



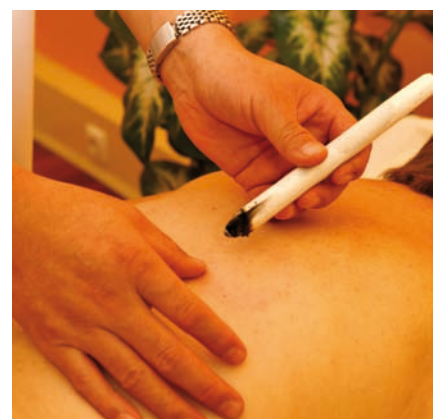
“O frio, recordações de entes queridos que já cá não estão, promessas falhadas do ano que passou... Qualquer motivo é suficiente para causar emoções negativas”, explica a Dra. Wenqian Chen, fundadora do Centro de Terapias Chinesas (CTC), avançando que, no Inverno, aumenta substancialmente o número de pacientes neuróticos e depressivos.

As emoções alimentam-se da energia de determinados órgãos, logo o tratamento das diversas patologias psicossomáticas dentro do CTC consiste no reequilíbrio energético.

A médica chinesa sublinha, no entanto, que “ao tratarmos as emoções, não nos preocupamos com a origem do trauma; procuramos solucionar directamente os sintomas, através do restabelecimento das energias”. Talvez por este motivo, a palavra Psicologia em Chinês seja formada pela associação de dois ideogramas que designam “origem no coração”.

Não é, portanto, de estranhar que o Coração se apresente na Medicina Tradicional Chinesa como sendo “imperador soberano e grande armazém do espírito, central das emoções”.

Para que a vida volte a sorrir a todos aqueles que se sentem mais em baixo e sem forças para remar contra a maré depressiva, a especialista do CTC alerta que “o pior erro é tentar métodos que eliminem a capacidade de sentir a realidade,



Emoções frias

AS TEMPERATURAS BAIXAS, O CONVÍVIO NATALÍCIO E O INEVITÁVEL BALANÇO INTROSPECTIVO AO ANO QUE PASSOU GUIAM MUITOS DOS PORTUGUESES A NEUROSES, FOBIAS E DEPRESSÕES. O CTC INDICA-LHE A FÓRMULA NATURAL DA FELICIDADE, PARA DIZER ADEUS À APATIA.

Testemunhos

► **CASO DE NEUROSE** – Maria Piedade, professora do Secundário apareceu no consultório da Dra. Chen para deixar de fumar, sem se aperceber que estava com sintomas de neurose. Wenqian Chen recorda que a paciente tinha um aspecto tenso, os maxilares muito cerrados e apresentava uma expressão de grande irritação. Passadas quatro sessões, a paciente estabilizou, recuperou o bom humor e aproveitou a ocasião para deixar também de fumar.

► **CASO DE DEPRESSÃO** – Com o falecimento do seu único familiar próximo, Francisca foi-se a baixo, ao ponto de não querer viver. À primeira tentativa de suicídio, foi internada num hospital psiquiátrico e após alta optou pelo isolamento total. Retomou o trabalho, mas isolou-se. Tinha pesadelos diários, não comia e não sentia força para se concentrar no emprego. Desesperada, assentiu ao pedido dos colegas de trabalho e veio experimentar o CTC. Hoje, graças a um mês de tratamentos com acupunctura e fitoterapia, Francisca retomou os estudos, casou e tem dois filhos.

► **CASO DE FOBIA** – João, há já vários anos com carta de condução e a viver na zona de Lisboa, nunca tinha atravessado nenhuma ponte. Um trauma do passado impedia-o de avançar. Disposto a mudar, visitou o CTC e, à segunda sessão, já não se sentia incomodado com a imagem do seu automóvel a percorrer o asfalto da estrutura metálica com dezenas de metros de altura. Hoje, fá-lo sem quaisquer hesitações, proporcionando à sua família passeios outrora proibidos.

recorrendo a anti-depressivos. Assim, com medo de sofrer, as pessoas não vivem, enfiadas num buraco de apatia. Mais vale resolver os problemas, do que escondê-los debaixo da almofada da medicação”.

À BEIRA DE UM ATAQUE DE NERVOS

Sente-se em baixo, com mau humor ou falta de concentração? A sua memória tem perdido pontos e o entusiasmo parece hibernado? Há dias assim. Mas se estas perturbações persistirem durante um largo período de tempo, então estamos perante sintomas patológicos. O que sente são neuroses detonadas por disfunções temporárias do córtex cerebral, que têm a sua origem em factores físicos, como problemas relacionais, cansaço no trabalho ou traumas na infância, entre outros.

Na perspectiva da MTC, esta doença pode, por exemplo, estar ligada a uma energia do fígado demasiado elevada ou bloqueada, aquecendo demasiado a energia Yin do coração e, assim, causar palpitações, irritabilidade, insónia ou perturbações no sono.

Outra das causas poderá também ser uma deficiência da energia vital do fluxo sangue do coração e do baço, o que – além de insónia e outros distúrbios do sono – conduz a situações de medo, amnésia, anorexia ou lassidão física e mental.

Uma terceira razão para o surgimento da patologia poderá ser um calor excessivo no organismo, o que provoca uma deficiência da energia Yin, aliada a um enfraquecimento da normal coordenação fisiológica entre o coração e os rins. Nestes casos, os sintomas são também palpitações, insónias, ânsias, fraqueza, medo, ejaculações e/ou suores nocturnos.

ANSIEDADE E DEPRESSÃO

Dados da Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental (SPPSM) estimam que 25% dos portugueses sofrem de depressão. Tristes e desinteressadas, estas pessoas tornam-se irritadiças e zangadas. Em muitos dos casos, têm dificuldades em adormecer e vão perdendo a capacidade e o ritmo das suas obrigações diárias.

Como consequências destas emoções negativas, o paciente pode apresentar tensão, stress, cefaleia, deficiência nutricional, problemas da tiróide, endometriose, alergias, dores de estômago, entre outras.

Para a MTC, esta doença pode ser causada por emoções, tais como excesso de preocupações que desgasta a energia do baço; irritação, que origina a elevação da energia do fígado; tristeza, que retira a energia dos pulmões; a euforia e excitação que, em quantidades excessivas, ferem a energia do coração; as fobias e ataques de pânico, que podem afectar os rins; e o medo, que atinge a vesícula.



Na Medicina Chinesa, que segue a filosofia Taoísta, para se alcançar um diagnóstico preciso face à patologia apresentada, devem ser tidos em consideração, no momento da análise, os Cinco Elementos – Madeira (fígado, tendões e olhos), Fogo (coração, vasos sanguíneos, língua), Terra (baço, músculos e boca), Metal (pulmões, pele e nariz) e Água (rim, ossos e ouvido).

CAMINHO DA FELICIDADE

As respostas CTC para estes problemas centram-se no objectivo único de “equilibrar a energia dos órgãos para restabelecer o equilíbrio psíquico”, através da técnica de Acupunctura dos meridianos do fígado, coração e rins e outros pontos (variáveis de pessoa para pessoa). Por vezes, é complementada pela Fitoterapia com recurso a um composto de ervas Xiao Xao Wan, também conhecido por Pílula da Felicidade, a qual, de uma forma natural, permite ao paciente tranquilizar-se, equilibrando a energia do coração, fígado e rins e aumentando ainda a energia do baço. Também a massagem Tui Na pode ser um excelente complemento para aliviar o físico e, consequentemente, acalmar a mente.

Wenqian Chen reforça também a importância de uma dieta alimentar cuidada para ajudar a eliminar eficazmente todos os sintomas, tanto de neurose, como de depressão ou fobia.



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