi Geral, tem uma grande capacidade de mover o Qi e incentivar a sua circulação pelos 3 aquecedores.

#### *2) Cefaleia Temporal*

O Triplo Aquecedor circunda toda a região auricular, tem influência na região temporal e mastoide

#### *3) Síndromes de Calor Externo (Shao Yang)*

Condições de patologia externa a afetar o Shao Yang com sintomatologia ligada à VB, como tontura, cefaleia, náusea, alternância entre frio e calor, irritabilidade, boca amarga e enjojo.



#### *4) Condições do ouvido e olhos*

Condições que afetem os ouvidos como, otites deve-se acionar o TA, este tem influência nos ouvidos e circunda toda a região auricular, é o meridiano que mais abastece o ouvido. O ponto 5TA é um ponto sintomático distal para condições do ouvido que pode ser usado tanto em casos de excesso como deficiência, ele incentiva a circulação de Qi no meridiano e no ouvido, localmente podemos usar o 12TA, 19TA e 20TA.

Condições dos olhos como inchaço ou edema na zona dos olhos, humidade na face.

#### *5) Condições na região lateral do corpo*

O meridiano do TA juntamente com o da VB tem um ação sobre toda a região lateral do corpo, para além de pontos locais pode se usar a combinação 5TA com o 41VB, sendo o 5TA o ponto de abertura do Yang Wei Mai que chega e age sobre todos os Meridianos Yang.

#### *6) Humidades e mucosidades*

O Triplo Aquecedor tem um papel essencial na via das águas, se as águas não circulam cria-se Humidade e por sua vez mucosidades, o TA tem a função de potenciar o movimento das águas e eliminar humidades.

### *VESÍCULA BILIAR – ZU SHAO YANG*

#### *1) Dor ao longo do Meridiano*

#### *2) Cefaleias laterais*

#### *3) Patologia Tendinosa e Muscular*

#### *4) Sintomatologia digestiva relacionada com a VB*

#### *5) Condições dos olhos e ouvidos, diminuição da audição, zumbidos e surdez*

#### *6) Tonturas*

#### *7) Condições mentais (delírio devido a Excesso de Calor)*

#### *8) Patologias febris exógenas*

#### *1) Dor ao longo do Meridiano*

Qualquer dor que se manifeste ao longo do trajeto do meridiano, região temporal, região mastoide, parte lateral do tronco e membros. O meridiano da Vesícula Biliar e do Triplo Aquecer são os que mais ação tem sobre a parte lateral do corpo.

Alguns pontos com ações importantes são:

Os pontos 22VB e 23VB são pontos locais para agir em condições da mama.

Para condições relacionadas com os Rins como cólica renal, pielonefrite, infeções urinarias podemos usar o ponto 25VB ponto MU do Rim, este ajuda a controlar o quadro de dor e na recuperação, podemos juntar o 23BX.

Para quadros de humidade mucosidades retidas no Aquecedor Inferior a gerar sintomas como

leucorreia, corrimento, tendência para infecções urinárias, condições intestinais, podemos usar o 26VB, 27VB e 28VB que fazem parte do meridiano extra Dai Mai.

Condições que afetem o quadril, temos os pontos locais 29VB e 30VB que agem sobre a esta condição. Enquanto o 31VB e 32VB são mais usados para condições laterais da coxa e eficazes no tratamento da dor ciática. O 31VB é também usado para quadros de vento a afetar os membros inferiores com sintomas como pele seca, formigueiro e espasmos.

Condições do Joelho como tendinites podemos usar o ponto 33VB como ponto local.

Todos os pontos na perna região da perna podem ser usados para condições motoras, antálgicas e atroficas, fazendo a palpação, examinar onde se encontra a dor.

## 2) *Cefaleias laterais*

Cefaleia temporal, enxaqueca, como fotossensibilidade, dor na região temporal que pode seguir até ao canto do olho, acompanhado de náusea e enjoos. Pontos distais para atuar na cefaleia lateral são 41VB e 43VB, o 41VB é mais dirigido ao fator estagnação, enquanto o 43VB é mais dirigido ao calor, são usados com o 5TA para este efeito, localmente temos o ponto 8VB e o 12VB e 20VB na região mastoide.

## 3) *Patologia Tendinosa e Muscular*

Quadros de dor, tensão ou inflamação dos músculos e tendões, quadros em que existe estagnação de Qi ou Sangue, um ponto muito usado para este efeito é o 34VB, ponto Mio relaxante e ponto influente dos tendões.

## 4) *Sintomatologia digestiva relacionada com a VB*

Condições de difícil digestão com sintomas associados a VB como, boca amarga, repulsa de alimentos, regurgitação acida, náuseas, enjoos, tonturas. O ponto 24VB atua em condições digestivas relacionadas com a VB e com o hipocôndrio.

## 5) *Condições dos olhos e ouvidos, diminuição da audição, zumbidos e surdez*

Condições de olhos e ouvidos ligadas ao excesso como perda súbita de audição, zumbidos, formação de cera nos ouvidos. A diminuição gradual da acuidade auditiva esta mais relacionada com deficiência de yang ou yin dos Rins, enquanto a perda súbita de audição está mais relacionada com a Vesícula Biliar. O ponto 2VB é usado para condições do ouvido e cefaleias da VB.

## 6) *Tonturas*

Tonturas acompanhadas de náusea e enjoos. Por exemplo, a Síndrome de Ménière que é uma síndrome auditiva que gera náusea, tonturas e zumbidos

### *7) Condições mentais (delírio devido a Excesso de Calor)*

Condições a afetarem a mente pela presença de fogo, calor e/ou humidade que geram agitação, inquietude, agitação à noite e muitos sonhos. O ponto 13VB é usado para quadros mentais ligados à humidade e calor a perturbar a mente, podemos juntar o 8E. O 21VB alivia o excesso no alto e acalma a tensão.

Para controlar o yang, fazer descer e controlar o vento, usamos o ponto 20VB juntamente com o 2F ou 3F, 2F para quadros de calor e 3F para quadros de vento.

### *8) Patologias febris exógenas*

Patologia externa a afetar o Shao Yang, metade superfície, metade profundidade, que gera febre e arrepios alternados e sintomas digestivos associados à VB, como náusea, aversão a comida, enjoo, eructações, tonturas e boca amarga

## *FIGADO –ZU JUE YIN*

### *1) Condições ginecológicas e genitais*

#### *2) Condições mentais*

#### *3) Patologias do Fígado e da Vesícula Biliar (olhos, sangue, sistema digestivo, músculos e tendões)*

#### *4) Condições ao longo do Meridiano*

### *1) Condições ginecológicas e genitais*

O aparelho ginecológico é muito sensível a Estagnações de Qi e de Sangue no Útero e nos Ovários. Sendo o Fígado quem promove o livre fluir do Qi e passando este na região púbica tem que ser regulado, os pontos mais usados para este efeito são: 3F, 5F, 6F e 8F

### *2) Condições mentais*

Condições que impliquem perturbações da mente, a deficiência da energia do Fígado ou a sua Estagnação podem gerar irritabilidade, explosões de raiva, frustração e grande tensão emocional em que não se consegue seguir em frente com a vida. Para este efeito os pontos mais usados dependendo do quadro são os pontos 2F e 3F, as suas funções são baixar o calor e controlar o yang hiperativo que ascende, respetivamente. Um ponto local que age diretamente sobre o Fígado e regula a sua energia é o 14F.

### *3) Patologias do Fígado e da Vesícula Biliar (olhos, sangue, sistema digestivo, músculos e tendões)*

Quadros tendino-musculares, em que há tensão generalizada, dor generalizada, tendência para tendinites, para estas condições o ponto mais usado do Meridiano do F é o 3F. O 3F é ponto Yuan e

tema capacidade de nutrir o Yin e Sangue e tem capacidade de desbloquear o Qi e promover a livre circulação do Qi do Fígado. As dores são devido à estagnação de Qi que estagna no tecido ou porque a carência do Yin e do Sangue privam o tecido de nutrição, o tecido vai inflamar ou tornar-se frágil.

O 3F pelas suas ações referidas, é o ponto mais importante para agir sobre os olhos. O Meridiano do Fígado tem abertura nos olhos, os olhos precisam de nutrição, de Yin e Sangue e o Fígado é o responsável por esta nutrição. Quadros de secura ocular, hemeralopia, visão turva, olho vermelho, espasmos oculares, nistagmo, etc, temos que nutrir os olhos através do Fígado.

#### *4) Condições ao longo do Meridiano*

Este meridiano partilha com o meridiano do BP o Hálux, manifesta-se na região dorsal do pé e por isso tem ação nos extensores dos dedos, é usado para condições do dorso do pé.

O ponto F4 é um ponto importante para quadros que envolvam a dorsi-flexão do pé, é também usado para quadros de lombalgia por Estagnação do Qi do Fígado. Para esta condição lombar é 4F normalmente usado com o 40VB.

O seu trajeto é mais anterior que o meridiano do R e BP, visto que fica na tibia. Estes pontos tem uma ação sobre o aspecto genital e menstrual, como 5F e 6F. O 5F é o ponto Luo do meridiano do F e abastece de forma abundante a região púbica e genital, por isso é que o meridiano do F é usado para condições de patologia genital externa. Dos 3 meridianos yin que passam na região púbica, o Fígado é quem mais ação tem para patologia genital. O 6F é usado para condições do foro menstrual, é ponto XiCleft ou Emergência do Meridiano do Fígado, pode ser usado para dismenorrea, amenorrea e oligomenorrea, normalmente é usado em conjunto com o 8BP.

O ponto 8F é usado para condições menstruais pelas suas funções, ele é o ponto de Tonificação do Fígado, é usado quando há deficiência do Sangue ou do Yin, mas também pode ser usado em condições de excesso como um quadro de calor a afetar o aparelho menstrual e trato urinário.

Na região genital, localmente temos os pontos 10F, 11F e 12F, distalmente temos o 5F que vai ao encontro da região, estes são usados para condições do aparelho genital.

Na região abdominal temos o ponto 13F que é o ponto MU do BP, é um ponto usado para condições digestivas quando o excesso do Fígado afeta o BP e Intestinos, quando existe desarmonia entre F e BP. A Madeira controla a Terra, quando controla em demasia torna-se uma agressão, o Fígado agride o BP, isto pode gerar inflamação dos intestinos, diarreia, dilatação abdominal, alternância entre fezes moles e duras ou obstipação. O 13F é também ponto Influyente dos órgãos yin, pois tem a capacidade de interagir com vários órgãos yin, à direita interage com o Fígado e com os Rins, à esquerda com BP e Rins e os dois interagem também com a parte mais inferior dos pulmões, o único órgão que está um ponto mais distante é o Coração.

O 14F também na região abdominal é usado para casos de agressão da Madeira à Terra, mas em quadros que afetam o Estômago, pode gerar náusea, enjoos, vômitos, subida do Qi do Estômago, gastralgias à direita. O 14F tem a capacidade de desbloquear e regular a energia do Fígado.

- 1) *Condições funcionais cardiovasculares relacionadas com a Fleuma*
- 2) *Sintomas ou Dor ao longo do Meridiano*
- 3) *Condições de Estômago*
- 4) *Condições no peito e do Coração*
- 5) *Problemas mentais (principalmente quando a fleuma afeta o Pericárdio)*

1) *Condições funcionais cardiovasculares relacionadas com a Fleuma*

Condições ligadas ao excesso, como Fleuma ou Estagnação de Sangue a afetar o aparelho cardíaco, já existe alteração da estrutura do aparelho cardiovascular, estas alterações podem se encontrar no coração ou artérias.

2) *Sintomas ou Dor ao longo do Meridiano*

Sintomas ao longo do Meridiano, uma patologia comum é a Síndrome do Canal Cárpico ou condições do pulso.

3) *Condições de Estômago*

Condições em que há a inversão do Qi do Estômago, a sua subida patologia chamada de rebeldia do Qi do Estômago, esta pode gerar náusea, eructações, enjoo, vômitos, regurgitação ácida, etc. O ponto do Meridiano do MC usado é o 6MC que move e retifica o Qi do Estômago no sentido descendente, ele induz a descida do Qi do Estômago, podemos juntar outros pontos que ajudam na descida do Qi como o37E, 36E e o 21VB.

Para um quadro de calor a afetar os intestinos (calor no sangue) a gerar hemorroidas, sangue nas fezes, doença inflamatória crônica dos intestinos, cólica e dor, o 3MC deve ser usado.

4) *Condições no peito e do Coração*

Quando existe estagnação de Qi ou de Sangue com Fleuma a afetar o Aquecedor Superior, que pode gerar dor torácica, precordialgias, respiração peitoral, dor tipo pontada no peito. Para diferentes síndromes usamos pontos diferentes do Meridiano do MC, por estagnação de Qi o mais indicado é o 6MC, por estagnação de Sangue o 4MC e por Humidade a afetar mente, peito e sistema cardiovascular o 5MC, estes pontos podem ser usados individualmente ou em conjunto dependendo da situação.

5) *Problemas mentais (principalmente quando a fleuma afeta o Pericárdio)*

Condições mentais devido a Humidade Mucosidade a afetar os orifícios da mente, usamos o ponto 5MC este tem a capacidade de eliminar humidade e desobstruir os orifícios da mente.

Condições mentais como ansiedade, agitação e insônia, o ponto 7MC é um ponto sedante que acalma a mente.

Para condições e alterações da consciência e estados psicóticos os pontos 9MC e 9C são os mais indicados.

## *CORAÇÃO – SHOU SHAO YIN*

- 1) *Condições do Shen/Condições Mentais*
- 2) *Patologias do Coração*
- 3) *Condições da fala e da língua*
- 4) *Sensação de Plenitude no Peito*
- 5) *Dor no hipocôndrio e no tórax, quando esta está localizada próxima da zona do Coração*

### *1) Condições do Shen/Condições Mentais*

O meridiano do Coração tem uma grande ação sobre o Shen, este age sobre o aspecto mental e emocional. É usado tanto em condições de excesso como de deficiência, a hiperatividade do Qi ou yang gera condições maníacas, enquanto a descida do Qi gera condições depressivas. Nas condições de excesso temos as emoções elevadas ao extremo, euforia e quadros obsessivo compulsivos, em oposição a quadros depressivos em que a energia está em baixo.

Os pontos 3C e 7C são pontos usados para estes casos com uma grande ação sobre o foro mental e emocional.

### *2) Patologias do Coração*

Qualquer patologia ou condição cardiovascular – arritmias, palpitações, taquicardias, bradicardias,

### *3) Condições da fala e da língua*

Condições da fala ou da língua, são condições comuns em quadros pós-AVC.

O ponto 5C é um ponto distal muito usado para agir em condições da fala, ele atua via Luo Longitudinal, como ponto local podemos usar o 23VC que é onde o Meridiano do Coração e Rim se encontram em profundidade.

A gaguez ou a verbalização durante o sono está relacionada com a relação Coração e Rim, existe uma falta de enraizamento da água do Rim perante o fogo do Coração. Durante o sono o Shen não enraíza, gera muitos sonhos e fala durante a noite. Um ponto usado para este efeito é o 3C juntamente com 3R e 7R, estes são pontos distais que atuam no Vazio de Yin e restabelecem a ligação água-fogo, um ponto local para condições ligadas ao Coração e Rim que se manifestam à noite é o 24VC.

#### *4) Sensação de Plenitude no Peito*

Sintomas como sensação de opressão torácica, quando esta é acompanhada de alteração da frequência cardíaca (taquicardia e bradicardia). É uma dor localizada ou dispersante no tórax com sintomas de Coração, a diferença entre a estase de Qi do F é que esta última é mais no hipocôndrio então apresenta sintomas de Coração.

#### *5) Dor no hipocôndrio e no tórax, quando esta está localizada próxima da zona do Coração*

Esta dor representa o que chamamos de precordialgias e está localizada na zona do Coração.

Os pontos mais usados do Meridiano do Coração são 3C, 4C, 5C, 6C e 7C, 8C e 9C.

O ponto 6C é usado para condições noturnas, calor vazio que se manifesta à noite, típico de um quadro de vazio de yin que apresenta calor noturno e transpirações noturnas.

O ponto 7C é ponto Yuan do Coração, este tem uma ação nutritiva, é usado como ponto sedante para quadros de insônia, agitação e ansiedade, ele acalma a mente e enraíza e o Shen.

### *RIM – ZU SHAO YIN*

#### *1) Condições urológicas e ginecológicas*

#### *2) Condições cardíacas*

#### *3) Patologias da garganta (sensação de calor na garganta, dor moderada e secura)*

#### *4) Desarmonia Rim/Pulmão (asma, edema, devido a disfunção do Rim)*

#### *5) Condições na Lombar*

#### *6) Dor ao longo do Meridiano*

O Meridiano do Rim pelo seu trajeto tem várias funções e relações com outros órgãos, é um meridiano que pelo seu trajeto tem capacidade de abastecer os 3 Aquecedores.

#### *1) Condições urológicas e ginecológicas*

Usado para condições gênito-urinárias ligadas ao aparelho reprodutor e genital. Exemplo, disfunção erétil deve-se usar e aquecer este meridiano e usar pontos distais como o 3R, para além de pontos locais como o R11 que se manifesta na região da sínfise púbica. Condições da próstata, usar VC2, R11 e 12BP, pontos que estão todos ao mesmo nível transversalmente.

O meridiano do Rim é usado para patologias que envolvem o aparelho urinário e genital, condições que impliquem a dificuldade na concepção, problemas de fertilidade, patologias ligadas à próstata em homens e uterinas na mulher.

## 2) *Condições cardíacas*

Condições que implicam a disfunção entre o fogo e a água do Coração e do Rim, a água do Rim não arrefece o Fogo do Coração ou o fogo do Coração não aquece o yang dos Rins.

Para tonificar o yang dos Rins usamos o 3R (apesar deste ir ao yang e ao yin) e para tonificar o yin dos Rins o 7R, estes pontos são muito usados quando há insônia, agitação, ansiedade, calor a afectar o Coração porque a água do Rim não controla o fogo do Coração.

Uma deficiência de yin dos Rins, faz com que os Rins não nutram o Fígado, se o fígado fica carente de Yin vai pedir mais yin à mãe, não sendo abastecido de yin vai começar a criar calor vazio que vai para o Coração porque o Fígado não consegue alimentar o Coração com Yin. Por sua vez o Yin do Coração torna-se também deficiente. Com um Yin do Fígado em deficiência gera-se a ascensão do yang. O yin do Coração não recebe yin do Fígado e ainda é afectado pela ascensão do yang do Fígado, por outro lado se os Rins também estão em deficiência de yin não conseguem controlar o calor do Coração. Concluindo, as deficiências de Yin dos Rins geram condições no alto ou cardíacas devido a este mecanismo. Um ponto muito importante para quadros de arritmia ou alterações do ritmo ou frequência é o 25R, sobretudo à esquerda.

## 3) *Patologias da garganta (sensação de calor na garganta, dor moderada e secura)*

Existe um eixo do Yin muito importante que é o Pulmão, Rim, Estômago e Intestino Grosso. Uma deficiência de yin do Estômago gera normalmente deficiência de Yin do Intestino Grosso, que por sua vez gera deficiência de Yin do Pulmão. Com isto encontramos secura na garganta, asma, obstipação, alterações de apetite pelo excesso de apetite criado pelo calor vazio.

Quando há secura, sede, boca e garganta secas, obstipação, é devido a uma deficiência de Yin do P, E e IG. O Pulmão partilha o mental com o Intestino Grosso e o IG com o Estômago pelo Yang Ming.

O meridiano do Rim é muito usado para quadros de calor vazio que se manifestam no alto, como garganta seca, o yin não chega ao alto e não humedece a garganta, olhos e boca e gera secura.

O ponto do Meridiano do Rim mais usado para levar o Yin ao alto é o 6R, este é ponto confluyente do Yin Qiao Mai e tem como função levar o Yin ao alto do corpo.

## 4) *Desarmonia Rim/Pulmão (asma, edema, devido a disfunção do Rim)*

O Rim tem que receber e reter o Qi do Pulmão, não o fazendo pode haver asma, dispneias, tosse. O meridiano do Rim no seu trajeto sobe e abastece toda a região do tórax. Alguns pontos usados para este efeito são o 27R, 13BP, 1P, 22VC, estes facilitam e promovem a respiração.

Uma disfunção na comunicação do Pulmão e Rim, pode gerar Edema principalmente na parte inferior do corpo, existe um compromisso na via das águas por parte do Pulmão e Rim.



### 5) *Condições na Lombar*

Na região do Joelho encontramos o 10R, usado em condições do joelho e da lombar juntamente com o 40Bx. Normalmente punitura-se o 40Bx em direção ao 10R ou puniturar os dois. A diferença entre o R10 e o 40Bx é que o 10R é mais usado em casos de deficiência, enquanto que o 40Bx é mais usado em casos de excesso. O 10R a punitura é sempre com o joelho fletido para criar espaço entre o semimembranoso e o semitendinoso. O 10R é também onde tem início o meridiano distinto do Rim, este acompanha o trajeto principal e entra em profundidade para envolver o órgão Rim e Bexiga para proteger os órgãos.

Outro ponto distal usado para dor lombar é o 3R, sendo o ponto distal que mais acção tem sobre a lombar.

### 6) *Dor ao longo do Meridiano*

Começa na região plantar, os pontos 1R e 2R são usados para quadros de fascite plantar, uma forma de puniturar o 1R sem ter uma acção tão dolorosa é através do 3F em profundidade, em direção ao 1R.

Condições dos flexores do pé, dos dedos do pé, do tendão de Aquiles. Os pontos 4R, 7R e 9R estão junto ao tendão de Aquiles, usados em tendinites, microrroturas e dor pelo esforço.

O Meridiano do Rim é também usado para condições digestivas, esta não é uma das suas funções principais, mas também tem capacidade em atuar neste campo devido à relação entre o Inato e o Adquirido, os pontos mais usados para este efeito são o 11R e 21R.

## *BAÇO-PÂNCREAS – ZU TAI YIN*

1) *Condições digestivas, intestinais*

2) *Condições ginecológicas*

3) *Condições genito-urinárias*

4) *Condições mentais*

5) *Condições do meridiano*

1) *Condições digestivas, intestinais*

O ponto 15BP é usado para condições do trato intestinal, como dilatação intestinal e para obstipação, este tem a acção de regular o aquecedor inferior. É um ponto muito usado para quadros de obstipação, para este efeito deve ser puniturado a esquerda no sentido descendente, para induzir a descida. Para quadros de obstipação devemos juntar ao 15BP o 34VB e o 6TA para induzir a descida e o movimento peristáltico.

Nas condições digestivas e intestinais, distalmente destacam-se os pontos 3BP e 4BP, localmente usam-se os pontos 15BP e 16BP. Nos pontos do abdómen a escolha destes pontos deve ser consoante a palpação, tem que se perceber se a condição que queremos tratar se manifesta no meridiano do BP, R ou E, por dor, tensão ou plenitude, podendo-se manifestar em um ou mais meridianos.

## 2) *Condições ginecológicas*

Pelo seu trajeto e projeção no abdômen o meridiano do BP é usado para condições ginecológicas e menstruais.

Quadros de dismenorreia, amenorreia, ciclo irregular, etc. Alguns pontos distais que atuam sobre esta condição são: 6BP, 8BP e 10BP. Porém o 4BP é o mais usado para quadros ligados à nutrição, pois é o ponto confluyente do Chong Mai, uma das funções do Chong Mai é gerir a relação entre o Inato e o Adquirido, para produzir Qi e Sangue. No caso de amenorreia por vazão de sangue, tem que se incentivar a produção de sangue, via 4BP e outros fatores como alimentação e fitoterapia, para que o Chong Mai tenha sangue disponível.

## 3) *Condições genito-urinárias*

É um meridiano muito usado em condições urinárias pois ao BP cabe a função de transporte e transformação dos líquidos e porque o seu trajeto manifesta-se na zona genital, os pontos locais mais usados para este efeito são o 12BP e 13BP.

Condições em que existe Humidade Mucosidade estagnadas no Aquecedor Inferior podem gerar quadros gênito-urinários. Distalmente os pontos 6BP e 9BP são os mais usados para este efeito porque eliminam a humidade.

## 4) *Condições mentais*

Condições do foro mental, especialmente ligadas ao Yi. O ponto 1BP é muito usado para estabilizar o pensamento por agitação ou falta de concentração, para pessoas distraídas, é também um ponto sintomático para a insónia. É um ponto que faz voltar ao centro. Outro ponto é o 2BP que é o ponto de tonificação do BP que se usa com moxa para unificar o Qi ligado ao aspecto mental, é usado para falta de memória, falta de concentração em quadros de deficiência do Qi ou Sangue.

## 5) *Condições do meridiano*

Toda a região medial do pé, pernas, joelho, coxa, abdômen e tórax.

Pontos do Pé são importantes para condições que impliquem os flexores dos dedos e condições da planta do pé, por exemplo fascite plantar. Para a fascite plantar os pontos 3BP e 4BP são usados para este efeito.

Para a articulação do tornozelo o 5BP deve ser usado, para além de ser um ponto local é o ponto mestre das articulações, por é usado para condições da tibio-társica, não só condições que impliquem a parte medial, mas também na parte lateral à articulação.

Condições que impliquem síndrome dolorosa na face medial da perna até ao joelho. Na face medial da perna estão localizados os músculos flexores dos dedos e do pé, tanto o BP como os 3 yin do membro inferior são usados para este efeito.

Condições da face medial do joelho, o ponto 9BP deve ser usado como ponto local para quadros inflamatórios e quadros de edema ao nível do joelho.

O 8BP é o ponto Xi-cleft ou Emergência, para quando há estagnação de sangue a gerar dor, tensão, dilatação venosa, derrames.

O 6BP é o ponto de reunião dos 3 Yin do membro inferior, pelo que tem uma grande ação sobre toda a zona medial.

Na coxa temos os pontos 10BP e 11BP, que são usados para condições ligadas aos adutores da coxa.

O ponto 10BP é o ponto Xuehai qualquer situação que implique o Xue este ponto deve ser usado, por exemplo, nutrir o sangue, mobilizar o sangue, retirar calor do sangue ou qualquer quadro que implique sangue. Deve ser sangrado quando há calor no sangue e condições dermatológicas ligadas aocalor no sangue. No 10BP é contraindicado o uso de Moxa, para não aquecer o sangue e os vasos.

Na região torácica destaca-se o 21BP (Grande Luo do BP) usado em condições crónicas, como fadiga crónica, dor crónica, pacientes com Vazio de Qi e com Humidades, com falta de energia, cansados e pesados. É um ponto usado para Fibromialgia e fadiga crónica.

## *PULMÃO – SHOU TAI YIN*

- 1) *Condições respiratórias*
- 2) *Condições dermatológicas (juntamente com IG – elemento Metal)*
- 3) *Condições digestivas e do transito intestinal*
- 4) *Patologia externa – vento frio/calor e estados febris*
- 5) *Condições do peito – dor no peito*
- 6) *Dor ao longo do Meridiano*

### *1) Condições respiratórias*

Condições respiratórias exógenas ou endógenas (externas ou internas), devemos usar o Meridiano do Pulmão, este tem uma ação nos brônquios e vias aéreas superiores. Os pontos mais usados para esteefeito são o 1P, 5P, 6P, 8P, 9P e 10P.

O 5P é o ponto de dispersão do P, usado em condições de excesso a afetarem o P, porém também é usado para quadros de vazio de yin com secura a afetarem o P, na sua dualidade este dispersa ou tonificaconsoante o grupo de pontos onde está inserido.

O 6P é ponto Xi-Cleft ou Emergência, este desbloqueia o Meridiano e é também muito usado para quadros de tosse agua e condições do nariz.

O 7P tem uma ação sobre o vento e induz a descida do Qi do P, tem ação sobre a nuca devido a sua ação sobre o vento. Este é ponto Luo do Meridiano do P e ponto confluyente do Ren Mai, por esta razão também atua em condições urinarias, menstruais e ligadas à infertilidade.

O 8P é usado para quadros de tosse por excesso ou por calor, é uma tosse forte, alta e ruidosa.

O 9P é o ponto de Tonificação do Meridiano do Pulmão, é também o ponto Yuan do Pulmão, ele tem

a capacidade de tonificar o Qi do Pulmão.

## *2) Condições dermatológicas (juntamente com IG – elemento Metal)*

O Pulmão tem uma ligação muito próxima com a Pele, a pele é a primeira camada exterior que está exposta aos fatores externos. Para condições de pele ligadas ao vento os pontos mais eficazes são o 7P e o 13BX. Se a condição for de excesso e calor, podemos usar o 5P ponto de dispersão do P e o 10P que elimina calor do P, assim como pontos que eliminam calor como 11IG, 4IG, 14VG.

## *3) Condições digestivas e do transito intestinal*

Condições que afetem em simultâneo o Pulmão e o Baço-Pâncreas, o ponto usado é o P5.

## *4) Patologia externa – vento frio/calor e estados febris*

Patologia externa a afetar o Pulmão. Para quadros de vento o 7P tem uma ação específica sobre o vento, pode se juntar a este o 20VB e o 4IG. Um quadro de vento a gerar tosse por excesso o 8P é o mais indicado. O 11P e 10P eliminam calor do P e aliviam os sintomas.

O 10P elimina calor do P e o 11P é usado para quadros de vento calor a afetar a garganta, como inflamação, dor ou irritação ou expectoração com sangue, pode se juntar o 1IG que tem ação sobre a garganta.

## *5) Condições do peito – dor no peito*

Condições do Peito em que não existe a descida e difusão do Qi por parte do Pulmão e por consequência fica tudo retido no Aquecedor Superior. Os pontos mais usados para fazer descer o Qi do peito são os pontos 1P e 2P. O 1P é um ponto local usado para condições pulmonares e brônquicas, qualquer quadro agudo como tosse, asma, dispneia seja por HM, vento frio ou vento calor, ele induz a descida do Qi do P.

## *6) Dor ao longo do Meridiano*

Qualquer dor que se manifeste no trajeto do meridiano do Pulmão.



















