ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DAS 5 EMOÇÕES

A maioria das doenças da sociedade moderna resulta da falta de contato com as energias do espírito.

Em vez de amor há medo e ódio de si mesmo, dos outros e do mundo. A doença da sociedade deriva da infelicidade profunda dos indivíduos, do isolamento e da alienação do self interior.

Jeremy Ross

Quando falamos de desequilíbrios físicos e energéticos, sempre será necessário avaliar os aspectos emocionais por trás desses desequilíbrios, mas antes de qualquer abordagem realizada ao nosso paciente sobre emoções, devemos ter cuidado e estarmos preparados para acolhe-lo, pois muitas pessoas não estão abertas inicialmente para falar sobre questões tão pessoais.

Para a medicina chinesa a origem da maioria das doenças aparece por conta de desordens psíquicas que envolverá os aspectos da personalidade, que estão enraizadas, além dos sentimentos, comportamentos, experiências adquiridas ao longo da vida.

Cada elemento possui sua emoção principal, no entanto por conta dessa emoção várias outras podem ser desencadeadas. Lembro que qualquer indivíduo em algum momento da vida poderá sentir qualquer emoção, o desequilíbrio aparece quando esse sentimento se torna duradouro, quando o indivíduo não consegue sozinho mudar seu estado de espírito.

Todos nós buscamos a felicidade, mas incorremos em erro ao pensarmos que ela está presente em coisas materiais, no parceiro, nos amigos, esquecemos de buscar essa felicidade dentro de nós mesmos pois estamos sempre tão ocupados, corridos, sem tempo, sem paciência, sem empatia, imersos em um mundo digital com informações rápidas, acompanhando a vida "perfeita" do outro e esquecemos de olhar para nós e apreciarmos o quão agraciados somos pela oportunidade de evoluir com os erros e acertos.

Nunca se falou tanto sobre saúde mental como hoje, portanto é o momento de buscarmos o máximo de conhecimento possível nessa área para usarmos as ferramentas que temos para ajudar o próximo. Antes de aprofundarmos nesse tema, precisamos entender um aspecto importantíssimo. Trabalhamos com terapias integrativas, não somos psicólogos, nem psiquiatras portanto o trabalho para o tratamento das emoções acontecerá de forma multiprofissional, pois um comportamento que é manifestado hoje é o resultado de experiências acumuladas desde a infância, nosso papel é entender como as emoções do nosso paciente estão desequilibrando as energias e o físico e claro, as terapias integrativas vão auxiliar no equilíbrio do corpo liberando substâncias que proporcionam bem estar, prazer, tranquilidade e até autoconhecimento contribuindo assim para o tratamento das desordens emocionais do paciente.

Grupos emocionais

Cada um dos cinco elementos possuem uma emoção de base, no entanto essas emoções podem ir se transformando ao longo da caminhada e desencadear assim outros sentimentos, por isso falaremos sobre o grupo de emoções de cada um dos cinco elementos.

Por exemplo, a emoção principal do elemento madeira é a raiva que pode incluir também a impaciência, irritabilidade, intolerância, indecisão, frustração, ressentimento portanto não será apenas uma única emoção que consideraremos na hora de analisarmos os desequilíbrios do nosso paciente.

Elemento metal - tristeza

Grupo emocional: Retraimento na participação ativa da vida, apego, dificuldade em formar laços duradouros, negativismo, pessimismo, tristeza profunda, depressão, melancolia.

Natureza do elemento metal: Esse elemento é responsável por realizar trocas energéticas, por meio do processo de respiração ele capta oxigênio e libera gás carbônico, no aspecto temperamental essa também é a tendência captar o que é bom e eliminar o que é ruim, no entanto quando em desequilíbrio ele não consegue eliminar as toxidades que vão se acumulando e com isso o pessimismo, negativismo prepondera. Aos poucos vai afastando pessoas próximas e vivendo sozinho.

A energia yang tem uma relação íntima com o pulmão por ser produzida por meio da captação de oxigênio, portanto ao longo do tempo o pulmão e o intestino grosso por não conseguir captar o que é bom e eliminar o que é ruim começa a ficar intoxicado, dificultando as trocas fisiológicas e exacerbando o pessimismo intrínseco do elemento metal e provocando desequilíbrios físicos no órgão, víscera e tecidos nutridos por esse elemento. Segue abaixo os sistemas nutridos pelo elemento metal e que podem ser afetados pelas emoções negativas desse elemento.

Órgão: Pulmão

Víscera: Intestino grosso

Articulação: Cotovelo

Tecido nutrido: tegumentar

Possíveis sintomas: Problemas respiratórios como asma, rinite, sinusite, bronquite, alergias respiratórias, cutâneas, alimentares, além disso alterações intestinais também são possíveis sintomas de desequilíbrio desse elemento. Vício pelo cigarro, alterações dermatológicas.

Pessoas do elemento metal são muito direitas, falam o que acreditam ser a verdade, são sinceros e nem pensam se suas palavras ma-

chucarão o outro. Se apegam a coisas materiais e ao dinheiro, podem se tornar avarentos. São pesarosos, podendo assim parecerem frios, distantes, desligados e até sonhadores, mas na verdade podem ter medo da perda, por isso evitam criar vínculos fortes para que não passem pela dor da perda, sendo temerosos a vida. Por conta desse medo a tendência a se afastar das pessoas se torna alta e a solidão prepondera favorecendo mais ainda os aspectos negativos da personalidade. Com o tempo esses padrões negativos começarão a debilitar o qi, deixando-o estagnado e até deficiente.

A estagnação do qi do pulmão pode provocar dores crônicas, problemas respiratórios como dispneia, bronquite. Essa estagnação pode acontecer em pessoas presas ao passado, a questões materiais a indivíduos nesse caso se faz necessário desprender, desapegar, aprender a expressão emoções e encarar a verdade.

Quando o qi do pulmão estiver fraco será necessário o paciente começar a fazer vínculos e fortalecer o físico por meio do aumento do qi, fortalecer o coração pode ajudar no despertar do amor e na vontade de criar vínculos, deixando lentamente seu mundinho triste e solitário, cheio de pesar e amarguras.

Todas essas características emocionais podem ao longo do tempo contribuírem para o desenvolvimento da tristeza e até a depressão, o tratamento do paciente vai depender da avaliação dos sintomas emocionais, físicos e energéticos. No entanto, alguns pontos podem ajudar no processo de desintoxicação das energias do pulmão, movendo estagnações ou fortalecendo as energias deficientes, esses pontos irão fortalecer a renovação do yang qi.

Acupuntura sistêmica

P7 + R6

C7

VB14

Р5

Р9

Yintang + VG20

Acupuntura auricular

Shen men

Pulmão

Intestino grosso

Coração emoção

Tristeza/prazer

pag. 5 - Professora Amanda Medeiros

Elemento terra – preocupação

Grupo emocional: Monoideísmo/ preocupação, ruminação mental, apego, culpa, possessão.

Natureza do elemento terra: Esse elemento representa a matéria sólida e é responsável pela separação, transformação e transporte dos alimentos para a produção do sangue e da energia yin. No aspecto temperamental a tendência é acumular pessoas, coisas, ideias, e não conseguir executar suas vontades. São pessoas que não conseguem desdobrar um pensamento pois pensam uma única coisa por vez. Indivíduos desse elemento tem características maternas, buscando sempre nutrir, proteger física e emocionalmente os seus.

A energia yin tem uma relação íntima com o elemento terra, pois é produzida por meio da captação de energia dos alimentos, que são separados e transformados pelo estômago e pelo baço-pâncreas, quando há um desequilíbrio o baço fica debilitado e com isso tem dificuldade na transformação das energias, favorecendo o aumento da densidade energética, permitindo o acúmulo de umidade e dificultando o processo de produção do sangue, além de não conseguir manter a integridade das estruturas físicas e quanto mais densas as energias, maior a dificuldade em desapegar, em desdobrar um raciocínio para melhora da preocupação. Quanto mais as energias "param" por conta da umidade, maior será o desenvolvimento da preguiça, cansaço extremo, desânimo, vontade apenas de deitar e dormir.

Órgão: Baço-Pâncreas

Víscera: Estômago

Articulação: Temporo Mandibular (ATM)

Tecido nutrido: muscular

Possíveis sintomas: Problemas gástricos, tensões musculares, hemorragias, presença de nódulos e massas pelo corpo, distúrbios alimentares como obesidade, compulsão alimentar, anorexia, bulimia, edema nos membros inferiores, cansaço extremo, preguiça, distúrbios ginecológicos relacionados a deficiência da produção do sangue.

Pessoas desse elemento são muito vagarosas, demoram para raciocinar, caminham lentamente, falam baixo e muitas vezes pausadamente. Possuem uma capacidade fora do comum de cuidar, ser um esteio sólido, estável, agradável e afetuoso sendo essa a característica mais marcando na visão dos outros. A preocupação acontece pela preocupação com os seus, o excesso de cuidado com os outros faz parte das suas características, podendo provocar uma preocupação deslocada, quando não se toma cuidado começa a invasão na vida das pessoas próximas sem ser solicitada, dando palpite mesmo não sendo neces-

sário, tentando resolver o problema dos outros, usam da vitimização para manter as pessoas que ama próximas a ela. Fisicamente possuem o rosto redondo com bochechas proeminentes, nariz alargado, palma da mão quadrada e dedos pequenos, membros superiores e inferiores curtos e roliços, abdômen globoso e estatura baixa.

Ao longo do tempo, a permanência nos padrões negativos debilitará a energia do elemento terra, dificultando o processo de transformação e transporte das energias, favorecendo assim o acúmulo de umidade que poderá provocar alteração física das estruturas e dificuldade na produção do sangue além da deficiência do yin qi.

O acúmulo de umidade irá favorecer a lentidão das energias, pode favorecer também o aparecimento de nódulos e massas, favorecer o aumento da pressão arterial, descontrole da glicemia favorecendo o desenvolvimento da diabetes, quando o sangue for deficiente poderá faltar nutrição da musculatura, os ciclos menstruais na mulher podem ficar irregulares ou até ausentes, entre todas as outras possibilidades de desequilíbrio do elemento terra.

Acupuntura sistêmica – Fortalecer o estômago e baço para mover a umidade ou aumentar a produção do sangue.

CS6 + BP4 – vaso maravilhoso que equilibra o elemento terra independente do padrão de desequilíbrio presente.

BP6 + E36 – Fortalecerão o baço para que melhore seu processo de transformação e transporte das energias.

E40 - Elimina a umidade

BP9 – Ponto Ho da terra que trabalha os aspectos emocionais desse elemento.

C7 – Equilibram as emoções

VC17 – Limpa o chackra cardíaco auxiliando no tratamento das emoções

VB14 – Favorece a análise das situações de forma mais racional.

Acupuntura auricular

Shen Men

Estômago

Baço - Pâncreas

Coração emoção

Ansiedade/Preocupação

Simpático

Fígado

Elemento fogo – ansiedade

Grupo emocional: excitação, entusiasmo, irresponsabilidade, excesso de atividade social e sexual, falta de senso da realidade e ciúmes.

Natureza desse elemento: Representa a fluidez, é responsável pela distribuição do qi e do sangue por meio dos vasos sanguíneos, pois controla o sistema cardiovascular. O coração é propulsor do qi e sangue, é por meio dessa energia que ocorre a fisiologia orgânica e energética do corpo, desde a sua formação esse órgão não descansa nunca, ele trabalha o tempo todo sendo assim considerado o mais yang de todos, além disso sua cor vermelho vivo mostra sua afinidade com uma energia quente e impulsionadora. Logo no aspecto temperamental não será muito diferente, pois são pessoas que estão o tempo todo fazendo ou pensando em algo, com energia para dar e vender, com uma expressividade genuína e intensa, amam a todos, são criativos e tendem a viver no mundo da imaginação.

A energia yang, tem uma relação com o elemento metal em relação a sua produção, no entanto quando falamos em distribuição e metabolização ela estará intimamente ligada ao coração, é uma energia quente que proporciona movimento, fisiologia e calor para o metabolismo corporal. O elemento fogo é composto pelo coração que é o órgão principal, responsável pela distribuição do sangue pelo corpo e o coração é protegido pelo pericárdio, também conhecido na medicina chinesa como circulação e sexualidade, esse responsável por proteger o coração contra traumas mecânicos e energéticos. Já o intestino delgado é a víscera desse elemento, que auxilia no processo de digestão dos alimentos e das emoções além dessa víscera, temos o triplo aquecedor que não é considerado por algumas literaturas como uma víscera pois não há um órgão físico no corpo que desempenhe a função do mesmo, por isso pode ser considerado como uma função, mas independente da classificação, ele compõe o elemento fogo e é responsável por auxiliar na atividade nos órgãos torácicos, abdominais e genitais.

Órgão: Coração e Pericárdio/Circulação e sexualidade

Víscera: Intestino delgado e Triplo aquecedor

Articulação: Punho

Tecido nutrido: Cardiovascular

Possíveis sintomas: Problemas cardíacos, taquicardia, hiper ou hipotensão, dores no punho, problemas emocionais, rosácea, hiperidrose, taquilalia, gagueira, memória fraca e falta de concentração, insônia por ansiedade, exaustão física e mental.

Pessoas desse elemento são muito agitadas, falantes, expressivas, gostam de contato físico, não conseguem ficar sozinhas por muito tempo por isso fazem amizades com muita facilidade, no entanto costumam acreditar nos outros com muita facilidade por falta de senso crítico,

acreditam em tudo e todos, sendo muito facilmente passado para trás. Esses indivíduos tem a imaginação fértil podendo ver coisas onde não existe, com isso desenvolvem facilmente o ciúme, fazem planos que muitas vezes não conseguem executar pois esses planos ficam no papel por falta de prioridade. São esquecidos, pois como há muitas questões passando na cabeça dele o tempo todo nem percebem o que estão fazendo e por consequência acabam sendo desastrados.

Em relação ao convívio com outras pessoas, quando esse elemento está em desequilíbrio o indivíduo pode se tornar desagradável pois ele não dá espaço para que haja uma conversa saudável, pois somente ele fala, não há troca e mudam de assunto rapidamente sem nem perceber. São brincalhões por isso pode não apresentar muita credibilidade. Fisicamente o rosto é triângulo invertido, olhos e cabelos claros, membros superiores e inferiores proporcionais, são de estatura mais baixa, no entanto não são tão baixos quanto a pessoa do elemento terra, a mão terá a palma vermelha, dedo mindinho torto e a cor da pele é branco avermelhado.

Ao longo do tempo a permanência nesse padrão agitado irá aumentar o calor interno provocando assim secura, dificultando a lubrificação e nutrição dos órgãos e vísceras, além da dificuldade de realizar a atividade dos órgãos e vísceras que compõe o elemento fogo.

Acupuntura sistêmica – Objetivo diminuir o ritmo intenso dos pensamentos, e controlar o calor que possa existir.

- **CS6 + BP4** É o principal vaso maravilhoso para harmonizar as emoções, e promover uma interação de equilíbrio entre o elemento terra e fogo, onde aumentará a estabilidade das energias.
- C7 Ponto que alivia o excesso de pensamentos e diminui o calor no coração
- **C3** Alegria de viver, recomendado principalmente em casos onde o paciente já chegou em uma exaustão física e mental grande que se sentem desanimados, sem a sua alegria natural.
- VC17 Limpa a região do coração para aliviar o acúmulo de tensões emocionais
- **VG20 + yintang** Acalma o ritmo intenso das energias, diminuem o calor excessivo na cabeça que deixa a pessoa vivendo no mundo das ilusões, trás pra a realidade.
- **4 cavaleiros** Em casos mais graves de insônia por pensamentos excessivos ou alucinações.

Acupuntura auricular

Shen men
Coração
Coração – emoção
Intestino delgado
Ansiedade

Sistema nervoso simpático

Baço

Elemento água – medo

Grupo emocional: Insegurança, medo, covardia, falta de ânimo, desencorajamento fácil, desistência da vida, temor da perda de controle, muita ambição, arrogância, necessidade de poder sobre os outros.

Natureza desse elemento representa a ancestralidade, a vida, o DNA, as individualidades. Esse elemento armazena o jing/ energia ancestral e distribui essa energia para todo o corpo para que dê suporte a formação da energia pós celestial que é formada pelo yin e yang que darão origem aos líquidos orgânicos, sangue, energia de proteção e nutrição do corpo. Os rins que metabolizam essa energia ancestral e nutre a medula, sistema linfático, o sistema osteoarticular, a região da lombar e joelhos. Esse elemento comanda uma energia de natureza fria, logo em relação ao aspecto temperamental o indivíduo desse elemento terá uma tendência a frieza consigo e com os outros, serão manipuladores, covardes, mas quando em equilíbrio serão obstinados, com uma vontade inquebrantável, corajosos e com muita força de vontade para alcançar seus objetivos traçados.

A energia ancestral tem uma relação com o elemento água, pois esse elemento armazena a essência que vem dos pais que foram estabelecidas no momento da concepção, esse órgão é responsável pela manutenção e distribuição dessa energia, que participa da fisiologia energética de todos os órgãos e vísceras além de fornecer suporte para a transformação e transporte do qi pós celestial.

Ele fornece energia para fecundação, depois para o desenvolvimento do feto e posteriormente para o nascimento, após o nascimento ele continua fornecendo jing para o desenvolvimento da criança que utiliza a energia pré celestial (energia ancestral) e a pós celestial (energia adquirida por meio da alimentação e prática regular de atividade física). O rim é o órgão responsável por metabolizar o jing que fica armazenado no centro dan tian, localizado entre o umbigo e a lombar, essa energia quando precisa ser utilizada é direcionada para que o rim distribua esse jing para onde for necessário, além disso o rim atua filtrando os líquidos orgânicos. A bexiga é sua víscera, e é responsável por eliminar os líquidos turvos que não são filtrados pelo rim dando origem a urina.

Órgão: Rim

Víscera: Bexiga

Articulação: Lombar e Joelhos **Tecido nutrido:** Osteoarticular

Possíveis sintomas: Problemas no rim ou bexiga como cólicas renais, pedras nos rins, nefrite, infecção urinária, incontinência urinária, queda de bexiga, dor lombar, dor nos joelhos, cabelo branco precoce, infertilidade, dentes fracos, artrite, artrose, doenças neurológicas, paralisias, menopausa precoce.

Pessoas desse elemento são reservadas, obstinadas, sempre tem uma objetivo em mente por isso trabalham muito para alcançar seus objetivos sem depender de ninguém, gostam de mexer com dinheiro no entanto quando em desequilíbrio são pessoas manipuladoras que usam da boa vontade do outro para alcançar seus objetivos, está sempre tentando ganhar algo, são indivíduos aficionados por poder, a insegurança é base emocional desse elemento, quando a pessoa do elemento água se sente insegura para que suprir esse sentimento que é o ponta pé inicial para o medo eles amedrontam os outros para que sua insegurança seja amenizada, quando o medo é instalado ela se torna um indivíduo covarde e não consegue sair do lugar, os objetivos não são alcançados, tendem a desconfiar de tudo e de todos por isso tem uma dificuldade em construir laços verdadeiros, as relações pessoais serão sempre pautadas no interesse seja para conquistar algo ou para suprir suas inseguranças. Poder essa é a necessidade do indivíduo do elemento água, ele busca essa sensação de poder, um exemplo típico do elemento água são os políticos, sempre com palavras bonitas, buscando enganar as pessoas para que se mantenham no poder. Fisicamente o rosto poderá ser redondo com bochechas caídas, olhar distante, linhas de expressão bem acentuadas, tendência a flacidez de pele, mãos pequenas e macias, membros superiores e inferiores pequenos, flácidos e roliços, estatura brevelíneos, cabelos brancos, cor branco acinzentado, abdômen globoso com tendência a flacidez, retenção excessiva de líquidos.

Ao longo do tempo a permanência nos padrões de desequilíbrio do elemento água favorecem o desenvolvimento do frio interno que poderá provocar um acúmulo dos líquidos orgânicos, contração das estruturas provocando dor, paralização das energias também favorecendo o desenvolvimento de dores. A busca incessante pelo poder pode favorecer a insegurança, consequentemente o medo e a síndrome do pânico.

Acupuntura sistêmica – Objetivo diminuir o frio interno e controlar essa busca pelo poder, melhorando assim os aspectos relacionados a insegurança.

- ID3 + B62 Fortalece as energias do elemento água, controla os aspectos instintuais.
 - R3 Equilibra o yin e yang do Rim.
 - **R9** Ponto excelente para o tratamento de traumas.
- **R10** Ponto Ho do elemento água, recomendado principalmente para o tratamento de inseguranças, medos e contribui para o tratamento da síndrome do pânico.
 - C7 Equilibra as emoções, limpa o shen
 - VB14 Estimula a racionalidade e análise real dos fatos.
- VC17 Limpa a região do coração para aliviar o acúmulo de tensões emocionais

Acupuntura auricular

Shen Men

Rim

Bexiga

Coração

Sistema nervoso simpático

Coração - emoção

Adrenal

Elemento madeira – raiva

Grupo emocional: Indecisão, falta de autoconfiança, incerteza, timidez, agressividade, impaciência, raiva, intolerância, egoísmo, vaidade.

Natureza desse elemento nos mostra o direcionamento das energias. Por meio desse elemento que acontece a distribuição e desintoxicação do qi e sangue. O fígado e a vesícula biliar compõem o elemento madeira e tem uma relação íntima com a saúde do sangue participando assim da nutrição do corpo, mas especificamente dos órgãos genitais e coração. O fígado é o órgão que recepciona o sangue durante a noite para que seja limpo de todas as toxidades acumuladas ao longo do dia no sangue que vem de fatores como estresse, resíduos resultantes da fisiologia do corpo, poluições, má alimentação tudo isso precisa ser limpo durante a noite para que no outro dia a indivíduo acorde bem disposto e bem humorado, logo quando o fígado está fraco não é realizado esse processo de desintoxicação. Pensando pelas características desse elemento quando falarmos de aspectos temperamentais, seguirá essa linha de raciocínio, normalmente os indivíduos desse elemento terão uma característica de liderança bem forte, pois conseguirão direcionar os caminhos, são indivíduos que apreciam uma liberdade e tem a intuição bem aguçada, planos e decisões são concretos e normalmente certeiros.

Esse elemento tem uma afinidade tanto com a energia yin quanto com a energia yang, no entanto sua relação com o yang é maior, pois é por meio dessa energia que o sangue chega até ao fígado e levado dele depois de limpo para que seja direcionado aos órgãos genitais e coração para que seja possível a distribuição dessa substância vital por todo o corpo, além disso contribui diretamente para a fisiologia do sistema endócrino, permitindo assim a produção de diversos hormônios, principalmente os reprodutores, portanto terá uma participação direta no processo da fertilidade por conta da nutrição com sangue dos órgãos reprodutores e na mulher comandará diretamente o ciclo menstrual participando assim diretamente da fertilidade feminina.

Órgão: Fígado

Víscera: Vesícula biliar Articulação: Ombro

Tecido nutrido: Tendinoso

Possíveis sintomas: Problemas gerais em fígado e vesícula biliar, como cirrose hepática, esteatose, hepatite, pedras na vesícula e qualquer outro problema que se relacione a esse órgão ou víscera. Dores no ombro, infertilidade masculina ou feminina principalmente quando se relaciona com os desequilíbrios de sangue, tendinites, insônia, cefaleia, problemas de visão, problemas menstruais.

Pessoas desse elemento são intuitivas, gostam de liderar seja por imposição ou por respeito, sempre tem um plano de ação e são bem decididas em suas ações, mas a principal característica desse elemento quando em desequilíbrio é ser afetado pela raiva que pode vir de uma frustração ou contrariedade. São seres impositivos, tudo precisa ser do modo como ele deseja pois como na cabeça desse indivíduo ele sempre está certo e se não for feito como ele falou algo dará errado por isso tentam impor suas vontades. Como em equilíbrio são pessoas bem intuitivas costumam acertar em suas "previsões", no entanto quando em desequilíbrio a mente fica intoxicada e a intuição prejudicada e muito equívocos podem ser cometidos e por isso a frustração pode ser desenvolvida. A vaidade é um outro fator emocional, normalmente são pessoas que buscam ser admiradas por meio da beleza externa por isso gostam de exibir sua sensualidade. São pessoas sem amarras, desapegadas, apaixonados pela liberdade, por isso tem dificuldades em se relacionar com outras pessoas.

Vale ressaltar aqui duas manifestações possíveis do elemento madeira em relação a raiva que é a emoção principal desse elemento, há indivíduos que sentem raiva e explodem, xingam, brigam, gritam, ficam cegos de raiva. Já outros são mais contidos, sentem raiva, no entanto não se expressam, guardam tudo pra si e vai acumulando aquela energia densa provocada que raiva que não é expressada e se torna uma mágoa profunda. Fisicamente o rosto será oval, cabelos escuros e grossos, muitas vezes crespos, olhos são marcantes, cílios e sobrancelhas são volumosos, corpo tende a definição muscular facilmente, pois são indivíduos que já tem uma musculatura desenvolvida por natureza, tronco curto, membros superiores, inferiores e abdômen definidos, pele morena ou negra, estatura longilínea.

Ao longo do tempo a permanência nos padrões de desequilíbrio desse elemento provocará uma energia irregular, dificultando o fluxo livre do qi, aquela energia que deveria descer, sobe a que deveria se internalizar se externaliza e assim deixa o ambiente bagunçado, logo a intuição ficará fraca, a frustração estará presente e a manifestação de raiva será cada vez mais intensa, assim problemas físicos como dores no ombro, cefaleia, insônia, nas mulheres problemas menstruais, poderão aparecer com frequência.

Acupuntura sistêmica – Objetivo manter o fígado com uma energia regular para que consiga desintoxicar o sangue e manter o fluxo suave do qi, melhorando assim possíveis desequilíbrios vindos da raiva, contrariedade, mágoa, indecisão.

TA5 + VB41 – Fortalece a energia do elemento madeira, ajuda na regularidade do qi e na distribuição do sangue.

F3 - Ponto geral para equilíbrio do elemento madeira, esse ponto é

importantíssimo para mante o fluxo harmônico das energias, além de ser um ponto importante no tratamento de desordens emocionais do elemento madeira.

F8 – Ponto Ho do elemento madeira, auxiliará no tratamento de raiva, mágoa, contrariedade, frustrações, além de ser um ponto excelente para mover estagnações.

VB14 – Ponto que estimula a intuição.

4 cavaleiros – limpa a mente, abrindo espaço para pensamento racionais livres da toxidade vinda da raiva.

C7 – Equilibra as emoções, limpa o shen

VC17 - Auxilia no alívio de tensões emocionais

Acupuntura auricular

Shen Men

Fígado

Vesícula Biliar

Agressividade

Coração emoção

Simpático