

Todas as pessoas que decidem estudar Medicina Tradicional Chinesa, esbarram, em algum momento de sua trajetória em um conhecimento denominado "8 Princípios".

Sempre que um professor entra em sala de aula para lecionar essa disciplina, se depara com olhares amedrontados, pessoas que já

ouviram dizer que estudar os tais Princípios é um bicho de sete cabeça.

Para que tal sensação seja aliviada ou até mesmo eliminada, resolvi tentar desmistificar os 8 Princípios em dicas básicas de aula nesse resumo virtual.

Primeiramente: O que são os 8 Princípios?

– 8 princípios são características que, dentro da Medicina Tradicional Chinesa, permitem ao terapeuta identificar a localização e a natureza de desarmonias no corpo, bem como estabelecer o princípio correto de tratamento que será escolhido.

Para as desarmonias do corpo damos o nome de Padrões ou

Síndromes, e cada um deles possui sintomas diferentes, que podem ser classificados dentro dos 8 Princípios.

Segundo Ponto:

Quem são os 8 Princípios?

– Os 8 princípios são: exterior e interior; excesso e deficiência; calor e frio; Yin e Yang.

Abordaremos, então, um por um:

a) Exterior: mostra apenas a

LOCALIZAÇÃO de uma doença, e nada mais. Para a Medicina Chinesa, estar no exterior significa estar alojado entre o espaço existente entre a pele e os músculos (que é o mesmo de espaço cou li).

Existe apenas um motivo pelo qual o exterior do corpo é afetado → Invasão de fatores patogênicos

**externos, no caso:
vento, frio, calor,
umidade ou secura.
Porém, tais fatores
só são capazes de
penetrar em nosso
espaço Cou Li se já
possuirmos uma
deficiência na
circulação de nossa
energia de defesa, a
WEI QI.**

**A grande maioria
dos sintomas
existentes em uma
"doença externa"
são sintomas de
gripe, como: dor no**

**corpo, tosse,
espirros, cansaço,
etc...**

**b) Interior: também
mostra apenas a
LOCALIZAÇÃO de
uma doença.**

**Quando uma
anormalidade é
considerada interna,
significa que os
órgãos internos já
estão afetados e
essa afecção pode
acontecer por 2
motivos:**

**1) Fator Patogênico
Externo que não foi**

**expulso e
Aprofundou, lesando
os órgãos
2) Por doença
gerada
internamente,
através de estresse
emocional, má
alimentação, entre
outros que geram
deficiência ou
estagnação de
substâncias vitais
(Qi, Xue, Fluídos
Corpóreos) OU por
fraqueza hereditária
dos órgãos
produtores ou que**

**fazem a
manutenção da
circulação do Qi e do
Sangue.**

**– Quando um fator
patogênico
aprofunda a ponto
de atrapalhar o
funcionamento de
um órgão, a
consequência
posterior a essa
invasão sempre será
uma deficiência na
fabricação/
circulação de
Energia e de Sangue.
Por exemplo: Uma**

**pessoa que mora em
uma cidade
extremamente
úmida e não se
alimenta direito, terá
sua energia de
defesa reduzida.
Com isso, a umidade
do ambiente penetra
primeiramente no
exterior, causando
sintomas de
cansaço, como
mencionado
anteriormente. Se o
terapeuta não
remover a "umidade
exterior", a mesma**

irá aprofundar em um órgão que naturalmente, naquele momento, estará mais fraco. Vamos supor, que esse órgão mais fraco seja o Baço-Pâncreas. A umidade impregna o Baço, impedindo que o mesmo realize suas funções como produzir e circular o sangue. A umidade impede, também, a transformação da energia vinda dos

alimentos, causando então, uma deficiência de Qi e de Xue.

**** Para compreender melhor os padrões internos, é necessário que saibamos a fisiologia dos Zang Fu (órgãos e vísceras) para saber a função de cada órgão interno de acordo com a medicina chinesa.**

c) Excesso: toda doença de excesso é

**caracterizada
APENAS pela
presença de FATOR
PATOGENICO ou
ESTAGNAÇÃO DE QI
(energia) e XUE
(sangue).**

**Toda doença de
excesso é uma
doença aguda.**

**d) Deficiência: toda
doença de
deficiência é
caracterizada
APENAS pela
Deficiência de QI
(energia), de Yin e de
Yang (que também**

são energias), de Xue (Sangue) ou de Fluidos Corpóreos (Jin Ye).

Toda doença de deficiência é uma doença crônica.

e) Calor: descreve a NATUREZA da doença.

Sempre que um indivíduo tiver uma doença de calor, ele obviamente terá sintomas de calor como: febre, sensação de calor, cansaço, agitação

**mental, secreções/
excreções escuras
ou amarelas
(saborra da língua,
urina, catarro),
pulsação rápida,
etc...**

**Existem 2 tipos de
calor:**

**1) Calor por Excesso
→ acontece quando
o corpo é invadido
por um fator
patogênico externo
(ex: vento calor), e
nesse caso a doença
pode ser externa,
mas se o fator**

aprofundar e lesar o órgão será considerada interna.

– OU ainda ser gerado dentro do próprio corpo, quando por exemplo existe uma elevação da energia Yang (tensão emocional, alimentos excessivamente quentes, levam a elevação da energia Yang) que gera calor.

2) Calor por Deficiência →

**acontece quando há
deficiência da
energia Yin. A
energia Yin
representa o frio, a
umidade. Quando ao
corpo falta essa
energia, o Yang se
torna**

**comparativamente
maior que o Yin, e os
sintomas serão de
calor.**

**A energia Yin pode
decair devido ao
trabalho excessivo
sem repouso
adequado, excesso**

de atividade física ou sexual, estresse emocional e alimentação irregular (principalmente consumo excessivo de alimentos quentes e secos).

f) Frio: Mostra a NATUREZA da doença.

Um indivíduo que tem uma doença de frio, obviamente irá possuir sintomas de frio, como: sensação de frio, mãos frias,

**ausência de sede,
lábios arroxeados,
extremidades
púrpuras, face
pálida, secreções e
excreções claras ou
brancas (saborra,
urina, catarro), fezes
amolecidas, pulso
tenso, etc...**

**Existem 2 tipos de
Frio:**

**1) Frio por excesso:
toda doença de
excesso acontece
por invasão de fator
patogênico externo
ou por estagnação**

de energia. Nesse caso, o Frio pode acontecer por uma invasão climática, afetando o externo. Se aprofundar e lesar órgãos será uma doença interna. O Frio tem a capacidade de "congelar" o sangue. Sendo assim, o frio pode gerar uma estagnação na circulação de Qi e de Xue. Essa estagnação pode

ser gerada pelo fator climático penetrado ou ainda pela alimentação excessiva com alimentos frios e crus.

2) Frio por

Deficiência:

acontece quando há deficiência da energia Yang. A energia Yang representa o calor, a secura. Quando ao corpo falta essa energia, o Yin se torna

comparativamente maior que o Yang, e os sintomas serão de frio.

A energia Yang pode decair devido ao trabalho ou atividade física excessiva e alimentação irregular (principalmente consumo excessivo de alimentos frios e úmidos).

Todo o conhecimento oriental é baseado

nos movimentos de Yin e Yang, que são as energias que representam os opostos, e em linhas gerais, o equilíbrio do universo.

– O Yin representa: frio, interno, noite, umidade, introspecção, estagnação, compressão, crônico, etc...

– O Yang representa: calor, externo, dia, secura, extroversão, movimentação,

**dilatação/expansão,
agudo, etc...**

**Sendo assim, os 6
primeiros Princípios
vistos acima se
encaixam nos
princípios de Yin e
Yang da seguinte
maneira:**

São Princípios YIN –

**> O interno, a
deficiência, o frio**

São Princípios Yang

**→ O externo, o
excesso, o calor**

**Podemos então,
retirar de todo o
texto um resumo**

importante:

**– Doença externa →
está sempre no
espaço entre pele e
músculos e haverá
fator patogênico.**

**– Doença Interna →
sempre afetará
órgãos internos – Por
fator patogênico,
deficiência ou
estagnação de
substâncias vitais
ou fraqueza
hereditária**

**– Doença de Excesso
→ sempre possui
fator patogênico**

– Doença de Deficiência → sempre terá o Qi, o Yin, o Yang, o Xue e/ ou os Jin Ye insuficientes

– Doença de Calor – > ocorrerá quando houver invasão de calor ou deficiência da energia Yin

– Doença de Frio → ocorrerá quando houver uma invasão de frio ou deficiência da energia Yang

Existe a possibilidade dos

princípios se combinarem, por exemplo, a existência de uma doença externa, provocada por vento calor de forma aguda, gerando excesso.

Ou ainda, estresse emocional, gerando deficiência do Qi do Coração. O coração é órgão interno que nesse caso está lesado, portanto a doença é interna. Não é necessário,

**que toda doença
seja classificada
dentro dos 8
Princípios, porém, a
compreensão dos
mesmos facilita o
diagnóstico e
consequentemente
o tratamento,
fazendo com que a
acupuntura
mantenha os seus
resultados próximos
de 100% de eficácia.**
