



Males de Inverno

COM O FRIO, A NOSSA POSTURA CORPORAL ALTERA-SE, ATRAVÉS DA CONTRACÇÃO DA MUSCULATURA. ESTA MUDANÇA SÚBITA PODE PROVOCAR PROBLEMAS LOMBARES E CERVICAIS, QUE NALGUNS CASOS SÃO INCAPACITANTES. O CTC DETECTA A ORIGEM DO PROBLEMA E SOLUCIONA, DE FORMA EFICAZ E DEFINITIVA, A SUA DOR.



DORES LOMBARES

Um movimento mais brusco ou o levantamento de um peso e eis que somos atacados por uma dor súbita entre a última costela e a nádega. A vontade que temos é gritar a plenos pulmões até "exorcizar" a dor. Já passou por esta experiência? Então é mais um caso entre milhões que sofrem de lombalgia.

Wenqian Chen, directora do Centro de Terapias Chinesas (CTC), alerta que esta é a época mais propensa à afecção lombar, que cada vez mais atinge também os mais jovens.

A dor de uma lombalgia pode ser classificada como aguda ou crónica. No caso da lombalgia aguda, a dor dura menos de três meses. Surge de forma inespera-

da e, muitas vezes, basta uma lesão dos músculos paravertebrais ou o exercício repentino para provocar o sofrimento.

Já a lombalgia crónica tem uma duração superior a três meses e manifesta-se por picos de dor, seguidos de redução e eventuais regressos, embora existam também pacientes que registam a dor contínua. As causas podem ser doenças infecciosas ou metabólicas, problemas de postura ou hérnias, ou mesmo doenças degenerativas e até tumorais.

Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), considera-se que a lombalgia é causada por uma debilidade crónica da energia do rim. Factores como o stress, a alimentação, ou as emoções podem ser determinantes na duração da dor. Ao

esgotar-se a energia do rim, ocorre no nosso corpo uma fraqueza nessa região e a dor lombar é um dos primeiros sinais desse desequilíbrio.

A directora clínica do CTC sublinha que "os rins governam os ossos e, quando ocorre um enfraquecimento da sua energia, os ossos também ficam debilitados".

PERIGO DAS CORRENTES DE AR

As chamadas pontadas de frio são outra das origens das lombalgias e basta uma pequena corrente de ar ou temperaturas muito baixas para que o frio se instale internamente, provocando contracção da musculatura e dos meridianos que passam nas costas.



O CTC elabora sempre um diagnóstico preciso, estudando causas e tipos de dor manifestada. Por exemplo, se a dor for motivada pelo frio em excesso, durante o tratamento deverá ser desfeita a estagnação, ao promover a circulação dos meridianos, regenerar os tecidos e fortalecer músculos e ligamentos.

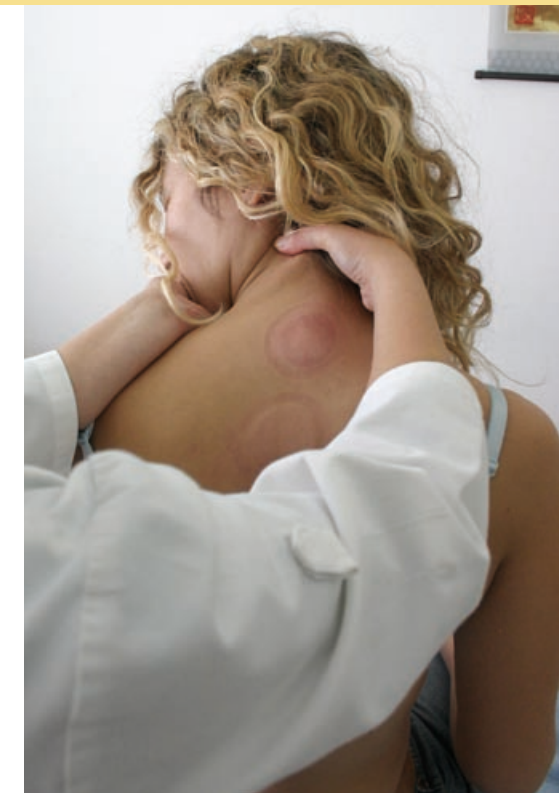
Na maioria das vezes, o tratamento consiste na tonificação da energia dos rins, com recurso à acupunctura que em determinados casos é complementada com fitoterapia de ervas chinesas e com massagem Tui na. Com estas medidas terapêuticas, tratam-se os meridianos fragilizados, neste caso, os da bexiga, vesícula biliar e "du mai" ou "vaso" governador, assim como o meridiano dos rins.

PROBLEMAS CERVICAIS

Nalguns casos, a dor forte que sente pode dever-se a problemas no segmento cervical da coluna. Segundo a MTC, esta zona da coluna é atravessada por sete meridianos e a dor é sinal do bloqueio de energia e sangue num ou mais de entre eles. O meridiano "du mai" passa pela cervical e crânio; já o da bexiga passa pelo ângulo interno do olho, testa e nuca; o do "triplo aquecedor" passa pelo ombro, nuca e controla o pavilhão auricular; o da vesícula biliar percorre todo o crânio, descrevendo uma série de curvas, chegando ao ombro; e o meridiano do intestino delgado passa pelo antebraço e braço, cruzando o ombro, passando pelo pescoço e face, terminando na narina.

Todas estas ligações tornam a coluna cervical um espaço propício a congestionamentos, como explica a fundadora do CTC: "Os congestionamentos manifestam-se através de fortes dores de cabeça, zumbidos no ouvido, perda de visão, peso na cabeça, torcicolo, dores no ombro e dorso, afecções oculares e nasais, surdez, vertigens, dormência nas mãos e braços e problemas de garganta".

O tratamento no CTC é feito através da acupunctura e vai desbloquear as zonas afectadas. O auxílio da massagem Tui na, por outro lado, promoverá o relaxamento muscular e o aumento da circulação sanguínea, proporcionando uma melhor mobilidade, enquanto a fitoterapia, com creme de ervas medicinais chinesas vai aumentar a circulação sanguínea do paciente, provocando uma melhor irrigação sanguínea local e cerebral.



CASOS REAIS

Rosa chegou ao CTC com dores fortes na coluna e ciática. "Não encontrava conforto em posição nenhuma e sentia-me completamente incapacitada. Ao fim da primeira sessão, senti logo alívio da dor", descreve a paciente.

Passadas algumas sessões, aquela psicóloga de 48 anos deixou de sentir quaisquer dores, tendo aproveitado o momento para experimentar também os tratamentos de emagrecimento e, mais recentemente, para deixar de fumar.

Já o Guilherme, paciente de 5 anos, foi visto pela Dra. Chen, após sucessivas visitas ao hospital que demonstraram ser infrutíferas. "Chorava com dores e já mal conseguia andar", recorda a especialista do CTC, que, ao detectar um ligeiro inchaço na zona do cóccix da criança, decidiu "introduzir por breves instantes uma agulha reduzida, uma camada de ervas chinesas e, por fim, uma massagem Tui na. O resultado foi instantâneo com recuperação completa".



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