



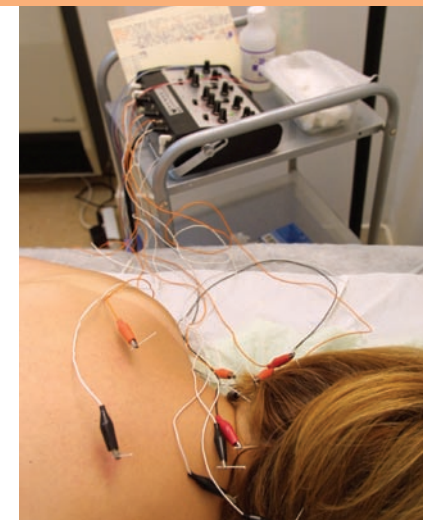
Problemas da cervical

Zumbidos, tonturas e enxaquecas

CADA VEZ HÁ MAIS QUEIXAS DE DORES NO PESCOÇO E, SOBRETUDO, NAS VÉRTEBRAS CERVICAIS: O SEDENTARISMO, AS MÁS POSTURAS, OS COMPUTADORES, O STRESS DA VIDA MODERNA AFECTAM O PESCOÇO E PODEM CAUSAR INÚMEROS PROBLEMAS QUE SE IRÃO PROPAGAR AO RESTO DO CORPO. A MEDICINA TRADICIONAL CHINESA (MTC) TEM SOLUÇÕES SEGURAS E EFICAZES PARA RESOLVER ESTES PROBLEMAS.

O PESCOÇO tem um papel essencial no corpo humano, já que o segmento cervical da coluna é o principal suporte da cabeça – e, portanto, do cérebro. A grande amplitude de movimento do pescoço, combinada com o facto de lá passarem inúmeros fluxos de sangue e de energia, significa não só que ele é especialmente sujeito a lesões e problemas "mecânicos", mas também que essas lesões podem afectar muitos aspectos da saúde. A dor na área cervical pode diminuir seriamente a qualidade de vida e causar problemas sérios.

A Dra. Chen Wenqian, fundadora do Centro de Terapias Chinesas, está convencida que os problemas na coluna cervical são uma das razões mais comuns para as inúmeras pato-



logias que afectam o homem moderno. "Cada vez vemos mais problemas das cervicais e em pessoas cada vez mais novas, e acredito que a vida moderna é responsável por isso: as crianças começam desde novas a trabalhar com computadores ou a passar muito tempo em frente a televisões ou a consolas, sem que ninguém lhes ensine a postura correcta. Os adultos também trabalham com computadores e estão constantemente a "torcer" e a comprimir o pescoço, há imensos factores de perturbação crónica do pescoço e das vértebras cervicais", afirma. Todo este stress se reflecte no pescoço, que é uma das grandes avenidas de circulação no corpo humano: é através do pescoço que o corpo alimenta o cérebro em sangue e nutrientes, é através do pescoço que o cérebro comanda o corpo através de inúmeros feixes nervosos e, de acordo, com a MTC, é também através do pescoço que os meridianos da parte superior do corpo comunicam com os da parte inferior do corpo (e vice-versa).

Mas isto também significa que o pescoço é um dos locais privilegiados de "engarrafamento" no corpo humano: qualquer compressão ou bloqueio ou contração pode obstruir a passagem de sangue, de energia ou de impulsos nervosos, dando origem a muitos problemas.

ZUMBIDO DE OUVIDO

O zumbido de ouvido é um problema para o qual a Medicina convencional raramente apresenta soluções. Mas a MTC possui vários tratamentos, que vão desde as fórmulas à base de plantas medicinais até à acupunctura.

Geralmente, a MTC reconhece dois grandes tipos de zumbido: um provocado por excesso de Yang e outro por falta de Yang. Em ambos os casos, o pescoço é uma área de tratamento frequente, já que os meridianos afectados passam por essa área e quanto mais livre a circulação de sangue e energia na zona estiver, melhor o paciente responde ao tratamento. Inversamente, uma restrição da circulação de sangue ou energia na área pode afectar os meridianos e vir mais tarde a afectar os

órgãos, sobretudo quando há dor.

Por vezes, o problema é mais "mecânico" e prende-se com uma má circulação de sangue perto dos ouvidos, e a acupunctura pode estimular a vascularização dessa área. Os resultados são, por vezes, espectaculares, sobretudo nos casos das tonturas, com pacientes a recuperar muito rapidamente. Nos casos de Tinnitus crónico (zumbido crónico que vai piorando com a idade) os resultados podem ser mais lentos, mas em geral é possível um alívio muito grande.

Aquilo que vale para o zumbido é também verdade para outros problemas comuns, como a Síndrome de Menière ou outros problemas que causem vertigens. Na MTC, as causas de várias doenças diferentes podem ter uma origem comum. Neste caso, é frequentemente uma hiper-actividade do Fígado (chamada Excesso de Yang ou noutros casos Fogo) que afecta os ouvidos. Todos estes problemas podem ser tratados efectivamente com a acupunctura.

ENXAQUECAS E DORES DE CABEÇA

Existem muitos tipos de dores de cabeça, mas as mais fortes encontram-se entre os problemas mais debilitantes que podem afectar uma pessoa. Por vezes, o doente é obrigado a ficar dias inactivo, sem poder trabalhar ou funcionar normalmente, sofrendo inclusive náuseas e vômitos. A Dra. Chen diz-nos que "existem muitas causas diferentes de dores de cabeça. Mas o Yang do corpo tende a subir, e os meridianos Yang do corpo reúnem-se todos na cabeça, facilitando a circulação de energia e sangue pelo corpo. Embora a origem dos problemas seja diversa, de acordo com a MTC, qualquer obstrução ao nível do pescoço pode causar dores de cabeça ao perturbar o fluxo de sangue e energia e a sua correcta distribuição".

Por isso, é muito frequente os tratamentos ao nível da cervical ajudarem a resolver as dores de cabeça através do restabelecimento da circulação. Os tratamentos de acupunctura são, geralmente, complementados por remédios

chineses, à base de plantas medicinais, que irão tonificar ou regular os órgãos afectados ou tratar as condições específicas que podem estar implicadas na origem das dores de cabeça.

Existem muitos estudos que comprovam que a acupunctura é uma das melhores alternativas para o tratamento das dores de cabeça, em geral com melhores resultados dos que outros tipos de tratamentos, e sobretudo sem quaisquer efeitos secundários*.

Os tratamentos convencionais são, geralmente, à base de anti-inflamatórios e analgésicos e a longo prazo poderão criar muitos problemas. A OMS incluiu, aliás, as dores de cabeça na lista de 43 condições que podem ser preferencialmente tratadas pela MTC.

CASO DE SUCESSO

Helena, 63 anos, residente em Algé, chegou ao CTC com dores terríveis no pescoço, quase sem o conseguir virar. Na consulta com a Dra. Chen nem conseguia falar claramente e tinha a cor da face muito alterada. Diagnosticada com Síndrome de Menière, tinha tonturas tão grandes que raramente saía de casa com medo das quedas; pior, tinha perdas de memória constantes – sobretudo da memória de curto prazo, não se conseguia lembrar do que lhe diziam 10 minutos antes – que fizeram com que se suspeitasse de Alzheimer.

Em duas sessões de acupunctura, as dores de pescoço quase desapareceram e recuperou a mobilidade completa. Ao fim de seis sessões de acupunctura, que incluíram massagem e aplicações de calor com moxabustão, as tonturas e desequilíbrios passaram totalmente, e ouve uma diminuição do zumbido. Mas mais do que isso: "Nem queria acreditar! Não é que a minha memória voltou? Já me consigo lembrar do que me dizem", declara Helena, neste momento a fazer tratamentos de acupunctura à zona cervical para manutenção, continuando a sentir melhorias progressivas.

*Por exemplo, Linde K, et al. Acupuncture for tension-type headaches. Cochrane Database of Systematic Reviews 2009, Issue 1 e Linde K, et al. Acupuncture for migraine prophylaxis. Cochrane Database of Systematic Reviews 2009, Issue 1.



Av. António Augusto de Aguiar, 56 – 1º Dto/Esq
(em frente ao metro do Parque)
Telefone: 21 316 14 46
www.ctcportugal.com
ctcportugal@gmail.com