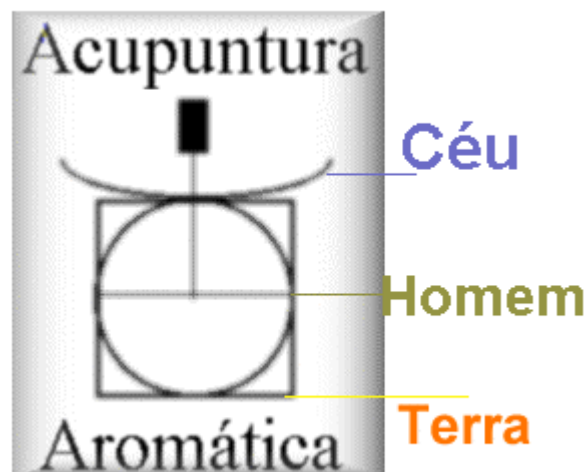


**Ephraim Ferreira Medeiros**



*"Fé é acreditarmos no que não vemos;  
e a recompensa dessa fé é vermos aquilo em que acreditamos."*

**Santo Agostinho**

#### APRESENTAÇÃO

Durante muitos séculos a humanidade encara o constante desafio da sobrevivência e da longevidade.

Todos os povos, desde a antigüidade, desenvolveram métodos terapêuticos eficazes na tentativa de, senão a imortalidade, atingir uma idade avançada gozando de saúde plena.

Um ponto em comum entre todas as culturas e seus métodos terapêuticos é o aspecto da prevenção.

Antecipar-se ao mal para que ele não advenha.

Os médicos, na antiga China, tinham parte do soldo temporariamente cortada, caso algum dos seus pacientes ficasse impedido de trabalhar por motivo de doença e, sendo assim, o médico sentia-se obrigado a dar muito valor à profilaxia.

A acupuntura é uma terapia que remonta a proto-história da humanidade. As primeiras agulhas foram confeccionadas em pedra lascada e somente após o domínio do fogo e do processo de fundição de metais é que foi se aprimorando a tecnologia que possibilitou construir agulhas como conhecemos e trabalhamos atualmente.

A técnica da Acupuntura consiste na inserção de finas agulhas em determinados pontos especiais da pele, chamados acupontos. A estimulação das agulhas produz intensos efeitos terapêuticos que abrangem desde analgesia local até alterações em nível psíquico.

A acupuntura se desenvolveu no oriente, juntamente com um conjunto de valiosos conhecimentos médicos que hoje denominamos de Medicina Tradicional Chinesa e que incluem a Moxaterapia, a Massagem Tui Na, a Fitoterapia, a Dietética, os métodos de Sangria e os Exercícios Respiratórios ( como o Qi Gong ), entre outros.

Enquanto os chineses desenvolviam a acupuntura, quase simultaneamente à eles, os egípcios foram os primeiros a desenvolver métodos e receitas terapêuticas utilizando óleos essenciais extraídos de ervas aromáticas que, por sua vez, já eram conhecidas e usadas desde o período neolítico.

A Aromaterapia tomou grande impulso quando os árabes, no final do século X, dominaram o processo de destilação e assim foi possível obter óleos essenciais com alto grau de pureza, cuja obtenção era impossível anteriormente.

A partir daí o comércio de compostos aromáticos tomou grande um impulso ( existem evidências de que esse tipo de comércio já existia há 4000 anos atrás ) e desenvolveram-se novos compostos, perfumes e fórmulas terapêuticas, muitos dos quais ainda são utilizados até hoje por terapeutas e pela indústria cosmética.

Podemos encontrar citações sobre o uso de ervas aromáticas na Bíblia<sup>1</sup> e em várias obras e cerimônias sagradas<sup>2</sup> de diferentes religiões, o que comprova a importância e o simbolismo místico destas plantas.

Dentre as "Propriedades Místicas" de muitas destas plantas estaria a de, sob determinadas condições especiais, como durante a meditação e a oração, ampliar o sentido visionário, indispensável para se ter contato com o que Aldous Huxley em sua obra "O céu e o Inferno" chama de "Os Antípodas da Mente", isto é, dimensões do subconsciente coletivo ou o mundo visionário propriamente dito. Daí o uso e o grande valor atribuído à essas plantas aromáticas em diversas cerimônias místicas e religiosas.

A descrição das funções energéticas dos óleos essenciais, segundo a terminologia da Medicina Tradicional Chinesa, é algo bastante recente<sup>3</sup> nesta escala cronológica e possibilitou o encontro e a fusão da Aromaterapia com a Acupuntura, duas conhecidas terapias milenares de cura holística.

Possibilitou também a fusão da aromaterapia com técnicas milenares de massagem corporal, criando a Acupuntura Aromática, uma técnica que une o poder terapêutico dos óleos essenciais com a eficiência da massagem aplicada com os dedos, sobre pontos de acupuntura previamente selecionados.

Na Acupuntura Aromática, tanto os óleos essenciais quanto os acupontos são escolhidos para associação de acordo com o quadro energético e sintomatológico apresentado pelo paciente e pelos dados colhidos através de métodos de diagnóstico tradicionais, como a pulsologia radial e o exame da língua, entre outros.

Essa associação pode ser feita de maneira sistemática, cruzando as funções energéticas dos óleos essenciais com a dos pontos de acupuntura.

A Acupuntura Aromática é uma nova prática que, apesar de independente, deve ampliar e integrar perspectivas terapêuticas nas duas áreas que abrange, fazendo com que acupuntura e aromaterapia complementem-se de maneira especial e trabalhem intimamente juntas, visando o bem estar físico e espiritual do paciente.

Essa obra pretende introduzir um sistema básico para a utilização da Acupuntura Aromática. Futuramente será publicado um sistema mais amplo, que abrange todos os pontos de acupuntura, possivelmente mais óleos essenciais integrados.

---

<sup>1</sup> "Meu amado é para mim como um ramalhete de MIRRA sobre os meus seios...". Trecho de Cântico dos Cânticos de Salomão.

<sup>2</sup> O óleo essencial de Benjoim (*Styrax benzoin*) é um importante ingrediente do incenso usado nos templos budistas e hindus.

<sup>3</sup> A esse respeito podemos destacar os trabalhos de Peter Holmes "The Energetics of Western Herbs" (1989) e, de Gabriel Mojay, "Aromatherapy for Healing de Spirit" (1996).

## AS BASES TEÓRICAS DA ACUPUNTURA AROMÁTICA

Como surgiu a idéia de associar óleos essenciais com pontos de acupuntura ?

Quais seriam as bases teóricas para essa associação/integração ?

As respostas à estas perguntas certamente podem ajudar muito o leitor na compreensão dos fundamentos da Acupuntura Aromática.

A Acupuntura Aromática foi criada integrando os princípios fundamentais da Aromaterapia com os da Acupuntura Tradicional Chinesa.

Cada óleo essencial tem características terapêuticas individuais, o que lhe confere , segundo Gabriel Mojay, uma "Assinatura Terapêutica única " <sup>4</sup> que é a expressão máxima da sua energia vital, chamada de Qi <sup>5</sup> pela Medicina Tradicional Chinesa ( MTC ).

Ainda, segundo Gabriel Mojay , para se apreender o Qi de um óleo essencial é necessário que se atente para as suas características, detalhes, estrutura botânica, química, aroma, propriedades e usos.

A Acupuntura, utiliza a estimulação dos acupontos para distribuir e fazer circular da melhor maneira possível o Qi do paciente dentro dos meridianos.

Durante o diagnóstico, o terapeuta distingue a natureza do desequilíbrio do Qi e onde ele se encontra e, a partir daí, traça um esquema terapêutico para desenvolver o tratamento.

Muitas vezes é preciso preencher os meridianos afetados pelo Qi em desequilíbrio com os princípios energéticos curativos provenientes das plantas medicinais.

Utilizando a Fitoterapia, em conjunto com a Acupuntura, pode-se dar um "Quantum" energético ao paciente, o que ajuda a promover um restabelecimento mais rápido e duradouro do quadro clínico.

A Aromaterapia seria uma espécie de " Fitoterapia Celular ", pois os princípios ativos dos óleos essenciais extraídos de plantas medicinais podem penetrar diretamente na circulação através da pele.

Como os óleos essenciais são compostos extremamente concentrados e fortes, todos os autores concordam que as duas melhores e mais seguras maneiras de utilizá-los são via inalação e, principalmente, através do contato com a pele.

**Ao contrário das utilizações anteriores, a ingestão de óleos essenciais não é recomendada sem a supervisão de um aromaterapeuta qualificado e bastante experiente e/ou de um médico, pois pode gerar graves efeitos colaterais ao organismo e causar danos irreversíveis à mucosa gástrica.**

Segundo descreve Marguerite Maury, os óleos essenciais postos em contato com a superfície da pele, são capazes de penetrá-la e alcançar o líquido extracelular. Os elementos introduzidos são levados até os órgãos onde são retidos seletivamente.

Estima-se que se leva de 10 a 20 minutos para que os óleos entrem na corrente sanguínea, mas acima de três ou seis horas para serem completamente absorvidos pelo corpo, sendo eliminado qualquer excedente pela urina após duas à oito horas.

Por esta razão não se recomenda lavar os pontos ou tomar banho num período de três a seis horas após uma sessão de Acupuntura Aromática, pois se estaria perdendo um importante efeito terapêutico posterior à sessão.

---

<sup>4</sup> Aromatherapy for Healing the Spirit , Gaia Books, 1996

<sup>5</sup> pronuncia-se Chee

O ponto de acupuntura, quando comparado com outras regiões da pele, apresenta um padrão anatômico diferente, contendo, por exemplo, maior concentração de terminações nervosas livres e encapsuladas.

Durante a estimulação da acupuntura, a região correspondente ao ponto de acupuntura, torna-se um centro de transformações, tanto no campo energético, quanto neural, humoral e imunológico, sendo possível, durante e após a estimulação, detectar no sangue modificações ( aumento ou diminuição ) na secreção de diversas substâncias ( como neuro-hormônios, neurotransmissores, interleucinas e outros) circulantes.

Sobre os efeitos neurais da Acupuntura Ysao Yamamura descreve<sup>6</sup> :

"A inserção da agulha nos pontos de acupuntura tem dois efeitos imediatos :

1. Mudança no potencial elétrico local, determinado pelas cargas elétricas que existem no ponto da agulha.
2. Lesão tissular - promovendo um estímulo de ordem mecânica.

O efeito elétrico da agulha assegura a formação imediata de um potencial de ação ao nível do sistema nervoso, explicando as reações conhecidas na Medicina Tradicional Chinesa como *Te Qi*<sup>7</sup>..."

"...a presença, na região do acuponto, de uma grande concentração de mastócitos, determina uma reação orgânica mais lenta e duradoura, que é a expressão da regeneração cicatricial dos tecidos injuriados, a qual assegura o efeito da Acupuntura no período de até 15 dias após cada inserção, período este que coincide com o processo cicatricial orgânico".

A modificação do padrão de liberação de todas essas substâncias e do padrão de resposta neural que ocorre durante a acupuntura visa, e geralmente resulta, no restabelecimento ou na manutenção do equilíbrio metabólico interno ( homeostase ) do paciente.

A penetração dos componentes químicos dos óleos essenciais nessa região leva a crer que esses compostos exercem algum papel ativo importante e direto, dentro desses processos metabólicos, dados os resultados que a Acupuntura Aromática vem apresentando.

Numa pesquisa científica que se inicie para estudar a Acupuntura Aromática, pode-se investigar, entre outras coisas, se na região dos pontos de acupuntura, as substâncias ativas dos óleos essenciais apresentam alguma interação local direta ou indireta com as substâncias liberadas pelo organismo durante a estimulação por acupuntura ou se estimulam ainda mais a produção dessas substâncias.

Energéticamente, no entanto, não há dúvida de que a aplicação de um óleo essencial sobre um ponto de acupuntura tem grande potencial terapêutico, devido ao fato de se acrescer à função energética do ponto o Qi extremamente concentrado dos óleos essenciais.

Para que isso ocorra, tanto o óleo essencial quanto o acuponto associados devem ter funções energéticas similares ou, melhor ainda, os óleos podem ser ligados à pontos de acupuntura abertos na hora do tratamento que já estão recebendo o impacto natural dos Troncos Celestes e Ramos Terrestres e que também estão abertos para que medicamentos possam entrar no organismo com maior eficiência.

A prática da Acupuntura Aromática tem mostrado fortes evidências de que óleos essenciais e pontos de acupuntura, quando ligados diretamente, produzem fortes e amplos efeitos terapêuticos.

Sabe-se também, que os componentes químicos dos óleos essenciais tem propriedades farmacológicas importantes, conhecidas e estudadas, como por exemplo o Mentol, presente no óleo essencial de *Mentha piperita* e que é amplamente usado em pacientes com bronquite pois, dentre outros efeitos reduz a concentração de acetilcolina, substância responsável pelos espasmos dos brônquios, no sangue ou, segundo a visão da MTC, atua dispersando o Vento-Calor que se alojou no Pulmão, originando a bronquite.

Até o momento foram discutidos aqui os efeitos dos óleos quando aplicados sobre a pele, mas temos obrigação de levar em consideração que na Acupuntura Aromática também beneficiamos o paciente com a inalação das moléculas aromáticas constituintes do óleo essencial.

---

<sup>6</sup> Yamamura, Y - Acupuntura, A Arte de Inserir. São Paulo, Roca, 1995

<sup>7</sup> No *Te Qi* ideal, o paciente sente uma forte sensação semelhante à um "choque" e que percorre o trajeto do meridiano estimulado.

A inalação de substâncias aromáticas contidas nos óleos essenciais pode, por exemplo, estimular a produção de endorfinas na pituitária<sup>8</sup>, de noradrenalina no locus ciruleus<sup>9</sup> e de encefalinas no tálamo<sup>10</sup>, o que por si, já demonstra que existem relações íntimas entre as vias fisiológicas ativadas pelos compostos presentes nos óleos e pela estimulação por Acupuntura.

Segundo Robert Tisserand,

*"... A abóbada interna do nariz é revestida de uma fina camada de muco de onde se projetam pêlos muito delgados ; não se sabe ao certo se os pêlos se projetam para além do muco ou simplesmente dentro dele. Eles constituem um tipo de haste semelhante às células nervosas olfativas, e há de seis a doze pêlos olfativos para cada célula.*

*Os pêlos são extensões desguarnecidas das verdadeiras células neurais, de modo que o olfato é excepcional entre todos os sentidos, pelo fato de envolver uma interação extremamente direta entre o neurônio e a fonte de estímulo.*

*A outra extremidade do neurônio se vai diretamente para o bulbo olfatório do cérebro.*<sup>11</sup>

Assim o efeito olfativo tem a capacidade de produzir uma resposta imediata no cérebro, ainda na primeira fase de ação da Acupuntura Aromática ( a descrição dessa fase será mostrada mais a seguir ).

Geralmente esse efeito se traduz por um paciente mais calmo e tranqüilo ( ou, pelo contrário, mais ativo e animado nos casos de letargia ) e algumas vezes, durante a sessão ocorre um interessante fenômeno no qual vem à mente do paciente fatos importantes que foram esquecidos ou bloqueados, tais como traumas, culpas, perdas e situações críticas da infância.

Mas essa lembrança, excepcionalmente, é resgatada de maneira tranqüila, sendo acolhida e compreendida de uma forma mais elaborada e pacífica, segundo revelam os próprios pacientes após a consulta.

Valnet<sup>12</sup> descreve algo semelhante à essa sensação em suas pesquisas com diversos óleos essenciais usados no tratamento de depressão e ansiedade :

" Dir-se-ia que os pacientes se sentem como transportados pelo óleo essencial até um mundo diferente, mais agradável e aceitável, de modo que muitos dos seus instintos reativos são refreados e eles gradualmente voltam à normalidade"

Marguerite Maury<sup>13</sup> também observou esse efeito em seus pacientes e opinou :

"...o maior interesse é o efeito da fragrância sobre o estado psíquico e mental do indivíduo. Os poderes de percepção se tornam mais nítidos e mais acurados, e há a sensação de se ver mais objetivamente e em conseqüência, em uma perspectiva mais real. Portanto, pode-se admitir que os desconfortos emocionais que costumam obscurecer a percepção praticamente são suprimidos. "

Robert Tisserand<sup>14</sup>, chama esse parte desse fenômeno de "efeito reanimador": "...a essência nos transporta acima dos nossos problemas, fazendo com que nos sintamos mais leves e livres...".

Muitos acupunturistas já se utilizam da aromaterapia durante as sessões, seja aromatizando o consultório com essências calmantes, seja embebendo as agulhas em determinados óleos essenciais, quase sempre a Lavanda, antes de inseri-las nos pacientes, visando uma complementação da esterilização das agulhas, visto que todos os óleos essenciais em maior ou menor grau são notadamente bactericidas e/ou fungicidas.

Nunca antes, entretanto, se propôs um estudo sistemático relacionando especificamente óleos essenciais e pontos de acupuntura, visando obter efeitos terapêuticos mais amplos, a partir dessa interação.

Na Acupuntura Aromática o tratamento tem 2 fases principais, podendo ainda existir uma terceira fase, onde o paciente tem papel ativo.

A primeira fase é onde predominam os efeitos da acupuntura, quando o paciente, após avaliação da sua condição energética, recebe a punção das agulhas no seu corpo e logo

<sup>8</sup> Os óleos essenciais de Jasmim, Sálvia, Ylang Ylang, Patchouli tem esse potencial.

<sup>9</sup> Os óleos essenciais de Cardamomo, Junípero, Limão, Alecrim tem esse potencial.

<sup>10</sup> Os óleos essenciais de Grapefruit, Jasmim, Sálvia e Rosa tem esse potencial.

<sup>11</sup> Tisserand,R. A Arte da Aromaterapia. São Paulo. Roca,1993.

<sup>12</sup> Valnet, J. *The Practice of Aromatherapy*. Saffron Walden , Inglaterra : C.W.Daniel, 1980.

<sup>13</sup> Maury, M. *The Secret of Life and Youth* ( trad. Francês *Le Capital Jeunesse* ), 1961.

<sup>14</sup> Tisserand, R. *A Arte da Aromaterapia* , Ed. Roca, 1993

em seguida, a aplicação de gotas dos óleos essenciais selecionados junto à alguns pontos, na região da pele em torno das agulhas já inseridas .

Durante a sessão de acupuntura, o estímulo das agulhas produz um efeito equilibrador na energia do paciente.

Esse efeito é somado ao efeito produzido pela aplicação de uma gota de um óleo essencial puro, selecionado especificamente para atuar sobre um par de pontos de acupuntura que já está sendo estimulado pelas agulhas.

A escolha do óleo e dos pontos que serão associados é feita levando em consideração os objetivos do esquema terapêutico que está sendo utilizado.

Para obtermos os melhores efeitos terapêuticos possíveis, devemos, por exemplo, associar um óleo essencial cuja função energética é esfriar o sangue, com um acuponto que tenha essa mesma função ( BP10, por exemplo ) e ainda aplicarmos esse mesmo óleo no grupo de pontos abertos da hora do tratamento.

Na segunda fase da Acupuntura Aromática predominam os efeitos dos óleos essenciais no organismo do paciente.

Essa fase inicia durante a sessão de acupuntura, depois de inseridas as agulhas e obtido o Qi, no momento em que os óleos são aplicados em torno da pele que circunda as agulhas que estão estimulando os acupontos chave, previamente selecionados .

Esta segunda fase se estende até algumas horas depois da sessão, pois os óleos essenciais continuam biológica e energeticamente ativos, Estimulando a energia nos pontos chave, utilizados durante a sessão e dando uma suave continuação no estímulo após a sessão de Acupuntura Aromática.

Para que essa segunda fase tenha o melhor resultado possível, ressalta-se novamente que é preciso recomendar ao paciente que evite lavar os pontos onde os óleos essenciais foram aplicados possibilitando, assim, a continuidade na penetração dos princípios ativos até as regiões mais profundas de pele.

Uma terceira fase tem a participação direta do paciente e dele depende para haver com sucesso.

Nesta fase o paciente adota no seu cotidiano, práticas de aromaterapia em geral, utilizando outros óleos essenciais importantes no seu tratamento e que porventura não puderam ser utilizados na sessão de Acupuntura Aromática.

Isto pode ser feito através de inalações, aromatização de ambientes, massagens, compressas e outras formas .

O terapeuta pode seguir a linha terapêutica da PRESCRIÇÃO INDIVIDUAL de Marguerite Maury e preparar uma mistura individual, selecionando para tanto os óleos que melhor se encaixem nas características energéticas, psicológicas e físicas do paciente que é tratado.

Acupuntura e óleos essenciais atuando estreitamente unidos na Acupuntura Aromática, modulam-se reciprocamente nessa relação e resultam em um efeito quase sempre rápido e duradouro.

A Acupuntura Aromática valoriza ainda mais o papel dos óleos essenciais e traz à eles uma nova perspectiva, integrando-os e , pelos primeiros resultados clínicos, reservando à eles lugar de honra junto à gama de conhecimentos da Medicina Tradicional Chinesa.

Na Acupuntura Aromática o que mais interessa no momento da aplicação não é propriamente a planta e seus componentes químicos, mas a sim a vibração, a energia, o Qi contido no óleo essencial das plantas aromáticas.

A planta e seus componentes químicos marcam presença mais efetiva na terceira fase, quando o paciente aplica os óleos essenciais em uma maior quantidade no seu corpo, permitindo com que o organismo assimile as propriedades químicas e não somente vibratórias das plantas de onde foram extraídos os óleos.

A Acupuntura Aromática vem se mostrando eficiente em pacientes cujo tratamento isolado, seja por acupuntura ou por aromaterapia não está respondendo satisfatoriamente aos estímulos aplicados e está sendo útil em todos os tipos de pacientes, exceto, por ora, em epiléticos, grávidas e, sempre deve ser evitada em pacientes que sejam alérgicos à algum óleo essencial indicado ( o que é muito raro ).

Os tratamentos psicoterápicos, de um modo geral, são extremamente beneficiados como uso da Acupuntura Aromática, pois une-se o poderoso efeito psicológico produzido pela acupuntura, com o também igualmente poderoso efeito terapêutico dos óleos essenciais sobre os estados psicológicos patológicos, podendo em muitos casos substituir ou reduzir em muito a dosagem de tranqüilizantes e estimulantes usada no tratamento.

O professor Paolo Rovesti, estudioso dos efeitos das essências sobre a psique comenta:

"A possibilidade de aplicar novas terapias nessas psiconeuroses comuns é, portanto, de importância considerável.

Para tais fins, então, interessa levar em conta o uso de óleos essenciais como apoio **ou mesmo único remédio** em psicoterapia."

A Acupuntura Tradicional Chinesa também é uma ferramenta terapêutica extremamente valiosa nesses casos e que a Acupuntura Aromática pode ser ainda mais importante.

## **OS SISTEMAS DE ACUPUNTURA AROMÁTICA**

### **SISTEMA BASE**

O Sistema Base possibilita utilizar a Acupuntura Aromática de maneira rápida e prática no dia-a-dia do consultório.

O Sistema Base se fundamenta na Teoria dos Pontos Abertos e no Método da Tartaruga Mística ( para determinar esses pontos abertos ) onde é postulado que a cada duas horas do dia ( o equivalente a uma hora chinesa ) existe um ponto de abertura de vaso maravilhoso e um grupo de pontos Su ou Shu antigos ( pontos de equilíbrio dos 5 elementos ) recebendo impacto das energias celestes e terrestres.

Os Vasos Maravilhosos, também chamados de Meridianos Curiosos tem por função irrigar os espaços compreendidos entre os meridianos principais. Segundo os antigos, seria como se os meridianos principais fossem os rios e os meridianos curiosos os lagos.

Os Vasos Maravilhosos são condutores que transportam a energia ancestral dos Rins para diferentes partes do corpo, inclusive para os meridianos principais, recebendo as energias Yong ( nutridora ) e Wei ( defensiva ), de modo que tanto nos meridianos principais como fora deles, na superfície e na profundidade, nos órgãos e nas vísceras, circulam sem parar as 3 energias fundamentais para a manutenção da vida.

No momento do nosso nascimento e no momento em que estamos sendo tratados em acupuntura, existia e existem pontos que estão energeticamente mais receptivos( os pontos abertos do nascimento e da hora do tratamento ) a todo e qualquer estímulo externo como acupuntura, massagens e aplicação de medicamentos.

Saber o ponto aberto da hora do nascimento do paciente, caso seja possível, permite ao acupunturista pesquisar posteriormente a consulta **e encontrar os óleos essenciais de maior afinidade terapêutica com a personalidade ou estado atual do paciente.**

Esse dado é importante, pois podemos orientar o paciente para criar o hábito de fazer acupuntura diariamente o seu ponto aberto da hora do nascimento e caso seja possível ( por questões de horário ), na mesma faixa de duas horas onde se encontra a hora do seu nascimento .

Para esta massagem preparamos para o paciente uma quantidade de um dos seus óleos de afinidade diluída em óleo carreador com função de Imperador em uma mistura com outros óleos importantes.

Essa prática visa reforçar o Qi essencial do paciente e fazer circular a energia por todo o corpo.

Aplicar os óleos essenciais nos pontos abertos da hora do tratamento e/ou nascimento do paciente permite que Qi dos óleos penetre por eles e alcance todo o organismo.

No sistema base essa característica é muito valorizada para fazer penetrarem no corpo o Qi dos óleos essenciais escolhidos e essa energia inerente ao óleo vai, através dos Vasos Maravilhosos, ganhar o resto do corpo.

Conclui-se que todo e qualquer óleo essencial que seja colocado sobre o ponto aberto da hora do tratamento terá suas funções energéticas melhor distribuídas se, comparativamente, este mesmo óleo for aplicado em associação com qualquer outro ponto de acupuntura.



Assim, tendo determinado o óleo para o tratamento e os pontos abertos, basta aplicá-lo sobre os pontos abertos após a inserção da agulha e obtenção do Qi ou segundo os métodos que serão explicados mais a seguir.

## O Sistema de Conjunção

O Sistema de Conjunção é um sistema mais complexo que integra os pontos abertos do sistema base com outros pontos de ação importante no organismo.

Por exemplo, porque não associar, além dos pontos abertos, o ponto B13 e o ponto P9 com óleo essencial de Gengibre, nos casos de afecções devidas ao Vento-Frio alojado nos Pulmões ?

Os dois pontos citados acima, possuem afinidade uma afinidade muito grande com a função energética do de Gengibre e uma associação entre eles, permite que também haja um alcance mais Completo do Qi do óleo junto ao órgão afetado, complementando a estimulação dos pontos abertos do Sistema Base.

No Sistema de Conjunção adicionamos, então, aos pontos de equilíbrio do sistema base, pontos de ação fisiológica, usados no tratamento de desequilíbrios, dentro do universo dos 5 elementos, das 6 influências perniciosas e das 7 emoções ( 7 demônios internos ) e que, juntamente com os pontos de abertura de vaso maravilhosos e os Shu antigos do Sistema Base, constituem um valioso recurso terapêutico .

Para cada uma dessas condições em desequilíbrio existe um grupo de óleos que pode ser associado à pontos de acupuntura de efeito terapêutico análogo.

Exemplo:

### **Shen Agitado devido à Yang do Coração em elevação.**

Um dos Pontos mais indicados para o tratamento:

C7 ( Shen men)

- Harmoniza o Qi do Coração
- Harmoniza o Yong Qi
- Acalma o Shen, fortalece a Mente
- Transforma a Mucosidade do Coração
- Faz a limpeza de Calor do Coração
- Refresca o Calor do Sangue
- Dispersa a Mucosidade e o Vento Perverso

Óleos indicados para o tratamento dessa condição e que podem ser associados ( e posteriormente usados isoladamente, diluídos em um carreador ) com o C7 :

- Lavanda
- Ylang Ylang
- Melissa
- Neroli
- Rosa

Até agora, os resultados observados utilizando esse sistema foram :

- 1) Efeitos terapêuticos mais acentuados e, em alguns casos, mais rápidos.
- 2) Efeitos terapêuticos de duração maior.
- 3) Pacientes que não respondiam ao estímulo da acupuntura, passando a apresentar melhora ( em alguns casos pequena em outros significativa ).
- 4) Pacientes que tem algum temor das agulhas mais tranquilos durante a sessão.
- 5) Pacientes reconhecendo e utilizando os efeitos terapêuticos da aromaterapia no período entre as sessões de tratamento e , após receberem alta, incorporando no cotidiano o uso de compostos aromáticos visando a manutenção do equilíbrio após o tratamento.

## **A Prática da Acupuntura Aromática**

Uma vez feito o diagnóstico, determinados os pontos a serem estimulados (procedimento normal de uma sessão de acupuntura) e enfim selecionamos o (s) óleo (s) para o tratamento com Acupuntura Aromática, podemos prosseguir com a parte prática da Acupuntura Aromática.

Na prática, devemos ter sempre em mente a seguinte regra:

### **PREPARAR O TERRENO PARA SEMEAR**

Isto é,

### **PRIMEIRO ESTIMULAR, DEPOIS ASSOCIAR**

Assim sendo, o estímulo no acuponto deve ser efetuado antes da aplicação do óleo, seja através de Agulha, seja através de Moxa ou estímulo de outra natureza.

Esse procedimento visa "Abrir"/ "Semear" o ponto para torná-lo receptivo ao Qi do óleo que posteriormente será aplicado, assim como aumentar a vascularização da pele na região do acuponto, permitindo uma melhor captação do óleo essencial pelo organismo e também o acesso mais eficiente do Qi ao organismo.

Quando inserimos a agulha no ponto de acupuntura, devemos procurar obter o *Te Qi*, uma sensação de parestesia (adormecimento, sensação de peso, formigamento, um leve choque, vermelhidão ao redor do ponto) e após a chegada do Qi, podemos aplicar uma pequena gota do óleo essencial na pele junto à agulha.

Quando usamos Moxa, devemos proceder normalmente e após a sessão aplicar o óleo nos pontos chave.

Quando trabalhamos com eletroacupuntura, podemos aplicar o óleo igualmente após a obtenção do Qi ou antes de serem ligados os eletrodos.

Na Auriculoterapia aromática pode-se aplicar o óleo após a agulha ter sido inserida, da mesma forma que na acupuntura sistêmica ou, nos casos de agulhas semipermanentes na fita adesiva (preferencialmente do tipo Micropore) que fixa a agulha.

### **Algumas Considerações Importantes**

#### **- O PACIENTE DEVE ESPERAR ALGUMAS HORAS PARA TOMAR BANHO E LAVAR PONTOS ONDE FOI APLICADO O ÓLEO.**

Esse procedimento é sugerido para que o paciente não interrompa a Segunda fase da Acupuntura Aromática,

Os óleos essenciais aplicados na sessão permanecem penetrando pela pele, podendo isso ocorrer por algumas horas após a sessão, dependendo da taxa de evaporação do óleo.

O Qi do óleo permanece vibrando sobre o ponto um bom tempo após o término da Acupuntura.

Lavar o ponto interfere negativamente neste processo.

#### **- Pele transpirando pode reduzir os efeitos terapêuticos da Acupuntura Aromática.**

Uma pele que transpira excessivamente, não está receptiva para o Qi de um óleo essencial, mesmo assim podemos considerar o uso do óleo, mas devemos esperar efeitos mais reduzidos.

#### **- Acupuntura Aromática nunca deve ser aplicada sobre uma pele danificada.**

Não aplicar óleos em uma pele ferida ou danificada é uma máxima muito usada em aromaterapia, mas que pode ser questionada (Dr. Jean Valnet, um dos fundadores da Aromaterapia moderna, era médico do exército francês e aplicava óleos essenciais nos ferimentos dos soldados da Segunda Guerra Mundial).

Podemos considerar a Acupuntura Aromática nos casos de cicatrizes que não fecham e ulcerações persistentes.

**- Acupuntura Aromática não deve ser aplicada em pacientes com câncer, a menos que haja permissão do médico responsável pelo paciente.**

Existe uma advertência ao uso de óleos essenciais em pacientes com câncer avançado, mas que também deve ser debatida com o médico responsável pelo paciente, pois existem casos em que os óleos essenciais também podem ser muito benéficos se usados em conjunto com Acupuntura, pois ambos exercem papel regulatório nas vias de controle da dor no Sistema Nervoso Central.

**- Não devemos usar uma quantidade excessiva de óleo ao redor do ponto, na Acupuntura Aromática.**

Os óleos essenciais contêm o Qi extremamente concentrado ( 1 gota de óleo de rosa, por exemplo, representa o poder terapêutico concentrado de mais de 25 xícaras de infusão preparada da mesma planta).

Uma quantidade muito grande de óleo aplicada pode produzir um efeito reverso ao pretendido. Vejamos o exemplo da Lavanda, geralmente usada para acalmar o Qi e esfriar o Coração, mas que em quantidades muito grandes pode aquecer e ser estimulante do Qi. Podemos usar outros óleos como por exemplo o de Gengibre, em uma quantidade muito menor e obter o mesmo efeito, sem que haja desperdício.

### As 6 Condições Externas ( ou "As influências Perniciosas" )

Para podermos prosseguir o estudo detalhado da energética dos óleos essenciais, vamos primeiramente relembrar o papel das 6 energias da natureza que podem adquirir um caráter patológico ao penetrarem em um organismo energeticamente debilitado ou desajustado.

Vento, Frio, Fogo (Calor), Umidade, Sequidão e Canícula (Calor de verão) são mudanças climáticas normais.

Quando os homens conseguem adaptar-se a elas, elas não são patogênicas, mas quando ocorrem variações climáticas brutais ou anormais, ou então a diminuição da resistência do organismo, elas podem penetrar e tornar-se nocivas (patogênicas), originando doenças. Nesse caso, as seis energias passam a se chamar seis excessos ou também seis viciados ou seis incorretos (Xie).

#### ▪ Frio

É um fator patogênico Yin (que portanto consome Yang Qi) que pode ser causado devido a um excesso de Yin ou quando o Yang do Corpo está deficiente.

Manifestações clínicas do Frio são: arrepios, membros frios, diarreia com alimentos não digeridos, urina clara e abundante, palidez. O Frio está associado com o inverno.

O Frio contrai, obstrui e atrasa o movimento normal, e inativa.

O Frio pode bloquear a energia do Qi do Sangue, causando dores severas (cortantes e como câibras).

Sinais da invasão do Frio:

- Temor do Frio
- necessidade de bebidas quentes e falta de sede
- necessidade de Calor e aquecimento constantes (frioento)
- dores intensas e cortantes
- resposta baixa a doenças
- sintomas piorando com o Frio e melhorando com o Calor
- tendência ao catarro ser fluido, transparente ou branco e copioso
- urinas freqüentes
- pulso lento
- língua com revestimento branco.

## ▪ CALOR

O Calor ou o Fogo é de natureza Yang, por ser uma energia ativa e quente.

Está mais associado ao Verão, mas pode surgir em qualquer outra época do ano.

O Calor é caracterizado por ser uma energia que provoca dispersão, dano ao Yin com tendência de se aprofundar e afetar a mente ( Shen ).

O Calor também provoca Vento e agitação internos que podem ocasionar dores de cabeça, delírio, convulsões e rigidez na nuca.

Existem duas diferenças entre Calor e Fogo:

1) O Calor é de origem externa e o Fogo de origem interna.

2) O Fogo normalmente está dentro dos órgãos e os aquece e produz transformações ( um desequilíbrio interno pode fazer surgir Síndromes do tipo "O Fogo o Coração inflama-se no alto").

Sinais da invasão do Calor:

- Temor do Calor
- Desejo constante de frescor ou frio
- Sede e desejo de bebidas geladas
- Sintomas fortes ( Irritabilidade e inflamações )
- Dor ardente e do tipo "queimação"
- Tendência a sentir Calor ( Calorento )
- Sente-se bem quando o tempo está frio ou fresco
- Excitabilidade e comportamento ansioso, nervoso ou irrequieto.
- Sintomas pioram com o Calor e melhoram com o frio
- Tendência a apresentar catarro viscoso e pegajoso
- Alta temperatura corpórea, inchaços, dores de cabeça, dor de garganta, boca seca
- Irritabilidade, insônia ou delírio
- Face vermelha, olho avermelhados ou urine avermelhada
- Tendência a Ter infecções de pele do tipo, furúnculos, ulcerações e bolhas com vermelhidão e inchaço local.
- Pulso Rápido
- Língua vermelha podendo apresentar revestimento amarelado

## ▪ UMIDADE

A Umidade perversa é de natureza Yin pois se caracteriza por ser molhada, pesada e lenta.

Viver ou trabalhar em locais úmidos ou vestir roupas úmidas pode permitir com que a Umidade invada o nosso corpo.

A Umidade é turva, pesada, colante e estagnante. Por ser de natureza Yin a Umidade tende a ir para o interior e a ferir o Yang Qi. Ela é "turva", pesada, "suja", colante e estagnante.

A Umidade está tradicionalmente relacionada a manifestações externas como doenças de pele, ulcerações e abscessos ( sempre com presença de pus ), urina turva, diarréia e leucorréia com muito pus e odor repugnante. A Umidade também afeta as funções digestivas.

Sinais da invasão do Calor:

- Letargia
- Muco ou catarro copioso ( sinal de Umidade-Frio )
- Esteve em ambiente de alta Umidade por um longo tempo.
- Alimentação rica em amido e doces
- Metabolismo lento
- Temperamento fleumático
- Catarro claro ou branco e coriza.
- Infeções por fungos, especialmente *Candida albicans*
- Tendência a eructações, dispepsia congestiva, constipação e retenção
- Predisposição crônica a ter infecções de baixo grau
- Hábito de comer comida gordurosa e altamente calórica
- Hábito de ingerir álcool e usar drogas ( remédio também )
- Secreções e excreções corpóreas mal cheirosas
- Catarro pegajoso e amarelado ( Sinal de Umidade-Calor )
- Dificuldade de digerir gorduras e álcool
- Pulso escorregadio
- Língua ou revestimento lingual de aspecto gorduroso.

## ▪ SEQUIDÃO

A Sequidão é freqüentemente citada como uma condição restritamente ambiental. Mas na prática clínica esse conceito é mais extenso.

A Sequidão está associada ao outono e é um fenômeno de natureza Yang, pois está muito relacionada com o Calor.

A Sequidão tende a causar desidratação, e seus primeiros sintomas são nariz, lábios e língua secos; pele seca e rachada.

Clinicamente, a Sequidão não é considerada um fator tão importante.

Sinais da invasão da Sequidão:

- vulnerabilidade para ter mucosas irritadas
- desidratação e sede
- diminuição das defesas corpóreas superficiais, especialmente do sistema respiratório, mucosas e pele
- tendência a condições atópicas tais quais: eczema seco, asma e rinite alérgica
- dificuldade de respirar em um ambiente seco
- pele seca
- tosse seca e não produtiva
- rinite alérgica
- eczema alérgico seco
- falta de fôlego e respiração ofegante

## ▪ Vento

O Vento no interior do corpo se comporta da mesma maneira que no exterior. O Vento é movimento e também gera movimento.

O Vento afeta o corpo da mesma maneira que ele movimentaria um galho de árvore.

As dores móveis, que são aquelas em que o paciente não consegue determinar um lugar fixo para a dor que sente e diz que "a cada hora ela está em um lugar" são associadas com o Vento, pelo caráter de movimento que ele tem.

Coceiras, erupções na pele que mudam de local, espasmos, tremores nas extremidades, dores do tipo contratura e tonturas também estão relacionadas com o vento.

O Vento é relacionado com o primavera, mas suas desarmonias podem surgir em qualquer época do ano.

O Vento é uma influência perniciosa que raramente está sozinho. Quase sempre é acompanhado de outras energias perversas como Frio e Umidade.

A presença do vento permite e aumenta a invasão do corpo por outras energias perversas.

Sinais da invasão do Vento Externo:

- Temor do Vento
- Sintomas "móveis" ou "flutuantes" de aparecimento e desaparecimento súbito
- Transpiração
- Cefaléias de aparecimento súbito
- Narinas entupidas
- Coceira na garganta
- Coceiras

Sinais da produção do Vento Interno:

- Vertigens, tonturas
- Febre intermitente
- Espasmos musculares
- Tendências reumáticas
- Membros dormentes

### A Energética dos Óleos Essenciais

O Estudo e conhecimento das funções energéticas dos óleos essenciais permite com que o acupunturista os associe com segurança aos pontos abertos e outros pontos.

O estudo a seguir não é um estudo completo nem usa todos os óleos possíveis para cada situação, mas visa dar ao acupunturista, elementos básicos para a utilização da Acupuntura Aromática no tratamento de diversas condições.

Algumas das sugestões de óleo para associação ( como no caso do paciente em coma ) não foram testadas ainda e merecem atenção e relato, caso algum acupunturista as aplique.

Vejamos, então, a seguir, qual é a atuação de diversos óleos essenciais frente às diferentes condições de desajuste energético que a vida no impõe.

### Óleos Que Liberam o Exterior

Os óleos que liberam o exterior são usados para condições onde os males do Vento, do Frio e do Calor afetam os níveis exteriores. Essas condições ocorrem tipicamente nas desarmonias agudas.

São óleos sudoríficos, que expulsam o Calor e aliviam os músculos e as dores de artrite, harmonizando e aliviando o exterior.

Existem 2 principais causas para essas condições:

- 1) O VENTO-FRIO: Devemos orientar a terapêutica para aquecer o Tai Yang  
Devemos usar óleos que atuem nos Pulmões e na Bexiga, visando fortalecer o Wei Qi e aliviam os sintomas cefálicos.  
Caso haja sintomas digestivos, devemos usar óleos que alcancem os Pulmões, o Estômago e o Baço- Pâncreas.

ÓLEOS INDICADOS: Gengibre, Menta, Tomilho

- 2) VENTO-CALOR: Devemos refrescar o estagio Wei do Tai Yang  
Devemos usar óleos que atuem nos Pulmões e no Fígado , este último, principalmente se houverem sinais oftálmicos de vermelhidão, irritação ou lacrimejar excessivo, devemos atentar em proteger o sangue armazenado.

ÓLEOS INDICADOS: Eucalipto , Sândalo  
Com presença de sintomas oftálmicos associar também um dos óleos : Bergamota ou Limão.

### Óleos Que Aliviam o Calor/Fogo Interno

As principais causas do calor interno residem nos excessos.  
Podemos identificar 5 tipos de calor interno que correspondem :

- 1) Fogo queimando a camada Qi ou Calor no meridiano Yang Ming;
- 2) Calor no Sangue;
- 3) Umidade-Calor internos;
- 4) Acúmulo de Calor e toxinas;
- 5) Penetração e acúmulo do Calor de Verão.

Para tratar esses males, devemos usar óleos de natureza fria, exceto nos casos de Calor no Sangue e de Calor de Verão como veremos mais adiante.

- No caso de Calor no Yang Ming ou camada Qi, devemos tratar usando óleos que limpem o fogo interno.

ÓLEOS INDICADOS:  
Lavanda, Camomila, Gerânio, Rosa, Sândalo.

- No caso de Calor que queima o Sangue, devemos atentar para o uso de óleos que protegem e nutrem o Sangue, pois o Calor acaba por danificar os nutrientes do Sangue e se, nesse caso, apenas dispersarmos o Calor, teremos como resultado um sangue fraco e tendendo ao resfriamento.

ÓLEOS INDICADOS:  
Gerânio, Rosa, Alecrim (deve ser combinado com outro óleo e ponto, caso contrário pode aquecer mais ainda), Neroli.

- No caso de acúmulo de Umidade-Calor, devemos utilizar óleos que limpem o Calor e a Umidade.

ÓLEOS INDICADOS:  
Limão.

- No caso de acúmulo de Calor provocado por excesso de toxinas devemos dispersar utilizando óleos que promovem limpeza e que tenham forte ação anti-séptica.

ÓLEOS INDICADOS:  
Junípero, Tea Tree, Lavanda, Limão.

- Já no caso do aquecimento interno pela penetração do Calor de Verão, devemos utilizar óleos que atuem fortalecendo o TR médio e principalmente elevando o Qi do Baço, pois geralmente a função digestiva está em desarmonia.

ÓLEOS INDICADOS:  
Patchouli, Gerânio, Lavanda Alecrim e Erva-Doce.

### Óleos Purificadores

#### 1) Purificadores "de Ataque".

Estimulam o peristaltismo intestinal e atuam de forma semelhante aos purificadores do Fogo e da Umidade-Calor Perversos.

Geralmente são utilizados óleos frescos para constipação por estagnação de energia na região abdominal devido à excesso de Calor interno:

ÓLEOS INDICADOS:  
Camomila, Gerânio, Menta, Rosa, Bergamota, Laranja

Nos casos caracterizados como Excesso de Frio interno diminuindo o metabolismo e causando acúmulo de toxinas, devemos utilizar óleos que aqueçam o interior, além de estimular o peristaltismo.

ÓLEOS INDICADOS:  
Erva-doce, Gengibre, Tomilho

2) Umidificadores

Quando a sequeidão ataca os intestinos é necessário o uso de óleos laxantes suaves que umedecem os Intestinos. Como essas condições são freqüentemente acompanhadas de deficiência no Yin e/ou no Sangue, podemos usar pontos e óleos para tonificar essas funções.

ÓLEOS INDICADOS:  
Gerânio, Sândalo, Rosa

3) Diuréticos Fortes

Devemos ter cuidado ao usar esses óleos com pontos de Rim e Bexiga ( como R7 e B60 ) pois eles podem danificar o Yin e o Qi. São óleos extremamente fortes e devem ser usados em Acupuntura Aromática somente em casos severos de edemas e acumulações pelo corpo em geral.

ÓLEOS INDICADOS:  
Junípero

### Drenar a Umidade

Os óleos para drenar a Umidade tem efeitos um pouco semelhantes aos óleos diuréticos.

Se a Umidade se acumula e fica estagnada, isso pode causar problemas no metabolismo dos fluidos.

Nesses casos, utilizar somente óleos diuréticos não resolve o problema.

Devemos utilizar óleos que atuem nos órgão relacionados com a regulação e distribuição de água e esses órgãos são : Baço, Pulmões e Rins e Bexiga.

Óleos que atuam no Baço são indicados para o controle dos fluido no corpo todo.

ÓLEOS INDICADOS:  
Patchouli, Cedro, Alecrim, Erva-doce

Óleos que atuam na Bexiga só aumentam a saída de urina.

ÓLEOS INDICADOS:  
Junípero, Erva-Doce



Existe uma outra via de eliminação da Umidade Perversa, principalmente quando ela está associada ao Calor, que utiliza o Coração, que envia o excesso para o Intestino Delgado e este então para a Bexiga que elimina.

ÓLEOS INDICADOS:  
Gerânio

### Drenando o Vento Úmido

O Vento Úmido causa uma condição chamada *Bi* ( obstrução dolorosa ). Nessa condição vemos uma energia de natureza dinâmica ( o Vento ) associada a outra de natureza estagnante ( a Umidade ).

Quando essas duas energias combinadas, invadem o corpo elas provocam fortes dores e inchaço.

É como se o Vento ficasse o tempo todo tentando empurrar a pesada Umidade que, ao penetrar no organismo, vai se “colando” e estagnando e é esse embate entre o Vento e a Umidade que provoca o inchaço e a dor, podendo estar associado também ao Frio ou ao Calor ( se o paciente melhora com aplicação de Calor , por exemplo, é um sinal de que a causa é devida ao Vento-Frio-Úmido )

Como as articulações dos dedos das mão, punhos, dedos dos pés e calcanhares são dos lugares preferidos da Umidade para se “grudar” essa invasão pode acabar gerando um quadro de Reumatismo ( Síndrome Bi ) que deve ser tratado observando todos os fatores mencionado acima.

Devemos, então, usar óleos que expulsem o Vento-Úmido além de procurar o nível da dor para reforçar a raiz do problema.

Dores ao nível de tendões ( Fígado )

ÓLEOS INDICADOS:

Bergamota, Laranja, Mifólio, Neroli

Caso acompanhadas de Sinais de Frio: Alecrim ( associar a pontos Ashi locais )

Caso acompanhadas de Sinais de Calor: Lavanda ( associar a pontos Ashi locais )

Dores ao nível do ossos e articulações ( Rins )

ÓLEOS INDICADOS:

Geral : Cedro, Gengibre, Erva-Doce, Pinheiro, Mifólio

Caso acompanhadas de Sinais de Frio: Alecrim ( associar a pontos Ashi locais )

Caso acompanhadas de Sinais de Calor: Lavanda ( associar a pontos Ashi locais )

### Transformando o Fleuma do Pulmões e Acalmando a Tosse

Os Pulmões são os reservatórios do Fleuma no corpo e, por esse motivo, o acúmulo do Fleuma afeta principalmente a função dos Pulmões.

Outros órgão envolvidos são o Baço e o Estômago.

O Baço é envolvido em tendências crônicas de acúmulo. A insuficiência no Baço gera o Fleuma.

O Fleuma quando instalado no Estômago deixa o paciente sem apetite, podendo provocar náusea e vômitos.

Devemos usar óleos que atuem nos Pulmões, no Baço e no estômago, de acordo com a diagnóstico.

Existem Duas categorias de Fleuma: Fleuma Calor e Fleuma Frio .

Identificando as duas situações devemos escolher a terapêutica adequada para transformar o Fleuma e associar com os pontos de acupuntura para reforçar as funções correspondentes.

ÓLEOS INDICADOS PARA RESOLVER FLEUMA-CALOR :  
Menta, Eucalipto, Lavanda

ÓLEOS INDICADOS RESOLVER FLEUMA-FRIO:  
Gengibre, Alecrim, Pinheiro, Esclaréia, Jasmim.

Tumores e Acumulações Palpáveis geralmente são devidos à congestão da Umidade associada à desmoroamento da energia do Baço.

Os óleos transformadores do Fleuma também são indicados nesses casos.

ÓLEOS INDICADOS:  
Mirra, Junípero ( associado com Lavanda ), Eucalipto

Uma consequência do acúmulo de Fleuma nos Pulmões é a irritação do trato respiratório, resultando em tosse.

Devem ser usados, nesses casos , óleos que resolvam o Fleuma e acalmem a tosse.

ÓLEOS INDICADOS:  
Jasmim, Eucalipto, Lavanda

### Transformando a Umidade

São usados óleos de ação similar aqueles para transformar o Fleuma, mas com uma ação mais direta nesse caso.

Para resolver o Fleuma devemos transformá-lo antes, enquanto que para resolver a Umidade podemos ser mais radicais e secá-la.

O Fleuma não se resolve por uma ação desse tipo, por que ele é mais denso ( Numa analogia ele seria como o mel, enquanto que a Umidade seria como a água em termos de densidade ) e bem menos dinâmico.

O Acúmulo de Umidade, geralmente se reflete devido a insuficiência de Qi ou Yang no Aquecedor Médio, especialmente no Baço e no Estômago.

Devemos usar óleos que reforcem essas funções para que a transformação da Umidade seja eficiente.

ÓLEOS INDICADOS:  
Esclaréia, Alecrim, Gengibre

### Aliviando a Estagnação de Alimentos

A estagnação de alimentos tem padrões etiológicos similares aos da estagnação de Qi nos órgãos digestivos, incluindo o Estômago, o Fígado, a Vesícula Biliar e os Intestinos e por isso geralmente usamos tanto óleos para regular o Qi quanto para aliviar a estagnação de alimentos.

A estagnação de alimentos pode estar associada tanto ao Frio quanto ao Calor. Uma análise dos sinais e sintomas é que permite a determinação do tipo de tratamento.

Óleos que promovem a secreção de suco gástrico e promovem o peristaltismo podem ser usados.

ÓLEOS INDICADOS:  
Bergamota, Lavanda, Laranja, Erva-Doce, Camomila, Menta

### Regulando e Removendo o Qi Estagnado

A estagnação do Qi geralmente ocorre no Estômago e no Fígado em seu estado inicial. O Qi estagnado no Estômago resulta em distúrbios digestivos e para o tratamento devem ser usados óleos que dispersem e circulem o Qi estagnado, pois geralmente há estagnação de alimentos associada.

A estagnação do Qi no Fígado geralmente ocorre junto com a do Estômago.

A grande maioria dos óleos que regulam o Qi, tem ação pelo Fígado, que é responsável pela manutenção da circulação do Qi pelo corpo.

Devemos usar óleos reguladores do Qi e óleos que façam o Qi circular via Fígado.

ÓLEOS INDICADOS:  
Alecrim, Eucalipto, Esclareia, Camomila, Melissa, Cipreste, Lavanda, Milefólio.

### Regulando o Sangue

Também são óleos que atuam no Fígado, havendo tanto os óleos hemostáticos e os óleos que regulam o Sangue.

ÓLEOS INDICADOS:  
Cipreste, Lavanda, Limão

### Aquecendo o Interior

O acúmulo de Frio interior é devido à deficiência severa de Qi ou Yang.

Devemos usar óleos que elevem o Qi e o Yang, principalmente de Rins e Baço.

ÓLEOS INDICADOS:  
Gengibre, Alecrim, Tomilho

### Tônicos

Devemos usar tônicos somente em casos de deficiência ( atentar para o falsos excessos ) e o tipo correto de deficiência deve ser diagnosticado.

Nos casos de deficiência de Qi, devemos usar óleos que atuem no Baço e no Pulmão, pois esses são órgãos responsáveis pela produção de Qi.

ÓLEOS INDICADOS:  
Cedro, Tomilho

Quando o caso é de deficiência de Yang devemos usar tônicos Yang combinados com tônicos do Yin ou Qi , pois se tonificamos somente o Yang, corremos o risco de perder a energia tonificada , pois o Yang é energia pura ( que tem forte tendência a se dispersar espontaneamente ).

COMBINAÇÕES DE ÓLEOS INDICADAS:

Gengibre com Rosa  
Alecrim com Lavanda  
Tomilho com Lavanda

No caso de deficiência o Yang dos Rins, devemos podemos usar dois tipos de estratégia:

- 1) Óleos que atuam nos Rins e no Baço, quando há sintomas de Fadiga, diarreia e incontinência urinária.

ÓLEOS INDICADOS:

Junípero, Erva-doce

- 2) Óleos que atuam nos Rins e no Fígado, quando há atrofia dos tendões e degeneração dos ossos.

ÓLEOS INDICADOS:

Junípero, Neroli, Cedro, Pinheiro

Nos casos de deficiência de Yin e Sangue geralmente ocorre a presença da Sequidão Perversa. Esse tipo de deficiência é causado geralmente por um excesso de Yang ( Calor ) prolongado.

Devemos usar óleos que fortaleçam o Yin e o Sangue.

ÓLEOS INDICADOS:

Gerânio, Rosa

Todos os tônicos do Sangue atuam via Fígado.

Os tônicos Yin podem atuar via Pulmões e Estômago, restaurando o Yin e debelando a febre ou pelo Fígado e Rins , atuando em um nível mais profundo de debilidade.

Qualquer dano prolongado no Yin provoca dano no Yin dos Rins e do Fígado, pois os Rins são a fonte do Yin e o Fígado é o órgão filho dos Rins.

### Adstringentes

Existem três situações onde podemos usar óleos deste grupo.

- 1) Quando há deficiência energética nos Rins ( Yang ou Yin ) , devemos usar esses óleos para conter nutrientes e fluidos nos corpo evitando a eliminação dos mesmos pelo corpo.

ÓLEOS INDICADOS:

Limão, Cedro, Erva-Doce, Pinheiro

- 2) Nos casos onde há deficiência no Baço devemos usar óleos para controlar a diarreia e evitar a perda excessiva de nutrientes e a desidratação.

ÓLEOS INDICADOS:  
Patchouli, Gerânio, Cedro, Alecrim, Erva-Doce, Tomilho

- 3) Os Pulmões regem a respiração e a pele. Um excesso de transpiração pode acarretar perda de nutrientes pela pele e assim devemos usar óleos adstringentes para evitar essa perda.

ÓLEOS INDICADOS:  
Cedro, Pinheiro

### Pacificando o Espírito

Para este caso existem os óleos que acalmam o Espírito ( Shen ) e também aqueles que acalmam e nutrem o Espírito, sendo estes últimos mais potentes que os primeiros, pois atuam tonificando o Yin do Coração e do Fígado ( o desequilíbrio nesses órgão pode gerar quadros de ansiedade, insônia e distúrbios mentais )

ÓLEOS INDICADOS:  
Ylang Ylang, Lavanda, Bergamota, Rosa, Neroli, Melissa, Jasmim

### Abrindo os orifícios

Nos casos de coma, desmaios e colapso ocorre o fechamento dos orifícios. Devemos utilizar óleos que abram os orifícios restaurem a consciência.

ÓLEOS INDICADOS:  
Alecrim ( Puncionar todos os pontos Ting em casos de coma e associar ao óleo )

### Extinguindo o Vento interno

O aparecimento do Vento Interno é sempre uma consequência de um desequilíbrio raiz. Tremores, paralisias, contraturas são consequências desses desequilíbrios. O Fígado e os Rins são os órgão mais comuns e devem ser estimulados.

ÓLEOS INDICADOS:  
Bergamota, Laranja, Milefólio

**A Energia Perversa não é a causa de uma desarmonia.  
É somente uma parte dela.**

## **AS FUNÇÕES ENERGÉTICAS PRINCIPAIS ( e algumas indicações de uso ) DOS 40 ÓLEOS ESSENCIAIS MAIS USADOS EM AROMATERAPIA.**

### **Alcarávia ( Caraway )**

- Promove a circulação do Qi no Estômago e nos Intestinos : Distensão abdominal, náusea, eructações e flatulência.
- Eleva o Yang Qi do Baço-Pâncreas e previne a acumulação da Umidade Perversa: Obesidade, cansaço, resfriados freqüentes.

### **Alecrim ( Rosemary )**

- Tonifica o Yang Qi do Coração: Fadiga cardíaca, palpitações, hipotensão, mãos e pés frios, falta de concentração e memória, debilidade nervosa, falta de autoconfiança, "moral baixa".
- Promove a circulação o Qi e do Sangue no corpo: Dores musculares, fadiga muscular, reumatismo de origem Frio.
- Dispersa o Frio Perverso dos Pulmões :Tosse com muco claro ou branco, bronquite.
- Fortalece o Qi do Baço-Pâncreas : Distensão abdominal, flatulência, dispepsia.

### **Benjoim ( Benzoin )**

- Aquece e combate o Frio e a Umidade nos Pulmões : Bronquite crônica, asma de natureza fria, tosse com muco claro ou branco;
- Aquece e combate o Frio e a Umidade na Bexiga: Cistite e uretrite;
- Eleva o Yang Qi do Baço-Pâncreas : Letargia; membros frios, falta de apetite, distensão abdominal, excesso de pensamentos, preocupação, obsessão.

### **Bergamota ( Bergamot )**

- Promove a circulação do Qi no Estômago e nos Intestinos : Distensão abdominal, indigestão e cólica;
- Relaxa e Harmoniza o Qi e o circula o Qi acumulado no Fígado : Indigestão de origem nervosa, perda de apetite devido à stress, Raiva não expressa, tensão nervosa, irritabilidade, depressão nervosa, ansiedade e frustração .

### **Camomila ( Chamomile )**

- Promove e harmoniza a circulação do Qi em todo o corpo, regulando o seu movimento: Tensão nervosa crônica e insônia; indigestão por causa nervosa e náusea; constipação e cólon irritável, cefaléias e asma; tensão pré-menstrual e cólicas menstruais.
- Dispersa o Calor Perverso: Gastrite, cistite, artrite reumatóide, ouvidos inflamados, dermatite, eczema e pruridos.

### **Cardamomo ( Cardamom )**

- Estimula o movimento do Qi no processo de digestão : Indigestão, náusea, distensão abdominal, cólicas, soluços, halitose e flatulência;
- Eleva e dá suporte ao Qi do Baço-Pâncreas : Letargia, falta de apetite, falta de concentração, preocupações excessivas;
- Eleva o Qi dos Pulmões e elimina as Mucosidades : Acúmulo de mucosidade nos Brônquios devido à digestão fraca.
-

### **Cedro ( CedarWood )**

- Tonifica o Qi dos Rins: Debilidade nervosa, dores lombares, falta de memória, insegurança;
- Tonifica o Qi do Baço-Pâncreas : Letargia, falta de concentração;
- Drena a Umidade-Frio : Distensão Abdominal e diarreia crônica, celulite, excesso de peso, edema por acúmulo de umidade.
- Aquece e expulsa a Umidade-Frio dos Pulmões: Resfriados;
- Aquece e expulsa a Umidade-Frio da Bexiga : Cistite e infecções no trato urinário.

### **Cipreste ( Cypress )**

- Regula o fluxo da Energia Sangue : Hemorróidas, veias varicosas;
- Harmoniza e promove o fluxo do Qi e do sangue no TR Inferior: Dismenorréia, metrorragia, tensão pré-menstrual, colite espasmódica.
- Descongestiona o Qi obstruído: Acne, congestão linfática, dores reumáticas, pessimismo.

### **Coentro ( Coriander )**

- Circula o Qi no Estômago e nos Intestinos : Falta de Apetite, indigestão, distensão abdominal e flatulência.
- Circula o Qi e dispersa o frio nas obstruções dolorosas : Osteoartrite, neuralgia, dor reumática.
- Fortalece a Função do Baço-Pâncreas : Debilidade, fadiga mental, exaustão nervosa, depressão causada por excesso de preocupações que geram ansiedade e nervosismo.

### **Sálvia Esclaréia ( Clary Sage )**

- Eleva, Relaxa e circula o Qi do corpo : Fadiga Mental, debilidade nervosa, agitação mental tensão, falta de lucidez, depressão caracterizada por indecisão, mudanças bruscas de humor e confusão emocional.
- Promove o fluxo de Qi nos TR Médio e Inferior : Distensão Abdominal, flatulência, cólon irritável, tensão pré-menstrual, cólicas menstruais, dores do parto.
- Reforça e circula o Qi dos Pulmões : Respiração curta e falta de fôlego, asma, bronquite , tosse produtiva, infecções de garganta, mágoa, tristeza com sentimento de perda e falta de proteção.

### **Espicanardo ( Spikenard )**

- Acalma o Qi do Coração e o Shen : Ansiedade, insônia, tensão nervosa, taquicardia, arritmia;
- Regula o Fluxo de Qi no Aquecedor Médio: Náusea, constipação e cólicas intestinais.
- Promove a circulação do Qi e do sangue via Fígado : hemorróidas, veias varicosas, anemia.

### **Erva Doce ( Fennel Sweet )**

- Circula o Qi no Estômago e nos Intestinos: Indigestão, sensação de bolhas na região abdominal, náusea, eructações e flatulência, "cólon Preguiçoso";
- Regula o Qi e Dispersa o Fleuma Frio nos Pulmões : Tosse produtiva, asma de origem nervosa.
- Fortalece o Qi dos Rins e do Baço- Pâncreas : Gordura estagnada, retenção de água, obesidade, celulite.
- Fortalece o Qi do Baço- Pâncreas : Falta de apetite, preocupação excessiva, excesso de análise e tensão gerada por dificuldade de expressão de idéias.

## **Eucalipto ( Eucaliptus )**

- Dispersa o Fleuma Frio dos Pulmões : Resfriados, sinusites, laringites, bronquite crônica, melancolia.
- Tonifica o Qi dos Pulmões : Melhora a qualidade da Respiração e promove a captação de oxigênio pelas hemácias.
- Dispersa a Umidade-Frio estagnada no TR inferior: Cistite, leucorréia, infecções genito-urinárias em geral;
- Eleva o Wei Qi ( Qi defensivo ) : Tonifica o sistema imunológica, previne infecções recorrentes.
- Circula o Qi e dispersa o frio nas obstruções dolorosas : Reumatismo causado pelo Frio perverso, Dores musculares e neuralgia.

## **Gengibre ( Ginger )**

- Dispersa o Frio Perverso : Reumatismo Bi de natureza Frio
- Fortalece o Qi do Coração e da Circulação : Mãos e pés frios, fadiga cardíaca, angina
- Aquece e estimula os Pulmões : Bronquite crônica com muco claro ou branco, gripe, infecções respiratórias recorrentes;
- Eleva o Yang Qi dos Rins : Dores lombares associadas com fadiga muscular, falta de autoconfiança, impotência e frigidez, principalmente nos indivíduos que sofrem de fadiga crônica.

## **Gerânio ( Geranium )**

- Dispersa o Calor Perverso do corpo : Inflamações, nervosismo, ansiedade, agitação, irritabilidade.
- Estimula a circulação do Qi e do Sangue : Neuralgia, oftalmia , reumatismo, hemorróidas, veias varicosas, sangramentos menstruais excessivos;
- Tonifica O Qi do Baço-Pâncreas : Letargia, diarréia, congestão linfática;
- Tonifica o Yin Qi do corpo : Ansiedade crônica, infertilidade, sintomas da menopausa, exaustão.

## **Grapefruit**

- Drena o Calor Perverso e o Qi estagnado acumulados no Fígado: Distensão abdominal, constipação, náusea, boca amarga, irritabilidade, tensão, frustração, humor instável;
- Estimula o Qi do Baço-Pâncreas e dos Rins : Excesso de fluidos, celulite, obesidade e excesso de peso;
- Dispersa a Umidade-Calor do sangue : Hipertensão, arteriosclerose, reumatismo de origem Calor;

## **Hissopo ( Hyssop )**

- Fortalece o Wei Qi ( energia defensiva ): Deficiência imunológica, resfriados e gripes frequentes
- Fortalece o Yang Qi dos Pulmões : Pouca vitalidade, falta de fôlego , bronquite, faringite, sinusite, melancolia , pessimismo.
- Dispersa o Frio dos Pulmões : infecções respiratórias com caracterizadas pela presença de catarro claro.
- Fortalece o Yang Qi do Baço-Pâncreas : Falta de apetite, digestão lenta, falta de concentração,
- Estimula o Qi dos Rins e aquece o Sangue: Reumatismo de origem Frio.

## **Jasmim**

- Acalma o Qi e fortalece o Shen ( a mente ) : Ansiedade nervosa, cansaço, depressão
- Regula o Qi do Aquecedor Inferior : Impotência e frigidez ( especialmente quando o paciente se sente rejeitado ou pouco desejado pelo parceiro ) , leucorréia, corrimentos genitais.



### **Junípero ( Juniper )**

- Fortalece o Yang Qi dos Rins : Cansaço crônico, mãos e pés frios , dores lombares, edemas ( retenção de fluidos )
- Dispersa a Umidade-Frio acumulada no Baço-Pâncreas : Distensão abdominal, obesidade, arteriosclerose, letargia.
- Dispersa a Umidade-Frio do corpo : Reumatismo de natureza Frio, cistite, infecção urinária, bronquite ( causada pelo frio ).

### **Louro ( Laurel )**

- Circula e regula o Qi : Osteoartrite e reumatismo de origem Frio;
- Dispersa o fleuma frio do Aquecedor Médio : Digestão lenta, cólicas e flatulência;
- Expulsa o Frio perverso dos Pulmões: Resfriados com produção excessiva de catarro, bronquite crônica.
- Fortalece o Shen ( a mente ) : Falta de memória, debilidade nervosa crônica, pouca concentração.

### **Laranja ( Orange Sweet )**

- Remove a estagnação de Qi do Fígado: Enxaqueca com náuseas, tensão, irritabilidade, insônia, frustração.
- Remove a estagnação de Qi do Estômago e do Intestinos: Distensão abdominal, dor abdominal, falta de apetite, indigestão, flatulência, náusea, vômitos, constipação, cólon irritável.

### **Lavanda ( Lavander )**

- Dispersa o Calor : Inflamações, irritabilidade, dores espasmódicas, dores musculares, cansaço geral;
- Acalma e fortalece o Qi do Coração : Tensão nervosa, insônia, palpitações, hipertensão.
- Dispersa o Calor Perverso do Aquecedor Médio : Cólicas intestinais, Cólon irritável.
- Dispersa o Calor Perverso do Aquecedor Inferior : Tensão pré-menstrual, cólicas menstruais.
- Acalma e estabiliza o Shen ( a mente ) : Agitação, tensão nervosa, frustração, pânico, histeria, emoções fortes.

### **Limão ( Lemon )**

- Dispersa a Umidade-Calor estagnada : Congestão linfática, obesidade, celulite, taxa de colesterol alta, arteriosclerose;
- Dispersa o Calor e remove as toxinas estagnadas no Fígado : Náusea, irritabilidade, insônia;
- Movimenta o Sangue estagnado : Capilares frágeis, veias varicosas, hipertensão, hemorróidas.
- Dispersa o Calor dos Pulmões : Gripes e resfriados com presença de muco amarelado ou verde;
- Dispersa a Umidade-Calor do Baço-Pâncreas e clareia o Intelecto ( e também o Shen ) : Digestão lenta, confusão mental, preocupações excessivas, ansiedade.

### **Manjerona ( Marjoram )**

- Tonifica e circula o Qi do corpo: Contratura musculares, espasmos e cólicas intestinais, osteoartrite, Letargia crônica, exaustão nervosa, tensão alternada com falta de descanso gerando ansiedade e insônia
- Dispersa o Fleuma Frio : Asma, resfriado e tosse nervosa com muco claro ou branco;
- Acalma o Shen ( a mente ) e o Qi do Coração : Palpitações , taquicardia, hipertensão arterial.
- Restaura o Qi do Baço-Pâncreas : Agitação nervosa por excesso de pensamentos, obsessão.

## **Melissa**

- Remove o Qi estagnado : Espasmos do epigástrico, indigestão nervosa, náusea, flatulência, e cólicas menstruais.
- Acalma o fluxo de Qi nos Pulmões : Asma nervosa, tosse e bronquite com catarro amarelado.
- Dispersa o Calor no Fígado : Raiva, irritabilidade, enxaqueca;
- Harmoniza o Qi do Fígado com o do Coração: Depressão causada por excesso de ansiedade frente à pressões, sentimento constante de mal agouro.
- Dispersa o Calor no Coração e acalma o Shen : Cansaço, impaciência, agitação nervosa,

## **Hortelã-Pimenta ( Peppermint )**

- Circula o Qi :
- Dispersa o Fleuma Calor : Resfriados e gripes com febre alta e fortes dores de cabeça, Asma brônquica e bronquite crônica com produção de muco amarelo e pegajoso.
- Estimula a circulação do Qi no Estômago e nos Intestinos : Dispepsia, náusea, distensão do epigástrico, flatulência, cólicas intestinais, colite e hepatite, falta de concentração e dificuldade para “digerir idéias”.

## **Milefólio ( Yarrow )**

- Estimula e regula a circulação do Qi no Fígado: Indigestão, cólica abdominal, produção de bile insuficiente.
- Remove as obstruções dolorosas ( Bi ): Entorses, reumatismo, neuralgia.
- Dispersa o Calor: Gripe com febre alta e cefaléia forte
- Tonifica o Qi do Coração e da Circulação: Circulação deficiente, pressão baixa.
- Tonifica o Qi do Rins: Cistite, uretrite, urina pouco mas com muita frequência

## **Mirra ( Myrr )**

- Remove a Umidade acumulada por deficiência de Qi no Baço-Pâncreas: Letargia, frio interno, diarréia crônica, corrimento vaginal, excesso de preocupações, distração.
- Fortalece a Wei Qi (energia defensiva) : Infecção na boca, gengiva e garganta, laringite, perda de voz, bronquite, vaginite.

## **Neroli**

- Remove o Calor e estabiliza o Qi do Coração e o Shen ( a mente ) : Impaciência, ansiedade insônia, palpitações, hipertensão arterial, tensão nervosa.
- Fortalece o Qi do Baço-Pâncreas e Fígado : Dispepsia nervosa, espasmo e cólica abdominal, diarréia ( principalmente nas crianças ).

## **Olíbano ( Frankincense )**

- Acalma o fluxo do Qi : Irritabilidade e insônia, tensão nervosa, exaustão nervosa, reumatismo, menstruações dolorosas, dor no epigástrico.
- Fortalece o Wei Qi ( Energia Defensiva )
- Clareia o Shen e acalma a mente : Agitação e ansiedade.

## **Palmarosa**

- Fortalece o Yin Qi do Coração e acalma o Shen ( a mente ) : Palpitações, cansaço, insônia, ansiedade.
- Dispersa o Calor do Corpo : Todas as condições em que o Calor perverso gera tensão e exaustão.

## **Patchouli**

- Fortalece o Qi do Baço-Pâncreas: Fadiga, distensão abdominal, membros lassos e pesados, imunidade baixa devido à stress por excesso de trabalho mental e ansiedade crônica por preocupações, impotência e frigidez ligados à preocupações.

### **Pinheiro ( Pine )**

- Dispersa o Fleuma frio dos Pulmões: Infecções respiratórias, congestão nos sinus e nos brônquios , tosse, asma , bronquite , resfriados e gripe com catarro claro ou embranquecido, melancolia, pessimismo.
- Tonifica o Qi dos Rins : Cistites, pielite, excesso de ácido úrico, dores reumáticas e artrite, exaustão acompanhada de respiração curta e dores lombares.

### **Rosa ( Rose )**

- Dispersa o Calor : Todos os tipos de inflamação, intoxicações condições infecciosas relacionadas ao Calor Perverso.
- Restaura o Yin Qi : Ansiedade, depressão, insônia.
- Regula Qi e dispersa o Calor estagnado no Fígado : Tensão, irritabilidade, dores de cabeça, constipação.
- Promove o Fluxo de Qi na Vesícula Biliar : Náusea, colecistite.
- Movimenta o Qi e o Sangue estagnados: Menstruações dolorosas e irregulares.
- Tonifica o Qi do útero : Sangramento menstrual excessivo.
- Tonifica o Yin Qi do Coração e acalma o Shen ( a mente ): Ansiedade, insônia, palpitações.

### **Sândalo ( SandalWood )**

- Dispersa o Calor do Corpo : Insônia, exaustão nervosa, dores de cabeça.
- Dispersa o Calor dos Intestinos: Diarréia com sensação de queimação, colite mucosa.
- Dispersa o Calor da Bexiga e do Aquecedor inferior: Cistite com forte sensação de queimação, corrimento vaginal amarelado.
- Dispersa o Calor dos Pulmões: Bronquite envolvendo tosse dolorosa e com muco pegajoso e amarelado, dores de garganta.

### **Sempre Viva ( Everlasting )**

- Promove e Regula o Fluxo de Qi no Fígado e na Vesícula Biliar : Cólicas biliares espasmódicas, tensão, depressão causada por muita frustração, ressentimento, raiva acumulada, amargura de espírito.
- Dispersa o Calor Perverso acumulado no corpo: Reduz as inflamações, acalma os quadros de alergia, particularmente as acompanhadas de espirros, coceira e vermelhidão na pele e catarro.
- Circula o Qi estagnado no corpo : Dor de cabeça, enxaqueca, dores musculares, neuralgia, cólon irritável;
- Regula o fluxo do Sangue no corpo : Hematomas, veias varicosas.

### **Tea Tree**

- Fortalece o Wei Qi : baixa resistência, infeções recorrentes, letargia crônica.
- Fortalece o Qi dos Pulmões: Bronquite, sinusite, resfriado, gripe , respiração curta,
- Aquece o Aquecedor inferior: cistite e corrimento vaginal.
- Fortalece o Qi do Coração : Palpitações, circulação sanguínea fraca, debilidade nervosa e falta de concentração.

### **Tomilho ( Thyme )**

- Tonifica o Yang Qi do Corpo: Debilidade nervosa, ansiedade crônica.
- Dispersa o Frio Perverso dos Pulmões : Fadiga crônica, respiração curta, bronquite com muito catarro claro ou branco, resfriado, gripe, pessimismo, melancolia.
- Tonifica o Yang do Coração: Taquicardia, arritmia, circulação sanguínea fraca, dores reumáticas de origem Frio, artrite.
- Tonifica o Qi do Baço-Pâncreas : Distensão abdominal, flatulência, gastroenterite.
- Fortalece o Qi do Aquecedor Inferior: Cistite e infecções urinárias.

## Vetiver

- Dispersa o Calor : Artrite reumatóide, febre, cefaléia, insolação, sede excessiva, agitação.
- Fortalece o Yin Qi do corpo: Falta de apetite, perda de peso, anorexia, anemia, mal absorção dos alimentos, exaustão por excesso de trabalho intelectual.

## Ylang Ylang

- Fortalece o Yin Qi do Coração: Palpitações, hipertensão, taquicardia.
- Acalma o Shen : Agitação, insônia, epilepsia, impotência e frigidez devido à ansiedade e tensão.

## Preparando um óleo diluído para uso posterior à sessão de Acupuntura Aromática

Quando possível, é aconselhável prepara para o paciente um pouco dos óleos usados na sessão de Acupuntura Aromática diluídos em um óleo carreador e orientar o paciente para usar o óleo fazendo Do In em pontos chave para o seu problema.

Esta é uma forma de dar continuidade ao tratamento e manter o corpo recebendo o impacto do Qi dos óleos essenciais no período entre as sessões.

Todo óleo diluído deve ser, preferencialmente preparado seguindo a lógica chinesa de preparação fórmulas magistrais:

- **Imperador**

É o principal óleo da mistura. Deve atuar diretamente no órgão ou função, que é a base da doença.

- **Ministro**

É o óleo que irá auxiliar o imperador a realizar as suas funções.

Esta função significa que ele também atua na condição básica que causa a doença, porém é menos potente que o imperador.

- **General**

É o óleo que visa abortar os sintomas que incomodam o paciente. Tem uma ação paliativa mas é útil para que o sintoma melhore rapidamente.

- **Embaixador**

É o óleo que visa harmonizar os outros óleos na mistura e reduzir algum possível impacto negativo no organismo.

O óleo embaixador mais indicado é o de LAVANDA

### EXEMPLO DE MISTURA

Mistura para condição Asmática envolvendo falta de ar e muco congestionando as vias aéreas.

Imperador- Manjerona

Ministro- Pinheiro ( reforça qualidade expectorante da Manjerona )

General – Esclareia ( por seu efeito antiespasmódico e clareador sobre o sistema respiratório )

Embaixador – Lavanda ( harmoniza o QI resultante da mistura ).

Podemos orientar o paciente a massagear os seus pontos abertos da hora do nascimento, no mesmo horário do nascimento, o que , salvo impedimento de ordem prática, deve ser considerado como melhor opção para usar a mistura.

Ao contrário da fitoterapia chinesa, onde várias plantas podem compor uma fórmula, numa mistura de óleos devemos evitar usar mais de 4 óleos diferentes pelo fato de que um óleo essencial já deve ser considerado por si , uma mistura com diferentes propriedades e enfoques energéticos e a mistura com vários outros óleos essenciais pode gerar uma sinergia energética e química não muito confiáveis , pois **quanto mais misturamos diferentes óleos essenciais, mais perdemos a precisão terapêutica e o controle sobre o efeito da mistura.**

Formas de aplicação de óleos essenciais que são valiosas para serem aplicadas no período entre as sessões de tratamento por Acupuntura Aromática ( A massagem requer preferencialmente um profissional especializado )

Massagem

**Procedimento**

Use uma maca e cubra a pessoa com lençóis, expondo somente a área que está sendo massageada.

**Dosagem**

De 7 a 10 gotas de OE por 25 ml de óleos carreador, para uma massagem completa.

**Benefícios**

Beneficia problemas físicos e psicológicos. Boa para fadiga e dores musculares, tensão nervosa e ansiedade.

Cremes e Pomadas

**Procedimento**

Requer um creme base confeccionado com óleo vegetal extraído a frio.

Pode-se usar outros óleos como o de Gérmen de trigo ou Calêndula numa proporção de 20 %, em adição ao óleo essencial.

**Dosagem**

5 a 20 gotas de óleo (0,5 a 2%) em 50g do creme ou pomada.

**Benefícios**

Doses mais elevadas (2%) devem ser aplicadas para problemas respiratórios, contusões, dores nas juntas, torções e deslocamentos.

Em doses menores que 0,5%, é benéfico para pele sensível e inflamada.

Compressas

**Procedimento**

Adicione óleo essencial em uma tigela com água fria ou quente. Coloque um pedaço de pano na água e torça-o. Aplique na área afetada por 5 minutos. repita de 2 a 4vezes.

**Dosagem**

3 a 5 gotas para cada 600 ml.

**Benefícios**

Compressas quentes são adequadas para condições frias caracterizadas por: dor fixa com sensações de câibras, que pioram com o tempo frio.

Compressas frias são benéficas para condições quentes e de inchaço, acompanhados com sensações de ardência e inflamação.

Inalação do Vapor Quente

**Procedimento**

Adicione óleo essencial em uma tigela com água fervente. Coloque uma toalha sobre a cabeça e respire o vapor por 1 a 2 minutos apenas. Repita 2 a 4 vezes, após uma breve pausa de alguns minutos.

**Dosagem**

2 a 3 gotas para cada 600 ml.

**Benefícios**

Efetivo para complicações respiratórias: congestão dos brônquios e dos sinus; tosse e bronquite; garganta inflamada; resfriado e gripe.

## Banhos

### **Procedimento**

Adicione óleo essencial à uma banheira com água bem quente, mexendo vigorosamente a água enquanto se goteja o óleo essencial para que haja uma completa dispersão.

### **Dosagem**

4 a 6 gotas (adultos)

3 a 5 gotas (13-16 anos)

2 a 4 gotas (10 a 12 anos)

1 a 3 gotas (7 a 9 anos)

1 a 2 gotas (4 a 6 anos)

1 gota (abaixo de 3 anos)

### **Benefícios**

A melhor forma de relaxar (desde os tempos antigos, quando egípcios, gregos e romanos adotavam essa prática com frequência em suas vidas). Especialmente benéfico para problemas de tensão nervosa, cansaço acompanhado de dores musculares. Para insônia é indicado antes de deitar-se, usando óleos calmantes.

## Vaporização

### **Procedimento**

Adicione óleo essencial a um Rechaud ou a um prato contendo água que possa ser fervido com segurança, ou use um difusor elétrico (sem água).

### **Dosagem**

5 a 20 gotas em um Rechaud e 20 a 200 gotas em um difusor elétrico.

### **Benefícios**

É mais adequado para tratamentos psicoterapêuticos e para melhorar e elevar o humor. Este método deve ser o escolhido quando deseja-se desinfetar o ar e melhorar a respiração.

## TABELA DE CONSULTA RÁPIDA

Essa tabela, apesar de incompleta, pode ajudar muito o acupunturista no momento da consulta, pois ele pode recorrer a ela, tanto para confirmar algum óleo que deseje usar, como também para verificar se existe outra opção possível e que esteja disponível em seu kit.

A tabela pode também agilizar uma procura, mas não deve ser sempre usada como única fonte de consulta, salvo situações onde realmente seja preciso rapidez, pois a tabela não foi confeccionada pensando em sintetizar a totalidade de raciocínio que envolve as interações entre Acupontos e óleos essenciais, mas apenas de fornecer uma idéia prática para um desenvolvimento maior pelo próprio acupunturista que a utiliza.

### Consulte os números referentes aos óleos na lista após a tabela

<b>ESTAGNAÇÕES</b>	
Qi estagnado	5 -12-16- 17 -18 – 22- 25- 33 - 37-40
Qi do Estômago estagnado	6-7-19 -22 - 31 – 35
Qi dos Intestinos estagnado	6-7-19 -22 - 31 – 35
Qi do Fígado Estagnado	6-7 -8 -9 -33- 34 - 39
Qi da Vesícula Biliar estagnado	8- 33
Qi Estagnado no Aquecedor Médio	17-34
Qi Estagnado no Aquecedor inferior	16 -17-29
Sangue estagnado	12 – 26 -33
Qi e Sangue estagnados	4- 8 -34
Obstruções dolorosas ( Síndromes Bi )	16- 20 -35-39
<b>VAZIOS</b>	
Qi Vazio	5- 17
Yang Qi Vazio	12- 21- 32
Yin Qi Vazio	4- 8 -11
Qi do Fígado Vazio	24
Qi do Coração Vazio	1- 3 – 21- 32-39
Yang Qi do Coração Vazio	12 – 29
Yin do Coração Vazio	8 -28- 38
Qi do BP Vazio	2 -4 -5 -9 -12 -13 -19 -21- 24 – 35- 40
Yang do BP Vazio	19 -27 - 30 -31 - 36
Qi da Circulação-Sexo ( também Chamado Mestre do Coração ou Pericárdio ) Vazio	32- 39
Shen Fraco	37
Qi dos Pulmões Vazio	1-16 -17-32 - 40
Yang dos Pulmões Vazio	27
Qi dos Rins Vazio	2-9 - 19-23 -27 -39
Yang dos Rins Vazio	32 -36
Qi do Aquecedor Inferior Vazio	21- 29
Qi do Útero Vazio	8
Energia defensiva Wei Pobre	1-14 -15 -16 -27
Qi do BP desmoronado	5
<b>AGITAÇÕES E DESARMONIAS</b>	
Qi Insubmisso	3-8 -15 -17 -18-19 -29 -37
Sangue Agitado	20 -33
Qi e Sangue Agitados	No Aquecedor Inferior: 20
Qi dos Pulmões Agitado	25
Shen Agitado	3 -5 -8-15-24-25 -28-29- 34-38
Fígado e Coração em desarmonia	25

<b>ACÚMULOS e EXCESSOS</b>	
Toxinas Acumuladas	3 -26 – 36
Calor Acumulado	Corpo: 3 –4-8- –10-11-18 -33 - 38- 39 Nas Obstruções Bi: 9 No Sangue: 4 No Coração: 24- 25 No Fígado: 8-9–25 –26 Nos Pulmões: 10-26 Nos Intestinos: 10 Na Bexiga: 10 No Aquecedor Médio: 3 No Aquecedor Inferior: 3- 10
Frio Acumulado	Corpo: 32 Nos Pulmões: 21-27- 37 No Sangue: 27 Pulmões: 12 – 30- 32 Bexiga: 30 Nas Obstruções Bi : 35 No Aquecedor Inferior: 1
Mucosidades Acumuladas nos Pulmões ( Por deficiência de BP )	14-40
Umidade Perversa Acumulada	29- 31
Umidade- Frio Acumulada	Corpo: 2- 36 Pulmões: 2- 30 Bexiga: 2- 30 No Baço: 36
Umidade- Calor Acumulada	No Corpo: 26 No Sangue: 9 No Baço-Pâncreas: 26
Acúmulo de Frio no Útero	32
Acúmulo de Fleuma-Calor	Nos Pulmões: 22
Acúmulo de Fleuma-Frio	Nos Pulmões :5- 12 – 19–16 – 23 – 29-30–32 No Aquecedor Médio: 37



Numere, obrigatoriamente, os seus frascos de acordo com a lista abaixo , para poder utilizar a tabela , sem incorrer em erros.

**\*\* óleos com alguma restrição de uso por segurança**

1. Tea Tree ( Tea Tree )
2. Cedarwood ( Cedro )
3. Lavander ( Lavanda )
4. Geranium ( Gerânio )
5. Marjoram ( Manjerona )
6. Bergamot ( Bergamota )\*\*
7. Orange ( Laranja )
8. Rose ( Rosa )
9. Grapefruit ( Grapefruit )\*\*
10. SandalWood (Sândalo)
11. Vetiver (Vetiver)
12. Rosemary ( Alecrim )\*\*
13. Patchouli ( Patchouli )
14. Myrrh ( Mirra )
15. Frankincense ( Olíbano )
16. Eucalyptus ( Eucalipto )
17. Clary Sage ( Esclaréia )
18. Camomille ( Camomila )
19. Fennel ( "Erva-Doce" ou Funcho)\*\*
20. Cypress ( Cipreste )
21. Thyme ( Tomilho )\*\*
22. Pepermint ( Hortelã-Pimenta)\*\*
23. Pinus ( Pinheiro )
24. Neroli ( Neroli ou nerol )
25. Melissa ( Melissa )\*\*
26. Lemon ( Limão )\*\*
27. Hyssop (Hissopo )\*\*
28. Ylang Ylang ( Ilangue Ilangue )
29. Jasmim ( Jasmim )
30. Benzoin ( Benjoim )
31. Caraway ( Alcarávia )\*\*
32. Ginger ( Gengibre )
33. Everlasting ( Sempre viva )
34. Spikenard ( Espicanardo )
35. Coriander ( Coentro)
36. Juniper ( Junípero ou Zimbro )
37. Laurel ( Louro )\*\*
38. Palmarosa (Palmarosa)
39. Yarrow ( Milefólio )\*\*
40. Cardamom ( Cardamomo)

A seguir é fornecida uma Tabela de Acesso Rápido para utilizar óleos essenciais em combinações de pontos ( Fórmulas Terapêuticas).

A mesma advertência da tabela anterior deve ser observada.

Não pense que a sua Acupuntura Aromática pode se resumir algumas tabelas, pois você estará, em algum momento perdendo tempo e dinheiro usando óleos caros em situações que podem merecer outros óleos mais eficientes.

Procure desenvolver suas próprias tabelas assim como seus próprios sistemas, seja aprimorando os que foram apresentado aqui, seja criando um próprio esquema de trabalho.

ACNE: IG 4 ( 3 - 6 -10 ) IG 11 ( 6- 11 )	DOR DE DENTE IG4 (22) IG11(22) R3 (18)	GENGIVITE E45 (14)	LEUCORRÉIA F2 (3- 6) F3 (3- 6- 8)
ASMA : P5 (25) P9 ( 3- 16 - 25- 27 ) F3 ( 3- 20- 27 )	ECZEMA IG4 (6- 3) IG11 (16) CS7 (3) VB38 (3) F2 (3- 18)	GLOSSITE IG4 (6) ID3 (6)	NEURASTENIA C7 (3- 5) R3 (3) VB38 (3)
BLEFARITE : IG4 (3) F2 (3 - 18 ) F3 ( 3- 8- 18 )	EDEMA R7 (36)	GOTA BP2 (19- 30 -36)	OBESIDADE R7 ( 36)
BRONQUITE: P9 ( 3- 10-16- 27 ) IG4 ( 3- 6- 10 - 22 ) F3 ( 3- 6 )	ENFISEMA P9 ( 16 )	GRIPE IG4 (3 - 22) IG11(22) C9 (12)	OLIGÚRIA C5 ( 3 ) C7 ( 3 ) F2 ( 3 ) F3 ( 3 )
CISTITE F2 (3- 6) F3 (3- 6)	ENURESE F3 ( 20)	HEMIPLEGIA P9 (3) IG4 (3-22) IG11(22) ID3 (22) ID4 (22) VB38 (3) F2 (3)	OTITE IG4 (3) ID4 (3)
COLECISTITE F3 (8)	ENXAQUECA ID3 (12- 22) IG2 (17) IG4 (3- 17- 22) IG11 (22) E45 (17) E41 (22) C5 (3- 5- 25) C7 (3- 5- 25) ID4 (3- 17) B64 (3) TR3 (12- 22) VB38 (3)	HEMORRAGIA P9 (16)	PALPITAÇÕES C7 (3- 24- 25-28) C5 (3- 24- 25) C9 (12) F2 (3- 25)
CÓLICAS:  A) INTESTINAL IG2 (17) VB38 (6) F2 (6- 18) F3 (6- 18)  B) VESICULAR VB38 (6) F2 (6- 18) F3 (6- 18)	EPILEPSIA ID3 (12) IG4 (3) C7 (3) ID4 (3) R3 (3) F2 (3) F3 (3)	HEMORRÓIDA BP5 (14) R7 (36) F3 (20)	PARALISIA FACIAL IG4 (3- 22) P9 (3)
COLITE ID3 (6- 12) F3 (3- 6 -18 )	CONJUNTIVITE IG4 (3)	HERPES ZOSTER IG4 (6- 22) IG11(6 -22) F3 (6)	PARTO IG4 (3) F3 (3)
DEPRESSÃO P5 (25) C5 ( 5-3-25-24-8) C9 ( 29 ) ID3 ( 6 - 10 )	NÁUSEA P5 (25) BP2 (40- 19) C7 (3- 8 25) CS7 (3- 8- 25) F2 (3- 25) F3 (3- 8- 25)	HIPERTENSÃO P5 (25) P9 (17- 27) R3 (3) CS7 (3- 5- 25- 28)	PIELITE R7 (2- 36)
DIABETES BP2 (4- 36) BP3 (4)	ESTOMATITE IG4 (6) E42 (6)	HIPOTENSÃO P9 (27) C9 (12) CS9 (12)	PRURIDO IG11(22) F2 (22) C9 (29) F3 (18) R7 (22)
DIARRÉIA IG4 (3- 10 - 22) F2 (3- 18) F3 (3 - 18- 20)	FEBRE P5 (25) IG4 (6- 22) IG11 (6- 22) F3 (6- 25) CS7 (25) C7 (25) TR3 (6 - 22) BP2 ( 27 ) E 41 (6- 22)	HISTERIA BP2 (5 - 27) CS7 (3 - 5- 24)	PSORÍASE CS7(3) IG11(6) F2 (3- 6)
DISENTERIA F2 (18 - 25) F3 ( 18- 20- 25 )	GASTRALGIA BP3 (4) BP2 (4)	IMPOTÊNCIA F8 (8)	QUEIMADURAS C5 ( 3 ) R3 (3- 18) F3 (3- 18 )
DISPEPSIA E45 (14- 40 ) BP3 (3- 5- 15 ) BP5 (14)		INSÔNIA P9 (3- 10) BP2 (5) C7 (3- 5- 8- 24- 28) R3 (3- 18)	REUMATISMO P9 (3- 16) IG4 ( 3 ) BP2 ( 30- 27 ) BP3 (3-20) ID3 (12)
		LARINGITE IG4 (3-10) F2 (3) F3 (3)	SINUSITE IG4 (3- 22) IG11 (22) TR3 (22)
			URTICÁRIA F3 (18) VARIZES VB38 (3- 6) F3 ( 3- 6- 20 )

Nome Científico dos óleos essenciais descritos neste trabalho

Óleo essencial	Nome Científico	Tradução	Origem
1. Tea Tree	<i>Melaleuca alternifolia</i>	Tea Tree	Austrália
2. Cedarwood	<i>Cedrus atlantica</i>	Cedro	Marrocos
3. Lavander	<i>Lavandula angustifolia/officialis</i>	Lavanda	França
4. Geranium	<i>Pelargonium graveolens/asperum</i>	Gerânio	Marrocos
5. Marjoram	<i>Origanum Marjorana</i>	Manjerona	Espanha
6. Bergamot	<i>Citrus aurantium, ssp bergami</i>	Bergamota	Itália
7. Orange	<i>Citrus sinensis</i>	Laranja	Israel
8. Rose	<i>Rosa damascena</i>	Rosa	Bulgária
9. Grapefruit	<i>Citrus paradisi</i>	Grapefruit	EUA
10. SandalWood	<i>Santalum album</i>	Sândalo	Nova Caledônia
11. Vetiver	<i>Vetiveria zizanioides</i>	Vetiver	Haiti
12. Rosemary	<i>Rosmarinus officinalis</i>	Alecrim	Espanha
13. Patchouli	<i>Pogostemon nardus</i>	Patchouli	Indonésia
14. Myrrh	<i>Commiphora molmol</i>	Mirra	Somália
15. Frankincense	<i>Boswellia carterii</i>	Olíbano	Somália
16. Eucalyptus	<i>Eucalyptus globulus</i>	Eucalipto	Espanha
17. Clary Sage	<i>Salvia sclarea</i>	Salvia Esclaréia	França
18. Camomille	<i>Anthemis nobile</i> <i>Chamomila recutita</i> <i>Ornemis mixta</i>	Camomila	França Alemanha Marrocos
19. Fennel	<i>Foeniculum vulgare var. dulce</i>	Fennel	França
20. Cypress	<i>Cupressus sempervirens</i>	Cipreste	França
21. Thyme	<i>Thyme vulgaris</i>	Tomilho	França
22. Pepermint	<i>Mentha piperita</i>	Hortelã-Pimenta	Marrocos
23. Pinus	<i>Pinus sylvestris</i>	Pinheiro	França
24. Neroli	<i>Citrus aurantium var. amara</i>	Neroli	Ásia
25. Melissa	<i>Melissa officinalis</i>	Melissa	Mediterrâneo
26. Lemon	<i>Citrus limoum</i>	Limão	Itália
27. Hyssop	<i>Hyssopus officinalis</i>	Hissopo	França
28. Ylang Ylang	<i>Cananga odorata</i>	Ylang-Ylang	Ilhas Comoros
29. Jasmim	<i>Jasminum officinalis</i>	Jasmim	Ásia e Egito
30. Benzoin	<i>Styrax benzoin</i>	Benjoim	Tailândia
31. Caraway	<i>Carum carvi</i>	Alcaravia	Europa
32. Ginger	<i>Zingiber officinalis</i>	Gengibre	Sudeste Asiático
33. Everlasting	<i>Helicrysum italicum ssp. serotinum</i>	Sempre Viva	França
34. Spikenard	<i>Nardostachys jatamansi</i>	Espicanardo	Nepal
35. Coriander	<i>Coriandrum sativum</i>	Coentro	Ásia
36. Juniper	<i>Juniperus communis</i>	Junípero	Ásia
37. Laurel	<i>Laurus nobilis</i>	Louro	Mediterrâneo
38. Palmarosa	<i>Cymbopogon martinii var. motia</i>	Palmarosa	Nepal
39. Yarrow	<i>Achillea millefolium</i>	Milefólio	Leste Europeu
40. Cardamom	<i>Elettaria cardomomum</i>	Cardamomo	Sri Lanka

## Bibliografia Adicional :

### **AROMATERAPIA**

1. Mojay G., *Aromatherapy For Healing The Spirit* – Gaia Books, Inglaterra, 1996.
2. Tisserand R. - *Aromatherapy for Everyone* – Arkana Penguin Books – Inglaterra, 1990.
3. Tisserand R. - *A Arte da Aromaterapia* – Roca, São Paulo 1993.
4. Valnet, J. *The Practice of Aromatherapy*. Saffron Walden , Inglaterra : C.W.Daniel, 1980.
5. Maury, M. *The Secret of Life and Youth* ( trad. Francês *Le Capital Jeunesse* ) , 1961.

### **FITOTERAPIA**

6. Botsaris A. , *As Fórmulas Mágicas das Plantas* - Nova Era , Rio de Janeiro, 1997.

### **BOTÂNICA**

7. Juscafresa B., *Enciclopédia Ilustrada- FLORA medicinal tóxica aromática condimenticia* – AEDOS, Espanha, 1975.

### **ACUPUNTURA**

8. Auteroche B. , Navailh P., *O Diagnóstico em Medicina Chinesa*, Andrei, São Paulo 1992.
9. Yamamura Y., *Acupuntura Tradicional- A Arte de Inserir* – Roca, São Paulo, 1995.
10. Sussmann D.J., *Acupuntura – Teoría Y Práctica* – Kier – 1995