

## INTERROGATÓRIO

### ANAMNESE

- ELABORAR UM QUESTIONÁRIO
- DIRECIONAR AS PERGUNTAS INICIALMENTE TOMANDO POR BASE OS 8 CRITÉRIOS, SUBSTÂNCIAS FUNDAMENTAIS, ZANG FU E ETIOPATOGENIA.
- DEIXAR QUE O PACIENTE JUSTIFIQUE SEUS SINTOMAS.
- BUSCAR O MÁXIMO DE ANTECEDENTES POSSÍVEIS.
- ANOTAR DADOS EM ORDEM CRONOLÓGICA.
- PERGUNTAR SE O PACIENTE ESTÁ CONSUMINDO MEDICAMENTOS.
- PERGUNTAR SOBRE OPERAÇÕES.
- DEIXAR QUE O PACIENTE ACRESCENTE DADOS NÃO PERGUNTADOS.

### DOR

*DOR POR EXCESSO - OBSTRUÇÃO NA CIRCULAÇÃO DO QI NO MERIDIANO*

*DOR POR DEFICIÊNCIA - MÁ NUTRIÇÃO DOS MERIDIANOS*

#### 1. DOR TIPO VAZIO/DEFICIÊNCIA

- MELHORA COM A PRESSÃO
- MELHORA COM ALIMENTOS
- TIPO SURDA PERSISTENTE
- AGRAVA AO DEFECAR
- MELHORA EM DECÚBITO DORSAL
- INÍCIO LENTO E GRADUAL
- PIORA COM VÔMITOS
- MELHORA COM REPOUSO

#### *SÍNDROMES:*

- DEFICIÊNCIA DE QI
- DEFICIÊNCIA DE XUE
- DEFICIÊNCIA DE JIN YE DEVIDO A DEFICIÊNCIA DE YIN

#### 2. DOR TIPO CHEIO/EXCESSO

- PIORA COM A PRESSÃO
- PIORA COM ALIMENTOS
- TIPO AGUDA
- MELHORA AO DEFECAR
- MELHORA SENTADO
- INÍCIO REPENTINO
- MELHORA COM VÔMITOS
- MELHORA COM MOVIMENTO

#### *SÍNDROMES:*

- INVASÃO DE FATORES PATOGÊNICOS EXTERNOS
- FRIO OU CALOR INTERIOR
- ESTAGNAÇÃO DO QI
- ESTAGNAÇÃO DE XUE
- OBSTRUÇÃO POR FLEUGMA
- RETENÇÃO DE ALIMENTOS

#### 3. DOR TIPO FRIO

- TIPO CÂIBRA
- MELHORA COM O CALOR
- AGRAVA AO DEFECAR
- PIORA COM VÔMITOS
- MELHORA COM MOVIMENTO

#### 4. DOR TIPO CALOR

- TIPO QUEIMAÇÃO
- MELHORA COM O FRIO
- MELHORA AO DEFECAR
- MELHORA COM VÔMITOS
- PIORA COM MOVIMENTO

### DOR NA MENSTRUACÃO

#### DOR QUE ANTECEDE O PERÍODO MENSTRUAL

- *ESTAGNAÇÃO DE QI OU ESTASE DE XUE* - QUANDO O SANGUE MENSTRUAL COMEÇA A SE MOVIMENTAR, INICIANDO O PERÍODO MENSTRUAL, HÁ DOR DEVIDO À PRESENÇA DE ESTAGNAÇÕES. UMA VEZ INICIADO O MOVIMENTO, AS ESTAGNAÇÕES SE DESFAZEM E A DOR PASSA.

#### DOR DURANTE O PERÍODO MENSTRUAL

- *CALOR NO SANGUE OU ESTAGNAÇÃO PELO FRIO* - O CALOR NO SANGUE (XUE) É UM PADRÃO DE EXCESSO E A MOVIMENTAÇÃO DO SANGUE DUANTE O PERÍODO MENSTRUAL FAZ COM QUE SURJAM DORES PELO DESLOCAMENTO DESTA PLENITUDE QUE PROVOCA UMA VASODILATAÇÃO EXCESSIVA. A ESTAGNAÇÃO PELO FRIO TAMBÉM É UM PADRÃO DE EXCESSO, COM A DIFERENÇA QUE O FATOR CAUSADOR DA DOR É A EXCESSIVA VASOCONSTRICÇÃO.

#### **DOR APÓS O PERÍODO MENSTRUAL**

- **DECIÊNCIA DE XUE** - UMA VEZ QUE A MENSTRUÇÃO ACABA, CERCA DE 100 ML DE SANGUE (XUE) (EM UMA MENSTRUÇÃO NORMAL) É ELIMINADO. COMO O SANGUE (XUE) JÁ ESTÁ DEFICIENTE, A DOR TENDE A SURGIR APÓS O PERÍODO MENSTRUAL DEVIDO A DEFICIÊNCIA DE NUTRIÇÃO QUE GERA ESPASMOS, OU DOR POR VAZIO.

#### **DORES GENÉRICAS**

##### **DOR POR FRIO E UMIDADE COMBINADOS**

- DOR FIXA DEVIDO A VASOCONSTRIÇÃO EXCESSIVA LOCAL, QUE IMPEDE MOVIMENTO.

##### **DOR POR CALOR**

- INFLAMAÇÃO, PELA EXCESSIVA VASODILATAÇÃO LOCAL, “FERINDO” CAPILARES.

##### **DOR POR VENTO**

- O VENTO TEM A QUALIDADE DE MOVIMENTO (NAS CAMADAS QUE NUTREM PELE E MÚSCULOS E MAIS PROFUNDAMENTE NOS MERIDIANOS QUE NUTREM AS ARTICULAÇÕES). POR ISSO ESSA DOR É MIGRATÓRIA.

##### **DOR POR UMIDADE**

- DEVIDO À PRESENÇA DE “LÍQUIDOS” NO INTERSTÍCIO, ESSA DOR ADQUIRE A CARACTERÍSTICA DE PESO.

##### **DOR POR ESTAGNAÇÃO DE QI**

- A ESTAGNAÇÃO DO QI GERA UMA CONSG ESTÃO LOCAL QUE CARACTERIZA ESSA DOR COMO “INCHADA”.

##### **DOR POR CALOR OU DEFICIÊNCIA DE YIN**

- O CALOR E A DEFICIÊNCIA DE YIN (QUE GERA CALOR VAZIO) PROMOVEM UM SUPERAQUECIMENTO LOCAL, DANDO A CARACATERÍSTICA DE DOR TIPO QUEIMAÇÃO.

##### **DOR POR ESTASE DE SANGUE (XUE)**

- A ESTASE DE XUE É UMA EXACERBAÇÃO DA ESTAGNAÇÃO DE QI E PORTANTO MAIS CONSTRANGEDORA.ESSE FATO DÁ A ESSA DOR A CARACTERÍSTICA DE “PICADA” OU PONTADA LOCAL.

#### **FEBRE E CALAFRIOS**

##### **VENTO FRIO E VENTO CALOR**

- **FEBRE E CALAFRIOS QUE NÃO MELHORAM QUANDO A PESSOA SE COBRE** - ISSO OCORRE PORQUE O QI INTERNO ESTÁ LUTANDO CONTRA O FATOR PATOGÊNICO EXTERNO, QUE JÁ PASSOU PELA WEI QI. A FEBRE É RESULTADO DA LUTA QUE GERA MUITO MOVIMENTO E CALOR. ESSE CALOR TENDE A DILATAR OS POROS NA INTENÇÃO DE EXPULSAR O INVASOR, PROVOCANDO CALAFRIOS, JÁ QUE O CHOQUE TÉRMICO ENTRE O CALOR INTERNO E A TEMPERATURA EXTERNA INEVITAVELMENTE ACONTECE, PORTANTO, TANTO O VENTO CALOR COMO O VENTO FRIO GERAM CALAFRIOS QUE NÃO MELHORAM QUANDO A PESSOA SE COBRE, POR SEREM FRUTO DE UMA LUTA QUE SÓ PARA QUANDO UMA DAS 2 PARTES PERDE (O QI OU O INVASOR).

##### **CALOR INTERNO**

- **A VERSÃO AO CALOR E FEBRE ELEVADA CONSTANTE** - COM A PRESENÇA DO CALOR NO INTERIOR, QUE PODE TER APROFUNDADO DO EXTERIOR OU SURGIDO NO INTERIOR, A TENDÊNCIA É QUE A TEMPERATURA SE ELEVE, DEVIDO A CARACTERÍSTICA DESTES PADRÃO DE EXCESSO. ASSIM A FEBRE É ALTA E CONSTANTE (ENQUANTO HOVER A PRESENÇA DO CALOR) E O CORPO REJEITA O CALOR QUE VEM DE FORA.

##### **DEFICIÊNCIA DE YIN**

- **FEBRE BAIXA VESPERTINA E FEBRE NOTURNA (NO MEIO DA NOITE) EM ADULTOS** - ESSE PADRÃO EXISTE DEVIDO AO FATO DA ENERGIA YIN NORMALMENTE ENTRAR EM PLENITUDE ENTRE 17 E 19 HORAS. COMO HÁ A DEFICIÊNCIA DE YIN, ISSO SE AGRAVA QUANDO O SISTEMA DO RIM (SHEN) TENTA NORMALIZAR O CLICO DE PICO ENERGÉTICO NESSE HORÁRIO, AUMENTANDO A DEFICIÊNCIA NO ORGANISMO. ASSIM, É MUITO COMUM FEBRES BAIXAS NESSE MOMENTO, ONDE O CORPO LUTA PARA TENTAR MANTER A NORMALIDADE DO SISTEMA. A FEBRE NOTURNA OCORRE DEVIDO AO FATO DA NOITE REQUISITAR MAIS MATERIAL YIN PARA MANTER A BAIXA DO METABOLISMO E NUTRIÇÃO DO SISTEMA DURANTE O SONO. COM O YIN SENDO MAIS REQUISITADO A FEBRE PODE SURGIR PELOS MESMOS PARÂMETROS JÁ DESCRITOS.

##### **FRIO INTERNO OU DEFICIÊNCIA DE YANG**

- **AVERSÃO AO FRIO, FRIO SEM FEBRE ALIVIADO QUANDO A PESSOA SE COBRE** - NATURALMENTE, SE TENHO UM FATOR FRIO NO INTERIOR DO ORGANISMO, A TENDÊNCIA É A REJEIÇÃO DE MAIS FRIO VINDO DE FORA. NÃO HÁ A PRESENÇA DE FEBRE POIS O FRIO CAUSA VASOCONSTRIÇÃO E PELO FATO DE JÁ ESTAR NO INTERIOR NÃO HÁ LUTA. ESSE QUADRO DE FRIO MELHORA QUANDO A PESSOA SE COBRE E GERA CALOR, PROMOVENDO VASODILATAÇÃO, DISSIPANDO O FRIO E TONIFICANDO O YANG.

##### **RETENÇÃO ALIMENTAR**

- **FEBRE NOTURNA (NO MEIO DA NOITE) EM CRIANÇAS** - NOSSO ORGANISMO TEM QUE ENTRAR EM BAIXA METABÓLICA Á NOITE ONDE OS SISTEMAS DEVEM ESTAR DESOBRUÍDOS. O PADRÃO DE RETENÇÃO ALIMENTAR GERA UM EXCESSO NO TRIPLO AQUECEDOR MÉDIO, CAUSANDO FEBRE NOTURNA EM CRIANÇAS, DEVIDO A FRAGILIDADE DE SEU SISTEMA. O MESMO NÃO OCORRE EM ADULTOS PELA EFICÁCIA DOS VEÍCULOS INTERNOS DE COMPENSAÇÃO ENERGÉTICA.

#### **SUDORESE**

##### **VENTO CALOR**

- **PRESENÇA DE SUDORESE** - OCORRE DEVIDO A VASODILATAÇÃO DOS POROS PROMOVIDA PELO CALOR.

##### **VENTO FRIO**

- **AUSÊNCIA DE SUDORESE** - OCORRE DEVIDO A VASOCONSTRIÇÃO DOS POROS PROMOVIDA PELO FRIO.

##### **DEFICIÊNCIA DE QI**

- **SUDORESE EXPONTÂNEA NO CORPO TODO DE DIA** - A DEFICIÊNCIA DE QI AFETA DIRETAMENTE O BAÇO (PI), QUE É O TRANSFORMADOR E CONTROLADOR DOS LÍQUIDOS NO ORGANISMO. O BAÇO (PI) É O RESPONSÁVEL PELO CONTROLE DAS GLÂNDULAS SUDORÍPARAS, POIS FORNECE O QI NECESSÁRIO PARA SUA NUTRIÇÃO E UMA VEZ QUE O QI ESTÁ DEFICIENTE, ELAS PERDEM O CONTROLE DA

MANUTENÇÃO DOS LÍQUIDOS NO CORPO E HÁ TRANSPIRAÇÃO QUE PODE SER PROFUSA, DEPENDENDO DO NÍVEL DA DEBILIDADE DO QI. POR OUTRO LADO, O YANG CIRCULA DE DIA NA WEI QI E UMA DEFICIÊNCIA DE QI SUGERE AO MESMO TEMPO UMA DEFICIÊNCIA DE YANG QUE FALHA NA CONTRAÇÃO DOS POROS, OCORRENDO A TRANSPIRAÇÃO.

#### **DEFICIÊNCIA DE YIN**

- **SUDORESE NOTURNA NOS 5 CENTROS (TÓRAX, PALMAS DAS MÃOS E SOLA DOS PÉS)** - ISSO OCORRE PORQUE A NOITE REQUISITA MAIS MATERIAL YIN, COMO JÁ DESCRITO ANTERIORMENTE. A QUEDA DO YIN NO SISTEMA GERA CALOR VAZIO QUE BUSCA AS EXTREMIDADES E O TÓRAX (POR AGREGAR O SISTEMA YIN (PULMÃO - FEI) MAIS EXTERNO DO CORPO). O CALOR VAZIO GERA VASODILATAÇÃO, PROMOVEDO A TRANSPIRAÇÃO. POR OUTRO LADO, O YIN CIRCULA DE NOITE NA WEI QI E UMA DEFICIÊNCIA DE YIN GERA UMA FALHA NA CONTRAÇÃO DOS POROS, OCORRENDO A TRANSPIRAÇÃO.

#### **WEI QI NÃO FIRME OU DEFICIÊNCIA DE YANG**

**SUDORESE DIURNA** – COMO JÁ DITO, O YANG CIRCULA DE DIA NA WEI QI E SUA MÀ NUTRIÇÃO PROMOVE FALHA NA CONTRAÇÃO DOS POROS QUE DEIXAM O SUOR ESCAPAR. SE A DEFICIÊNCIA DO YANG GERAR A PREDOMINÂNCIA DO FRIO, A TRANSPIRAÇÃO SERÁ LEVE, PELO FATO DO FRIO SER ADSTRINGENTE.

#### **DEFICIÊNCIA DO QI DO PULMÃO (FEI)**

- **SUDORESE SOMENTE NAS MÃOS** - ISSO OCORRE DEVIDO AO FATO DO PULMÃO (FEI) SER O SISTEMA YIN MAIS EXTERNO DO CORPO E SEU MERIDIANO TER UM TRAJETO QUE ACABA NAS MÃOS. UMA DEFICIÊNCIA DE QI NESSE SISTEMA OCASIONA A PERDA DO CONTROLE DA SUDORESE NA EXTREMIDADE DO MERIDIANO.

#### **VENTO FRIO COM PREDOMINÂNCIA DE VENTO**

- **SUDORESE LEVE** - O VENTO É MENOS OBSTRUTIVO QUE O FRIO E PORTANTO OS POROS NÃO ESTÃO TÃO CONTRAÍDOS, PERMITINDO LEVE SUDORESE.

#### **VENTO FRIO COM PREDOMINANCIA DE FRIO**

- **AUSÊNCIA DE SUDORESE** - O FRIO É MAIS OBSTRUTIVO QUE O VENTO E PORTANTO OS POROS ESTARÃO MAIS CONTRAÍDOS IMPEDINDO A SUDORESE ENQUANTO PERMANECER A PLENITUDE.

#### **CALOR NO ESTÔMAGO (WEI) OU CALOR E UMIDADE**

- **SUDORESE SOMENTE NA CABEÇA** - PADRÃO MUITO COMUM EM QUADROS DE INTOXICAÇÃO ALIMENTAR, JÁ QUE TODA PLENITUDE DE ESTÔMAGO (WEI) TENDE A ATINGIR A CABEÇA PELO MOVIMENTO ASCENDENTE IRREGULAR PROVOCADO PELO CALOR. O CALOR E UMIDADE INDICAM QUE BAÇO (PI) NÃO ESTÁ MAIS TRANSFORMANDO OS LÍQUIDOS E É NO ESTÔMAGO QUE A UMIDADE IRÁ DESTILAR. NO CALOR E UMIDADE A TRANSPIRAÇÃO TENDERÁ A SER AMARELADA.

#### **DEFICIÊNCIA DO ESTOMAGO (WEI) E DO BAÇO (PI)**

- **SUDORESE SOMENTE NOS MEMBROS** - COMO É O BAÇO (PI) QUE FORNECE O QI NUTRITIVO (YING QI), ATRAVES DO METABOLISMO DO QI NO PULMÃO (FEI), ELE É O RESPONSÁVEL PELA NUTRIÇÃO DOS MÚSCULOS DO CORPO. UMA DEFICIÊNCIA DE QI OCASIONARÁ A TRANSPIRAÇÃO SOMENTE NOS MEMBROS POIS O CORPO TENDERÁ A MANTER A NUTRIÇÃO NO TRONCO E CABEÇA, SECUNDARIZANDO AS EXTREMIDADES.

#### **COLAPSO DE YANG**

- **SUDORESE FRIA, PROFUSA E OLEOSA NA TESTA EM FORMA DE PÉROLAS, NÃO FLUIDA** - ESSE PADRÃO REFLETE UMA DOENÇA SEVERA E TERMINAL. HÁ PORTANTO UMA FALÊNCIA DE VÁRIOS SISTEMAS. A TESTA REFLETE O MICROSSISTEMA QUE INCLUI CORAÇÃO (XIN) E PULMÃO (FEI) E UMA TRANSPIRAÇÃO COM ESTAS CARACTERÍSTICAS NESSA REGIÃO REFLETE UM ESTADO TERMINAL.

#### **BOCA**

##### **CALOR INTERNO**

- **SEDE COM DESEJO DE INGERIR GRANDES QUANTIDADES DE ÁGUA GELADA** - A PRESENÇA DE CALOR VERDADEIRO NO INTERIOR, FAZ COM QUE O ORGANISMO REQUISITE MUITOS LÍQUIDOS DE UMA SÓ VEZ NA TENTATIVA DE “RESFRIAR” O CORPO.

##### **FRIO E UMIDADE**

- **AUSÊNCIA DE SEDE** - O FRIO É ADSTRINGENTE E A UMIDADE PRESENTE, NORMALMENTE NO ESTÔMAGO (WEI), GERA UMA REPÚDIA À ENTRADA DE LÍQUIDOS. ASSIM, O SISTEMA EVITA O AUMENTO DA UMIDADE, JÁ QUE ELA EXISTE PELO FATO DE NÃO ESTAR HAVENDO A TRANSFORMAÇÃO DOS LÍQUIDOS PELO BAÇO (PI).

##### **FRIO**

- **DESEJO DE BEBIDAS E ALIMENTOS QUENTES** - O CORPO REQUISITA BEBIDAS E ALIMENTOS QUENTES NA TENTATIVA DE DISSIPAR O FRIO, TONIFICANDO O YANG.

##### **CALOR E UMIDADE**

- **SEDE SEM O DESEJO DE BEBER E GOSTO DOCE NA BOCA** - O CALOR GERA SEDE MAS A PRESENÇA DA UMIDADE IMPEDE A INGESTÃO DE LÍQUIDOS, COMO JÁ ABORDADO ANTERIORMENTE. O GOSTO DOCE NA BOCA VEM DO DESEQUILÍBRIO DE BAÇO (PI), ONDE O SABOR DOCE (DO ELEMENTO MADEIRA) É LEVADO ATÉ A BOCA PELO CALOR.

#### **DEFICIÊNCIA DE YIN**

- **SEDE COM DESEJO DE INGERIR LÍQUIDOS LENTAMENTE OU LÍQUIDOS MORNOS** - O YIN DEFICIENTE GERA UM PADRÃO DE FALSO CALOR, QUE GERA SEDE, PORÉM NÃO SENDO UM CALOR REAL, O ORGANISMO PEDE ÁGUA EM PEQUENOS GOLES MAIS FREQUENTEMENTE NA TENTATIVA DE “HIDRATAR” O YIN. AS BEBIDAS MORNAS SE JUSTIFICAM PELO FATO DE QUE SE FOSSEM QUENTES, AUMENTARIAM A DEFICIÊNCIA DE YIN JÁ QUE O CALOR EXPULSA OS LÍQUIDOS ATRAVÉS DA SUDORESE.

#### **DEFICIÊNCIA DO QI DO BAÇO (PI)**

\* **ANOREXIA E GOSTO DOCE NA BOCA** - A FALTA DE APETITE VEM PELO FATO DE NÃO ESTAR HAVENDO A DEVIDA TRANSFORMAÇÃO DOS ALIMENTOS, QUE TENDEM A GERAR UMA ESTAGNAÇÃO NO ESTÔMAGO (WEI), IMPEDINDO QUE NOVAS COTAS DE ALIMENTOS SEJAM INGERIDAS. O GOSTO DOCE VEM DA ESTAGNAÇÃO DE ESTÔMAGO QUE DESTILA ESSE SABOR PARA A BOCA (JÁ QUE O SABOR ADOCICADO PERTENCE AO ELEMENTO TERRA).

## **CALOR**

- **DESEJO DE BEBIDAS E ALIMENTOS FRIOS** - O CORPO REQUISITA BEBIDAS E ALIMENTOS FRIOS NA TENTATIVA DE “RESFRIAR” O CALOR.

## **DEFICIÊNCIA DE YIN DO RIM (SHEN)**

- **GOSTO SALGADO NA BOCA** - O SABOR SALGADO NA BOCA É DERIVADO DO RIM DEVIDO A ESTE SABOR PERTENCER AO ELEMENTO ÁGUA. COM O YIN DE RIM DEFICIENTE, HÁ A PRESENÇA DE CALOR VAZIO QUE LEVA ESTE SABOR ATÉ A BOCA.

## **CALOR NO ESTÔMAGO (WEI)**

- **SENSAÇÃO PERMANENTE DE FOME** - O CALOR GERA UM AUTO-CONSUMO ENERGÉTICO MUITO GRANDE E A FOME CONSTANTE É UMA TENTATIVA DO ORGANISMO DE GERAR SEMPRE ENERGIA NOVA PARA NUTRIR O SISTEMA. PESSOAS COM ESSE Desequilíbrio APRESENTAM UM PADRÃO DE AGITAÇÃO ANSIOSA.

## **FOGO DE CORAÇÃO (XIN)**

- **GOSTO AMARGO NO PERÍODO DA MANHÃ, APÓS UMA NOITE MAL DORMIDA** - O SHEN (MENTE/ESPÍRITO) É O RESPONSÁVEL PELO EQUILÍBRIO DO SONO E O FOGO O EXPULSA DE SEU PALÁCIO (O CORAÇÃO - XIN). APÓS UMA NOITE MAL DORMIDA, O GOSTO AMARGO (PERTENCENTE AO ELEMENTO FOGO) DESTILA PARA A BOCA PELA MANHÃ. ESSE SABOR DURA POUCO TEMPO, SENDO DISSIPADO APÓS O DESJEJUM.

## **FOGO DE FÍGADO (GAN)**

- **GOSTO AMARGO NA BOCA MAIS OU MENOS CONSTANTE** - EMBORA O GOSTO AZEDO É QUE PERTENÇA AO FÍGADO (GAN) (ELEMENTO MADEIRA.), ELE SE MANIFESTA COMO UM AMARGOR NA BOCA QUANDO NA PRESENÇA DE FOGO DE FÍGADO (GAN), QUE SE MANTÊM DURANTE TODO O DIA. O FOGO DE FÍGADO (GAN) AGE SOBRE O ESTÔMAGO (WEI), QUE ENCAMINHA O SABOR AMARGO ATÉ A BOCA.

## **CALOR NO PULMÃO (FEI)**

- **GOSTO PICANTE NA BOCA** - O CALOR DE PULMÃO (FEI) ELEVA O SABOR PICANTE (QUE PERTENCE AO ELEMENTO METAL) ATÉ A BOCA, MANIFESTANDO ASSIM O SEU Desequilíbrio.

## **URINA**

### **FRIO**

- **URINA PÁLIDA** - A URINA PÁLIDA É CARACTERÍSTICA DA ADSTRINGÊNCIA PROMOVIDA PELO FRIO QUE IMPEDE O METABOLISMO ADEQUADO DOS LÍQUIDOS, TORNANDO INÁBIL A ABSORÇÃO DE SUBSTÂNCIAS PELO ORGANISMO, PELA FALTA DO CALOR.

## **CALOR E UMIDADE NA BEXIGA (PANGGUANG)**

- **RETENÇÃO DE URINA, DOR E DIFICULDADE NA MICÇÃO E URINA TURVA** - O CALOR E UMIDADE TORNA DIFÍCIL O TRABALHO DA BEXIGA (PANGGUANG) DE TRANSFORMAR OS LÍQUIDOS ORGÂNICOS (JIN YE). O CONTROLE DO ESFINCTER URINÁRIO FICA PREJUDICADO PELA PRESENÇA DO CALOR EXCESSIVO PROMOVEDO A RETENÇÃO URINÁRIA. NO MOMENTO DA EXPULSÃO DOS LÍQUIDOS EM FORMA DE URINA HÁ DOR (DEVIDO AO QUADRO DE PLENITUDE) E DIFICULDADE. A URINA SAI ESCURA DEVIDO TAMBEM A PRESENÇA DO CALOR QUE DANIFICA OS LÍQUIDOS METABOLIZADOS.

## **DEFICIÊNCIA DE QI**

- **MICÇÃO FREQUENTE E ESCASSA E DOR APÓS MICÇÃO** - A URINA FREQUENTE E ESCASSA VEM DA IMPOSSIBILIDADE DO RIM (SHEN) EM FORNECER O QI PARA CONTROLAR O ESFINCTER URINÁRIO. DESSA FORMA, QUALQUER PEQUENO ACÚMULO DE URINA PRONTAMENTE É LIBERADO, GERANDO FREQUÊNCIA E ESCASSEZ URINÁRIA. A DOR APÓS A MICÇÃO SURGE DEVIDO AO FATO DE QUE É NECESSÁRIO GASTAR QI PARA EXPULSAR A URINA, AUMENTANDO A DEFICIÊNCIA APÓS O ATO, QUE PREJUDICA AINDA MAIS A NUTRIÇÃO DO SISTEMA.

## **DEFICIÊNCIA DE YIN**

- **DIFICULDADE NA MICÇÃO E URINA ESCASSA** - A URINA ESCASSA VEM DA DEFICIÊNCIA DE LÍQUIDOS ORGANICOS (JIN YE), OU SEJA, YIN. ASSIM, NÃO HÁ PRODUTO SUFICIENTE PARA SER EXCRETADO, TORNANDO O ATO DE URINAR DIFÍCIL.

## **DEFICIÊNCIA DO YANG DO RIM (SHEN)**

- **URINA FREQUENTE E ABUNDANTE, INCONTINÊNCIA URINÁRIA** - O YANG DO RIM (SHEN) É QUEM FORNECE O QI NECESSÁRIO PARA O METABOLISMO DOS LÍQUIDOS CORPÓREOS (JIN YE) NO ORGANISMO. ASSIM, QUANDO DEFICIENTE, UMA GRANDE QUANTIDADE DE LÍQUIDOS NÃO METABOLIZADOS ADEQUADAMENTE DESCENDE PARA A BEXIGA. O YANG DO RIM FORNECE O QI NECESSÁRIO PARA O CONTROLE DO ESFINCTER URINÁRIO E UMA VEZ DEFICIENTE, A URINA “ESCAPA” MAIS FREQUENTEMENTE PODENDO GERAR INCONTINÊNCIA.

## **ESTAGNAÇÃO DO QI NO TRIPLO AQUECEDOR INFERIOR (JIAO INFERIOR)**

- **DOR ANTES DA MICÇÃO** - AS VEZES, O QI DO FÍGADO (GAN) ESTAGNADO PODE DESTILAR PARA A BEXIGA (PANGGUANG). ANTES DA MICÇÃO A ESTAGNAÇÃO OCASIONA DOR QUE É ALIVIADA QUANDO A URINA É EXPELIDA.

## **FEZES**

### **CALOR NO ESTÔMAGO (WEI)**

- **CONSTIPAÇÃO COM FEZES SECAS E REDONDAS** - O CALOR NO ESTÔMAGO (WEI) DEPAUPERA OS LÍQUIDOS CORPÓREOS (JIN YE), PROMOVENDO O RESSECAMENTO DOS INTESTINOS (XIAOCHANG E DACHANG), JÁ QUE ELE É A RAIZ DO JIN YE. O EXCESSO DE CALOR NO ESTÔMAGO (WEI) PREJUDICA A NUTRIÇÃO DOS INTESTINOS (XIAOCHANG E DACHANG), PREJUDICANDO O PERISTALTISMO NORMAL. AS FEZES SE ACUMULAM NOS HAUSTROS DO COLO TRANSVERSO DO INTESTINO GROSSO (DA CHANG) POR MUITO TEMPO, ONDE SÃO AINDA MAIS DESIDRATADAS E GANHAM O FORMATO LOCAL, OU SEJA, REDONDAS.

## **ESTAGNAÇÃO DO QI DO FÍGADO (GAN)**

- **CONSTIPAÇÃO COM FEZES REDONDAS E NÃO SECAS** - DOR LEVE E DISTENSÃO NA DEFECÇÃO. AS FEZES SÃO REDONDAS POR SE ACUMULAREM NOS HAUSTROS DO COLO TRANSVERSO DO INTESTINO GROSSO (DA CHANG) POR MUITO TEMPO, ONDE GANHAM O FORMATO LOCAL, OU SEJA, REDONDAS. NÃO SÃO SECAS PELA AUSÊNCIA DO CALOR INTERNO, JÁ QUE A ESTAGNAÇÃO DO QI É UM

FATOR LEVE, PORÉM É O SUFICIENTE PARA PREJUDICAR O MOVIMENTO INTESTINAL ADEQUADO. A DOR LEVE E DISTENSÃO QUE PRECEDEM O MOVIMENTO PERISTALTICO SÃO CARACTERÍSTICAS DA ESTAGNAÇÃO DO QI.

#### **FRIO E UMIDADE NOS INTESTINOS (XIAOCHANG E DACHANG)**

- **DIARRÉIA COM DOR ABDOMINAL NA DEFECACÃO, COM FEZES AQUOSAS E EXPLOSIVAS** - A PRESENÇA DE FRIO NOS INTESTINOS (XIAOCHANG E DACHANG) NÃO PERMITE A METABOLIZAÇÃO E ABSORÇÃO DO JIN YE, DEVIDO AS SUAS CARACTERÍSTICAS ADSTRINGENTES GERANDO DIARRÉIA COM DOR ABDOMINAL DURANTE A DEFECACÃO. O QUADRO DE PLENITUDE (FRIO), TORNA AS FEZES AQUOSAS E EXPLOSIVAS, PORÉM, SEM ARDOR NO ÂNUS E SEM ODOR. SE HOUVER SÓ A PRESENÇA DE FRIO, SEM UMIDADE, HAVERÁ CONSTIPAÇÃO COM FEZES NÃO SECAS E DOR SEVERA NA DEFECACÃO.

#### **DEFICIÊNCIA DE YIN DO ESTÔMAGO (WEI) E RIM (SHEN)**

- **CONSTIPAÇÃO COM FEZES SECAS, EM BOLINHAS OU EM PEDAÇOS** - AS FEZES SÃO SECAS DEVIDO A DEFICIÊNCIA DE LÍQUIDOS CORPÓREOS (JIN YE), OU SEJA, YIN. AS FEZES SÃO REDONDAS POR SE ACUMULAREM NOS HAUSTROS DO COLO TRANSVERSO DO INTESTINO GROSSO (DACHANG) POR MUITO TEMPO, ONDE GANHAM O FORMATO LOCAL, OU SEJA, REDONDAS E AS VEZES EM PEDAÇOS.

#### **DEFICIÊNCIA DE SANGUE (XUE)**

- **CONSTIPAÇÃO EM PESSOAS IDOSAS OU EM MULHERES APÓS O PARTO** - PESSOAS IDOSAS TEM UMA DEFICIÊNCIA DA ESSÊNCIA (JING) DE RIM (SHEN), QUE É RESPONSÁVEL PELA PRODUÇÃO DE SANGUE (XUE) NO ORGANISMO. ESSAS PESSOAS E ALGUMAS MULHERES APÓS O PARTO, APRESENTAM MENOS SANGUE (XUE) NO SISTEMA. ISSO PROMOVE UMA MÁ NUTRIÇÃO DA TÊNIA DO COLO (MUSCULATURA QUE É RESPONSÁVEL PELO PERISTALTISMO DO INTESTINO GROSSO (DACHANG), NÃO OCORRENDO O PERISTALTISMO INTESTINAL ADEQUADO.

#### **CALOR E UMIDADE NOS INTESTINOS (XIAOCHANG E DACHANG)**

- **DIARRÉIA COM FEZES AMARELADAS, COM MUÇO E SANGUE VERMELHO E COM ARDOR NO ÂNUS** - AS FEZES SÃO AMARELADAS DEVIDO A PRESENÇA DO CALOR ÚMIDO E COM MUÇO POR CAUSA DA UMIDADE. O SANGUE, QUE SAI ANTES DA DEFECACÃO, É DEVIDO AO FATO DO CALOR ROMPER OS CAPILARES. A DIARRÉIA É EXPLOSIVA, COM FEZES MAL CHEIROsas E ARDOR NO ÂNUS TAMBÉM PELA PRESENÇA DO CALOR.

#### **DEFICIÊNCIA DO QI DO BAÇO (PI)**

- **FEZES DIARRÉICAS COM RESTOS DE ALIMENTOS E DIFÍCEIS DE SEREM EVACUADAS, EXAUSTÃO E PRESENÇA DE SANGUE APÓS DEFECACÃO** - AS FEZES DIARRÉICAS COM RESTOS DE ALIMENTOS SÃO DEVIDO A FALHA NA TRANSFORMAÇÃO DOS ALIMENTOS FEITA PELO BAÇO (PI). A EXAUSTÃO E O SANGRAMENTO APÓS A DEFECACÃO SÃO PROVOCADOS PELO ESGOTAMENTO DO QI (JÁ DEFICIENTE) QUE É UTILIZADO NO MOVIMENTO INTESTINAL, PODE NÃO OCORRER DIARRÉIA. ENTÃO AS FEZES SERÃO FINAS E ALONGADAS E AMARELADAS DEVIDO AO FATO DE NÃO HAVER QI SUFICIENTE PARA MOLDAR AS FEZES, OU SEJA, O ESFÍNCTER ANAL PERDE TÔNUS. AS FEZES SÃO AMARELADAS POIS NA DEFICIÊNCIA DO QI DO BAÇO (PI) É COMUM A PRESENÇA DE UMIDADE.

#### **SONO**

##### **FOGO DE FÍGADO (GAN) E CORAÇÃO (XIN)**

- **MUITOS SONHOS; SONHAR COM INCÊNDIOS** - NATURALMENTE, QUANDO HÁ A PRESENÇA DE FOGO NO SISTEMA, O SHEN (MENTE) PERDE A MORADA, COMO JÁ DESCRITO ANTERIORMENTE, O QUE TORNA A MENTE AGITADA, PROMOVENDO UMA NOITE COM MUITOS SONHOS. MUITAS VEZES ESSES SONHOS RETRATAM A CONDIÇÃO INTERNA, OU SEJA, INCÊNDIOS.

##### **DEFICIÊNCIA DE XUE DO CORAÇÃO (XIN)**

- **DEMORA PARA DORMIR COM TONTURAS E PALPITAÇÕES E QUANDO CONSEGUE DORMIR, DORME BEM** - A DEMORA PARA DORMIR É DEVIDO AO FATO DE QUE O SHEN (MENTE) ESTÁ "SOLTO", JÁ QUE É O XUE E O YIN QUE O ENRAIZAM NO CORAÇÃO (XIN). COM O XUE DEFICIENTE OCORREM TONTURAS E PALPITAÇÕES POR MÁ NUTRIÇÃO DO SISTEMA. UMA VEZ QUE A PESSOA SE DEITA POR UM DETERMINADO TEMPO O SANGUE (XUE) VOLTA PARA O FÍGADO (GAN) E O QI É TONIFICADO O SUFICIENTE PARA NUTRIR TODO O SISTEMA. ASSIM, A PESSOA CONSEGUE DORMIR E NÃO ACORDA MAIS, POIS A DEFICIÊNCIA DE SANGUE (XUE) FOI TEMPORARIAMENTE CORRIGIDA.

##### **DEFICIÊNCIA DE YIN**

- **DEMORA PARA DORMIR E ACORDA DURANTE A NOITE** - A DEFICIÊNCIA DO YIN NÃO É FACILMENTE NUTRIDA QUANDO A PESSOA DEITA. O SANGUE (XUE) VOLTA PARA O FÍGADO (GAN) MAS SÓ O SUFICIENTE PARA QUE A PESSOA ADORMEÇA, DEPOIS DE MUITO CUSTO. CONTUDO, ENTRE 1 E 3 HORAS, OU ENTRE 3 E 5 HORAS, ELA IRA ACORDAR POIS O PICO ENERGÉTICO DO FÍGADO (GAN) E PULMÃO (FEI) IRÁ REQUISITAR MATERIAL YIN, ACORDANDO A PESSOA PARA QUE ELA VÁ AO BANHEIRO ELIMINAR OS LÍQUIDOS QUENTES E INGERIR ÁGUA, PARA TONIFICAR O YIN.

##### **RETENÇÃO DE UMIDADE**

- **SONOLÊNCIA (LETARGIA) COM A PRESENÇA DE VERTIGENS E PESO NO CORPO** - A UMIDADE TEM A FACILIDADE DE ATINGIR A CABEÇA EM CERTOS QUADROS SINDRÔMENOS, EMBORA SUA TENDÊNCIA MAIOR SEJA DE SE CONCENTRAR NA PARTE DE BAIXO DO CORPO. ASSIM, HAVERÁ UMA SENSÇÃO LETÁRGICA DURANTE O DIA, COM OS SINTOMAS JÁ DESCRITOS PRESENTES, JÁ QUE OS ORIFÍCIOS DO CÉREBRO ESTÃO OBSTRUÍDOS.

##### **DEFICIÊNCIA DE YANG DO RIM (SHEN)**

- **SONOLÊNCIA (LETARGIA) COM A PRESENÇA DE LASSIDÃO E FRIO** - COM O YANG DEFICIENTE DE RIM (SHEN), O SISTEMA PERDE CALOR QUE, EM ÚLTIMA ANÁLISE, "ESFRIA" OS SISTEMAS QUE METABOLIZAM A ENERGIA DO ORGANISMO, GERANDO SONOLÊNCIA (LETARGIA) DURANTE O DIA, LASSIDÃO LOMBAR E DE MEMBROS E FRIO.

##### **DEFICIÊNCIA DE YIN DO FÍGADO (GAN)**

- **SONOLENCIA SOMENTE APÓS O ALMOÇO** - ENTRE 13 E 15 HORAS, O FÍGADO (GAN) DEVERIA ENTRAR EM SEU PICO MÍNIMO DE ENERGIA (SEGUNDO A ESCALA DE HORÁRIOS). COMO ELE ESTÁ DEFICIENTE DE YIN, É NATURAL QUE ELE REQUISITE QUE A PESSOA SE DEITE, GERANDO SONOLÊNCIA APÓS O ALMOÇO, ASSIM O SANGUE (XUE), VOLTA PARA O FÍGADO (GAN) E TONIFICA O YIN.

#### **DEFICIÊNCIA DO QI DO BAÇO (PI)**

- **SONOLENCIA APÓS A INGESTÃO DE ALIMENTOS** - ISSO OCORRE APÓS QUALQUER UMA DAS REFEIÇÕES, POIS NO MOMENTO DA DIGESTÃO O BAÇO (PI), ESTÁ EM PLENA ATIVIDADE. SE O QI ESTIVER DEFICIENTE O SISTEMA PROMOVERÁ SONOLÊNCIA PARA QUE A PESSOA SE DEITE E O QI SEJA NUTRIDO PELO RETORNO DO SANGUE (XUE) NO FÍGADO (GAN).

#### **MENSTRUACÃO**

##### **1. CALOR NO XUE**

- CICLO MENSTRUAL ANTECIPADO
- GRANDE PERDA DE SANGUE
- SANGUE VERMELHO ESCURO

##### **2. DEFICIÊNCIA DE QI**

- CICLO MENSTRUAL ANTECIPADO
- GRANDE PERDA DE SANGUE
- SANGUE RUIDO E AQUOSO
- DOR APÓS A MENSTRUACÃO

##### **3. ESTAGNAÇÃO DE FRIO**

- DOR ANTES DO PERÍODO MENSTRUAL QUE MELHORA COM CALOR
- SANGUE ESCASSO
- SANGUE VERMELHO-BRILHANTE COM COÁGULOS
- SENSAÇÃO DE FRIO

##### **4. DEFICIÊNCIA DE XUE**

- CICLO MENSTRUAL TARDIO
- GRANDE PERDA DE SANGUE
- SANGUE PÁLIDO E AQUOSO
- DOR APÓS A MENSTRUACÃO

##### **5. ESTAGNAÇÃO DE QI E XUE**

- DOR ANTES DO PERÍODO MENSTRUAL
- INCHAÇO E DOR NOS SEIOS
- SANGUE ESCASSO
- SANGUE ESCURO, COM COÁGULOS
- TPM

##### **6. CALOR E UMIDADE**

- CORRIMENTO AMARELO ESPESSE COM ODOR DE COURO
- SE O CALOR-UMIDADE FOR NO FÍGADO O CORRIMENTO SERÁ ESVERDEADO
- AS VEZES UMA SECREÇÃO VERMELHO E BRANCA TAMBEM INDICA CALOR-UMIDADE
- CORRIMENTO BRANCO AQUOSO COM ODOR DE PEIXE