



**ESMTC**

Escola de Medicina  
Tradicional Chinesa

# Teorias Básicas da MTC

**Curso de Fitoterapia Ocidental e Oriental**





# Etiopatogenia

Fatores etiológicos	Slides
As emoções	222-252
As produções patogénicas	252-260
Os Outros fatores etiológicos	260-277

# As Emoções – Qing XÙ



# As Emoções

- O conceito de emoções na MTC: 情緒 Qíngxù – Estímulo, excitação – Ciji provocado pelas emoções
- Emoção reacção a – Estímulo que perturba o Shen, o Hun e o Po, o equilíbrio dos órgãos internos e a harmonia entre o Qi e o Sangue.
- Por outro lado, o equilíbrio dos nossos órgãos também pode afectar o nosso estado mental.
- As qualidades sentimentais não são patológicas, contudo, quando são excessivas ou deficientes por um tempo prolongado, ou quando surgem brutalmente, com grande intensidade, podem iniciar um desequilíbrio e a doença.

# Ressonância das Emoções



Alegria



Preocupação



Tristeza



Medo



Raiva

As 5 emoções e os 7 Sentimentos



Fígado - **Raiva** (incluindo frustração e ressentimento)

Coração - **Alegria** excessiva, excitação excessiva

Baço - **Preocupação**, Excesso de Pensamento

Pulmão - **Tristeza**

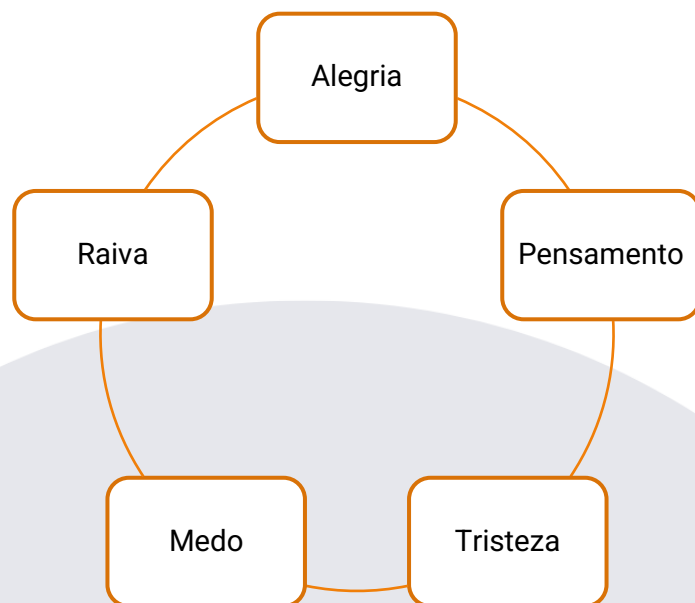
Rim - **Medo**

Rim e Coração - Choque, **Pânico**

Pulmão e Coração - **Perda**



# Ressonância das Emoções



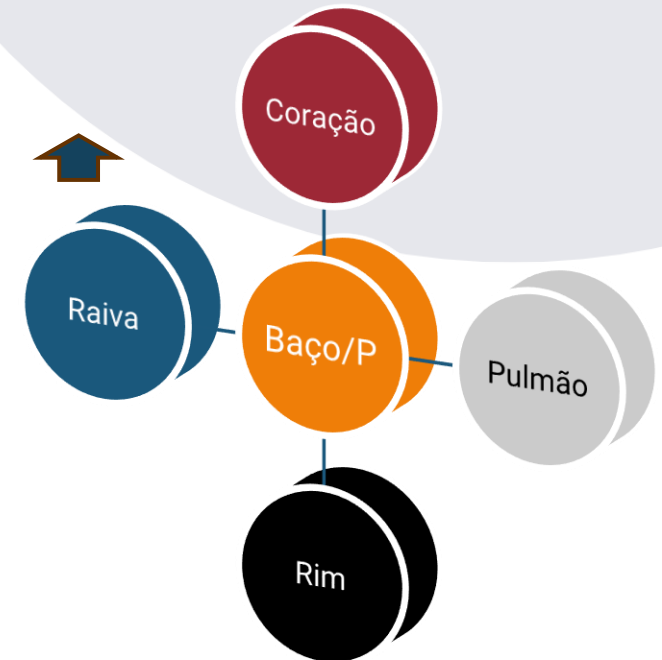
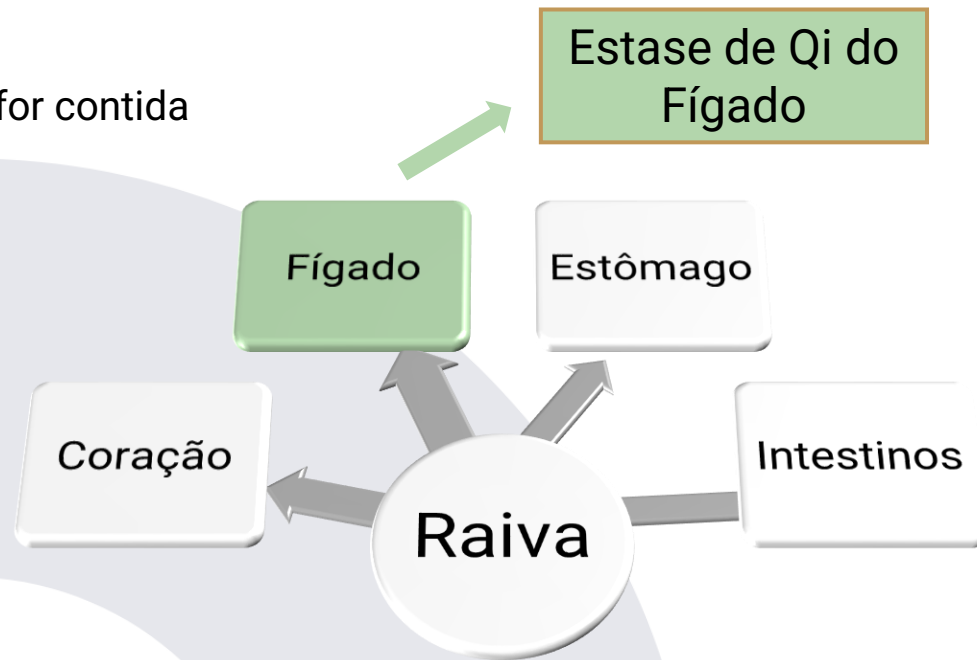
A acção patogénica dos 7 sentimentos, ao inverso da dos 6 factores patogénicos, não precisa penetrar no organismo, vai directamente aos Órgãos pelos quais tem ressonância. Por este motivo é que se considera os 7 sentimentos como os factores etiológicos principais das doenças internas.

Quando ligados aos Órgãos Zang Fu, e de acordo com a Teoria dos 5 Movimentos, os 7 Sentimentos têm o nome de 5 emoções: Alegria, Raiva, Pensamento, Tristeza e Medo.

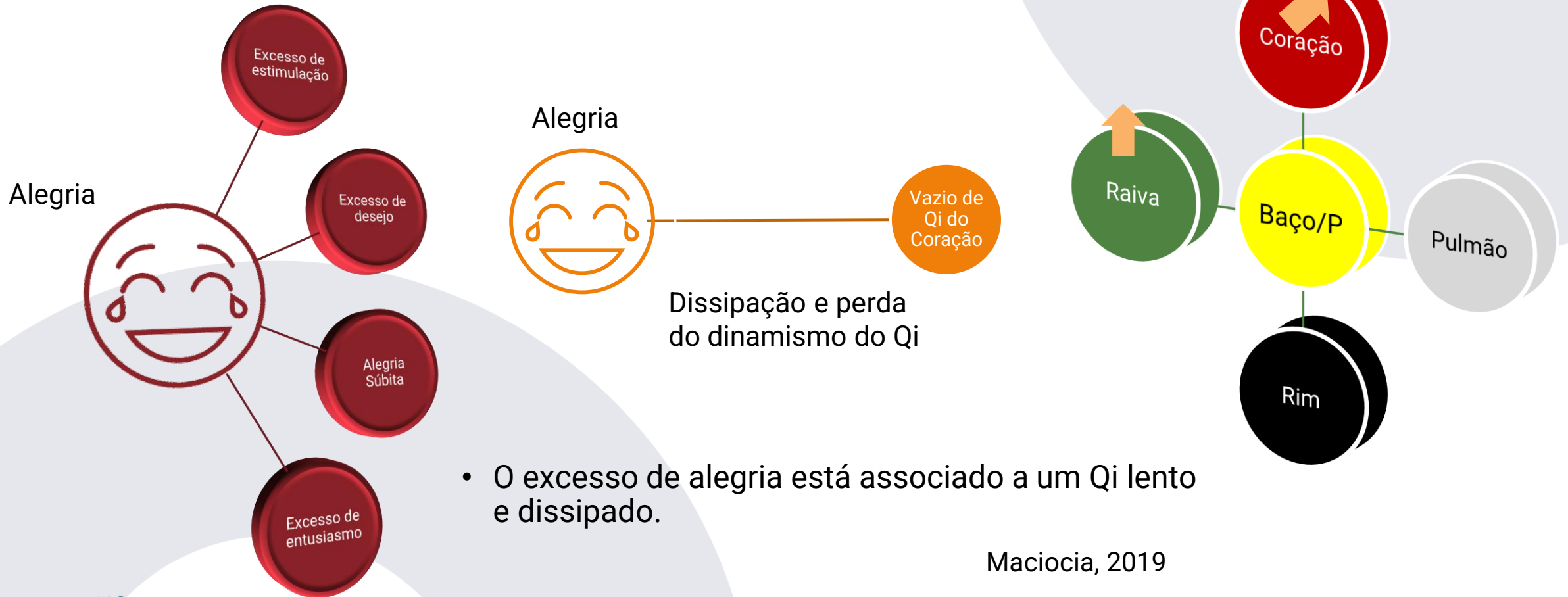
# Raiva

As insuficiências ou excessos das emoções agem sobre o Qi e sobre as outras substâncias. O Nei Jing refere que: O excesso de Raiva faz subir o Qi

Se a raiva for contida



# Alegria – Excesso de Alegria

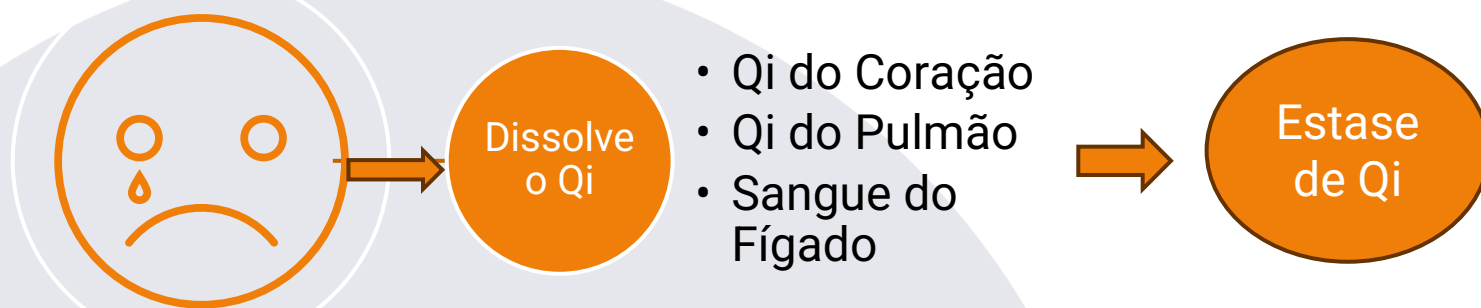


Maciocia, 2019

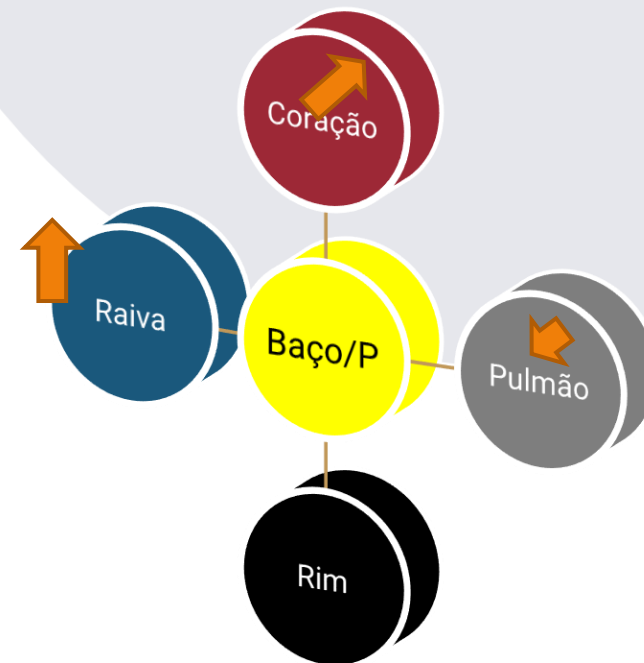
# Tristeza

O excesso de tristeza, de dor, de perda, retrai o Qi e causa perda de Qi, dissolve o Qi.

- Se prolongado, pode levar a estase de Qi por Vazio no Aquecedor Superior, afetando o Sangue do Coração.



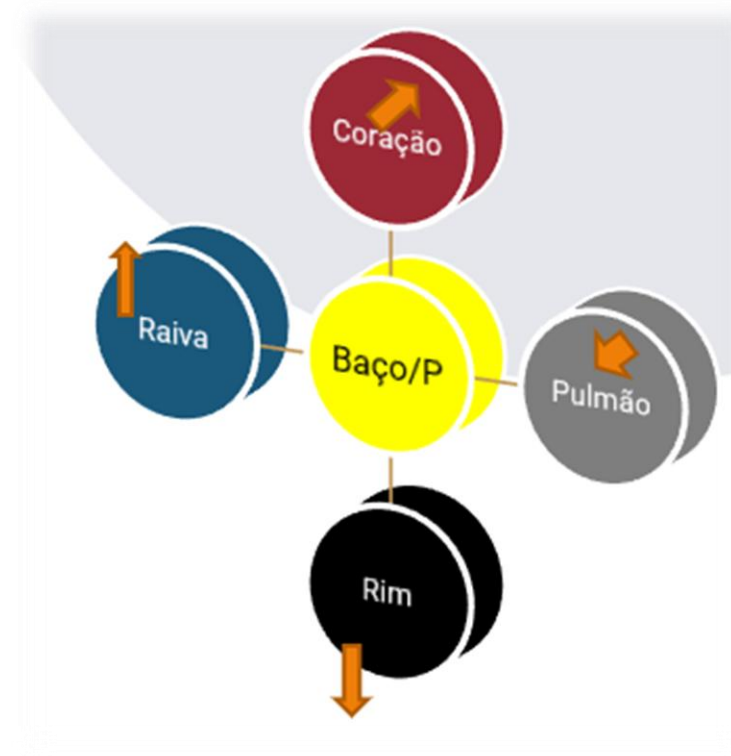
Maciocia, 2019



# O Medo

Maciocia, 2019

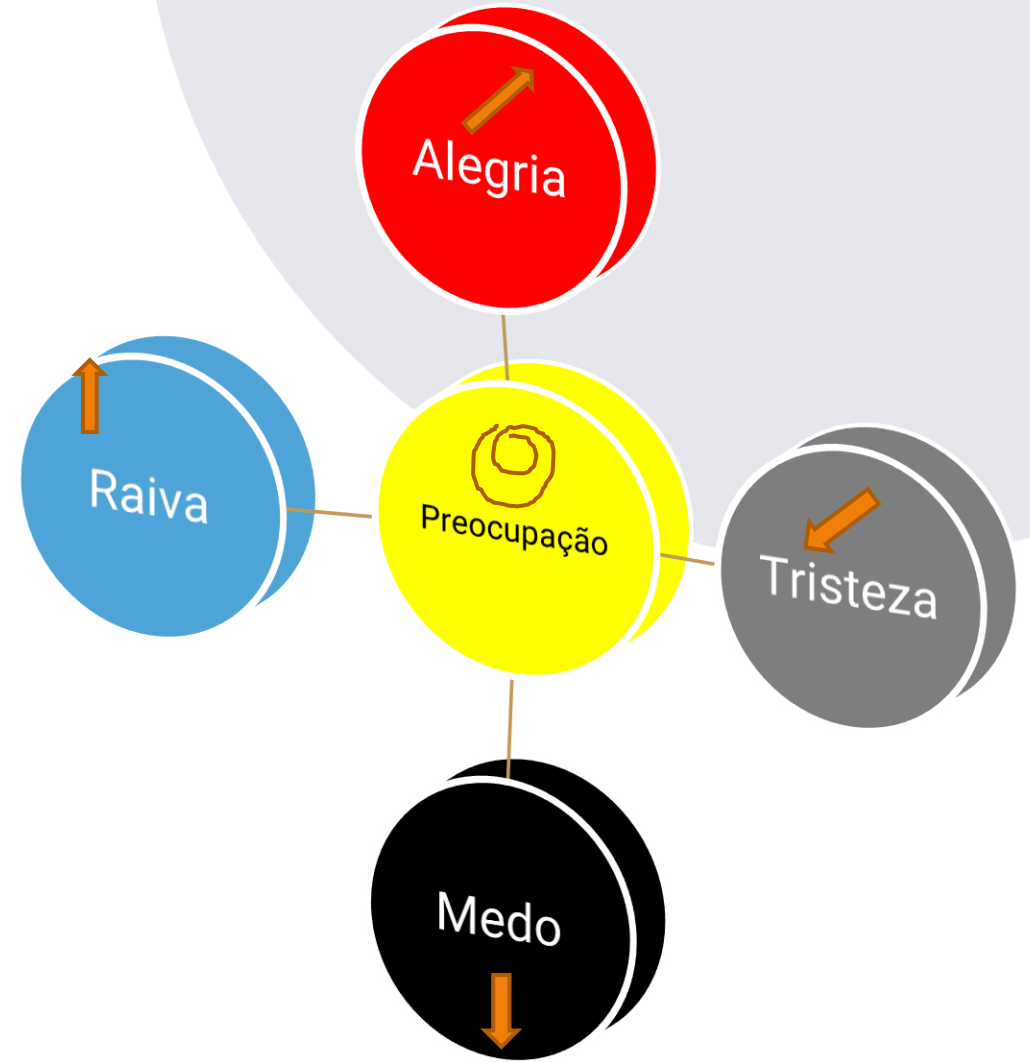
- O Medo faz descer o Qi e o Pavor torna o Qi caótico.
- O Choque lesa o Rim e o Coração – Pode enfraquecer o Qi do Coração e do Rim ou bloquear o Qi do Coração



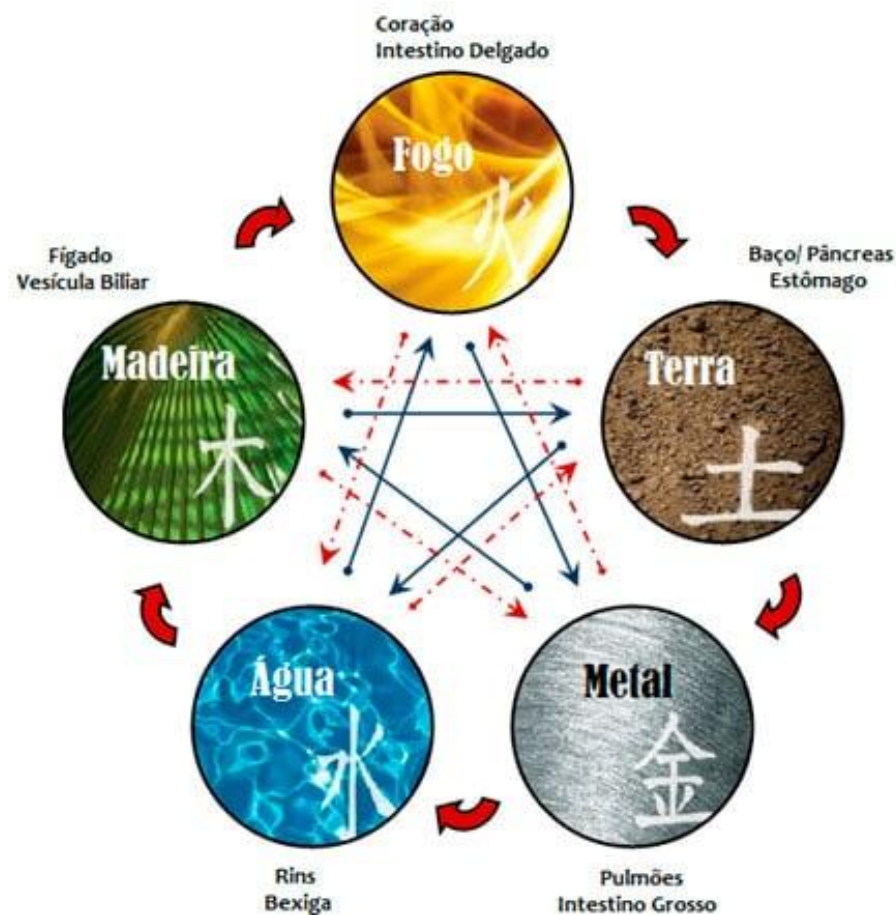
# Preocupação, excesso de Pensamento

O excesso de reflexão e de pensamento estagna o Qi, prende o Qi

Condição que pode influenciar o movimento de todos os órgãos



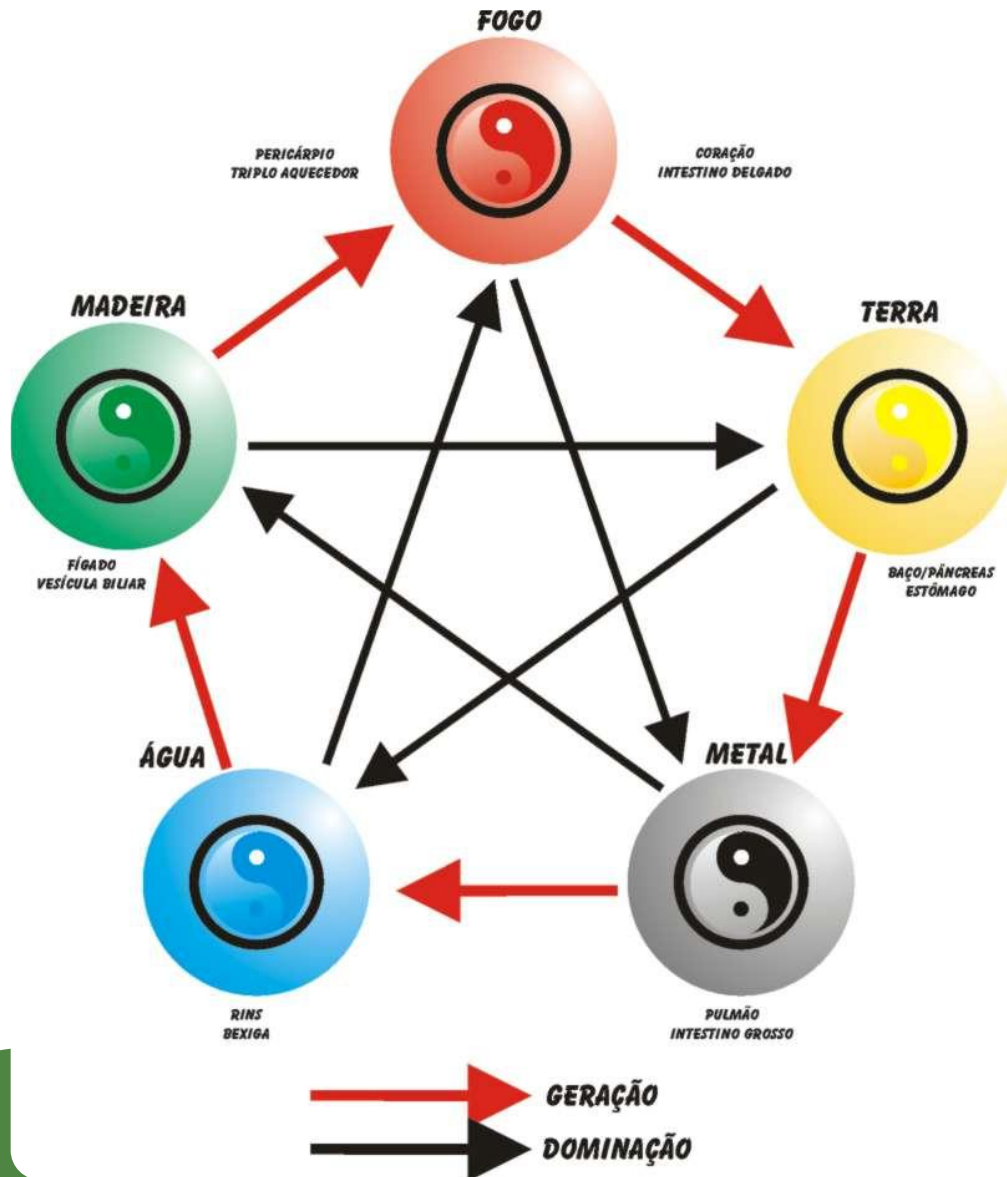
# As emoções – Como actuam



O excesso de emoção fere o órgão a que corresponde:

- Afeta a atividade funcional do órgão
  - Provoca um distúrbio na circulação do Qi
  - Cria desordem entre o Qi e o Sangue
- 
- Os Órgãos mais afetados são:
  - O Coração
  - O Fígado e
  - O Baço Pâncreas

# Emoções – Sintomas simples e complexos



- **Sintomas Simples** - Sintomas que dizem apenas respeito à perturbação de um órgão
- Exemplos: Sintomas da esfera do Coração, ou do Fígado, ou do Baço

- **Sintomas Complexos** - Sintomas que surgem nas doenças combinadas, ou seja, onde a doença de um órgão suscita a de outro
- Exemplos: Sintomas ligados ao mau funcionamento das relações entre dois órgãos - Coração e Rim; Baço e Coração; Fígado e Baço.

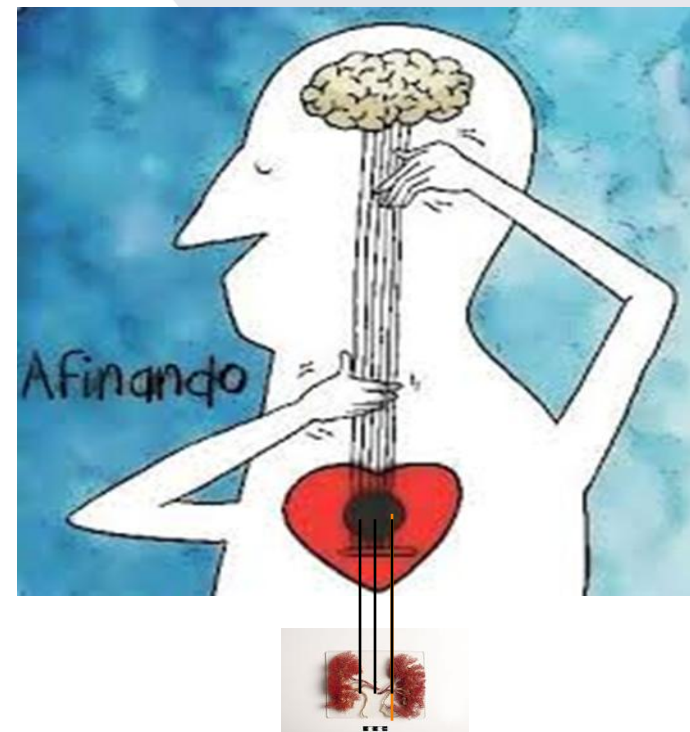
# Perturbação mental

## *Jing-Qi-Shen* - Integração da Essência-Qi-Mente

Na MTC, toda a existência depende e é dinamizada, permanentemente, pela integração da Essência, Qi e Shen, designada “Jing-Qi-Shen”.

O Jing-Qi-Shen representa três estados diferentes de condensação do Qi, em que a essência é o mais denso, o Qi o mais rarefeito e a mente o mais sutil e imaterial.

A integração e harmonia do Jing-Qi-Shen determina a saúde física e mental. O desequilíbrio do Jing-Qi-Shen pode provocar doença mental e física.



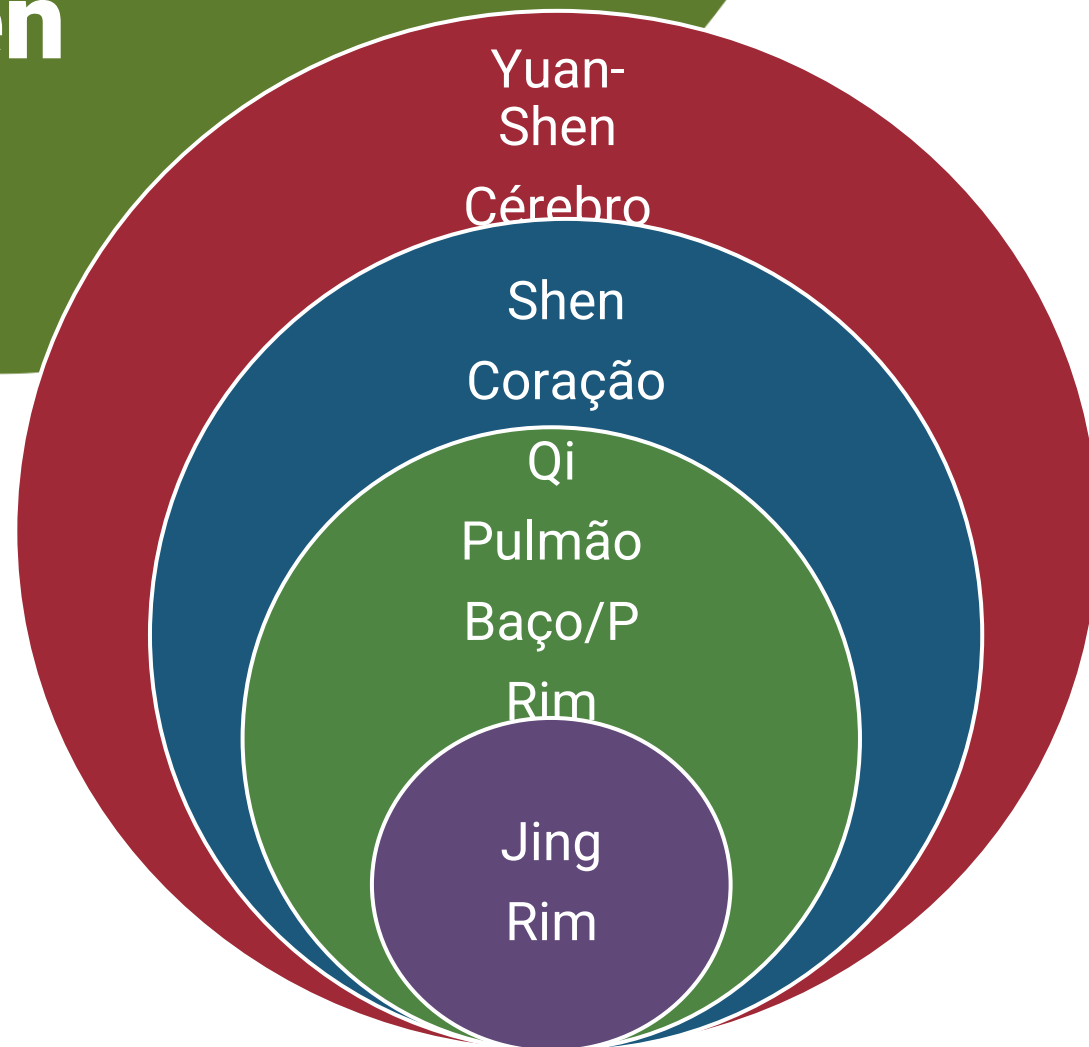
# Perturbação mental



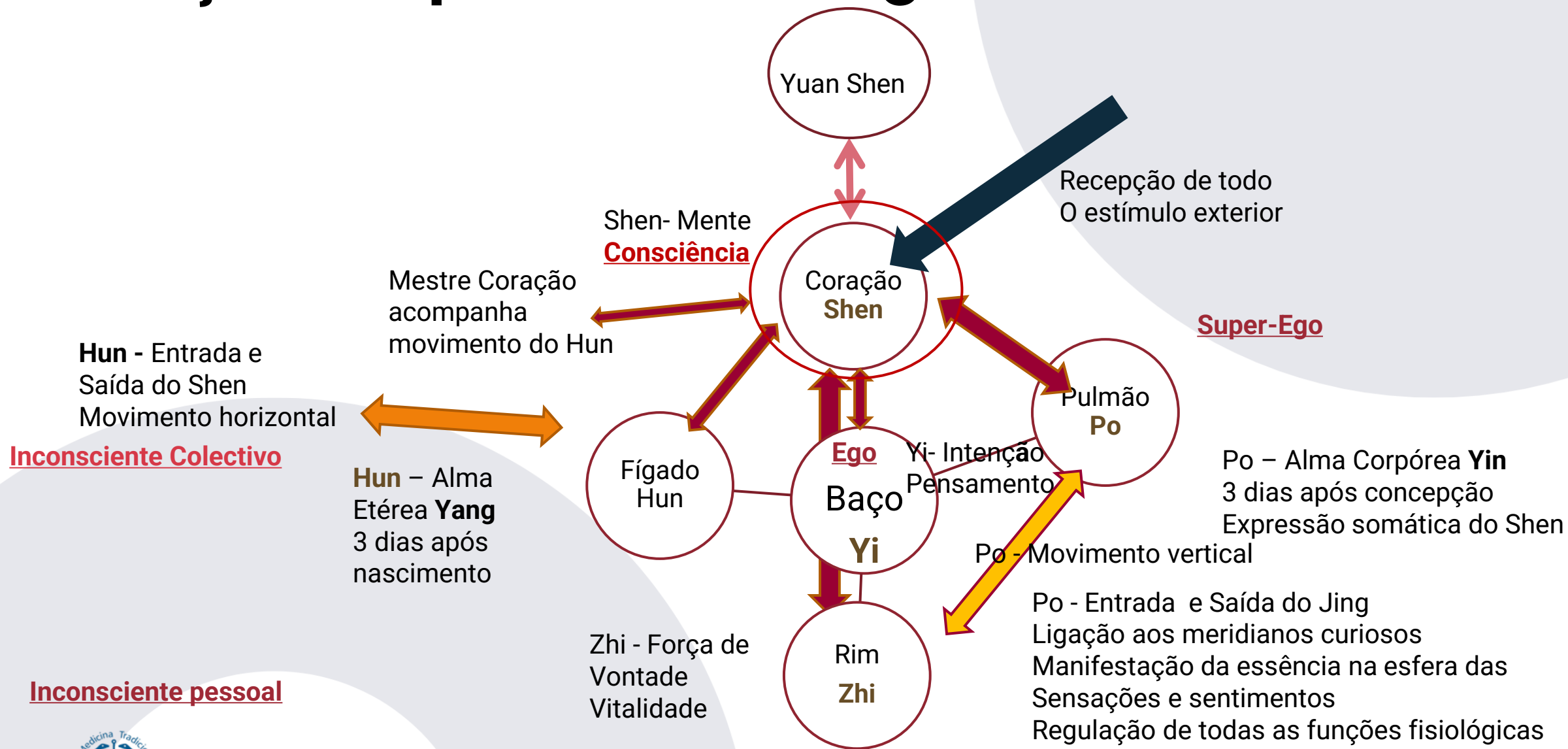
- **Essência:** Base biológica do corpo e da mente. É originária da essência pré-natal de ambos os pais e da essência pós-natal proveniente da alimentação.
- **Qi:** Força motriz dos processos fisiológicos humanos, das actividades mentais e do estado mental. Forma-se pela combinação do Qi inalado do ar com o Qi dos alimentos transformados pelo Estômago e pelo Baço, e pelo Qi gerado pela interacção entre o Rim-Yin e o Rim-Yang (Qi do Rim).
- **Mente:** O estado mais subtil e imaterial do Qi. Indica a existência observável e definível da cognição, emoção e comportamento de um indivíduo.

# Jing-Qi-Shen

Órgão e Vísceras	Função	Shen
Coração	Governar o Sangue Encerrar o Shen	Shen
Rim	Armazenar o Jing inato Formar a medula	Zhi
Fígado	Armazenar o Sangue Regular as emoções	Hun
Cérebro Mar das medulas	Actividade mental	Yuan Shen
Baço P.	Subida do yang qi	Yi
Pulmão	Governar o Qi	Po



# Relações especiais dos Órgãos

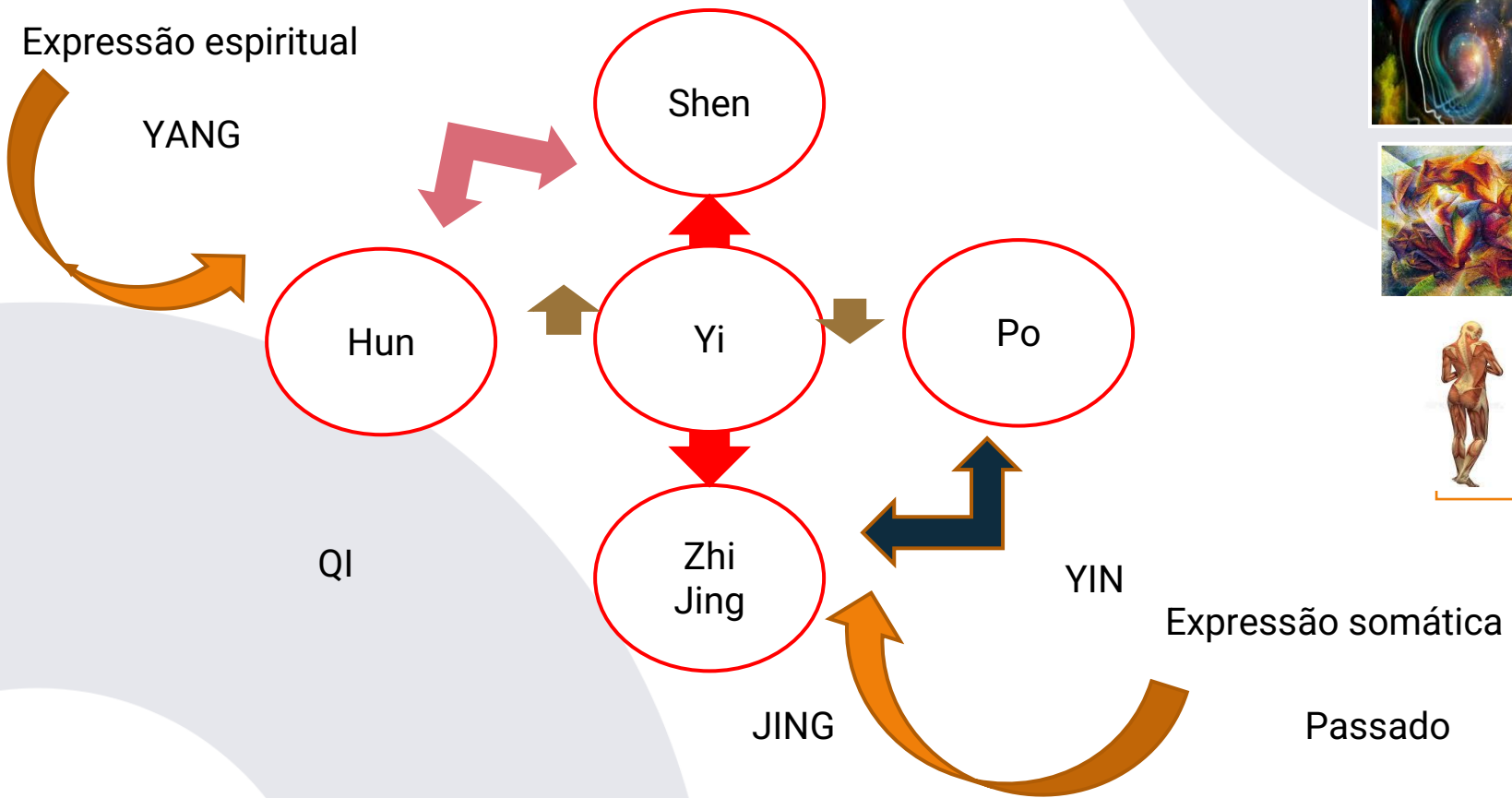


**Inconsciente pessoal**



# Dinâmica da Mente na MTC

Futuro



Shen

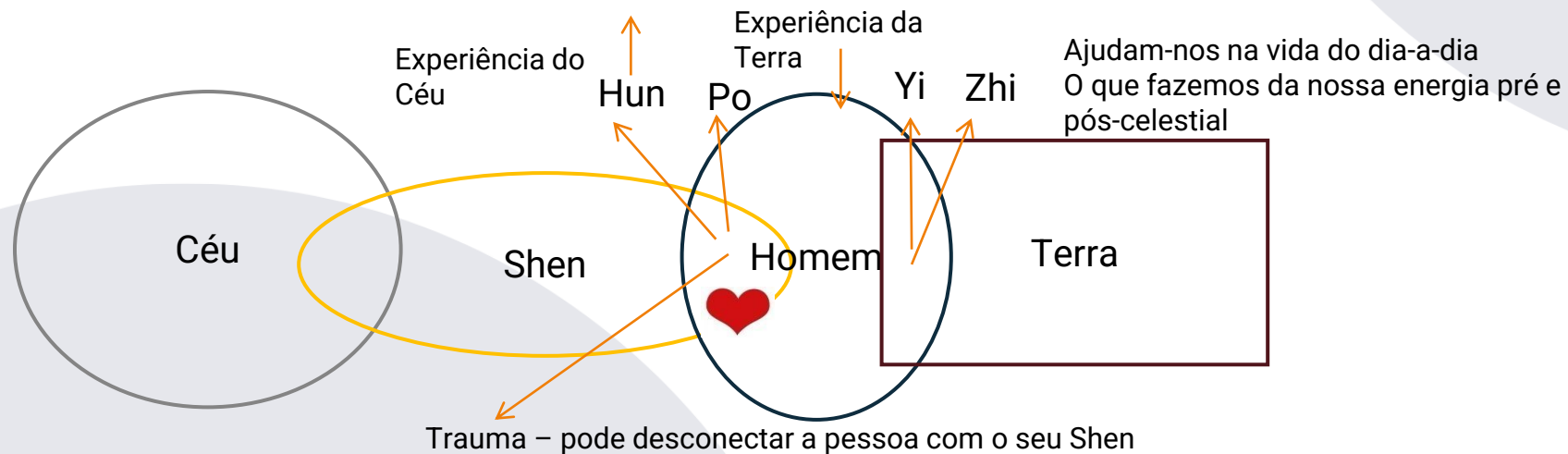


Qi



Jing

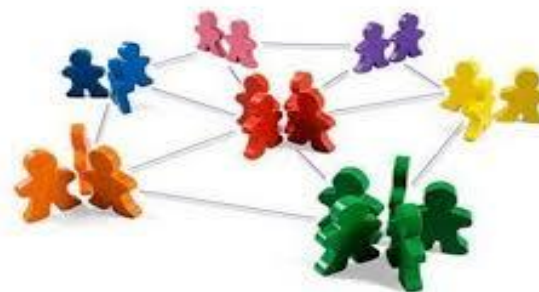
# Movimento do Shen e do Shen dos órgãos



As emoções podem levar o Homem ao Céu ou à Terra de acordo com a nossa reacção ou capacidade de transformação

# Coração - Shen

- **Abriga o Shen** e domina todas as actividades mentais conscientes.
- **Selecciona os estímulos externos e internos.**
- **Sente e avalia as emoções** com a colaboração dos outros órgãos.



É responsável pela **sociabilidade**, pelo comportamento, pela relação do homem com a natureza e pela **coerência no seu discurso** e na direcção da sua vida.

O **atributo emocional** do Coração é a **Alegria**.

Uma atitude saudável e positiva perante a vida torna o Coração forte. A falta ou excesso de alegria enfraquecem o coração.



# Coração – Perturbações

- **O Qi e o Yang do Coração** estão constantemente activos em toda a actividade mental.
- **O Yin e o Sangue do Coração** garantem a nutrição da actividade mental.
- Se o **Sangue do Coração não circula bem nem é suficiente para enraizar a actividade mental**, pode existir confusão, ansiedade, palpitações e dificuldade em adormecer.



**O equilíbrio entre o Yin do Rim (água) e o Fogo do Coração é outro indicador da actividade mental.** Em condições de medo ou choque, o Fogo do Coração torna-se hiperactivo e perde facilmente a ligação com o Rim causando ansiedade, inquietação e insónia.

# Fígado - Hun

- **Abriga o Hun** que tem uma influência decisiva no Sono, sonhos e em toda a actividade mental inconsciente. **A Flexibilidade de temperamento** e o modo como uma pessoa lida com as diferentes situações da vida é um sinal da força e de funcionamento apropriado do Fígado.
- O atributo emocional do Fígado é a **Raiva**, a qual facilmente eleva o Qi do Fígado. **A relaxação e a flexibilidade de temperamento** torna o Fígado forte e permite o livre fluir do Qi. A raiva e a frustração provocam a estagnação do Qi do Fígado (ou a sua subida) e pode enfraquecer ou perturbar a sua energia.

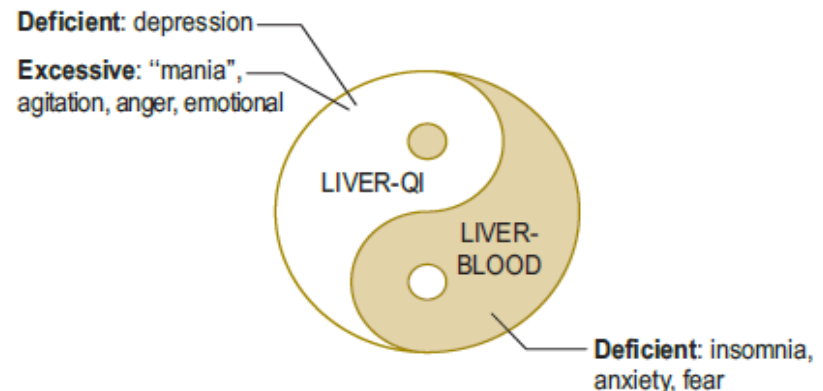


O Fígado como General é fundamental à definição da **estratégia e planificação** da vida, à **criatividade** e início de uma actividade. Para a sua realização, é fundamental o contributo da Vesícula Biliar, que dá a Coragem para a decisão, e do Rim, que dá a Força e Vitalidade e a resiliência para a sua manutenção.

# Fígado - Perturbações

O Yin do Fígado e o Sangue são muito importantes para manter o funcionamento do Órgão. Quando estão fortes, a pessoa dorme bem, sente-se calma e satisfeita, tem um bom sentido de humor e move-se de uma forma harmoniosa e fluida.

Quando são insuficientes, o Qi do Fígado estagna e o sono torna-se inquieto e perturbado pelos sonhos. A pessoa sente-se facilmente irritável, com raiva e frustrada, ou perde o relaxamento e a flexibilidade do seu carácter.



Maciocia, Hun movement – pp255

Para além disso, o Fígado é a Mãe do Coração. A Estase de Qi do Fígado e a sua ascensão podem, facilmente, influenciar o Coração e causar inquietação no Shen.

O Fígado regula as emoções, trazendo-as à actividade consciente do Coração e permitindo o seu livre fluir antes de qualquer resposta do organismo.

# Rim - Zhi

**O Rim é muitas vezes designado a raiz da vida.**

Porque armazena o Yuan Qi - onde está o Jing inato, força inicial da vida herdada pelos Pais. A Essência determina a vitalidade de cada indivíduo e é a fonte de Qi dos outros Órgãos.

O Rim armazena o **Zhi** (força-de-vontade), o qual tem relação com a ambição e determinação do indivíduo na procura da realização dos seus objectivos de vida. O Zhi representa a força biológica de todos os seres vivos para a vida.



O atributo emocional do Rim é o **Medo** – é necessário como alerta e salvaguarda de situações perigosas. O Medo deve ter tempo curto, o seu prolongamento leva à descida do Qi e a alterações importantes nos outros Zang. Se vida apresenta desafios apropriados, o Rim é forte e o Qi do Rim é firme.

# Perturbações

- **O Rim armazena a essência** herdada dos pais que determina a constituição, força e estabilidade da condição física e mental de um indivíduo.
- Quando a essência do Rim e o Qi do Rim são firmes, as pessoas são energéticas, estáveis, auto-confiantes. Existe capacidade instintiva e vitalidade para novas iniciativas.
- Quando a essência e o Qi do Rim estão fracos, pode haver diminuição da actividade física e mental, pouca auto-estima, falta de objectivos na vida e de motivação, e a tendência para se assustar e enervar facilmente.



Quando o Qi do Rim **não é firme**, pode levar a uma função instável do Qi do Coração e do Pulmão, com palpitações e respiração curta e, em casos severos, ataques de pânico e hiperventilação.

# Baço - Yi

O Baço transforma os alimentos e bebidas em Qi (Jing Qi adquirido), que está na base da formação do Sangue.

Este Qi **suplementa a essência do Rim**. Um Baço forte sustenta a vitalidade do indivíduo ao longo da sua vida.



O Baço alberga o Yi (intenção) e este determina a habilidade e profundidade do sentimento, pensamento, estudo, planeamento e memorização das coisas, e influencia directamente estes processos. Também determina o nível de inteligência de um indivíduo.

Os atributos emocionais do Baço são a **preocupação mas também a empatia, simpatia e cuidado**. Estes sentimentos podem deter o movimento do Qi e estagná-lo quando em excesso.

# Baço - Perturbações

**Quando a função do BP é fraca ou está perturbada**, a pessoa pode perder a capacidade de estudar, compreender, concentrar-se e memorizar.

Se a função do Baço for demasiado fraca para gerar o Qi e o Sangue, a pessoa pode aborrecer-se facilmente, sentir-se sombria e cansada.

Quando o Qi do Baço está fraco ou bloqueado, a pessoa pode perder o sentimento de simpatia e cuidado.

O Baço também é importante para manter o equilíbrio na função interna dos outros órgãos. Como se encontra no centro do corpo, funciona como uma turbina, controlando a subida e descida do movimento do Qi.



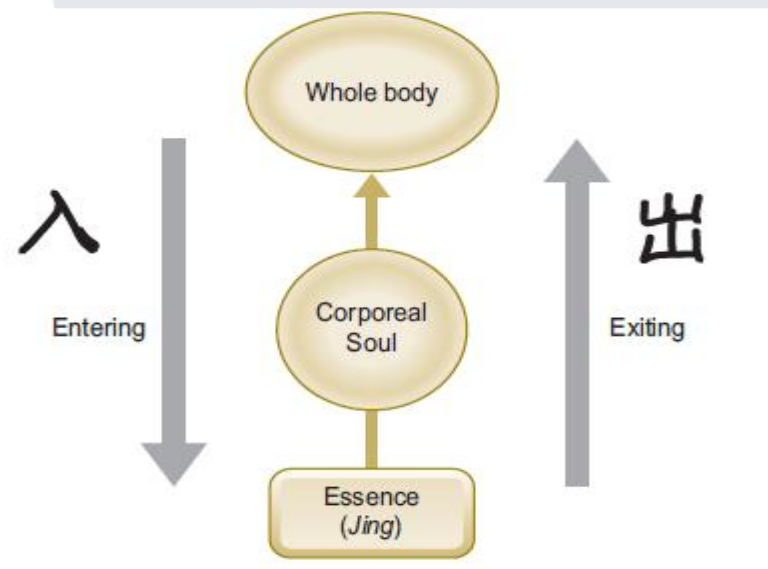
Pode conectar o Pulmão e o Coração na parte superior do corpo com o Fígado e o Rim que estão na parte inferior.

# Pulmão - Po

O Pulmão é a casa do **Po**. Relaciona-se com a ousadia, a auto-confiança e auto-estima realista do indivíduo.

O Po, em ligação profunda com o Jing do Rim, garante a sobrevivência de um indivíduo, a manutenção da sua existência. Também é responsável pela expressão somática do Shen e pela Justiça.

O Pulmão guarda o Zhong Qi, que resulta da mistura do Qi do ar com o Qi proveniente dos alimentos. É também responsável pela distribuição do Qi pelo corpo de modo a garantir toda a actividade física e mental. Esta função influencia directamente a intensidade e alterações das actividades mentais e das emoções.



Maciocia, a entrada e saída do Jing, pp266

O atributo do Pulmão relaciona-se com a alteração do optimismo e ousadia para o pessimismo e a tristeza.

Quando o Qi é forte e é governado adequadamente, a pessoa está optimista, estável no seu humor e comportamento, é ousada e atreve-se a aceitar desafios e responsabilidades.

# Pulmão - Perturbações

- **Quando o Qi do Pulmão está deficiente** e não tem força para dispersar adequadamente o Qi, a pessoa fica mais susceptível a sentir-se triste, negativa e insatisfeita, incapaz de assumir as suas responsabilidades e de atingir os seus objectivos de vida.
- **Quando o Qi do Pulmão desce em demasia**, a pessoa pode sentir-se deprimida, autocrítica e culpada.
- **Quando o Qi do Pulmão não desce**, a pessoa pode tornar-se pretensiosa e tomar frequentemente uma posição dominante.
- **Se o Qi do Pulmão se movimentar para fora e para baixo, intensa e rapidamente**, a pessoa pode mudar rapidamente de uma condição dominante a outra de baixa estima.



**A função do Pulmão está ligada particularmente ao Coração e ao Fígado** dado que o Coração governa o Sangue e o Fígado regula o livre fluir do Qi, tornando mais suave a dispersão e descida do Qi do Pulmão.

**Em condições agudas de stress, o Fígado pode perturbar o Qi do Pulmão e do Coração**, podendo surgir sintomas como respiração curta, inquietação ou, em casos mais graves, hiperventilação e ataque de pânico.

# A utilização dos 5 movimentos na regulação das emoções

Apresentação de um  
Caso Clássico de  
Zhu Danxi (1281–58)



## Caso clínico

Zhu Danxi (1281–58), um médico famoso de Yuan, era reconhecido pela sua capacidade de lidar com problemas emocionais. Um dos casos de Zhu foi contado por Zhang Jiebin (1560–1640), um médico famoso da Dinastia Ming, no seu livro clínico, Jingyue Quanshu: Yuzheng Mo (Complete Collection of Jingyue: Yu Illnesses):

•“Depois de uma rapariga ter ficado noiva, o seu noivo foi-se embora por motivo de trabalho. Esteve ausente durante dois anos. Devido a isto a rapariga não comia e permanecia deitada na cama como se sofresse de demência. Ela não apresentava outros sintomas a não ser estar deitada olhando a parede. De acordo com Zhu isto devia-se ao facto do seu pensamento persistente perturbar o qi do (órgão) \_\_\_\_\_. Nenhum medicamento conseguia ser eficaz. Então o médico discorreu que se houvesse \_\_\_\_\_(um tipo de emoção), a doença poderia regredir ou que se lhe fosse provocada \_\_\_\_\_ (outro tipo de emoção) de modo a que o qi da madeira \_\_\_\_\_ e se expandisse, o qi do BP poderia transformar-se. De acordo com Zhu, isto devia-se ao facto da Madeira poder \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_. Então o médico chegou ao pé da rapariga e provocou-a até à \_\_\_\_\_. Ela gritou e chorou por longo tempo e então foi-lhe prescrito um chá. Depois disto a rapariga pediu comida. Embora a doença tivesse regredido, só a \_\_\_\_\_ (tipo de emoção já indicada) poderia curá-la completamente. Por isso foram feitas diligências para o regresso do noivo. Depois disso a doença não voltou a surgir.”

# Como responder ?



## Caso Clínico

1. Preencha os espaços em branco e explique o caso considerando o papel das emoções na etiopatogenia da MTC.

2. Se a mesma condição tivesse ocasionado euforia, com excessos de consumo e diversão na jovem, como resolveria o problema?



# ETIOPATOGENIA – AS PRODUÇÕES PATOGÉNICAS



# AS PRODUÇÕES PATOGÉNICAS OU PRODUTOS PATOLÓGICOS

Uma doença é um processo patológico complexo, com manifestações específicas causadas por agentes patogénicos. No decurso da doença existem produções patológicas particulares que se formam devido à disfunção dos Zang Fu e que quando estagnam e se acumulam nalguma parte do corpo constituem, elas próprias, factores etiológicos.

As principais produções patogénicas são as Mucosidades e os Humores Viscosos (que podem ir do simples edema ou quisto sebáceo até às massas e cálculos) e os acúmulos de sangue (que podem ir desde o simples sinal de sangue até às massas de sangue), podendo estes últimos, como no caso dos miomas uterinos ou das massas tumorais, ser uma combinação dos dois tipos de produções.

Deste modo, no curso da doença, os produtos patológicos que se formam numa dada fase da doença podem tornar-se novos agentes patogénicos da fase seguinte da doença ou de uma nova doença.



Mioma Uterino

# AS PRODUÇÕES PATOGÉNICAS

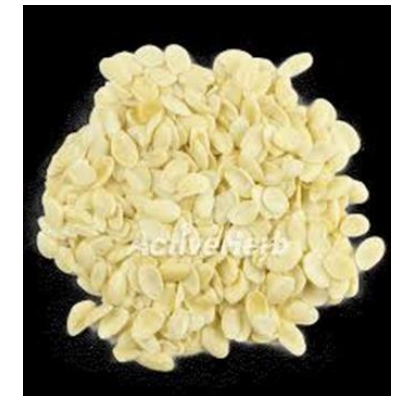
O mau funcionamento dos órgãos origina a produção de humidade-mucosidades e dos acúmulos de sangue.

Como estas produções patológicas podem, directa ou indirectamente, agredir as vísceras e os tecidos orgânicos, são considerados pela MTC verdadeiros factores patogénicos.

Tao Ren – Semen Persicae



Shui Hong Huang Zi –  
Frutus Polygoni Orientalis



Mu Li - Ostrea concha

# AS MUCOSIDADES E OS HUMORES VISCOSOS (HUMIDADE-MUCOSIDADES)

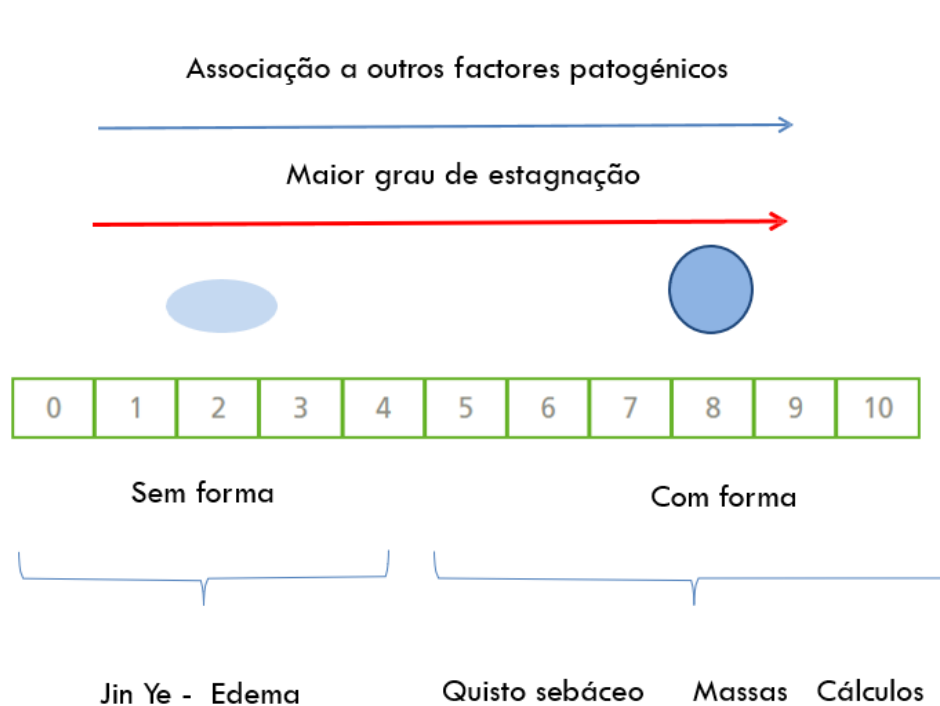


Figura 1 - Humidades-Mucosidades

Causas que levam à sua formação:

- Alimentação inadequada - O álcool, os alimentos condimentados, os açúcares e as gorduras geram humidade-mucosidade-calor.
- Factores emocionais – As alterações emocionais continuadas podem causar estase de Qi do Fígado prolongada e a sua transformação em Fogo, o qual, por sua vez, diminui e concentra os Líquidos Orgânicos, transformando-os em Humidade-Mucosidade.
- Mau funcionamento do Pulmão, do Baço, do Rim, e do Triplo Aquecedor no metabolismo das águas afecta a distribuição e drenagem dos Líquidos Orgânicos.

# AS MUCOSIDADES E OS HUMORES VISCOSOS (HUMIDADE-MUCOSIDADES)

## Onde podem ocorrer?

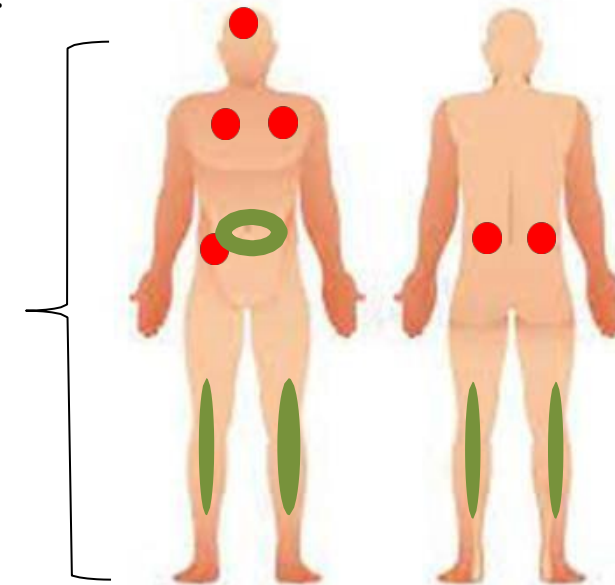
A acumulação de Humidade tende a formar-se, inicialmente, à volta do Aquecedor Médio e a descer com a gravidade. A Humidade-Mucosidade tem tendência a acumular-se no Pulmão, designando-se por Fleuma. No entanto, quer a Humidade quer a Humidade-Mucosidade podem ocorrer em todas as partes do corpo, entrar nos meridianos e vasos e criar perturbações em todos os órgãos e Jing-Luo e lesar o funcionamento normal do Qi. Contudo, de acordo com a sua localização e condição interna do paciente, podem ocasionar sintomas e síndromas distintos.

É importante saber que existe Humidade e Humidade-Mucosidade visível e não visível. Na primeira encontram-se por exemplo os edemas, a expectoração, a leucorreia, na segunda o ateroma nos vasos, a obstrução dos orifícios da mente, etc.

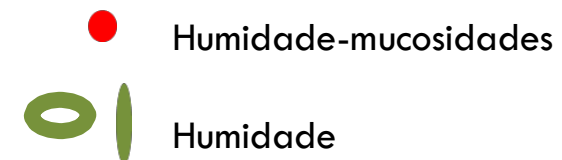
Pode ser:

Visível

Não Visível



Zonas de acumulação mais comum

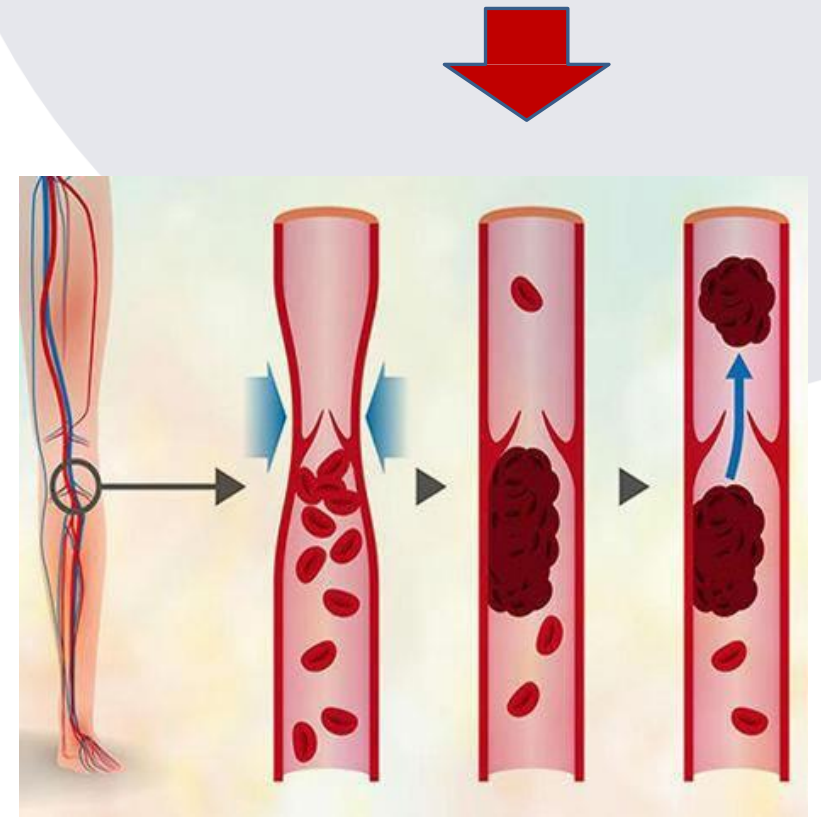


# ACÚMULOS DE SANGUE

Referem-se a um produto patológico resultante da estagnação de Sangue dentro do corpo. Pode ocorrer tanto no Sangue que flui nos meridianos como no sangue que flui dentro dos vasos sanguíneos e, pode ainda, envolver diferentes locais do corpo.

O conceito de estase sanguínea abrange a circulação mais lenta do sangue, a coagulação do sangue, a acumulação de sangue e as massas de sangue.

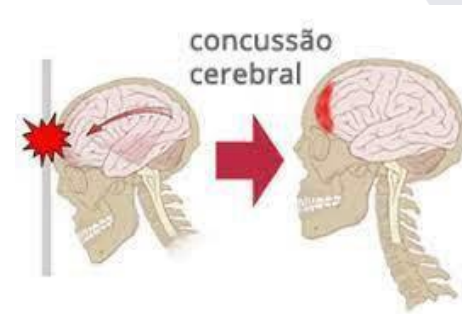
A Estase de Sangue prolongada, por vezes associada a outros factores patogénicos, leva à formação de acúmulos de sangue que ocorrem quando o Sangue estagna num dado local, se fixa nele e passa a constituir o que se designa por acúmulo de sangue. Cria-se, assim, uma produção patogénica e um agente de novas doenças.



# ACÚMULOS DE SANGUE – FACTORES CAUSAIS

## Causas externas:

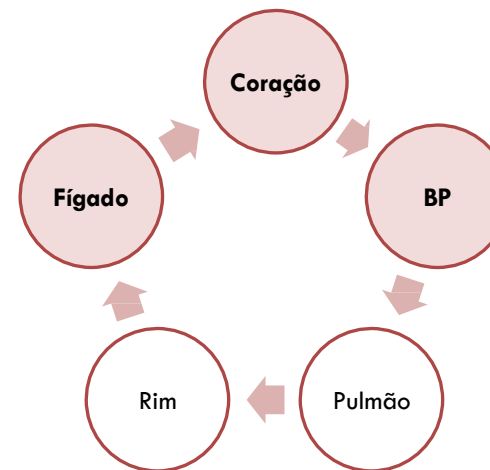
- Ferimentos externos por traumatismo
- Ataques por Frio nocivo ou Calor perverso



## Causas internas:

Deficiência do funcionamento do órgão ou do Qi:

- Vazio de Qi ou Estase de Qi
- Mau funcionamento do Coração, Fígado e Baço



Frio



Calor



# CARACTERÍSTICAS DAS DOENÇAS PROVOCADAS POR ACÚMULOS DE SANGUE

- a) **Dor:** pungente, localizada, fixa, opressiva, aumentada pela pressão. Dor lancinante quando a doença é grave.
- b) **Tumefacção localizada** - Tumefacção fixa, não mobilizável à palpação.
- c) **Cor** - Para além de se verificar uma cor violácea na tumefacção, esta cor é também perceptível nos lábios e nas unhas, em determinados pontos / zonas violáceas na língua que, pela sua localização, auxiliam o diagnóstico.
- d) **Perdas de sangue:** Quando os acúmulos de sangue obstruem os vasos, o sangue não pode circular e transborda. A cor negra do sangue e a presença de coágulos permitem ligar essas perdas sanguíneas à existência de acúmulos de sangue.
- e) **Mortificação localizada** - Gangrena, alteração dos tecidos para negros e ressecados devido a obliteração arterial.
- f) **Pulso** - fino, rugoso ou nodoso, periódico.

**Os acúmulos de sangue podem produzir-se em todas as partes do corpo e, com a sua presença, criar perturbações nos órgãos ou estorvar o funcionamento do Qi.**



# OUTROS FACTORES ETIOLÓGICOS

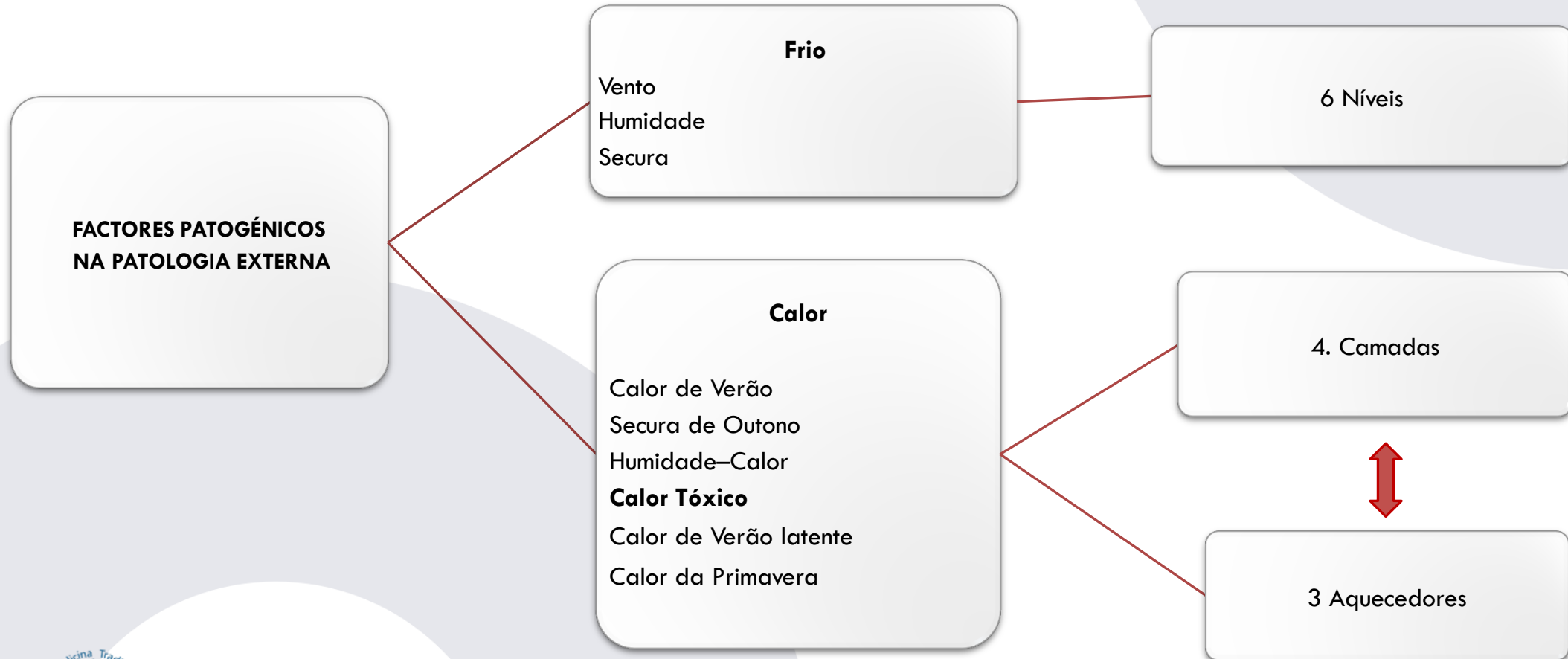
## Doenças epidémicas

Doenças que se iniciam por Qi anormal no ambiente e que tendem a atacar todos os indivíduos e a propagar-se rapidamente.

Estas podem envolver o Qi tóxico, pestilento ou diferentes tipos de Qi patogénico

Epidemias no Porto	Datas	Mortes	Taxas de mortalidade	Causas conhecidas na época	Causas atribuídas a	Transmissão
Cólera morbus	Maio de 1855 a 1857	22.700 por todo o país	45%	Desconhecida	Miséria, falta de higiene, comportamentos excessivos, maus hábitos alimentares, miasmas, terror	Desconhecida; negação do contágio, alimentação, água
Peste bubónica	Junho de 1899 a janeiro de 1900	111, de 326 casos	34%	Bacilo descoberto por Yersin e Kitasato Shibasaburō	Miséria, falta de higiene, pulgas, ratos, "um micróbio", comportamentos excessivos	Pulgas dos ratos; transmissão pela pele, nariz e boca
Tifo exantemático	Dezembro de 1917 a agosto de 1919	1.481, em 9.035 casos	16,4% (19,2% em 1918 e 9,8% em 1919)	Bactéria do tifo exantemático, identificada por H.T. Ricketts e Stanislaus von Prowazek	Um vírus transmitido pelos piolhos, classes baixas pobres, com casas e alimentação deficientes, em particular pedintes e criminosos	Piolhos
Gripe pneumónica	Junho de 1918 a dezembro de 1918	59 mil Estudos mais recentes apontam para 135.257	9.8 por mil em toda a população de Portugal	Parcialmente identificado, vírus ainda ignorado	Uma bactéria, miséria, alimentação deficiente	Ar; Primeira Guerra Mundial; migrações de militares e de trabalhadores rurais
Varíola	Junho de 1918 a dezembro de 1918	Desconhecida	Desconhecida	Vírus da varíola, identificado por Edward Jenner		Ar, pele

# QI TÓXICO OU QI PESTILENTO



# DOENÇAS EPIDÉMICAS - AGENTES PATOGÉNICOS

Os agentes patogénicos pestilentos são agentes patogénicos exógenos com forte infecciosidade. São também chamados de Qi pestilento, Qi tóxico, Qi venenoso ou Qi epidémico.

As espécies de agentes patogénicos pestilentos, as suas características patogénicas e os tratamentos têm sido discutidos no Tratado sobre Peste escrito por Wu Youxing 200 anos mais cedo do que a descoberta de bactérias e outros microrganismos. A distinção do factor patogénico pestilento deu uma grande contribuição para a teoria da doença febril epidémica.

O desenvolvimento da teoria da pestilência permitiu a implementação de novas ideias e estratégias de prevenção de agentes patogénicos pestilentos em Medicina Chinesa, de que é exemplo a varíola.

Os antigos descobriram que o uso de roupas de pacientes infectados ou a inoculação via nariz do vírus poderia prevenir doenças epidémicas eficazmente, o que mais tarde foi aprendido por E. Jenner, que inventou a vacina da varíola no início do século XIX. As síndromes das doenças variam de acordo com os diferentes fatores patogénicos pestilentos, que incluem muitas das doenças contagiosas dos tempos modernos como a varíola, cólera, peste, SARS, dengue, erisipela, papeira, disenteria bacilar, escarlatina, e difteria.

# OUTROS FACTORES ETIOLÓGICOS

## Causas da ocorrência da epidemia por agentes patogénicos pestilentos

### *Climas anormais*

- Seca prolongada, calor, cheias, humidade e insectos podem contribuir para a propagação de agentes patogénicos pestilentos, que causam doenças contagiosas. Por exemplo: as doenças parasitárias estão relacionadas com as cheias, a malária está relacionado com as condições climáticas quentes e húmidas.

### *Poluição ambiental e alimentar*

- Ambientes não higiénicos, como água ou ar poluídos, podem ajudar à invasão de agentes patogénicos e à sua multiplicação. Os alimentos poluídos ou impuros também podem causar o início do Qi pestilento. Por exemplo, a disenteria infecciosa aguda é causada por uma dieta impura.



# OUTROS FACTORES ETIOLÓGICOS

---

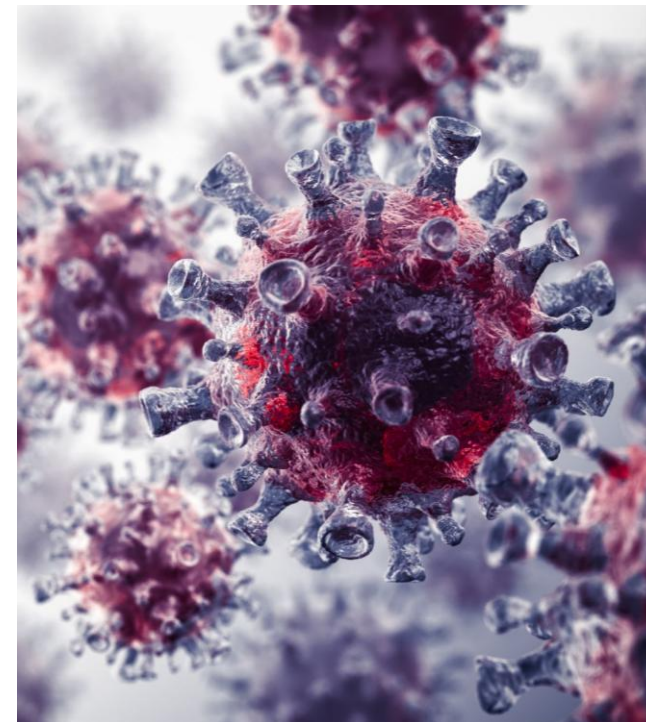
## Causas da ocorrência e epidemia de agentes patogénicos pestilentos

### *Falta de medidas preventivas rigorosas*

- Os agentes patogénicos pestilentos são fortemente infecciosos. Se houver uma falta de medidas de
- prevenção rigorosas, podem ocorrer factores patogénicos pestilentos e ocasionar epidemias.

### *Factores sociais*

- A ocorrência e a epidemia motivada por doenças de Qi pestilento estão intimamente relacionadas
- com condições sociais. O caos da guerra e a fome podem causar a propagação de pestilências.
- Se forem tomadas medidas eficazes de prevenção e tratamento para manter a estabilidade social, boas condições de trabalho e de vida, bem como prosperidade económica, as patologias ocasionadas ao Qi pestilento podem ser controladas com maior eficácia.



Curso de Fitoterapia Ocidental e Oriental

# OUTROS FACTORES ETIOLÓGICOS

## Características dos factores patogénicos pestilentos

*Forte infecciosidade e tendência epidémica*

- Os agentes patogénicos pestilentos podem ser transmitidos em multidões através do ar ou dos alimentos. Em regiões epidémicas, poucos podem evitar ser infectados. Dada a forte infecciosidade, os agentes patogénicos pestilentos podem causar a propagação da doença em grandes áreas populacionais.

*Início agudo e estado grave*

- Os agentes patogénicos pestilentos têm uma forte toxicidade e invadem frequentemente o corpo, combinados com outros factores patogénicos, como o Calor. Assim, doenças causadas por estes agentes são mais agudas e graves do que as causadas por factores internos ou pelos seis factores patogénicos. Estas invasões epidémicas são as mais susceptíveis de consumir os fluidos corporais, perturbar a mente, provocar hemorragias, provocar vento interno e prejudicar órgãos importantes como o Coração, o Rim e o Fígado. A taxa de mortalidade das doenças pestilentas são muito elevadas.

# A ALIMENTAÇÃO



A dieta tem uma influência considerável na Saúde e na Doença. Dado que o Estômago recebe o alimento, e o Baço é responsável pela sua transformação e transporte para a formação do Qi e Sangue, estes dois órgãos são os mais afectados pelo regime alimentar.



Os alimentos devem ser tomados de modo regular, no tempo



adequado, ter uma qualidade adequada e quantidade moderada. A quantidade e qualidade dos alimentos deve ser diferente de acordo com a idade, constituição física e condição energética. Tanto a inanição como a sobrealimentação podem causar doença.

Ao pequeno almoço  
comer como um Rei



Ao almoço comer  
como um Príncipe

À tarde comer  
como um  
Pobre

• À noite  
comer como  
um mendigo

- De acordo com a MTC, deve-se comer mais abundantemente de manhã, como um rei, visto que a energia do BP e do Estômago estão mais fortes,
- e à noite mais sobriamente pois a energia destes dois órgãos é menor.

# A ALIMENTAÇÃO



A inanição significa uma ingestão manifestamente insuficiente de alimentos. Pode levar a uma deficiência do Qi e de Sangue.



Comer em excesso significa uma ingestão excessiva de alimentos. Pode prejudicar o Baço e o Estômago e levar a alterações do movimento do Qi ou à estagnação do Qi.

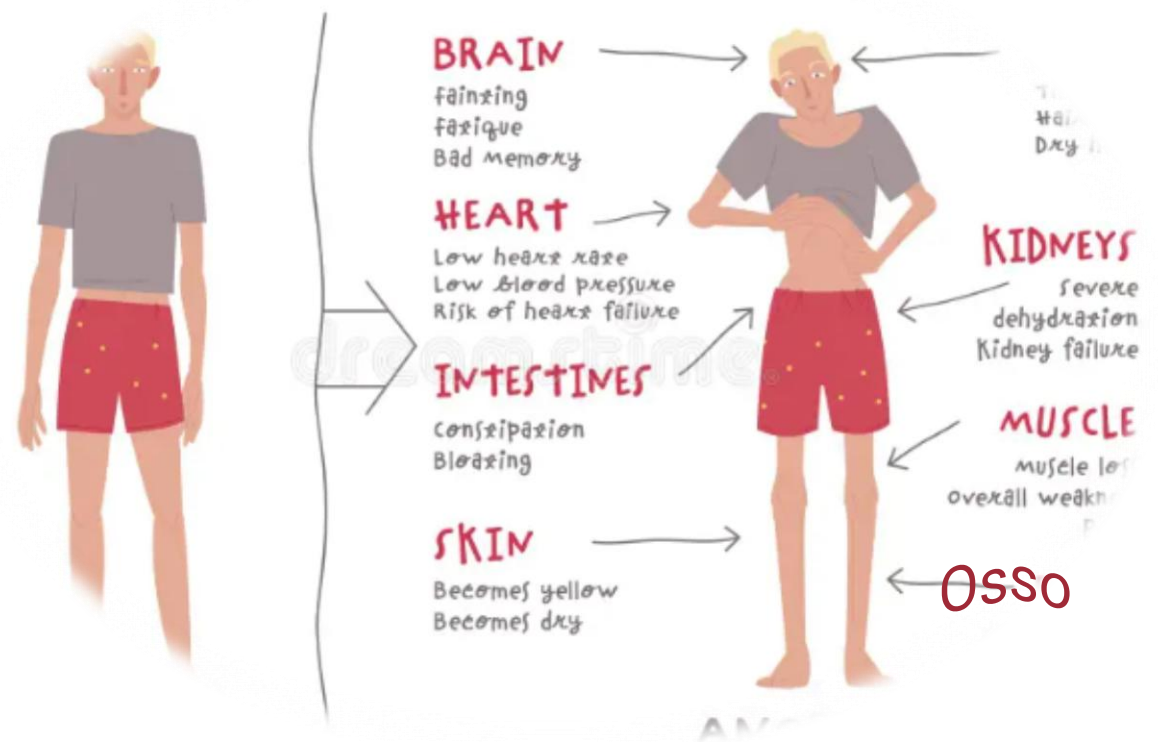
# A ALIMENTAÇÃO

A dieta tem uma influência considerável na Saúde e na Doença. Dado que o Estômago recebe o alimento, e o Baço é responsável pela sua transformação para a formação do Qi e sangue, estes dois órgãos são os mais afectados pelo regime alimentar.

## Influência quantitativa da alimentação

- Ingestão alimentar insuficiente → Fraqueza do Baço/Estômago → Insuficiência de Qi e Sangue
- Excesso de ingestão alimentar → Lesa o Intestino e o Estômago → Insuficiência do Baço → Diminuição do Qi do Aquecedor Médio.

## CONSEQUENCES OF AN



# A ALIMENTAÇÃO

## Influência qualitativa da alimentação

O alimento deve ser equilibrado:

- Se muita gordura e condimentada ou abuso de álcool  
→ Calor, Humidade e Mucosidades → Estase de Qi e do Sangue.
- Se crua e fria → Frio e Humidade interna → enfraquece o Yang Qi do Baço.
- Se não existe equilíbrio dos 5 sabores, lesa o órgão que lhe corresponde e influencia os que com ele se relacionam, por exemplo, excesso de acidez faz transbordar o Fígado e exaurir o Baço.

## Cereais

	Natureza	Sabor 1	Sabor 2	Sabor 3	Tropismo 1	Tropismo 2	Tropismo 3
Gérmen de Trigo	Fria	Doce	Picante		Coração / ID		
Arroz Selvagem	Fresca	Doce	Amargo		Rim / Bexiga		
Trigo	Fresca	Doce			Rim	Baço	Coração
Amaranto	Fresca	Doce	Amargo		Fígado	I. Grosso	I. Delgado
Farelo de Trigo	Fresca	Doce			I. Grosso		
Seitan	Fresca	Doce			Estômago / Baço		
Cevada (Prof.)	Fresca	Doce			Pulmão / I. Grosso	Estômago / Baço	Rim
Trigo Sarraceno	Fresca - Neutra	Doce			Baço / Estômago	I. Grosso	Rim
Millet	Neutra - Fresca	Doce	Salgado - ligeiro		Estômago / Baço	Rim	
Milho	Neutra - Fresca	Doce			Estômago	I. Grosso	
Centeio	Neutra - Fresca	Doce			Vesícula Biliar	Fígado	Baço
Arroz	Neutra	Doce			Baço / Estômago	Pulmão	
Arroz Branco	Neutra	Doce			Estômago / Baço		
Arroz Integral	Neutra	Doce	Picante		I. Grosso	Estômago	
Cevada (Guerin)	Neutra - Morna	Doce	Salgado ligeiro		Baço / Estômago		
Arroz Glutinoso	Morna	Doce			Baço / Estômago	Pulmão	
Aveia	Morna	Doce			Baço / Estômago	Rim	Pulmão
Quinoa	Morna	Doce	Ácido		Rim Yang	Pericárdio	
Espelta	Morna	Doce			Baço		

# A ALIMENTAÇÃO

## Influência das condições da alimentação - Exemplos

- Comer num ambiente stressante
  - Dificulta a digestão e facilmente cria subidas ou estagnação do Qi
- Comer de pé
  - Dificulta a digestão e a absorção dos alimentos
- Comer a ver televisão ou a ler
  - Dificulta a digestão e facilmente cria subidas ou estagnação do Qi
- Comer tarde à noite
  - Dificulta a digestão e lesa o yin





# BOAS ESCOLHAS E CONDIÇÕES DE ALIMENTAÇÃO

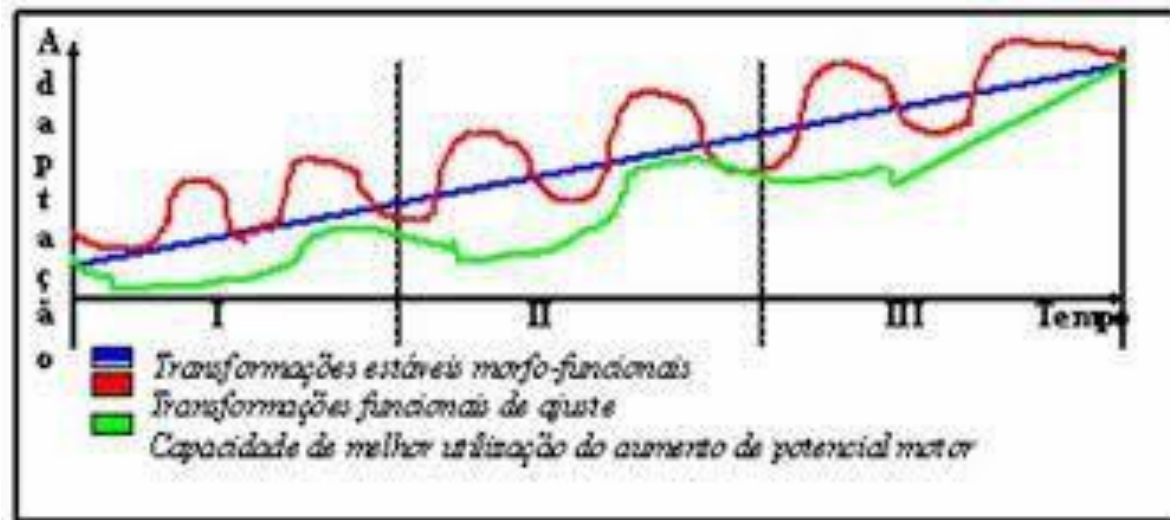
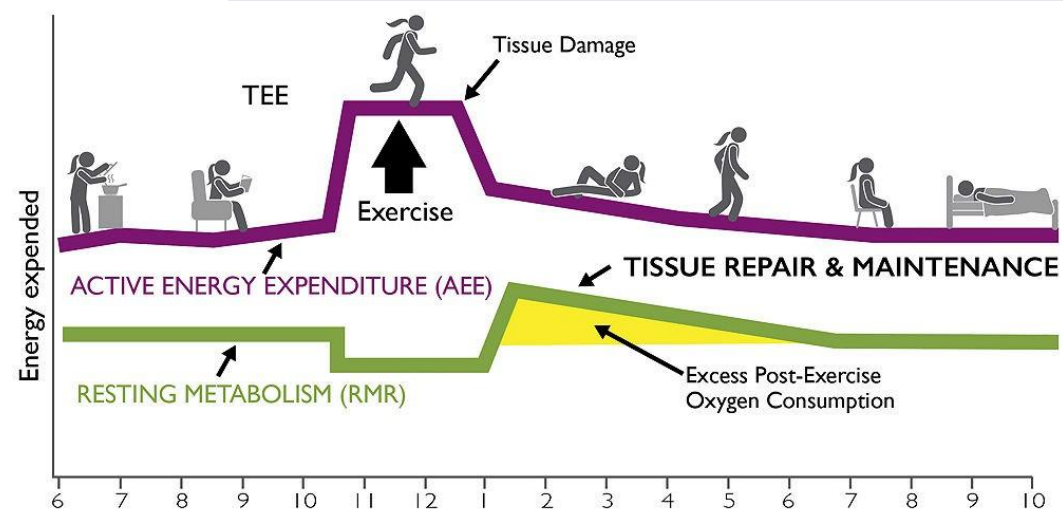
- Ambiente tranquilo
- Sem grandes estímulos emocionais e informacionais externos
- Mente interna tranquila
- Com tempo para saborear os alimentos
- Não comer com a cabeça
- Comer a horas regulares e finalizar pelo menos duas horas antes de deitar
- Comer com mais abundância de manhã, menos à tarde e frugalmente à noite
- Escolher a qualidade dos alimentos de acordo com diagnóstico diferencial da MTC e gosto do próprio, procurando incluir alimentos de diferentes naturezas e sabores de modo equilibrado.

# A FADIGA

## Excesso de atividade física

Refere-se principalmente ao excesso de trabalho físico prolongado, que conduz à doença.

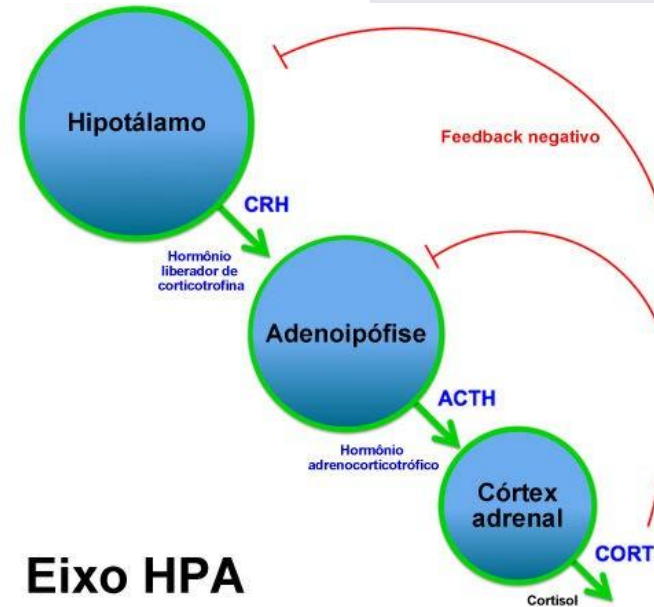
O excesso de trabalho pode provocar o consumo de Qi a curto prazo, perturbando as funções do Baço com sintomas como fadiga e cansaço, falta de ar, transpiração espontânea e alterações de apetite. O excesso de actividade física a longo prazo pode também lesar músculos, tendões, ossos e as funções dos outros Zang Fu.



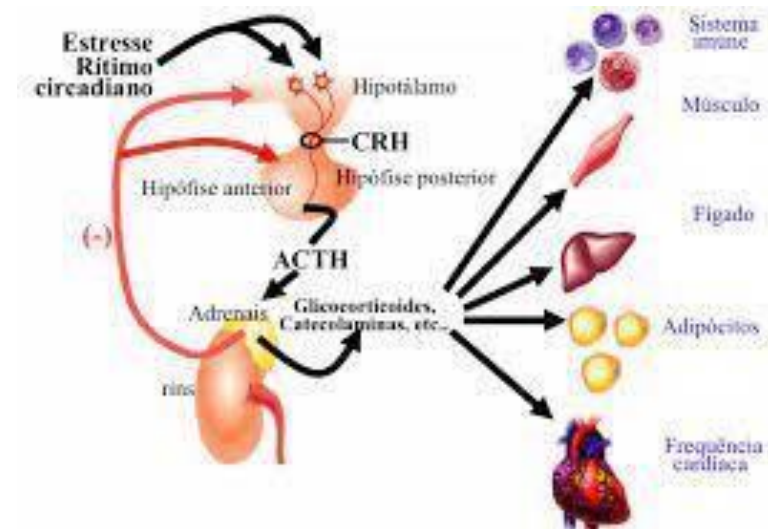
# A FADIGA

## Excesso de actividade Mental

Refere-se a um trabalho mental intenso a longo prazo, perturbação emocional contínua, ou grande trauma mental. O excesso de tensão mental tem como característica de consumir o Sangue e o Yin, prejudicando o Coração, o Fígado, o Baço e o Estômago. Assim, sintomas como palpitações, ansiedade, irritabilidade, insónias, tonturas, alterações de memória, alterações de apetite, distensão abdominal, vômitos e diarreia podem ocorrer.

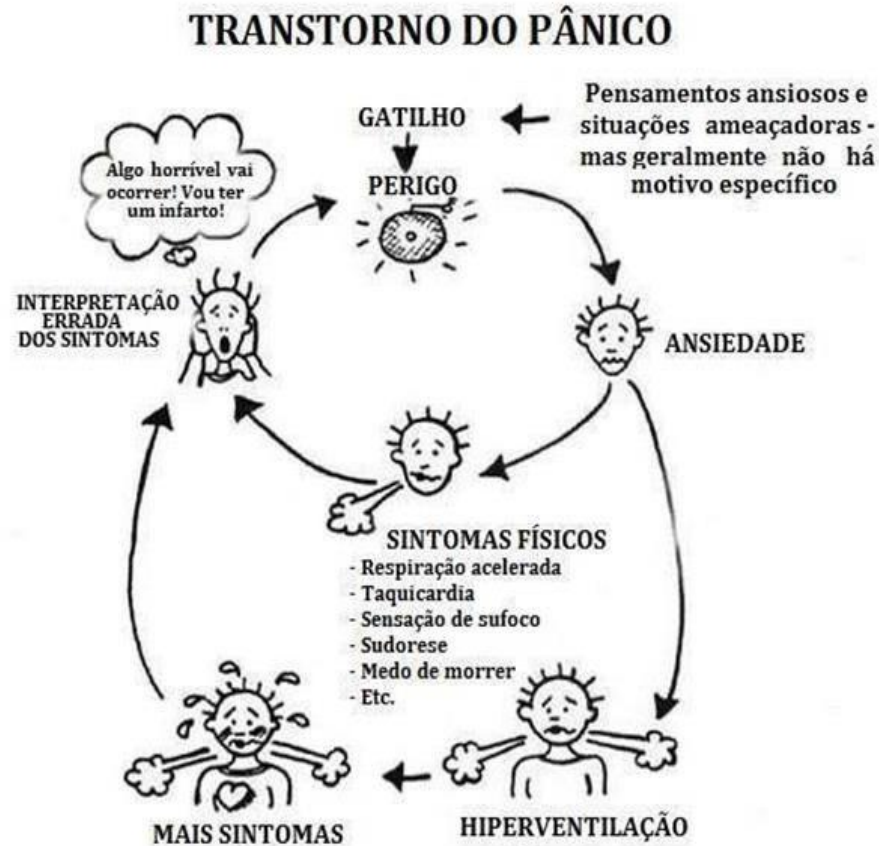


## SPA - Síndrome de Pensamento Acelerado



# A FADIGA

## Excesso de actividade Mental – Consequências



As **10** fases

# SÍN DRO ME DE BURN OUT



# A FADIGA

## Excesso de Atividade Sexual

Refere-se a atividades sexuais excessivas, masturbação, gravidez precoce ou demasiados nascimentos, que consomem essência renal. As manifestações clínicas incluem dores e fraqueza lombar e nos joelhos, vertigens, zumbidos, espermatorreia, corrimento vaginal anormal, afrontamentos, impotência e emagrecimento.



# SEDENTARISMO



Refere-se à falta de trabalho e de exercício, incluindo a inatividade física e mental.

A - **Sedentarismo físico** – A inatividade física durante um longo período pode causar estagnação de Qi e Sangue, disfunção do Baço e do Estômago, bem como deficiência do Qi vital (Zheng Qi). As doenças por ela causadas são frequentemente marcadas pela distensão abdominal, falta de apetite, fadiga, palpitações, falta de ar, e suor espontâneo. E estes sintomas podem ser atenuados através do exercício.

B – **Sedentarismo mental** – A ausência de actividade mental durante um longo período pode causar uma redução da função cerebral, que habitualmente se designa por "ou se usa ou se perde". Esta condição provoca com regularidade uma expressão mental de indiferença, diminuição da actividade espiritual, relutância em comer, fadiga, tédio, amnésia, demência, ou psicopatia. Além disso, a depressão devido ao excesso de inatividade mental pode causar estagnação do Qi e causar diferentes perturbações emocionais.

# ATAQUES EXTERNOS



## Ferimentos Traumatismos, luxações

- Acidentes rodoviários
- Acidentes de trabalho e outros

## Queimaduras

- Diferentes origens externas

## Patologias da pele ou venosas de origem externa

São causas de doenças e porta de entrada de factores patogénicos