



VISÃO DA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA SOBRE ACNE

Gabriela Meira de Moura Rodrigues¹

Resumo

Introdução: A acne é um dos problemas de pele mais comuns a nível mundial, mas para a Medicina Tradicional Chinesa ela é apenas a consequência de desequilíbrios energéticos de órgãos específicos que podem ser causados desde questões emocionais até hábitos de vida. **Objetivos:** Identificar os principais padrões que tem como consequência o aparecimento da acne, descrever o processo de desequilíbrio energético e listar algumas possibilidades iniciais de tratamento obedecendo o entendimento oriental. **Metodologia:** Revisão crítica de literatura, levando em consideração referências bibliográficas atuais escritas em língua nacional e estrangeira e literatura clássica da Medicina Tradicional Chinesa. **Resultados:** A acne pode ser resultado de padrões como Umidade-Calor, Calor, deficiência e Yang e outros que são consequências de desequilíbrios hormonais, sentimentais e alimentares. **Conclusão:** Pode ser tratada com pontos de acupuntura como IG4 e IG11, ventosaterapia com sangria, auriculoterapia com sangria e alimentos de natureza refrescante. **Palavras-chave:** Umidade-calor, dietoterapia chinesa, terapias complementares, saúde da pele.

Abstract:

Introduction: Acne is one of the most common skin problems worldwide, but for Traditional Chinese Medicine it is only the consequence of energy imbalances of specific organs that to be caused from emotional issues to lifestyle. **Objectives:** To identify the main patterns that result in the onset of acne, to describe the process of energy imbalance and to list some initial treatment possibilities according to the oriental understanding. **Methodology:** Critical literature review, taking into account current bibliographic references written in national and foreign languages and classic literature of Traditional Chinese Medicine. **Results:** Acne can be the result of patterns such as Moisture-Heat, Heat, disability and Yang and others that are the consequences of hormonal, emotional and dietary imbalances. **Conclusion:** It is treat with acupuncture points such as IG4 and IG11, wind therapy with bleeding, auriculotherapy with bleeding and foods of a refreshing nature.

Keywords: Moisture-heat, Chinese diet therapy, complementary therapies, skin health.

Introdução

¹Biomédica acupunturista. Doutora em Engenharia de Sistemas Eletrônicos e Automação. Docente dos curso de saúde. Unidesc, Luziânia, Brasil. E-mail: gabriela.moura@unidesc.edu.br
Rodrigues, GMM. Visão da medicina tradicional chinesa sobre a acne. Revista Liberum Accessum 2021 Mai; 9(3):30-37.



A acne é a oitava doença de pele mais presente em todo o mundo e, de acordo com a visão ocidental, pode ser desencadeada por diversos fatores incluindo a predisposição genética e até mesmo hábitos de vida. Também existem as classificações de leve até grave e tipos da mesma [1]. O objetivo aqui é abordar a visão da Medicina Tradicional Chinesa sobre o assunto e, por isso, essas classificações não serão abordadas.

O comum é que nas meninas o aparecimento ocorra a partir dos 13 anos de idade, enquanto que, nos meninos, a partir dos 15, podendo se prolongar até aproximados 25 anos, momento este em que nota-se a parada da emanação do Rim. Essa emanação ocorre para proporcionar a possibilidade de crescimento e amadurecimento orgânico [2].

Considerando as questões hormonais, os hormônios masculinos estão relacionados à essência dos Rins e os femininos à energia do Fígado. Se houver desequilíbrio voltado a esta questão, é possível que as glândulas sebáceas sejam hiperestimulação e tenha como resultado o surgimento de acnes em menores e maiores proporções [3].

As emoções também desempenham o seu papel, principalmente as que são reprimidas, pois, de alguma forma elas vão se manifestar em algum momento. As principais são a raiva, revolta, tensão e dificuldades de relacionar-se, consigo mesmo e/ou com o outro [4].

Outro fator que não pode ser deixado de lado é a qualidade da alimentação desde a infância. Isso porque cada alimento possui a sua própria natureza e influencia diretamente no funcionamento e saúde de qualquer organismo.

Materiais e métodos

Foi realizada uma revisão crítica de literatura, levando em consideração informações mais atuais extraídas de artigos científicos e literaturas mais clássicas indispensáveis quando se trata de Medicina Tradicional Chinesa (MTC). As palavras-chave utilizadas foram acne e acupuntura, acne e medicina tradicional chinesa, dietoterapia chinesa, auriculoterapia e ventosaterapia. Foram incluídas literaturas estrangeiras e excluídas os documentos sem validação científica.

Com o intuito de produzir um texto informativo para curiosos e iniciantes na MTC, foram selecionados apenas os tratamentos mais simples e comuns, como forma de introdução ao assunto abordado.

Resultados e discussão



De início é importante observar que os motivos de surgimento de acne em meninos e meninas podem ser diferentes, inclusive pelo fato de os hormônios específicos de cada um serem de responsabilidade de órgãos diferentes.

Em relação às emoções reprimidas, independente de gênero, podem interferir na energia *Yang* do Fígado, Baço-Pâncreas e Pulmões. Quando estes órgãos estão afetados é possível notar perturbação das funções de purificação dos mesmos e, falando especificamente no Pulmão, tal condição impede que o Fogo do Coração (*Xin*) desça e isso impossibilita que água dos Rins (*Shen*) suba e ajude a amenizar o calor localizado na parte superior. Essa condição leva o indivíduo a ficar com a pele hiperêmica e a apresentar sinais claros de ansiedade [2].

O *Yang* do Fígado, por alimentação desregrada, pode causar a deficiência do Baço-Pâncreas e promover o surgimento de Umidade. A umidade associada ao calor pode tornar-se Umidade-Calor e, ao ascender, encontra o canal do Estômago. Quanto maior a deficiência da defesa do corpo (*Wei Qi*) e do *Yang* do Fígado, com maior facilidade a Umidade-Calor ascende e, nestes casos, é possível encontrar as acnes concentradas mais na parte superior do corpo como tórax e a própria face [5].

A partir da comunicação existente entre os pontos Estômago-1 (*Chengqi*) e Bexiga-1 (*Jing-ming*), a Umidade-Calor pode encontrar o Canal da Bexiga (*Pangguang*). Quando isso ocorre, as acnes também podem ser encontradas na região dorsal, acompanhando o caminho de *Pangguang* [2,3].

Além da acne é possível identificar outros sinais e sintomas que fazem parte do mesmo desequilíbrio. Os mais comuns são: Se houver Umidade-Calor no Estômago ou na Vesícula Biliar, a pessoa pode apresentar desconfortos estomacais incluindo náuseas e sabor amargo na boca e, se for ocasionado por Umidade-Calor na Bexiga, pode ainda apresentar urgência urinária e dor ao urinar [4,6].

Para o tratamento com acupuntura, a tabela 1 indica alguns dos principais pontos citados na literatura. Lembrando que não existe um protocolo definido para cada tipo de padrão de desequilíbrio energético. Cabe ao acupunturista selecionar os pontos a serem utilizados de acordo com o diagnóstico e seu entendimento sobre o que é melhor para o indivíduo a ser tratado.



Tabela 1: Pontos de acupuntura para tratamento de acne [2, 4]

Ponto	Funções
IG-4	Dispersa vento exterior, estimula a função dispersora do Pulmão, remove obstruções do Canal do Intestino Grosso, tonifica o <i>Qi</i> e harmoniza a ascendência e descendência.
IG-11	Expele vento exterior, elimina calor, esfria o sangue e resolve a umidade.
E-36	Beneficia Estômago e Baço-Pâncreas e tonifica <i>Qi</i> e sangue.
BP-6	Fortalece o Baço, resolve a umidade, promove a função do Fígado, tonifica o Rim e nutre o sangue.
BP-10	Esfria o sangue e remove a estagnação do sangue.
VG14	Elimina calor, expele vento, regulariza o <i>Qi</i> defensivo e nutritivo e tonifica o <i>Yang</i> .

Além da seleção de pontos, caso seja identifiado como padrão o calor, é possível realizar a ventosa molhada, retirando o calor a partir da sangria [6,7]. A auriculoterapia também pode ser utilizada realizando sangria no lóbulo da orelha, associando ainda pontos referentes aos órgãos participantes do padrão relevado no diagnóstico [8].

E, um item do tratamento que não deve faltar é a dietoterapia. De início, é necessário informar os alimentos cujo a natureza pode favorecer a continuidade do padrão e, por isso, não devem ser consumidas. Esses alimentos são os gordurosos e de natureza quente como alho, gengibre, pimenta, carnes, doces e laticínios [9].

Os alimentos que devem ser inseridos na dieta são aqueles que esfriam o Calor e resolvem Umidade. Alguns exemplos são as peras, tangerinas, aspargos, trigo, tofu, maçãs, berinjela, pepino e cenoura; as bebidas podem ser os chás verde ou preto, de genciana e gergelim preto e, ainda podem ser inseridos alguns grãos como cevada, milho, arroz, cevada e outros [9].

A seguir estão as localizações dos pontos de acupuntura mencionados na Tabela 1, expressas nas figuras 1,2,3,4,5 e 6.

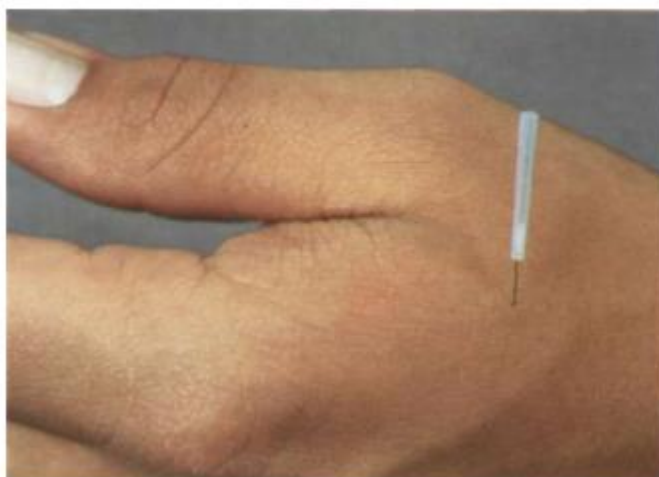


Figura 1: Localização do ponto IG-4 [10].



Figura 2: Localização do ponto IG-11 [10].



Figura 3: Localização do ponto E-36 [10].



Figura 4: Localização do ponto BP-6 [10].



Figura 5: Localização do ponto BP-10 [10].



Figura 6: Localização do ponto VG-14 [10].



Conclusão

A acne é a consequência de um desequilíbrio energético que se manifesta no tecido epitelial. Os padrões podem se relacionar a questões hormonais, hábitos de vida, hábitos alimentares e questões emocionais. Dentre os desequilíbrios um dos mais comuns é o acúmulo de Umidade-Calor.

Há o favorecimento dessa Umidade caminhar em ascendência e, por isso ocorre o aparecimento das acnes na parte superior do corpo.

Como tratamento inicial, o controle das emoções é sempre um bom caminho, pois o acúmulo de estresse e a introspecção podem favorecer o fator adoecimento e, se não resolvido, pode dificultar o tratamento. Além disso, a alimentação menos gordurosa e com alimentos que não tenham a natureza quente são indicações indispensáveis.

Na acupuntura, podem ser utilizados pontos para mover o Qi, remover calor, resolver a umidade e devolver a função dispersora principalmente do Pulmão. Além disso, pontos locais (onde nascem as acnes) podem ser selecionados. A auriculoterapia e a ventosaterapia também são opções, inclusive de maneira complementar a própria acupuntura, estando ou não associadas a prática da sangria.

Referências

- [1] Heng AHS, Chew FT Revisão sistemática da epidemiologia da acne vulgar. In: Sci Rep. 2020; 10: 5754. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-62715-3>
- [2] Henrique ECD. O tratamento da acne na acupuntura. Escola Brasileira de Medicina Chinesa. São Paulo; 2014.
- [3] Jiao R, Huang M, Zhang W, *et al.* Efficacy of acupuncture in improving the symptoms and the quality of life of patients with moderate or severe acne vulgaris: study protocol for a randomized controlled trial. In: *Trials*. 2020; 21, 563. <https://doi.org/10.1186/s13063-020-04346-7>
- [4] Maciocia G. Fundamentos da Medicina Chinesa. Editora Roca: São Paulo, 1996.
- [5] Houque T, Kiron NM. A Case Report of Acne Vulgaris: Treated by Combination with Acupuncture. In: *Sch J Appl Sci Res*. 2018; 1(6): 37-39.



- [6] Zhang S. Effect of Acupuncture Combined with Pricking Collaterals and Cupping on Treating Acne. In: Traditional Chinese Medicine 中医学. 2020; 9(4), 394-398.
- [7] Oliveira MAR, Silva AP, Pereira LP. Ventosaterapia – revisão de literatura. In: Revista Saúde em Foco. 2018; 10: 151-154.
- [8] Gomes GRA. Auriculoterapia chinesa a arte do cuidar. In: Escola Brasileira de Medicina Chinesa. São Paulo, 2016.
- [9] Fornazieri LC. Dietoterapia. In: Instituto Mineiro de Estudos Sistêmicos. 20?:231-286. Disponível em: <http://www.portalunisaude.com.br/arquivos/file/53%20-%20Acupuntura%20e%20Dietoterapia.pdf>
- [10] Lian YL, Chen CY, Hammes M, Kolster BC. Atlas gráfico de acupuntura. Editora Kóneman. 2000, 350p.