

# ACUPUNTURA: A NATUREZA DO CAMINHO DAS ÁGUAS

*ACUPUNCTURE: THE NATURE OF THE WATER PATH*

*ACUPUNTURA: LA NATURALEZA DE LA RUTA DEL AGUA*

Fernanda Heloisa de Mello<sup>1</sup>

## Resumo

Este artigo tem como objetivo discorrer sobre a acupuntura na promoção harmoniosa das energias no corpo humano e a sua relação com um elemento da natureza, a água. A metodologia adotada para o desenvolvimento do estudo foi a revisão bibliográfica narrativa. Práticas oriundas de diferentes medicinas são estudadas e aplicadas para a manutenção do bem-estar ou ainda para diagnosticar, tratar e prevenir doenças. Entre essas práticas institucionalizadas no Sistema Único de Saúde (SUS) está a acupuntura, inerente à Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Após o estudo, considerou-se que a observação e articulação de fenômenos para a prática da acupuntura vai além de um corpo humano meramente psicofísico ou de um único elemento ou referência. Embora tenhamos discorrido com maior profundidade sobre aspectos do elemento água, não se pode fragmentar as suas interlocuções pois tudo na natureza — do cosmos aos corpos — está interligado. Envolve reconhecer na natureza o sujeito humano e, nele, toda a extensão e harmonia da natureza.

**Palavras-chave:** Medicina Tradicional Chinesa (MTC); acupuntura; caminho das águas.

## Abstract

This article aims to discuss acupuncture in the harmonious promotion of energies in the human body and its relationship with an element of nature: water. The methodology adopted for the development of the study was the narrative literature review. Practices from different medicines are studied and applied to maintain well-being or to treat, diagnose and prevent diseases. Among these practices institutionalized in the Unified Health System (*Sistema Único de Saúde* - SUS) is the practice of acupuncture, one of the practices inherent to Traditional Chinese Medicine (TCM). After the study, it was considered that the observation and articulation of phenomena for the practice of acupuncture is beyond a merely psychophysical human body or a single element or reference. Although we have discussed in greater depth aspects of the water element, its interlocution cannot be fragmented because everything in nature — from the cosmos to bodies — is interconnected. It involves recognizing the human subject in nature and in the human subject in all the extension and harmony of nature.

**Keywords:** Traditional Chinese Medicine (TCM); acupuncture; water path.

## Resumen

Este artículo tiene como objetivo estudiar la acupuntura en la producción armónica de las energías en el cuerpo humano y su relación con un elemento de la naturaleza, el agua. La metodología adoptada para el desarrollo del estudio fue la revisión bibliográfica narrativa. Prácticas originarias de diferentes medicinas son estudiadas y aplicadas para mantener el bienestar o aun para diagnosticar, tratar y prevenir enfermedades. Entre esas prácticas institucionalizadas en el Sistema Único de Salud (SUS) está la acupuntura, inherente a la Medicina Tradicional China (MTC). Luego del estudio, se considera que la observación y articulación de fenómenos para la práctica de la acupuntura va más allá de un cuerpo humano meramente psicofísico o de un único elemento o referencia. Aunque hayamos discorrido con más profundidad sobre aspectos del elemento agua, no se puede fragmentar sus interlocuciones, pues todo en la naturaleza — desde el cosmos hasta los cuerpos — está interconectado. Ello implica reconocer al sujeto humano en la naturaleza y, en él, toda la extensión y armonía de la naturaleza.

**Palabras-clave:** Medicina Tradicional China (MTC); acupuntura; ruta del agua.

---

<sup>1</sup>Graduada em licenciatura plena em Educação Física (UNIVILLE). É mestra em Educação (FURB). Especialista em Acupuntura (ABA) e doutoranda no programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva (UFMT).

## 1 Introdução

Práticas de medicinas complementares e integrativas são desenvolvidas e compartilhadas por vários povos na história e compõem um vasto conhecimento em saúde aplicados à manutenção do bem-estar ou ainda para tratar, diagnosticar e prevenir doenças.

O movimento para a legitimação e a institucionalização dessas práticas iniciou-se no Brasil na década de 80, com os movimentos de fortalecimento à atenção à saúde, a participação popular no Sistema Único de Saúde (SUS) e a autonomia dos estados e municípios na definição de suas políticas e ações em saúde, o que viabilizou a implantação de novas estratégias.

Entretanto, elas tornaram-se institucionalmente chanceladas no SUS a partir de 2006, com a portaria nº 971, que contempla a aprovação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)<sup>1</sup> com vistas a integrar às práticas médicas convencionais outras racionalidades e recursos terapêuticos com abordagens que estimulem os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde, a promoção do autocuidado e a integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade.

Entre as práticas institucionalizadas pela PNPIC<sup>1</sup> está a acupuntura, uma das técnicas inerentes à Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Deste modo, este artigo tem como objetivo discorrer sobre a acupuntura na promoção harmoniosa das energias no corpo humano e a sua relação com o meio ambiente por meio de um elemento da natureza: a água.

## 2 Metodologia

A metodologia adotada para o desenvolvimento do estudo foi a revisão bibliográfica narrativa, baseada em uma descrição simplificada de estudos e informações sobre o assunto tratado<sup>2</sup>.

Assim sendo, este trabalho foi estruturado em três capítulos de revisão:

O primeiro trata da acupuntura como uma das práticas da MTC, que faz parte da história dos homens. Apresenta o percurso histórico da acupuntura no oriente e no ocidente até o seu desenvolvimento no Brasil e percorre os conceitos filosóficos que fundamentam as práticas de acupuntura de maneira tradicional. Apresentamos os elementos fundamentais que permeiam toda a medicina do Imperador Amarelo — *o Tao* —, a estrutura ternária do céu/homem/terra e as relações energéticas yin e yang.

O segundo capítulo discorre sobre a energética humana, as suas modalidades no organismo e suas derivações nas origens celeste, terrestre e nutritiva, bem como a

movimentação energética por meio de meridianos condutores, os acupontos e a teoria dos cinco elementos.

Já o terceiro capítulo aborda de maneira específica o elemento água, a sua ação como natureza no organismo humano, a sua repercussão sobre o sistema energético, os resultados de sua concentração, manifestação e interação sobre as propriedades físicas e psíquicas humanas.

Por fim, apresentamos nossas considerações sobre as literaturas estudadas e o objeto de estudo, seguidos pelos referenciais teóricos utilizados para a produção desse artigo.

### 3 Referencial teórico

#### 3.1 O nascimento da acupuntura: da China ao Ocidente

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) integra diversas modalidades terapêuticas desenvolvidas por meio de artefatos culturais que pressupõem um conjunto de atitudes, noções e receitas de vida transmitidas pelas civilizações antigas — atribuídas a augustos imperadores — que permitiram aos chineses conceber e sistematizar a filosofia taoísta<sup>3</sup>.

A filosofia taoísta é expressa pelo *Tao*, considerado o princípio original e o fundamento da realidade que provém do universo e reflui para todas as coisas — o caminho. Nessa filosofia, o céu, que tem a iniciativa de dar a vida, revela esse poder na virtude que envolve todos os seres. Ele penetra a terra cujos sopros se juntam para constituir as formas corporais, cada qual segundo a sua espécie<sup>4</sup>.

Nasce assim o entendimento de que o ser humano está entre o céu e a terra, fazendo parte integral da natureza e de que pode ser percebido no mesmo nível das demais criaturas; influenciado pelo meio, exerce também influência sobre ele<sup>5</sup>.

O conceito de *Tao* fundamenta a MTC e remete à cultura dos chineses. A reflexão chinesa sobre o homem não se revela subjetiva; o homem sempre está referenciado ao céu e à terra e, frequentemente, ao Estado. Deste modo, o *Tao* é também a via correta que os cidadãos e os governantes devem seguir para alcançar a prosperidade e ordem do reino<sup>6</sup>.

O *Tao* do céu é de natureza cósmica, composta pelos astros e seus movimentos por onde as energias (*Qi*) do céu são emanadas para a terra e por onde são recebidas as energias da terra. Já o *Tao* da terra seria o panorama geológico de onde emanam as energias telúricas e onde se recebem as celestes. Assim sendo, temos as energias leves, também denominadas de *Qi* yang, que se sustentam no alto — céu — e as energias pesadas, *Qi* yin — terra —, que se dirigem para baixo<sup>3</sup>.

O homem encontra-se no meio do céu e da terra, seria a “via humana” formada pela interação das energias yin e yang, que tornam o corpo harmônico, influenciado pelas energias do cosmos e pelas condições e ocorrências geográficas e geofísicas<sup>3</sup>.

O yin e o yang representam energias de complementariedade, antagonismo e alternância presentes no homem e em tudo o que constitui o universo, sendo que cada coisa pode possuir uma quantidade maior ou menor de cada um, de acordo com suas características e propriedades<sup>7</sup>.

Tudo é resultado da unidade contraditória do yin e yang; ambas as energias existem nos fenômenos e nos objetos em relação recíproca no meio natural; não há yin sem yang nem yang sem yin<sup>8</sup>.

Exemplos clássicos aplicados à MTC podem ser identificados na energia yang: sol, masculino, luz, claridade, dia, leveza, direita, doenças rápidas etc.; e na energia yin: lua, terra, feminino, noite, frio, pesado, esquerda, doenças longas etc<sup>7</sup>.

O princípio do yin e yang é o fundamento básico da MTC. Pode ser identificado juntamente com outros princípios presentes nas mudanças patológicas de todo o organismo, tecidos, órgãos, vísceras, emoções e meridianos<sup>9</sup>.

Isso ocorre porque o conceito de *Tao* embasa a compreensão chinesa de saúde, vista como um ordenamento vital, ou seja, uma configuração de processos interligados, que naturalmente muda de matiz para se adaptar às mutações naturais do céu e da terra. Essa configuração cambiável da ordem vital preserva a vida com bem-estar físico e temperança nas emoções, com a ideia de viver-se todos os anos possíveis sem decrepitude ou sofrimento<sup>6</sup>.

Deste modo, em um corpo humano em boa saúde, os dois aspectos opostos do yin e do yang não coexistem de modo pacífico e sem relação um sobre o outro; ao contrário, eles se afrontam e se repelem mutuamente. Porém, a sua oposição cria um equilíbrio dinâmico<sup>8</sup>.

Regendo a classificação de todas as coisas, as energias estão também presentes no corpo humano. Conservar uma boa saúde requer observar o comportamento diário em associação com a natureza yin e yang. Desta maneira, é possível modular a vida em padrões regulares e harmônicos, tais como: comer e beber em quantidades fixas, realizar atividades de maneira regular em intervalos e não se exceder no trabalho<sup>10</sup>.

Para a MTC, o desequilíbrio do yin/yang gera a manifestação da doença, portanto o diagnóstico consiste em identificar sintomas de excesso ou insuficiências dessas energias e a escolha terapêutica deverá estar focada em corrigir tais desarmonias, que podem ser gerais ou em uma ou mais funções do organismo humano<sup>7</sup>.

Os primeiros tratados sobre a MTC são considerados legados do Imperador Amarelo — Huang Di —, a quem também foi atribuída a existência da terapêutica da acupuntura por volta de 2797 a.C. e observadas as referências de uma tradição transmitida de mestre para discípulo<sup>3</sup>.

O *Nei Jing* é considerado um livro clássico sobre medicina interna, é o livro do Imperador Amarelo, que discorre sobre aspectos anatômicos, fisiológicos, patológicos, diagnósticos e terapêuticos à luz da medicina oriental, que vão de questões básicas — *Su Wen* —, a questões espirituais — *Ling Shu*<sup>8</sup>.

A MTC foi elaborada e sistematizada de maneira atemporal, mostrando-se sempre atual; a acupuntura como uma terapêutica da MTC segue os princípios e axiomas orientados por uma dialética não linear, com uma maneira própria de pensar e de atingir o conhecimento<sup>3</sup>.

O termo acupuntura — difundido no mundo inteiro, tem raiz no latim: *acus* é agulha e *punctura*, o perfurar. Entretanto, a natureza do termo é originária do chinês tradicional — Zhen Jiu Fa — que significa em termos literais “o método das agulhas e da moxa” que impõe um sentido mais amplo do que o simples picar de agulhas, representa a verdadeira arte de curar<sup>3</sup>.

A tradução de “acupuntura” como perfuração por agulhas não traduz plenamente o significado original da expressão já que a ela em chinês é representada por *zhenjiu*; considera-se que uma tradução possível seria “agulhar e aquecer demoradamente”<sup>6</sup>.

A propagação do uso do termo latino foi atribuída aos padres jesuítas franceses que, em missão científica à China no século XVII, reconheceram na prática de colocação de agulhas em pontos cutâneos específicos a possibilidade de tratamento de diversas doenças e algias por via de regulação de energias do organismo, promotoras da homeostase<sup>3</sup>.

Há registros de marcos históricos sobre a expansão da acupuntura delineando fatos como a origem da moxa como uma descoberta dos chineses da Idade da Pedra, que observaram o aquecimento do corpo com areia ou pedra quente no alívio de dores abdominais e articulares<sup>11</sup>.

Em vários territórios da China foram encontrados Zhen Shih — agulhas de pedra, juntamente com outros instrumentos de cura; presume-se que a acupuntura já era conhecida e praticada na Idade da Pedra<sup>11</sup>.

A expansão geográfica da acupuntura se difundiu por todo o Oriente e, recentemente, por todo o mundo. Entretanto, esse caminho foi percorrido a passos lentos no ocidente; somente nas décadas de 1920 e 1930, com a publicação do livro "L'Acupuncture Chinoise", de Soulié de Morant, que a prática passou a ser autorizada em clínicas e hospitais<sup>7; 12</sup>.

A dificuldade em se apropriar das profilaxias e curas promovidas pela acupuntura no ocidente esteve vinculada, principalmente, à propagação do método científico. Com base na

ciência ocidental moderna, criou-se uma dependência de demonstração empírica dos resultados da acupuntura, de maneira que problemas metodológicos e conceituais dificultam o estabelecimento de seu valor terapêutico<sup>12</sup>.

No Brasil, a acupuntura tem registros com as primeiras imigrações orientais, no entanto o seu marco histórico foi em 1950, com os estudos do professor Frederico Spaeth, em 1958, e a fundação da Associação Brasileira de Acupuntura, com a pretensão de congregar acupunturistas brasileiros a um órgão de classe<sup>7</sup>.

Durante o Congresso Brasileiro de Saúde Coletiva, em 1990, o assunto mereceu destaque como "Proposições alternativas de assistência à saúde", "discutiam-se a história e a 'fundamentação científica' da homeopatia e da acupuntura, as experiências de implantação dessas práticas na rede pública, em vários estados da Federação, e os problemas existentes para estender as 'práticas alternativas' ao SUS"<sup>12</sup>.

É importante ressaltar que, no decurso da história, produziu-se o aperfeiçoamento da acupuntura. No princípio, as agulhas eram de pedra; atualmente são de ligas de prata, de ouro ou de aço inoxidável. De modo concomitante, houve também desenvolvimento no uso da moxa que, da utilização de plantas passou para o infravermelho, corrente elétrica e raio laser. A teoria foi evoluindo do "ponto isolado" para a "teoria dos meridianos" que liga os pontos aos órgãos. A acupuntura é dotada de caráter experimental e científico, que não se esgotam, e tem atingido novos níveis de conhecimentos e técnicas<sup>11</sup>.

A legitimação das práticas alternativas, como a acupuntura, não depende apenas do reconhecimento de sua cientificidade, mas também do reconhecimento de sua utilidade terapêutica. Práticas como a acupuntura estão orientadas por paradigmas suficientemente distintos daqueles da medicina científica, justamente por isso são identificadas exatamente como "alternativas"<sup>12</sup>.

Nesse sentido, Evaldo Leite e colaboradores<sup>7</sup> destacam que "a Acupuntura bastou-se a si própria". Os princípios tradicionais são necessários e suficientes para que, quando utilizados adequadamente, possa se fazer da acupuntura o melhor e mais abrangente processo de cura e profilaxia conhecido pelos homens.

#### **4 As estruturas energéticas e a terapêutica**

De acordo com os princípios da MTC, o corpo humano está dividido longitudinalmente em três partes, às quais são atribuídos valores energéticos qualitativos, a conhecer: "o Alto do céu, yang, que se refere à região superior do corpo, acima do diafragma; o Médio ou nível

homem, yin/yang, corresponde à região abdominal até o umbigo; o nível do Baixo ou Terra é a região yin que fica situada entre a cicatriz umbilical e os pés”<sup>3</sup>.

A posição anatômica é caracterizada pela posição ortostática com as mãos/braços voltados para cima e palmas para frente<sup>7</sup>.

Por meio dessa configuração de posição do corpo, é relevante mencionar que a face anterior do corpo é yin enquanto a face posterior é yang; a superfície do corpo é yang, enquanto o interior é yin; o corpo estrutural é yin e o mental é yang; os órgãos são yin e as vísceras yang. Desde modo, as energias yang e yin presentes em toda estrutura humana trabalham em polaridades e se apresentam em trajetos energéticos denominados meridianos<sup>3;7</sup>.

Os meridianos que percorrem o corpo humano podem ser entendidos como canais que, vistos de fora, são como água que nasce de uma fonte e flui em vários locais do corpo. Nos órgãos sólidos se combinam e armazenam a fluidez do espírito, a energia, a alma; as vísceras, transferindo-as e transformando-as, espalham pelo corpo as substâncias refinadas; os canais recebem o sangue e o passam adiante para nutrir todo o corpo<sup>10</sup>.

Os meridianos podem ser definidos pelo termo *Jing Luo*; *Jing* tem o sentido de caminho e *Luo* de ramificações dos meridianos que se cruzam e que cobrem o conjunto do corpo. Os *Jing Luo* formam elos entre os órgãos e os membros, promovem a comunicação do alto e do baixo, da superfície e do interior, regulam o funcionamento de cada parte do corpo nas quais circulam o *Qi* e o sangue”<sup>8</sup>.

A MTC identifica formas de o *qi* percorrer o organismo. Três formas são reconhecidas como principais: *qi* defensivo, *qi* nutridor e *qi* ancestral. Os dois primeiros são provenientes de alimentos, cuja essência (*jing*) é separada em duas partes, pura e impura; a parte pura ascende, mistura-se ao *qi* atmosférico, gerando o *qi* nutridor. Já a parte impura desce, se transforma no *qi* defensivo, ao associar-se ao *qi* ancestral, armazenado nos rins<sup>6</sup>.

A teia de meridianos é constituída por cinco grupos de doze meridianos: Ligamentários; Principais; Distintos; LO transversais; LO Longitudinais e por oito duplas de vasos maravilhosos<sup>13</sup>.

Podem-se descrever os doze meridianos ordinários (principais) e estabelecer relação direta com os órgãos e vísceras do corpo, além de descrever oito meridianos denominados extrameridianos, usados em patologias diversas (vasos maravilhosos)<sup>11</sup>.

Dos doze meridianos principais nascem ramos que percorrem as cavidades do tronco do corpo, denominados doze meridianos distintos. Há quinze meridianos que ligam esses doze meridianos entre si, denominados *Lo-Mai*. Existem também doze meridianos nomeados de

tendinosos e doze chamados superficiais, que percorrem superficialmente o tronco e os membros<sup>11</sup>.

Os meridianos transportam as energias e mantêm o *Qi* de criação; aos meridianos é atribuído o papel proeminente de renovar continuamente a constituição original do corpo, de maneira que a estrutura humana possa se adaptar a qualquer momento durante a vida<sup>8</sup>.

Apresentam-se como funções dos meridianos a responsabilidade pela boa circulação de quatro fatores trofocofisiológicos do corpo que são: *Qui* — Energia; *Hsue* — Sangue; *Yin* — Nutrição (fator nutritivo intravascular); *Wei* — Defesa (fator defensivo extravascular)<sup>8</sup>.

O *Qi* defensivo, *Wei Qi*, é de natureza *yang* e circula nos canais tendino-musculares, que são superficiais em relação aos meridianos principais. A função do *Qi Wei* é defender o organismo, permeando a pele e bloqueando a entrada no organismo de influências climáticas. Quando estas logram invadir o organismo, é o *Wei Qi* que as combate. O *Qi* nutridor *yin* ou *yong Qi* cumpre o papel de alimentar os órgãos e tecidos do corpo. Apesar de permear continuamente todo o organismo, circula principalmente em meridiano principal específico a cada duas horas<sup>6</sup>.

Os sinais patológicos, em relação com os meridianos, reagrupam os sintomas relacionados ao órgão que atribui seu nome ao meridiano, e as dores ou os sinais de doenças situados no trajeto do meridiano ou de suas ramificações colaterais<sup>8</sup>.

A acupuntura tem como função terapêutica regular a atividade funcional do *Qi* e do sangue nos meridianos; para isso se estabelecem determinados pontos a serem puncionados nos trajetos<sup>7</sup>.

Os pontos são depressões por onde a agulha, ao ser puncionada, encontra baixa resistência; geralmente se localizam entre tecidos mais rígidos, como ossos e tendões, ou ainda no meio de tecidos moles. Existem quase dois mil pontos utilizados; entre estes, 670 são denominados pontos de meridianos; os demais são constituídos pelos pontos-extra — pontos da orelha, pontos da cabeça, pontos do nariz, pontos das mãos, pontos dos pés, entre outros<sup>11</sup>.

Ao longo dos meridianos encontramos cavidades, regiões semelhantes a cavernas, que constituem regiões de troca e absorção das influências do Céu e da Terra. Essas cavidades são os pontos de acupuntura. A medida utilizada para efetuar sua localização em pessoas de diferentes compleições físicas é o *Cun* (Tsun): a distância entre as pregas formadas pela flexão do dedo médio, na falanginha. Para o autor, nessas cavidades é possível enviar mensagens altamente específicas para a reconfiguração da vitalidade no corpo<sup>6</sup>.

Os pontos de acupuntura (acupontos) estão localizados na superfície do corpo; é por meio deles que ocorrem trocas energéticas terrestres e celestes, bem estabelecidas no ser



humano, causando mudanças e transformações. A ação dos acupontos é estimulada, via de regra, pela punção das agulhas de acupuntura, que estimula a regulação das insuficiências e dos excessos das energias nas funções, traduzindo um perfeito equilíbrio energético, mental e orgânico no balanço das energias Yin/Yang no corpo, no sangue, nos meridianos, nos órgãos internos e nas demais estruturas do organismo, eliminando agentes patogênicos externos às energias climáticas<sup>3</sup>.

Os acupontos são classificados em: a) de regulação local, onde cada cavidade tem algum efeito regulador da área circunvizinha à sua localização; b) de regulação distal, pois utilizam-se pontos distais situados sobre o canal que percorre a área afetada, enviando o estímulo curador através do canal; c) de regulação sistêmica, quando as propriedades curativas estão associadas às funções psíquicas e orgânicas e aos elementos<sup>6</sup>.

Os principais pontos nos meridianos, os chamados pontos de comando, são subdivididos em: pontos de tonificação, usados na insuficiência energética; pontos de sedação, quando há excessos; pontos fonte, para auxiliar na insuficiência ou na tonificação; pontos de passagem de energia entre funções yin e yang; pontos alarme, assim nomeados porque são dolorosos à pressão, auxiliam na tonificação para o tratamento de doenças de natureza yin; pontos de assentamento utilizados como auxiliares na dispersão energética, principalmente nas doenças yang<sup>7</sup>.

Destacam-se, ainda, os pontos SHU-antigos, como os principais reguladores das energias do corpo; são conhecidos como os pontos dos cinco elementos provindos da variação das energias yin e yang do cosmos e perceptíveis pelo ser humano<sup>3</sup>.

As características desses pontos são análogas ao trajeto das águas na natureza, demonstram o transporte da energia e são identificadas como tais.

É excepcional a importância de pontos denominados pelos chineses de SHU-antigos, com os quais, “e somente com eles, é possível transferir a energia de uma função (órgão-víscera) para outra”<sup>7</sup>.

#### 4.1 Os cinco elementos

O pensamento chinês distribui em cinco aspectos, momentos ou movimentos, elementos e fases unificadas da vida, tudo o que provém da terra fecundada pelo céu<sup>4</sup>.

A teoria dos cinco elementos e dos movimentos, cuja formulação é atribuída a *Cou Yen* (Ts'hou Ién, 350-270 a.C.) postula que todos os fenômenos naturais correspondem a uma de cinco faixas associativas: Madeira, Fogo, Terra, Metal e Água<sup>6</sup>.

Mais de mil anos antes da época cristã, os seguintes conhecimentos eram registrados no *Shang Shu Da Chuan* – livro Cinco Fases: “Água e Fogo, é o que bebe e come o povo. Metal e Madeira é o que produz. Terra é o que gera os dez mil seres, é o que é útil ao homem”<sup>8</sup>.

Os cinco elementos são considerados os formadores da matéria e o número cinco se associa a essa noção, assim como a noção de ascensão e de declínio de energia yin e yang. Foi por meio da observação da natureza que os chineses organizaram a teoria<sup>3</sup>.

A produção dos elementos na natureza ocorre de maneira recíproca e ininterrupta; a ordem de produção tem início no elemento madeira produzindo o fogo e, sucessivamente, o fogo produzindo a terra, a terra o metal, o metal a água e a água a madeira<sup>8</sup>.

A ordem de dominância entre os elementos — considerado dominante o elemento que exerce a ação e dominado aquele que recebe a ação —, a fim de que se estabeleça o equilíbrio, é deste modo: a madeira domina a terra pois a árvore absorve sais e elabora a seiva; a terra domina a água pela sua absorção; a água domina o fogo porque é capaz de apagá-lo; o fogo domina o metal com a fundição; já o metal domina a madeira na ação de cortar<sup>3</sup>.

Existe entre os elementos uma interdependência e uma interrestrição que determinam seus estados de constante movimento e mutação; na teoria dos cinco elementos todos os fenômenos dos tecidos e órgãos, da fisiologia e da patologia do corpo humano, estão classificados e são interpretados pelas interrelações da madeira, fogo, terra, metal e água<sup>6</sup>.

Nesse sentido, destaca-se que são estabelecidas de modo sistemático as relações existentes entre a constituição de órgãos e vísceras, estados fisiológicos e patológicos e o meio circunvizinho, em relação com a vida dos homens<sup>8</sup>.

A observação da natureza trouxe à teoria aspectos geocêntricos e antropocêntricos e descreveu a noção de acréscimo e decréscimo de yin e yang a partir da duração do dia e da noite, estabelecendo correspondências: o dia inicia com o nascer do sol (leste) e a primavera correspondendo ao início das atividades; o meio-dia, o zênite (sul) e o verão correspondem à máxima atividade; o final do dia (crepúsculo – oeste) e o outono correspondem ao decréscimo das atividades; a meia-noite, o escuro (norte) e o inverno correspondem ao período de repouso; no centro fixo, o observador na terra é correspondente à interestação<sup>3</sup>.

O organismo humano é regido pelo mesmo princípio da natureza. Assim sendo, os movimentos da natureza influenciam as atividades fisiológicas do ser humano. Este fato se manifesta não só na dependência como na adaptação do homem ao seu meio ambiente.

A MTC constatou essa realidade e, de acordo com ela, fez a correlação entre a fisiopatologia dos órgãos e tecidos e fenômenos da natureza<sup>3</sup>.

A conjunção representada pelos cinco elementos, as relações energéticas e as formas de ser estabelecem: água para a energia que é fria, fluida, pesada, escura, yin. A madeira para a morna que brota, sobe, ocupa e determina espaços — o começo do movimento, yang. Já o fogo para a energia quente, leve, luminosa e exuberante que se espalha com facilidade: yang. Na terra a energia neutra, estabilizadora, receptiva. E o metal para a energia fresca e seca que desce, concentra, contrai — o começo do yin<sup>14</sup>.

Observando a natureza dos elementos na correlação entre os elementos e as funções dos meridianos expressa pelos órgãos (*Zang*) e vísceras (*Fu*), temos nas funções yin: o fígado no elemento madeira que gera o coração no elemento fogo, que gera o baço e pâncreas na terra, que gera o pulmão no metal, que gera o rim na água e por fim gera o fígado na madeira. Nas funções yang temos: a vesícula biliar na madeira gerando o intestino delgado no fogo, que gera o estômago na terra, que gera o intestino grosso no metal, que gera a bexiga na água, que por fim gera a vesícula na madeira<sup>3</sup>.

Os *Zang* são órgãos cheios — que não podem ser enchidos —, armazenam essências e não possuem eliminação, têm como função produzir, transformar e armazenar o *Qi*, o sangue, os líquidos orgânicos, a essência adquirida e a inata e o espírito da vida (*Shen*)<sup>8</sup>.

Os cinco *Zang* podem ser descritos como uma apresentação dinâmica, que segue a ordem de sucessão das estações do ano. Eles são os captadores dos elementos que vêm do exterior e nutrem a vida em todos os níveis: tanto a alimentação quanto as percepções dos sentidos e as reações a todos os estímulos. Após assimilação, os *Zang* tratam o que apreendem sob a forma de essências; eles rejeitam o que não é produto do seu trabalho sob a forma de sopros específicos<sup>4</sup>.

As funções yin (*Fu*) nascem do sopro celeste e são chamadas de receptáculos de trânsito e de elaboração; recebem e digerem alimentos, transformam-nos e excretam resíduos. Isso, embora a vesícula biliar tenha função especial na produção da bile e não receba alimentos, nem resíduos. Temos, ainda, as vísceras de sopro terrestre: cérebro, a medula, os ossos e vasos, chamados de receptáculos irregulares — que receptam e não eliminam<sup>8</sup>.

A figura geométrica do pentagrama representa os cinco elementos, os ciclos de geração e dominância e as correspondências *ZangFu*.

Atribui-se ao ciclo geracional, onde cada elemento gerado dá existência a outro, ao que os antigos denominavam de relação Mãe-Filho. Mãe é o elemento que gera o elemento em questão, no caso, Filho. Por exemplo: a água é mãe da madeira e esta é filha da água, e assim sucessivamente<sup>11</sup>.

Nos homens, as estações assumem regras sazonais, conduzidas no seu meio interno através da estrutura mental, nível onde se refletem os ritmos no ciclo biológico dos movimentos energéticos, nas funções dos meridianos e nos afazeres humanos. Foi por meio da teoria dos cinco elementos que se expandiu o emblema sobre as cores, os sabores, sentimentos, entre outros<sup>3</sup>.

É relevante notar a correspondência energética própria de cada estação, que a caracteriza e age predominantemente em cada uma das funções: “no verão, o calor; na 5ª estação, a umidade; no outono, a sequeidão; no inverno, o frio; e na primavera, o vento. Normais em suas estações, estas energias são ditas perversas quando se manifestam em outra estação, porque afetam de maneira negativa as funções orgânicas”<sup>7</sup>.

As desarmonias energéticas remetem às origens das doenças e a causas internas e externas. Internas são as de ordem psíquica, as perturbações da energia ancestral e causas alimentares que resultam em desequilíbrio crônico; externas, as causas relacionadas às perturbações climáticas das energias perversas e intoxicações alimentares agudas<sup>7</sup>.

Portanto, se algo não é corretamente controlado, reinjetado ou eliminado, torna-se o embrião de uma patologia. O mal vai agravar-se na psicologia e na forma corporal<sup>4</sup>.

Os ciclos desarmonicos geram supradomínio e contradomínios energéticos relacionados ao excesso de atividade de um dos elementos: no primeiro, o elemento restritor torna-se excessivo e passa a destruir em vez de moderar. No segundo, a fase moderada (por exemplo, a madeira em relação ao metal) torna-se excessiva e passa a agredir o seu moderador. No ciclo de destruição, bem como nos ciclos doentios, encontramos a ideia de restringir: a Madeira fura a Terra (como as raízes); a Terra represa a Água; a Água apaga o Fogo; o Fogo derrete o Metal; o Metal corta a Madeira<sup>6</sup>.

É notório que a doença se instala por ciclos antinaturais, patológicos, de agressão, contradominância e ultraje. A agressão é caracterizada por uma repressão muito forte em elementos que já são insuficientes, sendo necessário protegê-los. A contradominância seria o movimento contrário ao ciclo restritor, e o ultraje o movimento contrário ao ciclo de geração<sup>13</sup>.

Todas essas relações só se objetivarão sob certas condições. Desta maneira, para um elemento ser gerador, existe a necessidade de que o elemento não se encontre em deficiência. Para inibir, é necessário que o elemento esteja em uma boa condição energética<sup>11</sup>.

Sendo assim, o estado de saúde será caracterizado por uma luta constante por uma harmonia entre o yin e yang, acometidos pela perda da energia vital *Qi* e os agentes patológicos perversos e nocivos<sup>8</sup>.

## 4.2 O elemento água (*Shui*)

O elemento água é originário do velho yin, gosta de contemplação, está associado ao livre fluir da vida, sem planos nem temores; a água trabalha no pressuposto de que tudo encontra o caminho certo desde que o mundo é mundo e até a sua finitude<sup>14</sup>.

Em observação à natureza, o elemento água sofre inferências do frio que é produzido no Norte. A energia fria faz a energia da água próspera<sup>10</sup>. Por isso é predominante no inverno e na energia do frio. Nessa estação a água é preponderante em relação aos demais elementos; o ideal seria apenas um leve excesso<sup>13</sup>.

A necessidade de harmonização dos elementos é perceptível, conforme o exemplo: normalmente a água é inibidora do fogo, mas se o fogo for muito intenso e a água escassa, haverá uma inibição da água<sup>12</sup>.

Onde o inverno tiver o frio verdadeiro, a terra se tranca e não produz; mas a água se expande até solidificar-se em neve ou gelo e os animais se abrigam no calor e as sementes aguardam o momento de germinar<sup>14</sup>.

Dos metais e rochas brotam as fontes de água; a partir daí, a água dá vida aos vegetais e, gerando a madeira, fecha o ciclo da natureza<sup>12</sup>.

As propriedades da água estão relacionadas com a percepção de frescor; sua essência pertence à friagem, tem como função o armazenamento; é identificada pela cor preta relacionada aos ossos; é a solenidade e o silêncio de todas as coisas; na fauna, está especialmente presente nos animais de crostas; nas estações, com a queda da neve; na variação, está presente no frio congelante, no frio áspero e no granizo; nos cinco sabores é expressa pelo salgado e no humor ela é o terror<sup>10</sup>.

O sabor característico do elemento água é o salgado, um dos alimentos associados é o feijão, com seu aspecto reniforme, em uma analogia morfológica; então suas essências nutrem os rins<sup>3</sup>.

Tratando-se do corpo humano, a água referencia-se em sete níveis energéticos; são eles: 1- no plano psíquico referente à vontade; 2- no plano intelectual, também no que diz respeito à vontade; 3- no plano emocional, atribuído ao medo; 4- no plano energético, aos sistemas de meridianos; 5- no plano fisiológico yin, referente aos rins; 6- no plano fisiológico yang, referente à bexiga; 7- no plano somático, às zonas do organismo sob controle dos dois sistemas de meridianos do elemento água<sup>3</sup>.

Os rins são os órgãos da água; junto com o acoplado bexiga, regem os líquidos de todo o corpo humano<sup>8</sup>; quanto elementos da água, os rins exercem a função geniturinária, de secreção

interna e contribuem para a formação do sistema nervoso central no fornecimento de energias ancestrais; a regulação dos líquidos exercida pelos rins recebe auxílio da função yang da bexiga<sup>3</sup>.

Os rins também armazenam a essência ancestral e governam os processos de crescimento do indivíduo e de continuidade da espécie, relacionando-se à sexualidade. São os rins que recebem a água do pulmão, dividindo-a em líquido turvo, enviado para a bexiga para posterior eliminação, e líquido claro, aproveitado pelo organismo. Eles estão ligados à fase mais intensa do yin; são responsáveis por reger os tecidos profundos e imóveis do corpo como os ossos e os dentes. Produzem ainda a medula, da qual o cérebro é considerado um acumulador. Os ouvidos também lhe são associados, sendo a audição o sentido que mais se aguça em presença do medo; no aspecto do psiquismo, está ligado ao desejo, à vontade e à tenacidade<sup>6</sup>.

No homem, o elemento água exerce movimentos que são representados nos rins como o movimento de atrair para baixo, que é normalmente acompanhado de uma força de contenção. Por isso os rins podem ser considerados os alicerces da vida. Entretanto, quando o movimento da água está pervertido, não é possível fazer a retenção e tudo escoar e transbordar<sup>4</sup>.

A regulação dos ciclos orgânicos é em grande parte regulada pelas energias dos rins. Durante o ciclo normal, a água é recebida pelo estômago e transformada pelo baço; no pulmão, ela é distribuída, atravessando os triplos aquecedores. O que é puro vai para os órgãos e o que é impuro é excretado na forma de suor ou urina<sup>8</sup>.

Os órgãos genitais e o aparelho reprodutor, de modo amplo, são controlados pelos rins, inclusive a glândula adrenal que se assenta sobre o rim se relaciona ao controle endócrino<sup>3</sup>.

Como pertence à fase Água, a bexiga tem como atividade receber o produto do metabolismo da água, comandado pelo pulmão, baço e rins; seu *Qi* promove a expulsão desses resíduos e, em caso de deficiência, ocorre o descontrole ou retenção da urina<sup>6</sup>.

A função da bexiga é característica da natureza água e da energia yang. Ela armazena os líquidos do organismo, a manifestação das essências dos sólidos e líquidos da digestão. É responsável pela transformação das energias do corpo, das essências, dos líquidos, estocando e aproveitando o necessário para os territórios do organismo e expelindo o desnecessário. O horário de atividade máxima é das 15 às 19 horas. De modo geral, é a bexiga que controla a qualidade e a quantidade de líquidos, enquanto o triplo reaquecedor controla a sua regulação e movimento, integrando as demais funções do organismo de maneira harmônica<sup>3</sup>.

Destaca-se, ainda, que os rins também governam os ossos; portanto as cavidades ósseas “são os locais privilegiados, onde o *Jing Qi* inato e adquirido, assim como os líquidos do corpo, vai formar a medula óssea”<sup>8</sup>.

Quando a energia vital do organismo não está conseguindo combater uma energia nociva, gera desarmonia entre o yin e o yang e promove um estado de deficiência ou de excessos denominado de patologia.

Os elementos que causam o adoecimento são estudados por meio da patogenia que, por sua vez, se apoia em dois fundamentos: o da constituição física e mental do paciente — determinada pela energia vital —, e pelo fator patogênico em si, quando um agente pernicioso ataca o organismo<sup>8</sup>.

É necessário atentar-se ao histórico social da vida do sujeito, especialmente em casos de molestias crônicas, onde a patogenia pode ter relação direta com o estilo de vida que o levou à atual condição de desequilíbrio. Além disso, a mudança de hábitos pode ser uma condição essencial para a harmonização<sup>9</sup>.

O ciclo de adoecimento em função da água produz-se quando a energia do elemento água é excessiva, pois a energia fria irá prevalecer e o fogo do coração estará prejudicado. O homem contrairá febre corporal, opressão na parte superior do peito, sentirá ansiedade, palpitação, frio astênico devido ao ataque do frio perverso, calafrios no corpo todo, delírio e cardialgia. Quando a energia da água está em excesso, o Mercúrio correspondente no céu estará resplandecente. Quando ela estiver próspera, de forma que o baço-terra não a possa mais restringir, o homem desenvolverá síndromes de hidroperitônio, edemas na barriga da perna, respiração acelerada, tosse, suor noturno e terá aversão ao frio. Como a energia da água está densa, cairá uma chuva pesada, e o pó e a neblina causarão confusão mental. Se essa energia atingir o seu extremo e começar a enfraquecer gradativamente, a energia da terra irá aproveitar o momento para se voltar contra a sua mãe. Agora, quando a energia fria da água estiver parcialmente abundante e a condição de energia fria estiver controlando o clima, a combinação das duas fará com que as coisas deformem. No corpo humano, irão ocorrer as síndromes de distensão abdominal, diarreia com fezes moles, indigestão à comida, sede e tontura. Se a energia da água submeter a energia do fogo com violência, o homem não poderá se curar e convalescerá. Como o fogo não pode vencer a água, o Marte correspondente no céu estará escuro, e Mercúrio brilhará<sup>10</sup>.

Nesse sentido diversos autores discorrem sobre os efeitos da desarmonia do yin e yang e da natureza água no adoecimento do corpo humano.

Os rins, bexiga e órgãos sexuais, por serem especialmente ativos, precisam de atenção: sal e líquidos a menos ou a mais podem prejudicar esse sistema e com isso confundir a geração de energia para o fígado (Madeira) ou inibir a energia do coração (Água apaga o Fogo)<sup>14</sup>.

Quando a atividade dos rins estiver desarmônica, haverá obstáculo na renovação da água, gerando a produção de edemas e micção difícil, ou seja, a água se acumula, transborda pela pele, o que justifica o corpo ficar inchado. Ainda, se por exemplo, o yin dos rins estiver fraco, não poderá controlar o yang dos rins: assim “observar-se-á calor na palma da mão, na sola dos pés e na região cardíaca, febre repentina, transpiração noturna, poluição noturna”<sup>8</sup>.

Os sonhos e pesadelos estão associados à função psíquica renal; são caracterizados pela temática de sonhos com rios escuros, navios, estar submerso na água ou pelo mar, borda de abismo; compreendem medos exagerados indicando insuficiência do rim<sup>3</sup>.

O coração e os rins são prejudicados pelo medo e pelo temor, a energia sofre um desmoronamento causando dores ósseas e impotência sexual<sup>4</sup>.

A observação de coloração escura acinzentada, azul-escuro sob os olhos aponta para uma deficiência energética renal, notadamente causada por excessos de trabalho ou vida sexual<sup>3</sup>.

A deficiência energética da bexiga, em virtude de o movimento da água ser para baixo, podem provocar o descontrole ou a retenção da urina<sup>8</sup>.

A manifestação da qualidade energética dos rins pode ser observada nos cabelos. O cabelo fino e a sua queda estão associadas à fraqueza e insuficiência<sup>3</sup>. As funções específicas dos rins e dos ossos estão relacionadas; a quintessência dos rins reflete nos cabelos e é controlada pelo baço<sup>10</sup>.

O processo de agravamento das doenças no corpo humano prossegue com o aparecimento de outros sintomas, em níveis cada vez mais profundos; quando se inicia o processo de cura ou melhora, os sintomas começam a ficar ainda mais evidentes até o restabelecimento da saúde<sup>13</sup>.

## **5 Considerações finais**

Este artigo foi desenvolvido através de estudos clássicos sobre a Medicina Tradicional Chinesa. Por meio do que se expôs, é possível elucidar conceitos e condutas da terapêutica da acupuntura que emergem de artefatos culturais trazidos pela ancestralidade chinesa e difundidos pelo mundo e no Brasil.

Observa-se que o espaço que compõe a prática da acupuntura é complexo e universal. Portanto, não cabe no conceito minimalista a ela atribuído na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde e, menos ainda, no caráter de complementaridade. A acupuntura é por si só uma racionalidade médica.



Atribuimos a prática da acupuntura à complexidade e à universalidade pois requer do terapeuta habilidades como observação e articulação de fenômenos que vão além de um corpo humano meramente psicofísico. Envolve o reconhecer no meio ambiente, na natureza, o sujeito humano e, no sujeito humano, toda a extensão e harmonia da natureza.

Embora tenhamos discorrido somente, e tão somente, sobre aspectos do elemento água, se faz necessário compreender o ciclo de criação, reprodução e extinção do conjunto dos elementos e movimentos naturais.

Para a realização da prática terapêutica não é possível fragmentar as suas interlocuções pois tudo na natureza — do cosmos aos corpos — está interligado.

## Referências

- 1- Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília: MS; 2006 [acesso em: 1 maio 2022]. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971\\_03\\_05\\_2006.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html)
- 2-Cook DJ, Mulrow CD, Haynes RB. Systematic reviews: synthesis of best evidence for clinical decisions. *Ann Intern Med.* 1997 [acesso em 10 maio 2022];126(5):376-380. Disponível em: <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/0003-4819-126-5-199703010-00006>
- 3-Dulcetti Júnior O. Pequeno tratado de acupuntura tradicional chinesa. São Paulo: Andrei; 2019.
- 4-Rochat de la Vallée E, Larre C. Os movimentos do coração: psicologia dos chineses. Tradução de Nicoe Mir. São Paulo: Cultrix; 2007.
- 5-Silva DF. Vasos maravilhosos: a essência dos oito vasos. 1. ed. São Paulo: Editora Inserir; 2022.
- 6-LUZ D. Medicina tradicional chinesa, racionalidade médica. In: Luz MT; Barros NF (org.). Racionalidades e práticas integrativas em saúde. Rio de Janeiro: UERJ/IMS/LAPPIS; 2012.
- 7-Cordeiro AT, Cordeiro RC. Acupuntura: elementos básicos. 6. ed. São Paulo: Polo Printer; 2018.
- 8-Auteroche B, Navailh P. O diagnóstico na medicina chinesa. 2. ed. São Paulo: Andrei; 1992.
- 9-NEVES ML. Diagnóstico em acupuntura, avaliação e tratamento. 2. ed. Florianópolis: Editora Merithus; 2011.
- 10-Wang, B. Princípios de medicina interna do Imperador Amarelo. Tradução de Souza Cruz JRA. São Paulo: Ícone; 2013.

11-Wen TS. Acupuntura clássica chinesa. São Paulo: Editora Cultrix; 1985.

12-Palmeira GA. Acupuntura no Ocidente. Cad Saude Publica. 1990 [acesso em 31 maio 2022];6(2):117-128. Disponível em:  
<https://www.scielo.br/j/csp/a/DWRLyNHKKhWLCMHMxv3gSGy/?format=pdf&lang=pt>

13-Breves R. Conceitos da terapia do bem. 2. ed. São Paulo: Ed. Holista; 2019.

14-Hirsch S. Manual do herói. 3. ed. Rio de Janeiro: CorreCotia; 2009.