

TENTANDO ENTENDER: UM ESTUDO DA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA APLICADO À MASSOTERAPIA

Adriane de Lima Cardeal

Ana Carolina de Athayde Raymundi Braz

Juliana Gomes Fernandes

Mônica Angélica Cardoso Silva

Rafael Mendes Pereira

Roberta Ramos Pinto

Tatiane Romanini Rodrigues Alencar

1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares envolvem abordagens que tem como finalidade estimular os mecanismos naturais de prevenção e recuperação da saúde, por meio de técnicas fundamentadas em filosofias que favorecem a visão holística do processo saúde doença, proporcionando maior segurança em suas intervenções de promoção à saúde, e ao mesmo tempo permite ao paciente o desenvolvimento da percepção de si mesmo e de como melhorar sua qualidade de vida.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) vem estimulando o uso da Medicina Tradicional/Medicina Complementar/Alternativa nos sistemas de saúde de forma integrada às técnicas da medicina ocidental modernas e em seu documento “Estratégia da OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005” preconiza o desenvolvimento de políticas observando os requisitos de segurança, eficácia, qualidade, uso racional e acesso (BRASIL, 2006).

Para contribuir com a formação dos profissionais que desenvolvem essas práticas, e para que atuem em consonância com as normativas que orientam a oferta dos serviços de saúde, o Curso Técnico em Massoterapia tem a proposta de preparar profissionais que possam contribuir positivamente na saúde e no bem-estar dos indivíduos.

O Técnico em Massoterapia é um profissional da Área de Saúde que possui as competências necessárias para executar com segurança, técnicas clássicas e modernas de massagens orientais e ocidentais. As massagens orientais são fundamentadas na Medicina Tradicional Chinesa (MTC) que tem como base a filosofia Taoísta. Esta filosofia tem seu enfoque na observação dos fenômenos da natureza e busca compreender os mecanismos que promovem a harmonia do todo.

É preciso conhecer a filosofia na qual se baseia a medicina oriental, para que se possa ter uma compreensão dos conteúdos e processos terapêuticos. Muitas abordagens são de difícil assimilação pela população ocidental, filosoficamente voltada para o pensamento fragmentador cartesiano. No entanto, para entender as sustentações das terapias orientais é necessário um mínimo de conhecimentos de suas bases (WEN,2006). Dentro deste contexto, se faz importante esta proposta de projeto de extensão atendendo estudantes e comunidade, com o intuito de gerar estudo, conhecimento e aprofundamento da filosofia oriental, propagando saberes.

A MTC concentra-se na observação dos fenômenos da natureza e no estudo e compreensão dos princípios que regem a harmonia nela existente. Na concepção chinesa o Universo e o ser humano estão submetidos às mesmas influências, sendo partes integrantes do Universo como um todo. Desse modo, observando-se os fenômenos que ocorrem na natureza, pode-se por analogia estendê-los à fisiologia do corpo humano, pois neles se reproduzem os mesmos fenômenos naturais (YAMAMURA, 2001).

O conceito Yin-Yang, juntamente com a dos cinco elementos e do Qi, tem permeado a Teoria da Medicina Chinesa. A compreensão de como se dá todo esse movimento possibilita buscar o equilíbrio dessas forças, assim promovendo o estado de equilíbrio / saúde.

Embora Yin e Yang sejam opostos, são também interdependentes, um não pode viver sem o outro. Estão em constante equilíbrio dinâmico. Quando ocorre desequilíbrio entre Yin e Yang observa-se afetação mútua. Existem quatro estados possíveis de desequilíbrio: Preponderância do Yin; Preponderância do Yang; Debilidade do Yang; Debilidade do Yin. Quando o Yin for preponderante, provocará uma diminuição do Yang, isto é, o excesso de Yin consome o Yang. Quando o Yang for preponderante, provocará uma diminuição do Yin, isto é, o excesso de Yang consome o Yin (MACIOCIA, 1996).

Em tempo normal, esse “decréscimo e acréscimo” do Yin e Yang realiza um equilíbrio relativo. Porém se o equilíbrio não pode ser mantido, manifesta-se uma elevação demasiada ou declínio demasiado de um ou de outro aspecto, o que causa o aparecimento de uma doença (AUTEROCHE, B., 1992).

Os cinco elementos (Madeira, Fogo, Terra, Metal e Água), são na realidade, os cinco elementos básicos que constituem a natureza. Existe entre eles uma interdependência e uma inter restrição que determinam seus estados de constante movimento e mutação. A Teoria dos cinco elementos ocupa um lugar importante na medicina chinesa, porque todos os fenômenos dos tecidos e órgãos, da fisiologia e patologia do corpo humano, estão classificados e são interpretados pelas inter-relações desses elementos. Essa teoria é usada como guia na prática médica (WEN, 2006).

O caractere para *Qi* indica algo que possa ser material e imaterial ao mesmo tempo, é frequentemente traduzido como “energia vital”. O *Qi* flui e está presente em todo o corpo. Acumula-se nos órgãos e flui principalmente nos canais de energia ou “meridianos” (YAMAMURA, 2001).

A palavra *Qi* tem sido traduzida de várias maneiras como energia, força material, éter matéria, matéria energia, força vital, força da vida, poder vital, poder de locomoção. As dificuldades de traduzir a palavra *Qi* corretamente consiste em sua natureza fluida, pela qual o *Qi* pode assumir manifestações diferentes e ser diferentes, nas mais diferentes situações (MACIOCIA, 1996).

Só há uma energia que é a matéria fundamental que constitui o universo, e tudo no mundo é resultado de seus movimentos e transformações, para o homem, microcosmo no macrocosmo, só existe um *Qi* que é a raiz dele (AUTEROCHE, 1992).

Sendo a MTC um componente curricular com todo um contexto cultural e filosófico oriental diferente do que aprendemos comumente em nossa cultura ocidental de saúde torna-se um conteúdo de difícil entendimento aos estudantes do curso e pessoas interessadas. Dentre as técnicas de massagem que o Massoterapeuta

irá atuar na sua profissão, diversas delas precisam da base de Medicina Oriental para o seu entendimento, desta forma, o aprofundamento desse componente é extremamente importante.

Dentro da perspectiva na formação do Massoterapeuta, surge a ideia de uma estudante, que aqui prestamos nossa homenagem, Deolinda da Conceição Gouveia (in memoriam), que solicita que fosse criado um grupo para estudar, com maior carga horária, e ampliar as discussões dos temas da MTC. No componente curricular de Medicina Tradicional Chinesa, a estudante apresenta um trabalho intitulado “Tentando Entender as bases filosóficas da MTC” o qual foi adaptado para dar nome ao projeto.

Para condução desse projeto foi usado a Metodologia ativa como técnica de conduzir as atividades. Essa metodologia de ensino tem sido amplamente divulgada em universidades estrangeiras e vem construindo diferenciais em instituições brasileiras que inseriram este referencial em sua organização metodológica, sobretudo em cursos de Ensino Superior da área da saúde (ABREU, apud DIESEL, A., BALDEZ, A.L.S., MARTINS, S.N., 2017).

2. OBJETIVOS

O objetivo do projeto foi estudar de forma mais profunda a Medicina Tradicional Chinesa, com o intuito de compreender e interpretar sua filosofia e relacioná-la às técnicas de massagem e saúde e dessa forma, contribuir com o amadurecimento da prática terapêutica dos participantes.

3. METODOLOGIA

O projeto Tentando Entender: Um Estudo da Medicina Tradicional Chinesa Aplicado à Massoterapia promoveu um ambiente de estudo colaborativo aos estudantes matriculados e egressos do curso Técnico em Massoterapia, bem como para outros profissionais com interesse em aprofundar seus conhecimentos sobre a MTC.

Seu início foi no mês de agosto de 2016 e a divulgação foi realizada por meio de convite, tanto presencialmente, nas próprias salas de aula, quanto por meio do site do Instituto Federal do Paraná – Campus Londrina. Destaca-se que a cada início de semestre foi feita nova divulgação para envolver a comunidade escolar, egressos e comunidade externa.

No primeiro encontro os participantes foram divididos em 5 grupos para realizarem as atividades pertinentes aos temas propostos de maneira interativa.

Também se criou um grupo de WhatsApp para ampliar a comunicação e ali serem publicados, além das datas dos encontros, informações sobre as atividades e assuntos correlacionados.

As técnicas de ensino e aprendizagem adotadas no projeto foram baseadas em metodologias ativas de aprendizagem, sempre estimulando a construção conjunta de conhecimentos entre professores e estudantes/participantes do projeto. Nesse repertório de atividades, foram incluídos estudos dirigidos da filosofia que fundamenta a MTC, seminários, debates, construção de materiais informativos e instrucionais, bem como atividades práticas de técnicas específicas de promoção à saúde vinculadas à MTC.

De setembro de 2016 a dezembro de 2018 os temas contemplados foram os princípios e fundamentos da MTC, que tem como base a filosofia taoísta e compreendem as teorias do Qi, Yin e Yang, Cinco elementos e os Canais de energia.

Para os estudos utilizou-se livros que constam no acervo da biblioteca do IFPR Londrina, artigos científicos sobre o uso da filosofia e práticas vinculadas a MTC disponíveis na internet. Foi usado como base para os estudos o clássico “Huangdi Neijing: O Livro do Imperador Amarelo”, livro base para a prática médica chinesa onde tem-se registro por meio de diálogos filosóficos entre o QiBo (sacerdote) e O Imperador Amarelo, diálogos esses que permeiam as bases de saúde e adoecimento do ser humano, e são estudados até nossos dias por pesquisadores de todos os continentes.

4. RESULTADOS

4.1 Início do Projeto Segundo Semestre do Ano de 2016

No mês de agosto do ano de 2016 divulgou-se a abertura do projeto na comunidade escolar e comunidade externa. Iniciamos nossas reuniões em uma sala de aula no IFPR Londrina Unidade Dom Bosco. Nesse momento estavam inscritos 30 participantes. Esses participantes foram divididos em 5 grupos para melhor poder produzir as atividades referentes a cada tema. Começou-se os estudos com a história da Medicina Chinesa e todo seu contexto, o que promoveu amplas discussões de como surgiu e foi estabelecido os conceitos da MTC. Essas apresentações contribuíram para compreender a cultura chinesa e como ela integra o homem a todo o universo, e quando não há essa integração a doença se instala.

O filósofo Epicuro em sua carta sobre a felicidade a Meneceu escreve:

Que ninguém hesite em se dedicar à filosofia enquanto jovem, nem se canse de fazê-lo depois de velho, porque ninguém jamais é demasiado jovem ou demasiado velho para alcançar a saúde do espírito. Quem afirma que a hora de dedicar-se à filosofia ainda não chegou, ou que ela já passou, é como se dissesse que ainda não chegou ou que já passou a hora de ser feliz. Desse modo, a filosofia é útil tanto ao jovem quanto ao velho: para quem está envelhecendo sentir-se rejuvenescer por meio da grata recordação das coisas que já se foram, e para o jovem poder envelhecer sem sentir medo das coisas que estão por vir; é necessário, portanto, cuidar das coisas que trazem a felicidade, já que, estando está presente, tudo temos, e, sem ela, tudo fazemos para alcançá-la (EPICURO, 2002).

Por meio desses encontros foi produzido dois trabalhos que foram apresentados na V Semana de Integração do IFPR Londrina, assim motivando os estudantes a participar de eventos e a aprofundarem as atividades de pesquisa, sendo que essas ações promoveram a divulgação da Instituição, do Curso e do Projeto.²

4.2 Primeiro Semestre do Ano de 2017

No primeiro semestre de 2017 estudamos o Qi. Esse estudo ampliou a consciência de saúde e doença, e promoveu condições de discutir ações em saúde. As atividades de ensino que foram usadas foi a apresentação e discussão de texto do Huangdi Neijing O Livro do Imperador Amarelo Capítulo 1 onde relata o diálogo entre o Huangdi e Qibo (sacerdote) sobre a “Preservação da Energia Saudável nos Humanos nos Tempos Antigos” e vídeos da filosofia chinesa que tratam do Qi, suas subdivisões e qualidades. Essa discussão proporcionou, ao grupo, o amadurecimento de ideias e a busca de medidas que favoreçam a educação de hábitos, que tem início no profissional de saúde, e por meio dessa vivência chegue à população, sendo que cada participante é um agente multiplicador de informações.

Ao final da discussão, do tema em estudo, elegeu-se algumas ações da vida diária que poderiam promover mudanças de hábitos de saúde e prática clínica, e culminou na confecção de um panfleto que orienta algumas maneiras simples de cuidados com a energia vital.

² Apresentação oral na V Semana de Integração do IFPR Londrina com o Título: “Tentando Entender: Um estudo da Medicina Tradicional Chinesa Aplicado à Massoterapia; Apresentação oral na V Semana de Integração do IFPR Londrina com o Título: “Tentando Entender: Histórico da Medicina Tradicional Chinesa.”



Figura 1: Material produzido com o tema Energia Vital. Fonte: Autores.

4.3 Segundo Semestre do Ano de 2017

No segundo semestre de 2017 avançamos para o conceito de *Yin e Yang*. Esse conteúdo contempla a dualidade das forças do universo. Esse par se manifesta em todas as condições de vida. Explica todos os fenômenos da existência, seja ela no físico ou no psicológico. Integra as funções de todo o planeta. Nesse contexto, o estudo movimentou conceitos de física, química e biologia com a similitude de conceitos de energia no contexto de saúde. Utilizamos para essas correlações a Lei das probabilidades de Born, sistemas ecológicos (ecossistema), problemas psicossociais, nutrição e outros mais. O profissional da Massoterapia foi inserido nesse contexto para aprimorar a abordagem em suas diversas práticas. Nessa etapa foram confeccionados cartazes para a comunidade dos Servidores do IFPR Londrina unidade Dom Bosco, e para orientar os pacientes que são atendidos no ambulatório do curso de Massoterapia do Campus.



Figura 2: Atividade de construção de cartazes com orientações de melhora da qualidade de vida. Fonte: Autores.

Foi realizada uma prática corporal de Chi Kung com os participantes, para que o aprendizado dos conceitos de Qi fosse concretizado. Qi ou Chi significa energia vital e Kun significa treino, ou seja, treino da energia vital, prática que aplica os movimentos do corpo associados a respiração e a orientação verbalizada. Essa técnica estimula o despertar dos sentidos, a percepção corporal e a integralização das forças biológicas, psicológicas e ambientais.

Embora seja por meio de movimentos simples, mas que requer aquietar e silenciar, situações que em nossa atual condição social não são estimuladas, despertou nos participantes a ideia de criar um grupo de prática do Chi Kung. A prática do Chi Kung promove melhora da consciência corporal e por ser uma técnica simples os participantes se juntaram para amadurecer a ideia de se montar um grupo para praticar o Chi kung.



Figura 3: Prática de Chi Kung no Jardim Botânico de Londrina. Fonte: Autores.

Essa prática é importante que seja realizada em lugares que proporcionem o silêncio e a conexão com a natureza. Várias opiniões foram ofertadas, mas a escolha do grupo foi o Jardim Botânico do município de Londrina. Compreende-se

que quando o indivíduo toma posse do conhecimento, em suas ações, ele passa a viver de maneira mais racional e promove uma transformação em seu habitat. Observa-se essas ações nos participantes do projeto onde o conhecimento é multiplicado por meio de ações na comunidade.

4.4 Primeiro Semestre do Ano de 2018

No primeiro semestre de 2018 a proposta de estudo foi “Os Cinco elementos”. Nessa etapa apresentamos o tema em forma teórica e por meio de textos do Huangdi Neijing O Livro do Imperador Amarelo e outras obras que complementam a visão dos estudos das obras milenares da Medicina Chinesa. Esse conteúdo desenvolve a consciência da interação e integração entre a natureza e nossas funções orgânicas. Tudo no universo está integrado, e vivemos o efeito da ressonância, pois o que afeta a psique interfere na dinâmica da vida orgânica. Compreender essa ressonância facilita a compreensão da amplitude de cada experiência de vida, seja ela emocional ou física, e promove ao profissional da Massoterapia, a capacidade de identificar o agente causador da desarmonia em processos da instalação da patologia. Nos encontros abordamos as características de cada elemento sempre associado aos ciclos de Geração e Dominância. Esses assuntos foram amplamente discutidos por todos os presentes. Compreende-se que quando o estudante aprimora o olhar para as transformações que a vida apresenta ele passa de espectador para interventor, e assim consegue aprimorar aptidões e amadurecer seu olhar terapêutico.

O homem quando busca conhecer outras culturas transforma-se em cidadão do mundo, desenvolve o senso crítico e amplia o olhar da vida. O conhecimento é candeeiro que deve ser posto no alto para todos terem acesso, e assim promover uma intervenção social consciente.



Figura 4: Aula sobre os Cinco Elementos. Fonte: Autores.

4.5 Segundo Semestre do Ano de 2018

No segundo semestre de 2018 continuamos a trabalhar o tema “Os Cinco elementos”, agora acrescentamos os canais de energia ou meridianos. Os Canais de Energia ou Meridianos são os caminhos de circulação do Qi (Energia Vital). É por meio desses caminhos que nossas células recebem a energia vital e mantêm-se o equilíbrio dos sistemas orgânicos. Esse conteúdo concretiza a interação entre as características de cada elemento e sua função no corpo humano.

Para melhor integrar a teoria com a prática clínica empregamos o recurso de Anatomia dos meridianos de maneira que utilizamos o laboratório para fazer a prática de palpação e marcação do trajeto dos meridianos e seus acupontos. Nessa atividade integralizou-se os conceitos de Yin e Yang de cada elemento e como podemos avaliar *in loco* a sua aplicação, no relevo físico do corpo humano. Utilizou-se também o aparelho de Eletrodiagnóstico Ryodoraku, que afere a Amperagem de regiões específicas do corpo.

Por volta do século XX a MTC começou a ser estudada de uma forma mais científica por médicos orientais, mas com formação médica ocidental. O Sistema Ryodoraku ficou conhecido após 20 anos de investigação objetiva e científica à acupuntura, pelo professor Kyugo Sasagua e seus colegas, em especial o Dr. Yoshio Nakatani (SCILIPOT, 2004).

O recurso eletrônico Ryodoraku, cujo termo significa caminhos permeáveis, foi desenvolvido no Japão pelo Dr. Nakatani no ano de 1950. Nele, conseguimos observar pelos sinais reflexos do Sistema Nervoso Autônomo (SNA), avisos que indicam equilíbrio ou desequilíbrio fisiológico das principais funções orgânicas, e os pontos dos meridianos que indicam se as funções orgânicas estão em um estado degenerativo ou inflamatório (BREVES SOBRINHO, 2012).

Essa ação foi elaborada para que os participantes pudessem fazer a ligação dos conceitos de Chi, Energia Vital, e sair do abstrato para o concreto desse conceito. A compreensão da MTC amplia e amadurece o olhar terapêutico do profissional da saúde, sendo assim sua prática torna-se enriquecida e mais assertiva.



Figura 5: Aula de Marcar Trajeto e Pontos dos Meridianos. Fonte: Autores.

Contamos com um breve relato de 3 estudantes que participaram do projeto.

“Em nossas reuniões nos é ofertado condições de discutir essa filosofia e utilizar os conceitos aprendidos na prática clínica e em nossa vida pessoal. A condição de compreender o ser humano como um todo me ajudou a desenvolver um olhar mais aprimorado do processo da instalação das patologias” (Estudante S.P.F.A.).

“Os conteúdos estudados promovem condições de aprender e multiplicar experiências. Essas vivências favoreceram mudanças de percepções em minha vida pessoal e profissional dando-me uma visão mais positiva de como enfrentar os obstáculos do dia a dia” (Estudante A.R.D.P.).

“Esse projeto tem atendido minhas expectativas, pois aprimoro meu olhar terapêutico e adquiri segurança em minha prática clínica. Em síntese participar desse projeto fornece segurança porque me aproxima de uma filosofia milenar que promove a integração do homem com a natureza. Tenho muita gratidão por essa oportunidade” (H.R.E.).

No caminhar para a final do projeto houve o feedback para a continuidade dessa proposta de estudo. Os estudantes pediram mais tempo para estudar a MTC. Também houve esse pedido dos novos estudantes, que estavam a iniciar suas atividades no curso técnico em Massoterapia e não participaram do início das atividades do projeto. Os estudos sobre MTC são oferecidos somente por escolas pagas, e seus valores não são muito acessíveis a uma parte de nossos estudantes. Contudo finaliza-se esse ciclo para amadurecer outras propostas de aprimorar os conceitos da MTC e a prática clínica.

O processo de ensino e aprendizagem deve ampliar a visão de mundo do estudante e dessa forma multiplicar a informação. A cada encontro do projeto junto aos estudantes traz à lembrança um trecho do livro do filósofo Epicuro (2002) que escreve sobre a felicidade:

Habituar-se às coisas simples, a um modo de vida não luxuoso, portanto, não é só conveniente para a saúde, como ainda proporciona ao homem [ser humano], os meios para enfrentar corajosamente as adversidades da vida: nos períodos em que conseguimos levar uma existência rica [próspera], predispõe o nosso ânimo para melhor aproveitá-la, e nos prepara para enfrentar sem temor as vicissitudes da sorte (EPICURO, 2002, p. 41).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de Extensão “Tentando Entender: Um Estudo da Medicina Tradicional Chinesa Aplicado à Massoterapia” foi proposto por meio da solicitação de uma estudante, que era formada em Psicologia, e estava aposentada de suas atividades, que viu no estudo da MTC a oportunidade de entender o mundo de forma mais

ampla. Essa estudante ficou enferma e veio a deixar a vida física, porém nos tinha solicitado que fizéssemos esse projeto, pois na opinião dela, esse estudo seria importante para melhorar a qualidade de atendimento dos estudantes que estivessem com vontade de ampliar seus horizontes terapêuticos. E assim ficamos com o compromisso moral com a estudante e foi trabalhado dois anos e meio com a filosofia da MTC. Contamos com a participação ativa dos estudantes e produziu-se muito mais que alguns materiais, houve um estreitamento dos laços de amizade e valorização da vida.

O ambiente em que as atividades do projeto foram executadas possibilitou a construção de valores civis, como respeito pela natureza, pela vida e por si mesmo, além de ampliar a compreensão e visão de mundo, proporcionou a experiência de interagir com as forças da natureza e preparou o caminho para discussões mais profundas, de abordagens terapêuticas, que poderão ser ofertadas em forma de projeto pelo colegiado do curso.

Assim, o objetivo do projeto foi cumprido e deixa a certeza que esses estudos promovem mais que a formação técnica, forma-se um ser humano empoderado de conhecimento e condições de interagir melhor com a vida.

REFERÊNCIAS

- AUTEROCHE, B. **O Diagnóstico na Medicina Chinesa**, Andrei Editora, São Paulo, 1992.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Define a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Portaria N. 971, de 03 de maio de 2006. Gabinete do Ministro.
- BREVES SOBRINHO, R. M. **Conceitos da terapia do bem: cristais radiônicos**. [S.l.], 2012.
- DIESEL, A., BALDEZ, A.L.S., MARTINS, S.N. **Os princípios das metodologias ativas de ensino: Uma abordagem teórica**. Revista Thema, Pelotas, Vol.14, Nº1, p. 268 a 288, 2017.
- EPICURO. **Cartas sobre a felicidade** (a Meneceu). São Paulo: UNESP, 2002.
- MACIOCIA, G. **Os fundamentos da Medicina Chinesa**, Editora Rocca, São Paulo, 1996
- SCILIPOTI, D. **Terapia integrada: acupuntura, moxabustão, acupuntura Ryodoraku e multiterapia biológica**. São Paulo: Ícone, 2004.

WEN, T. S. Acupuntura Clássica Chinesa. São Paulo, 12^o edição, 2006.

YAMAMURA, Y. Acupuntura Tradicional: A Arte de Inserir 2^o Ed. São Paulo: Rocca, 2001.

