



Telessaúde

Santa Catarina

Apresentações

DO IN: AUTOMASSAGEM

Distúrbios emocionais

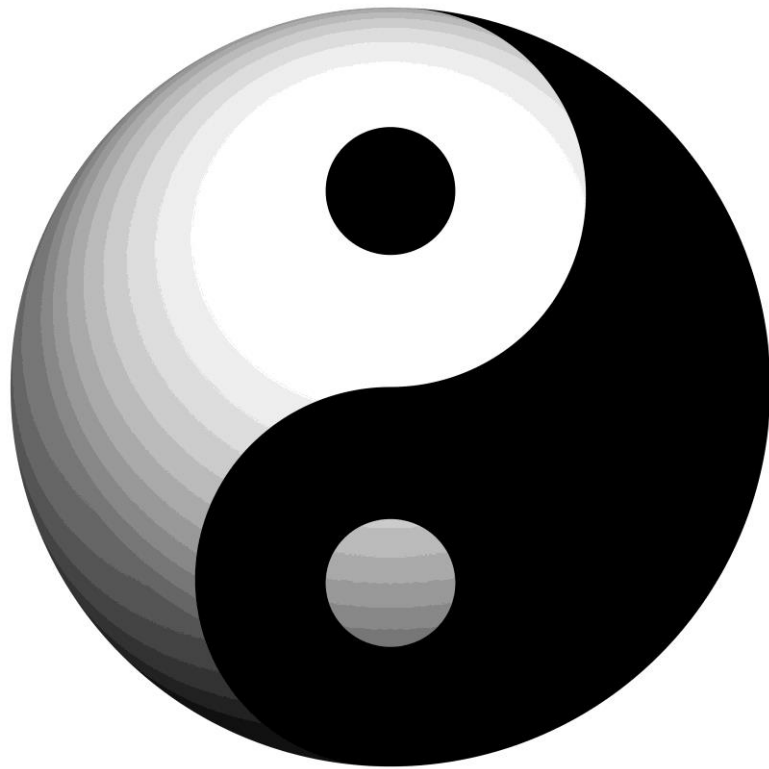
Renato José Alves de Figueiredo

Médico de família e comunidade e acupunturista

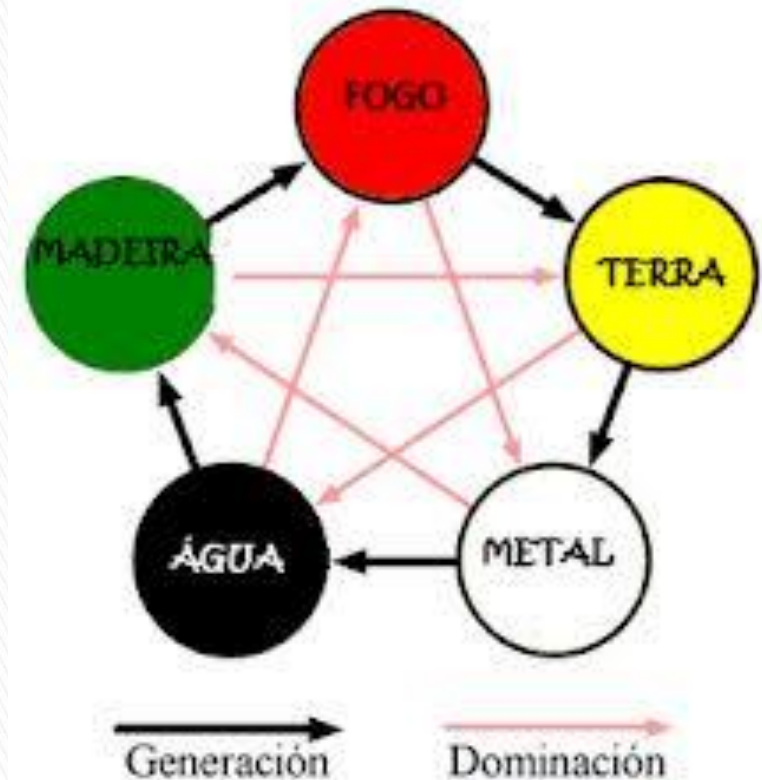


<http://telessaude.sc.gov.br>
telessaude@saude.sc.gov.br
+55 (48) 3212-3505

DO-IN: BASES TEÓRICAS DA MTC



Teoria Yin e Yan

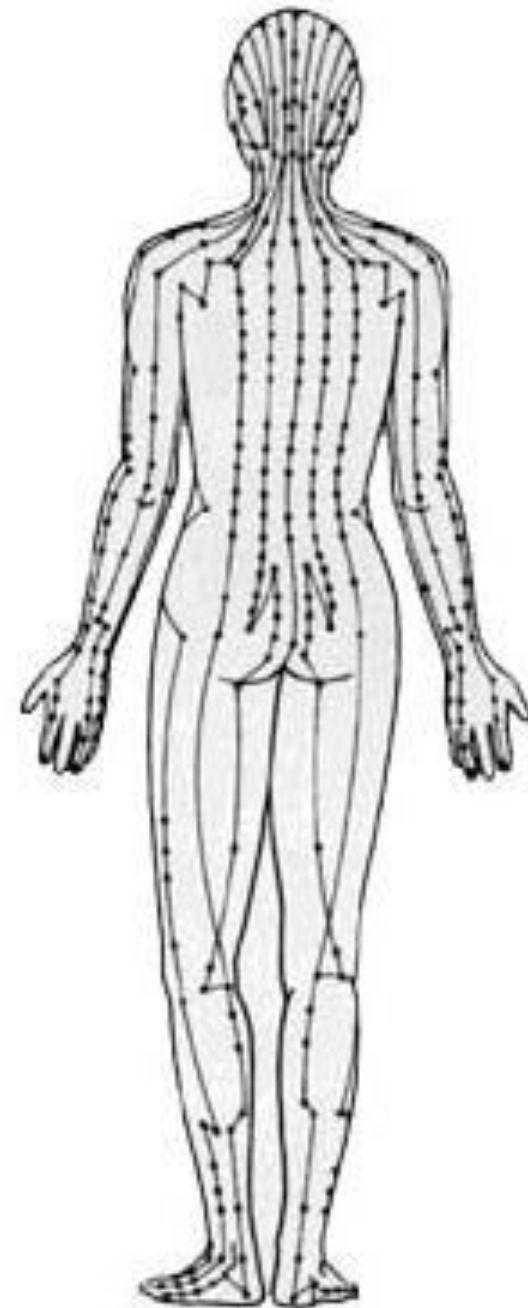
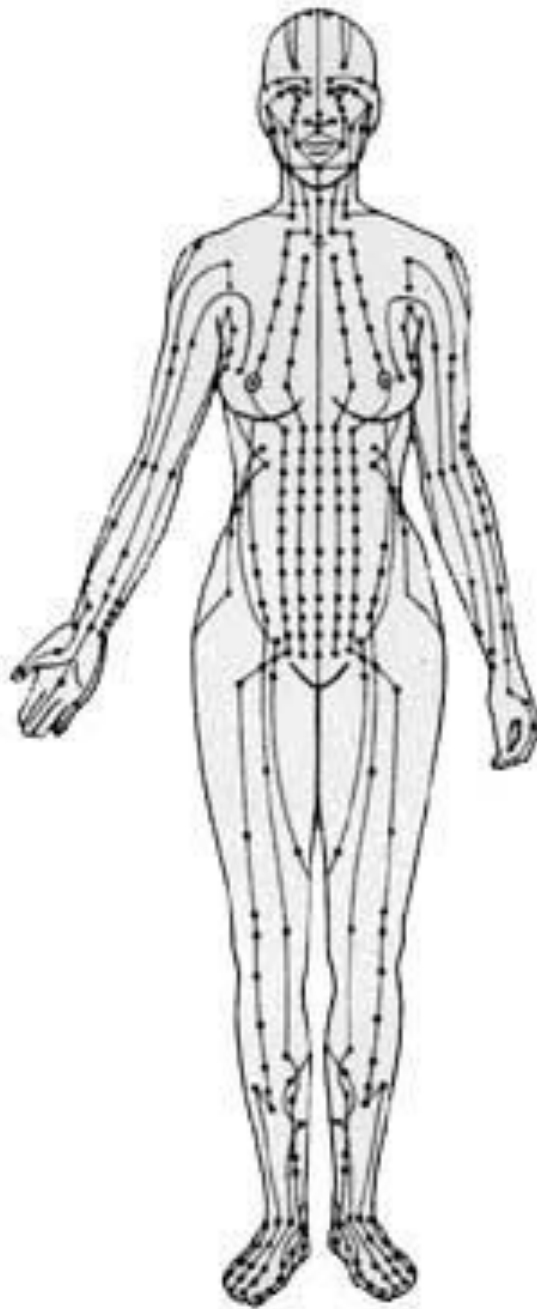


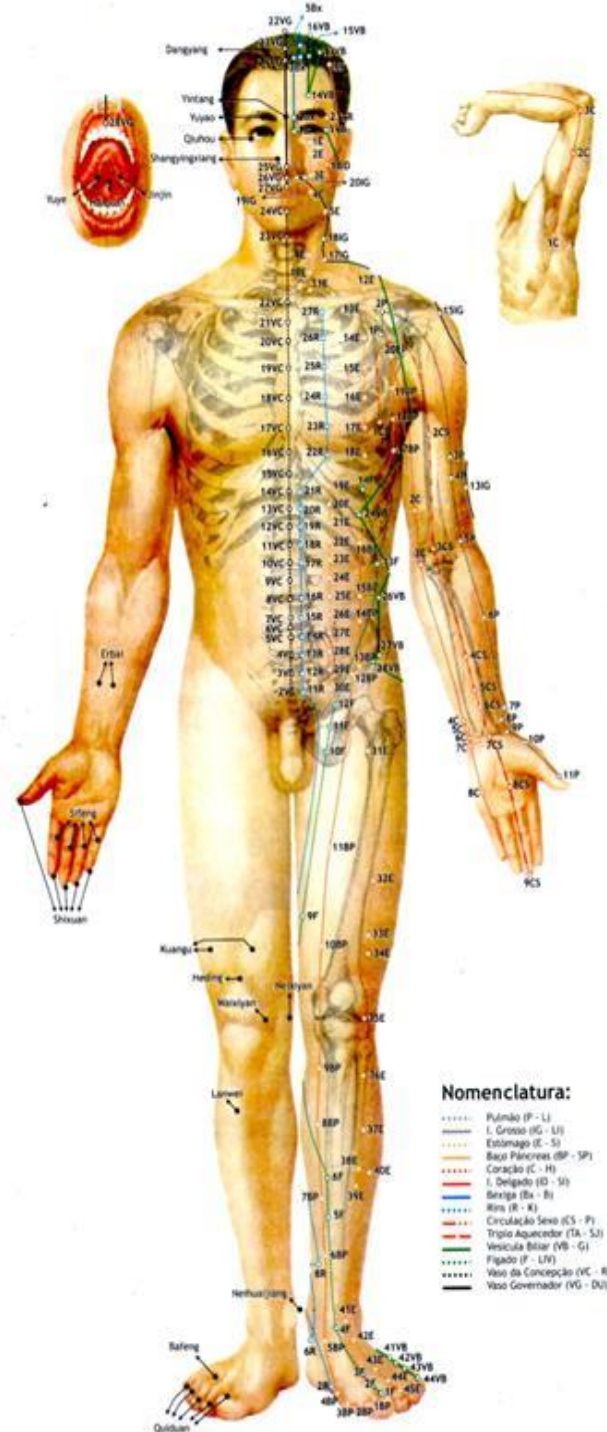
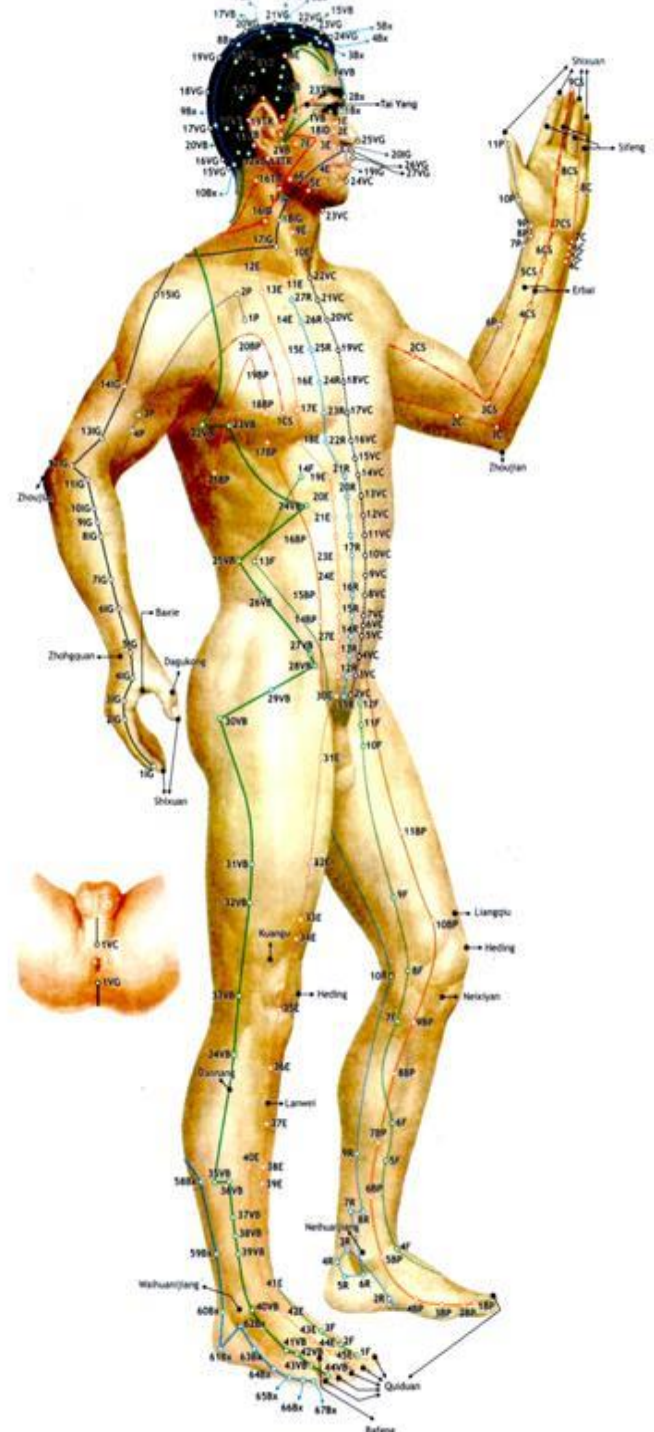
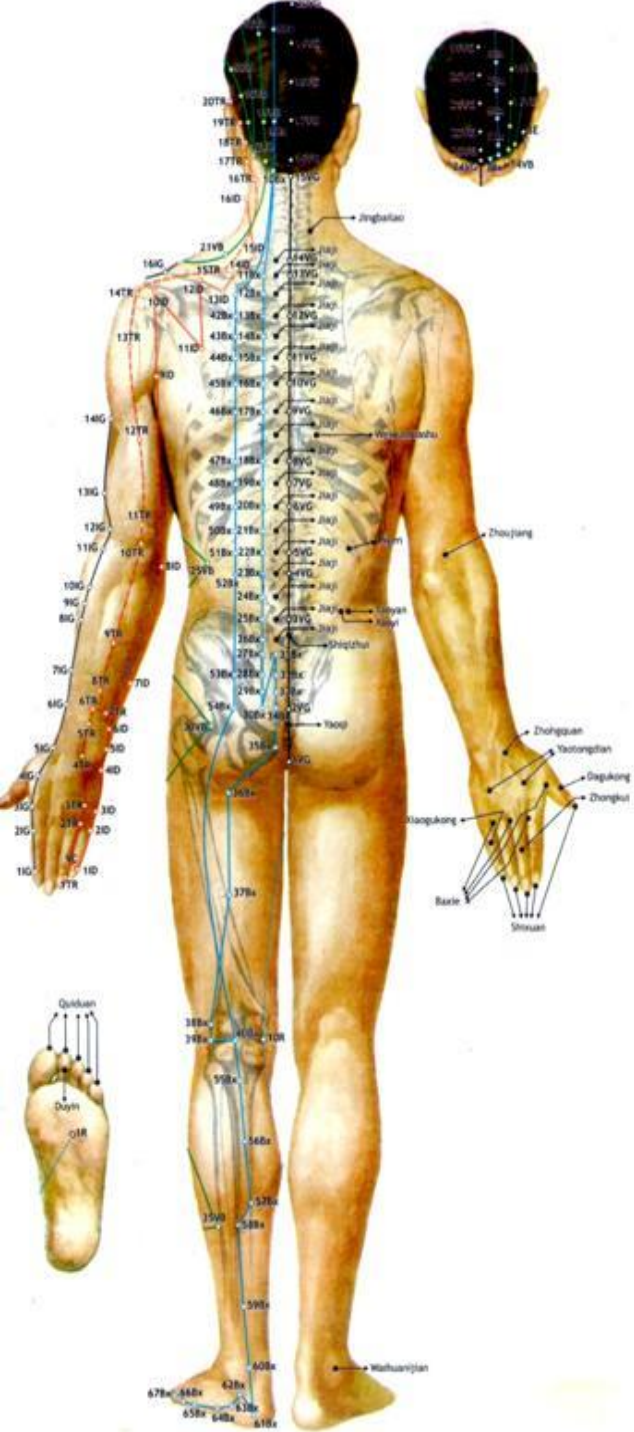
Teoria dos 5 movimentos

5 elementos/movimentos e suas analogias

	Madeira	Fogo	Terra	Metal	Água
Órgão	Fígado	Coração	Baço	Pulmão	Rim
Víscera	Vesícula Biliar	Intestino Delgado	Estômago	Intestino Grosso	Bexiga
Órgão dos 5 sentidos	Olhos	Língua	Boca	Nariz	Ouvido
Tecidos	Tensão	Vasos	Músculo	Pele e cabelos	Ossos
Emoção	Irritação	Euforia	Preocupação	Tristeza	Medo
Orientação	Leste	Sul	Centro	Oeste	Norte
Cor	Verde	Vermelho	Amarelo	Branco	Preto
Sabor	Azedo	Amargo	Doce	Picante	Salgado
Natureza	Vento	Calor	Umidade	Secura	Frio
Estação do ano	Primavera	Verão	“Veranico”	Outono	Inverno
Crescimento/desenvolvimento	Germinação	Crescimento	Transformação	Colheita	Armazenagem

**DO-IN:
CANAIS
DE
ENERGIA**



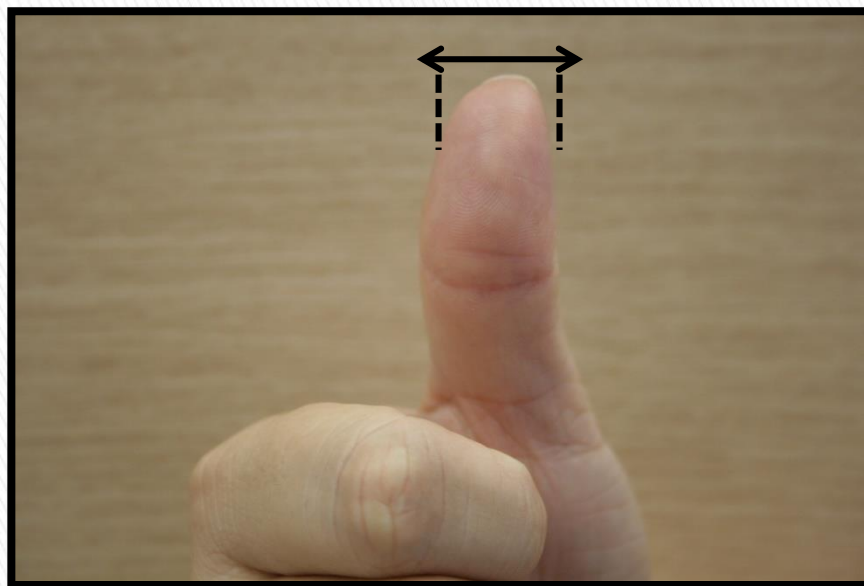


- Nomenclatura:**
- Pulmão (P - L)
 - L. Grosso (G - LI)
 - Estômago (E - S)
 - Baço Pâncreas (BP - SP)
 - Coração (C - H)
 - S. Delgado (D - SJ)
 - Bexiga (B - B)
 - Rins (R - K)
 - Circulação Sero (CS - PI)
 - Trípio Aqueduto (TA - SJ)
 - Vesícula Biliar (VB - G)
 - Fígado (F - LV)
 - Vaso da Concepção (VC - RD)
 - Vaso Governador (VG - DU)

Medida em cun



1 cun



1 cun

Medida em cun



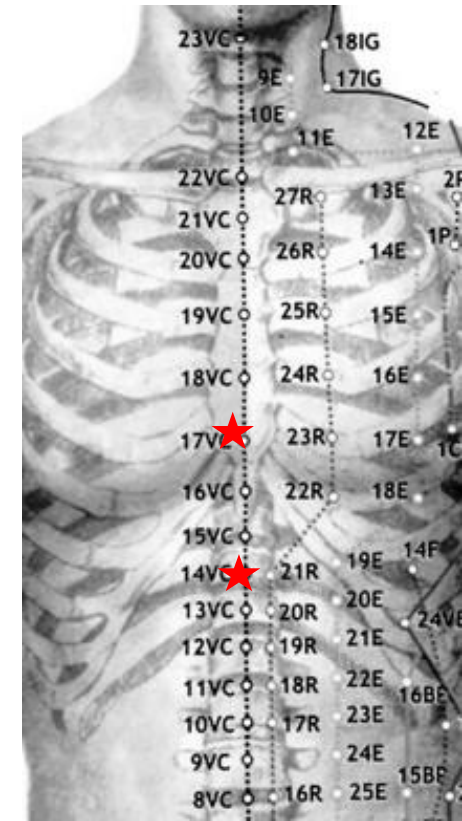
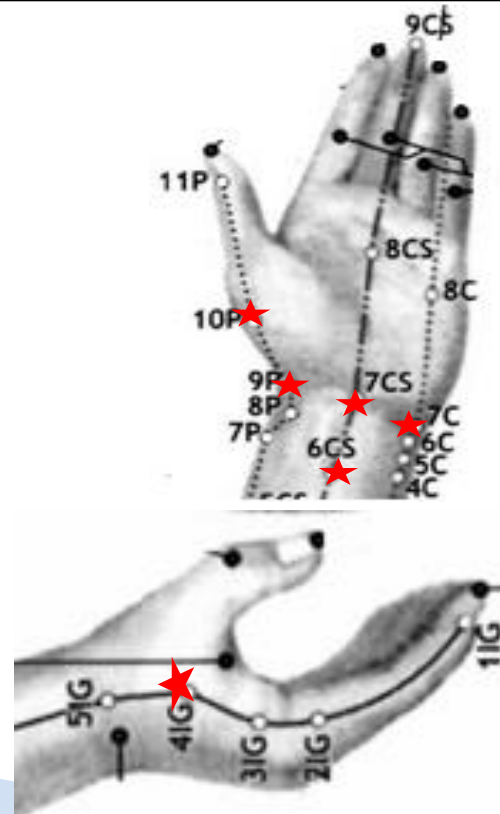
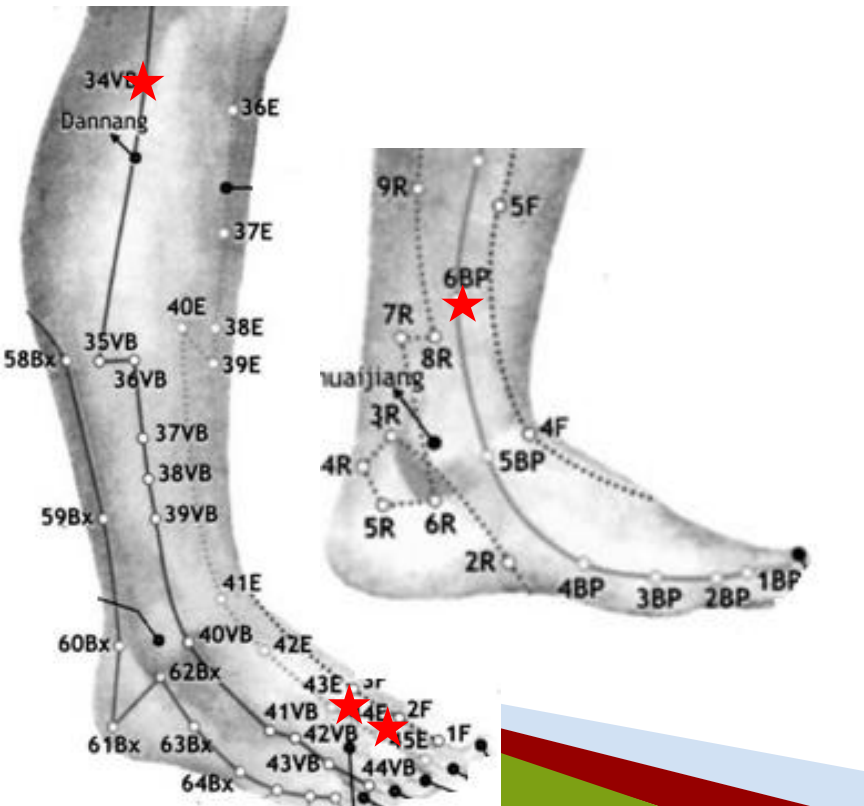
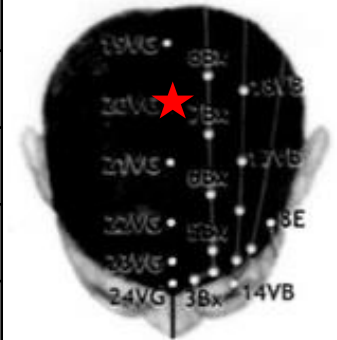
3 cun



3 cun

Distúrbios emocionais: 7C, 6CS, 7CS

	Pontos específicos complementares
<i>Tristeza, depressão</i>	9P, 10P
<i>Angústia, ansiedade</i>	17VC, 14VC
<i>Irritabilidade</i>	4IG, 2F, 3F, 34VB
<i>Euforia, agitação</i>	20VG, 6BP

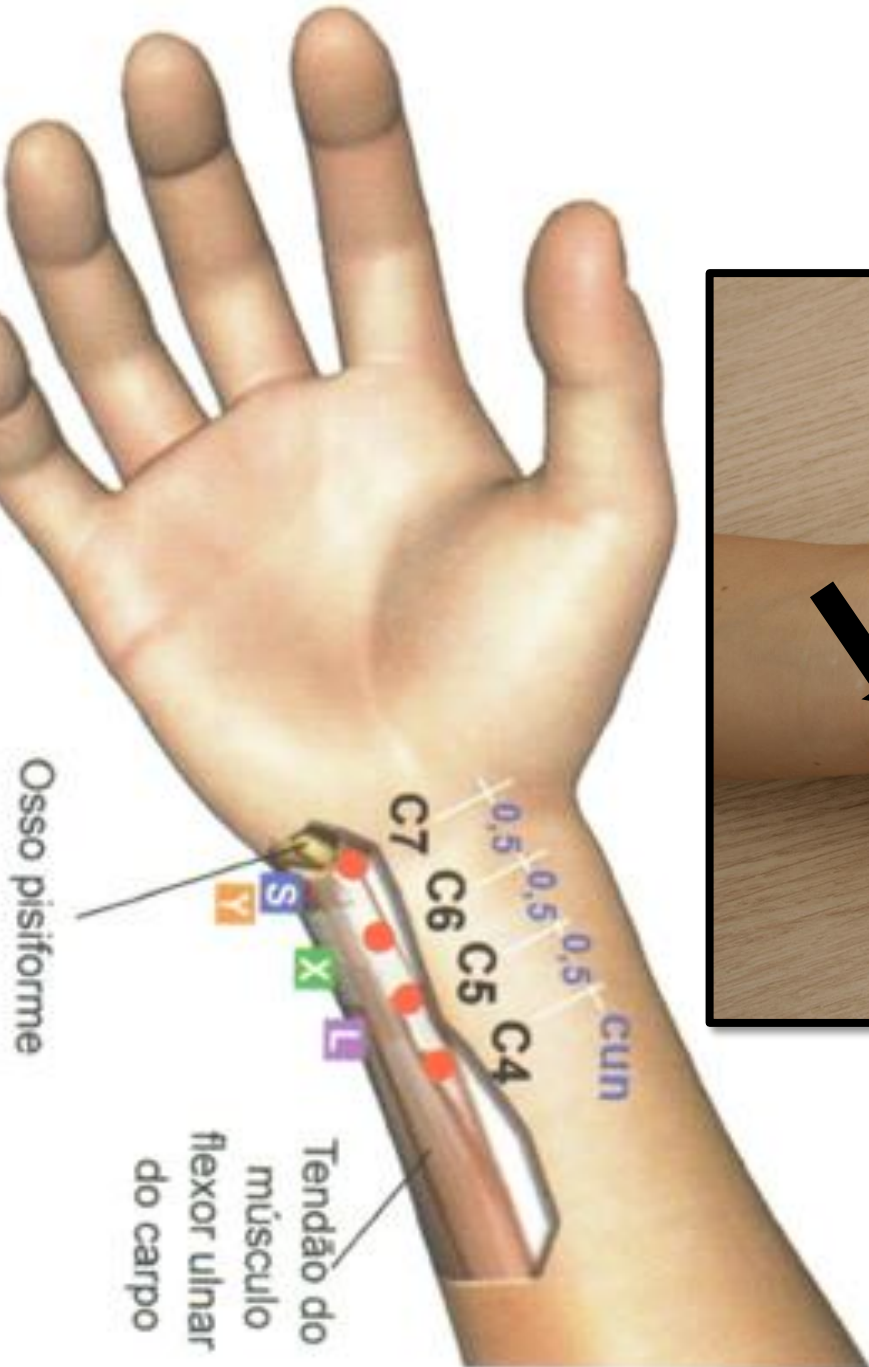


Principais pontos para distúrbios emocionais:

7C, 6CS, 7CS



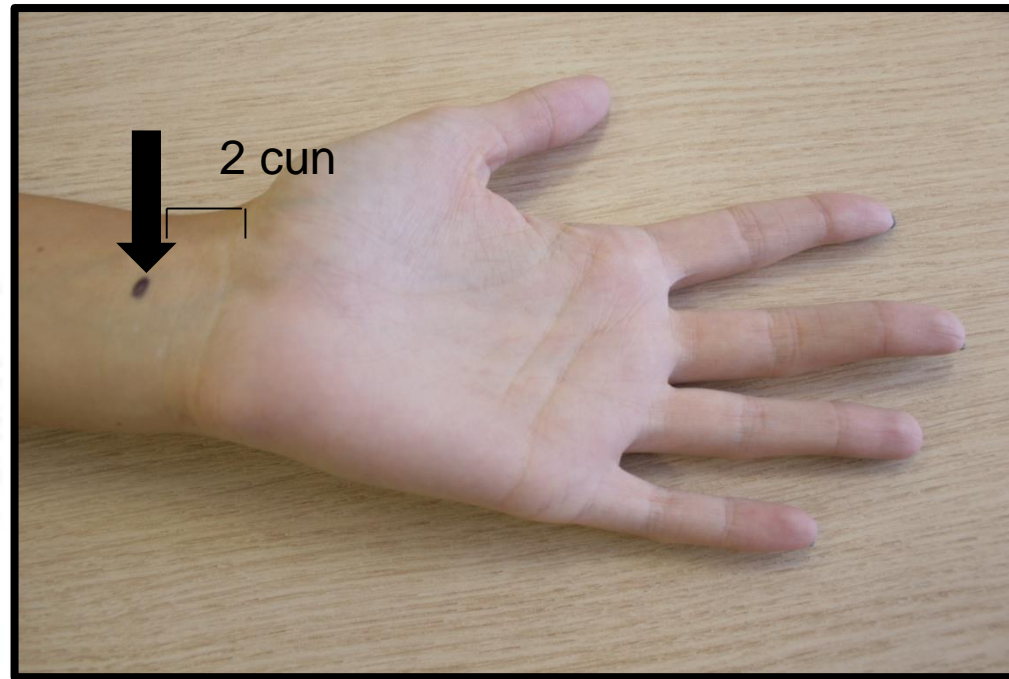
PONTO 7C



Movimento anti-horário = sedação

Movimento horário = tonificação

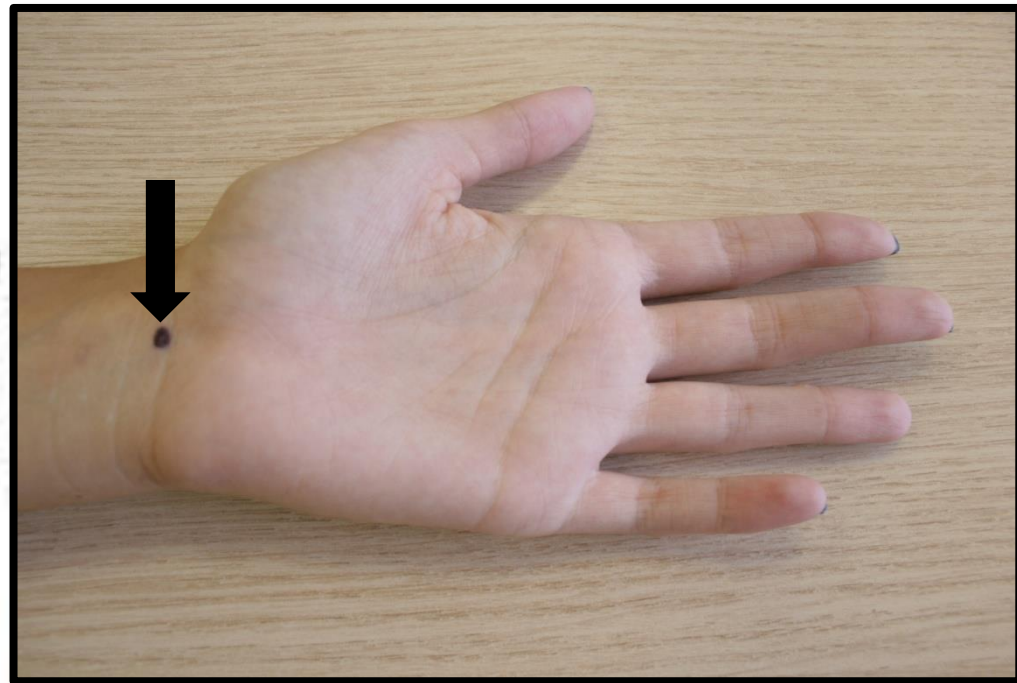
PONTO 6CS



Movimento anti-horário = sedação

Movimento horário = tonificação

PONTO 7CS



Movimento anti-horário = sedação

Movimento horário = tonificação



Pontos específicos e complementares

Tristeza, depressão



PONTO 9P



TONIFICAR O PONTO
(Movimento horário)

PONTO 10P



TONIFICAR O PONTO
(Movimento horário)

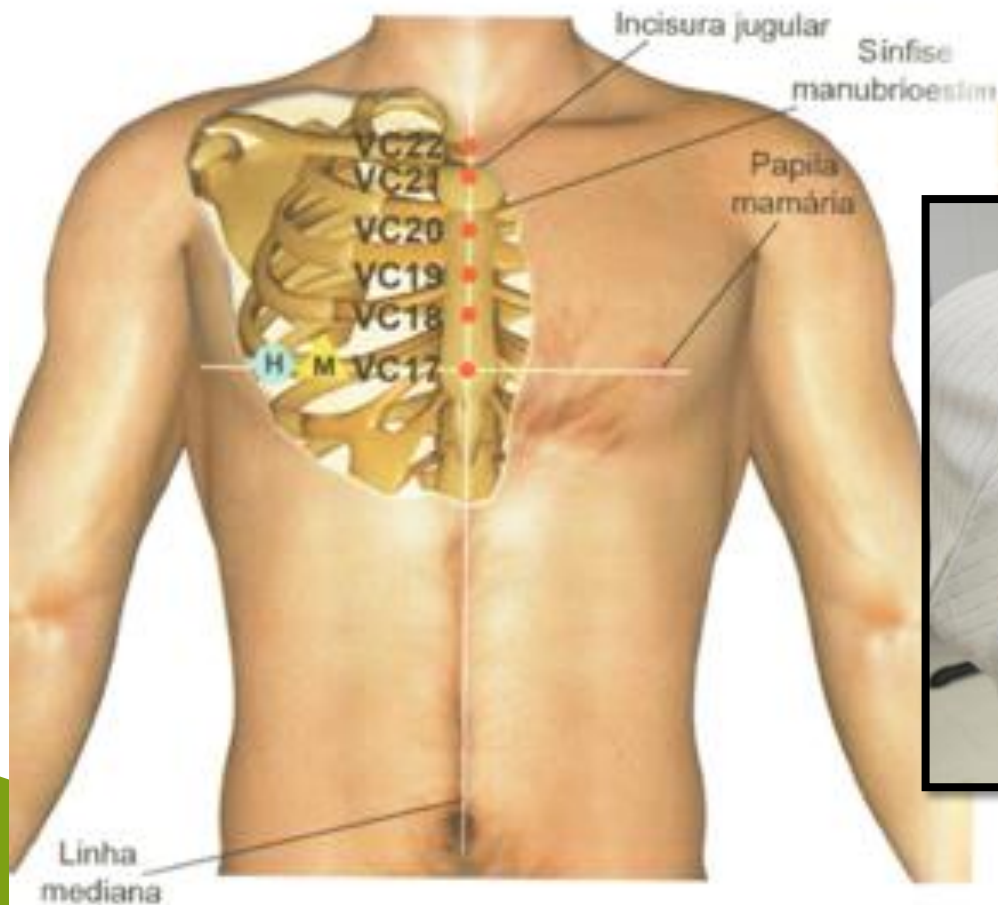


Pontos específicos e complementares

Angústia, ansiedade

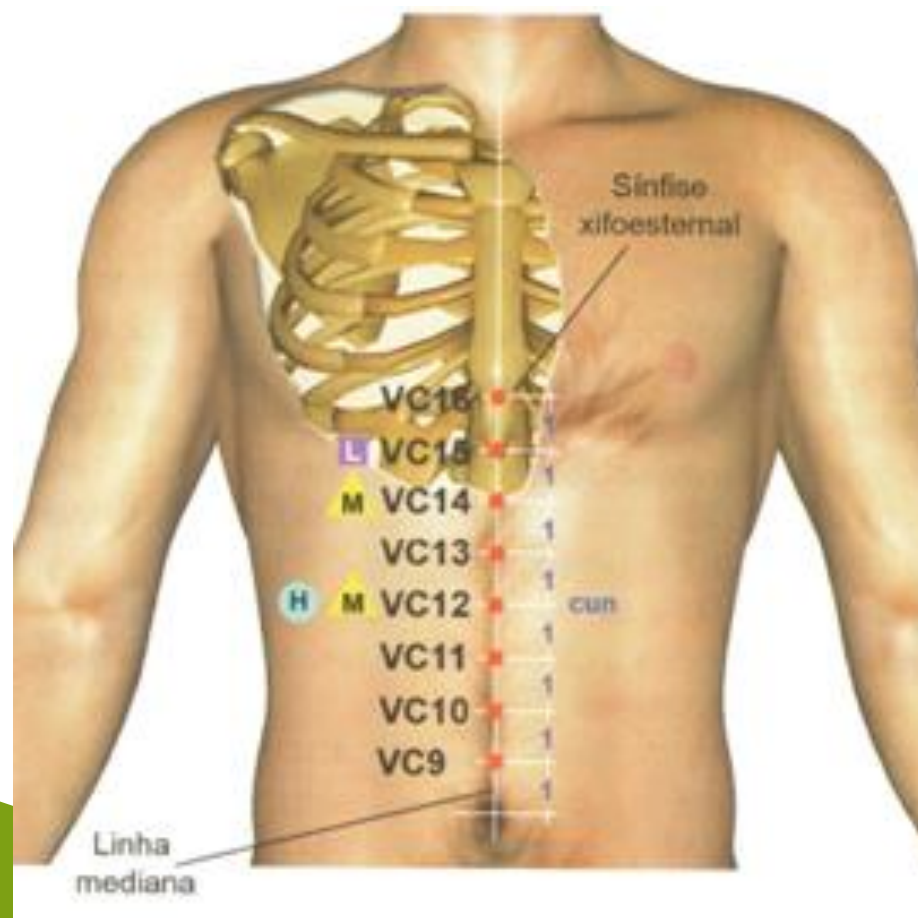


PONTO 17VC



TONIFICAR O PONTO
(Movimento horário)

PONTO 14VC

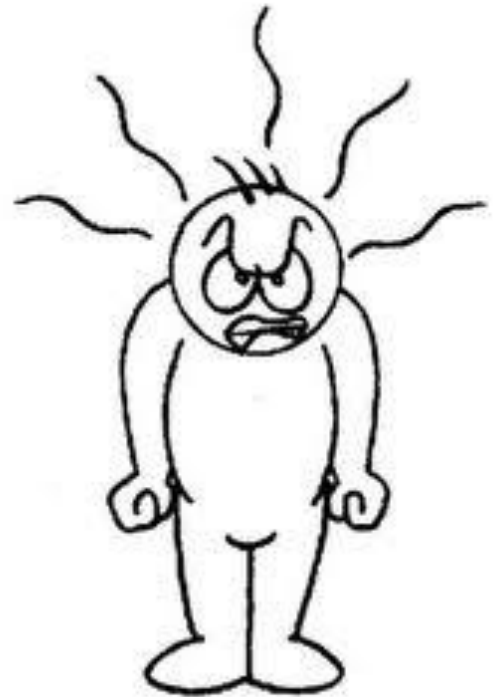


TONIFICAR O PONTO
(Movimento horário)



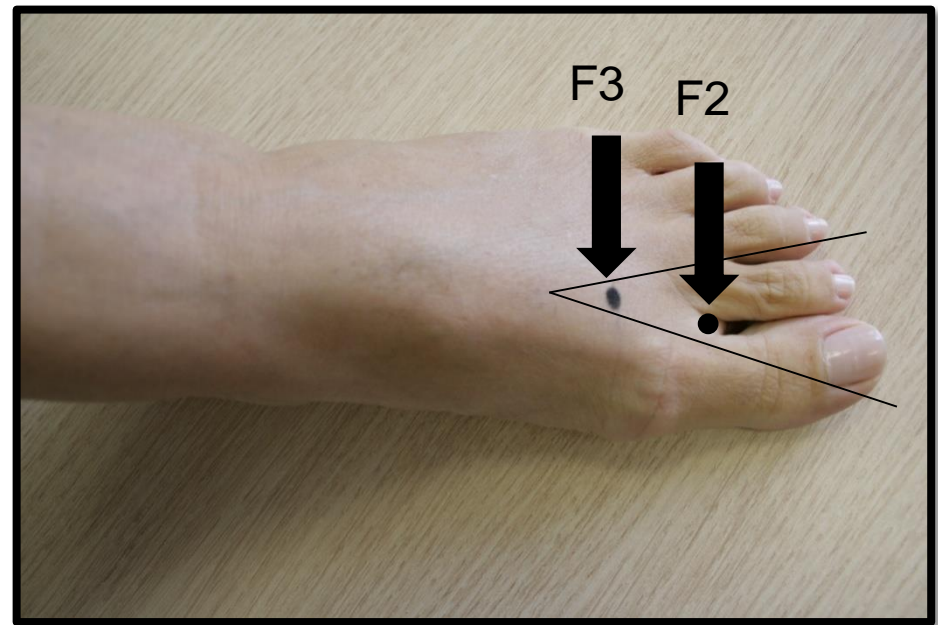
Pontos específicos e complementares

Irritabilidade



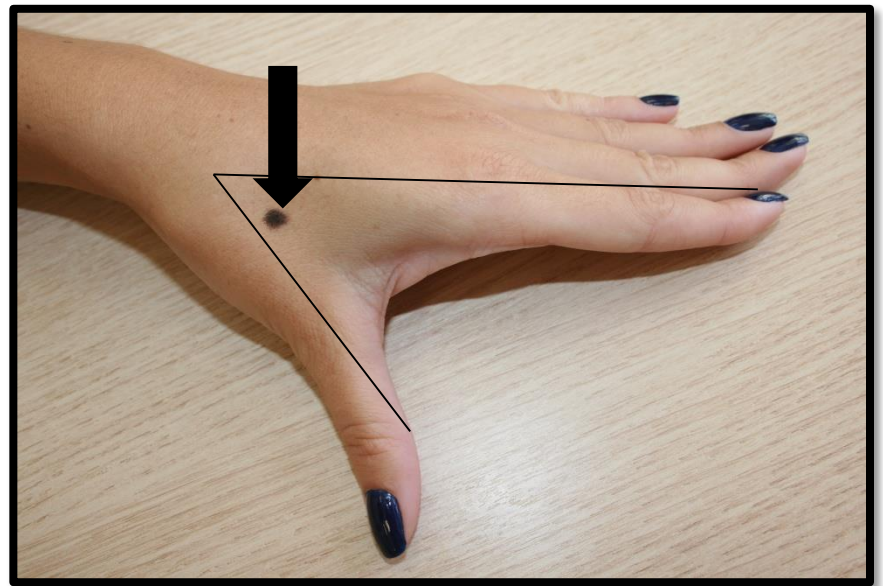
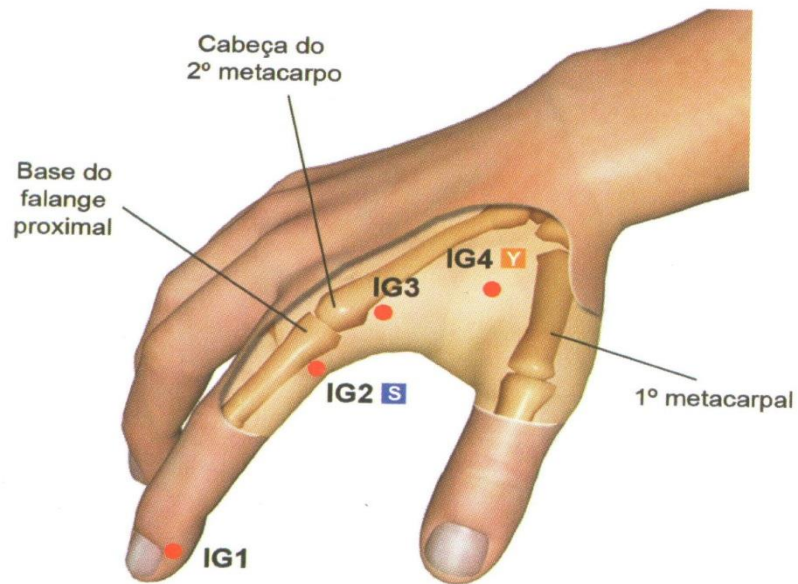


PONTO 2F e 3F



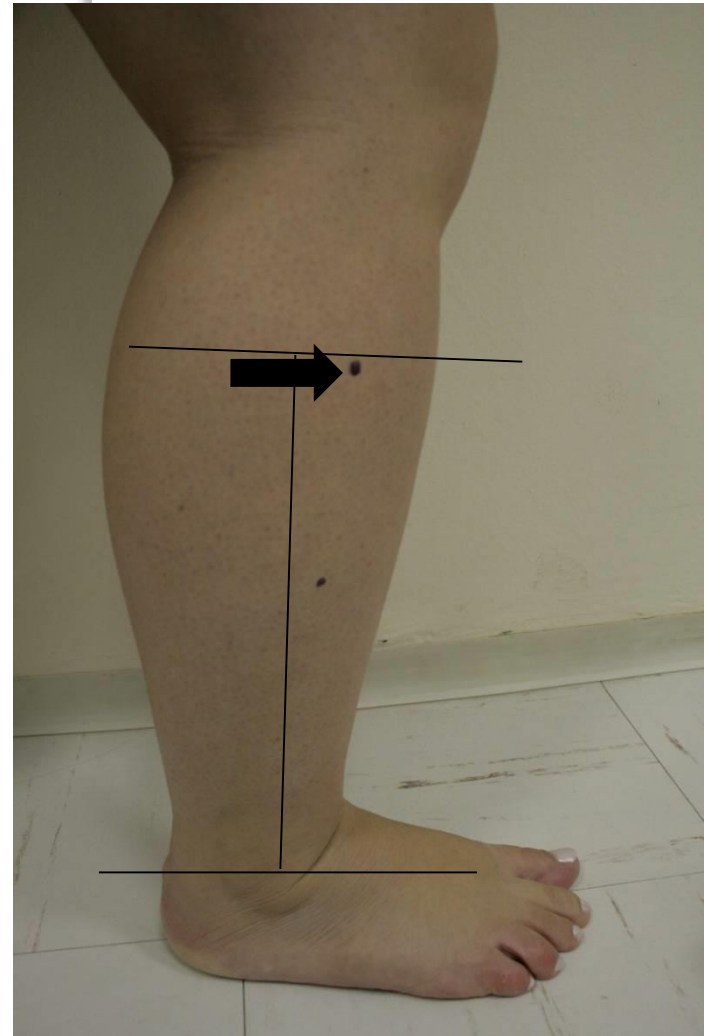
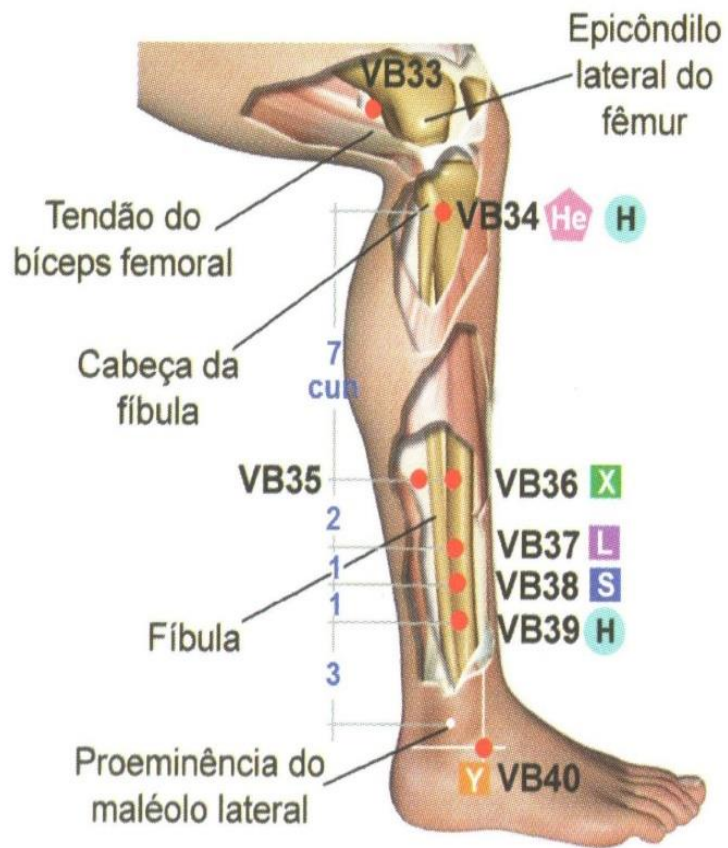
SEDAR O PONTO
(Movimento anti-horário)

PONTO 4IG



SEDAR O PONTO
(Movimento anti-horário)

PONTO 34VB



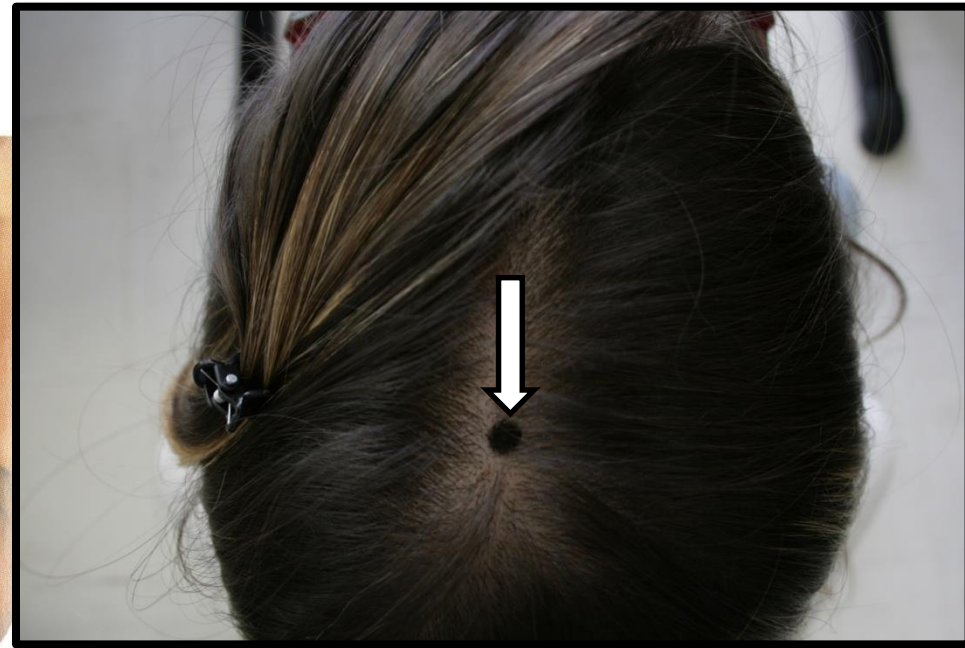
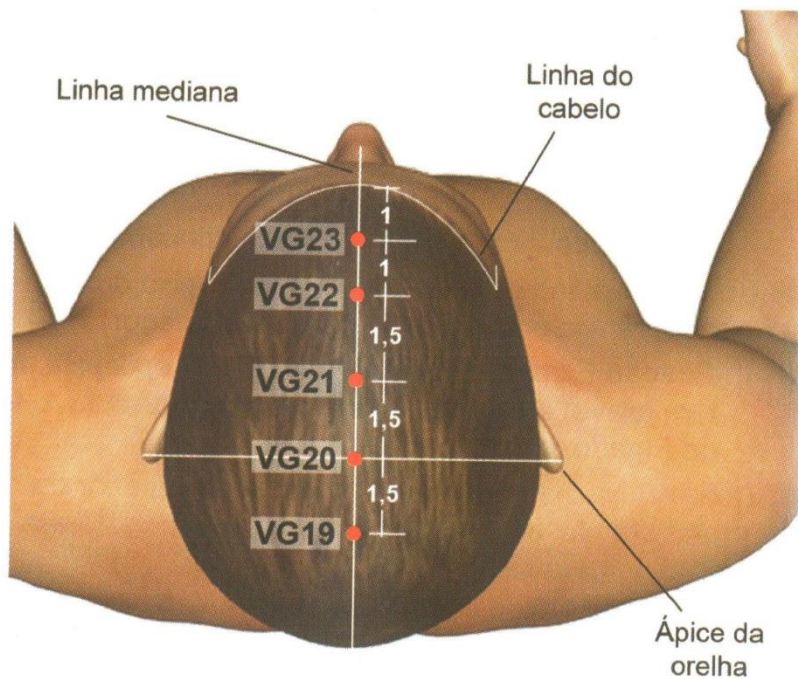


Pontos específicos e complementares

Euforia e agitação

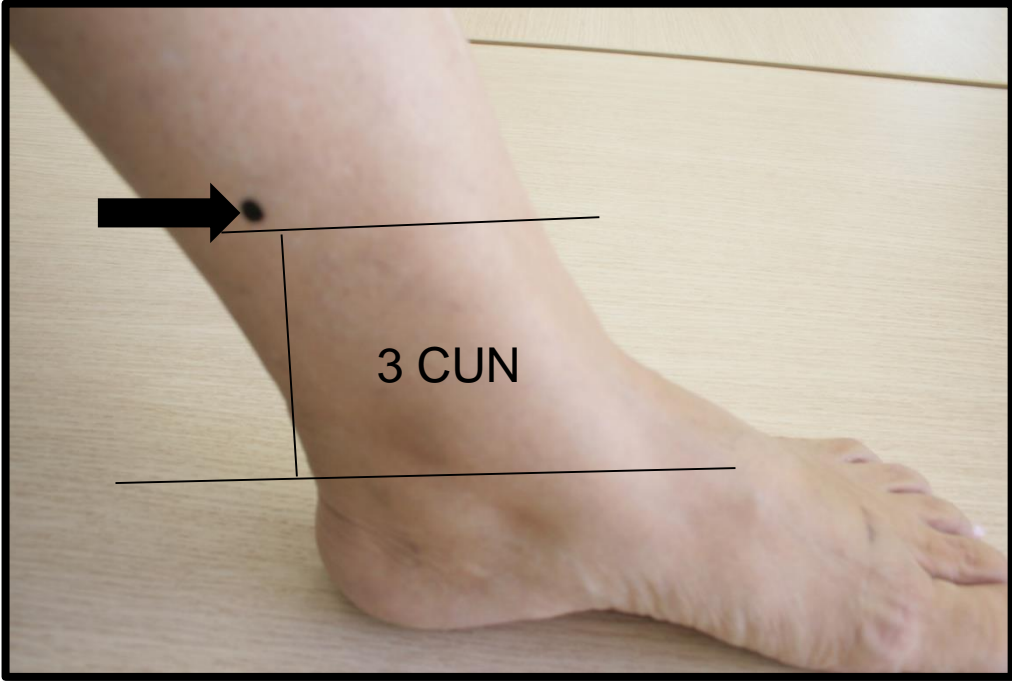
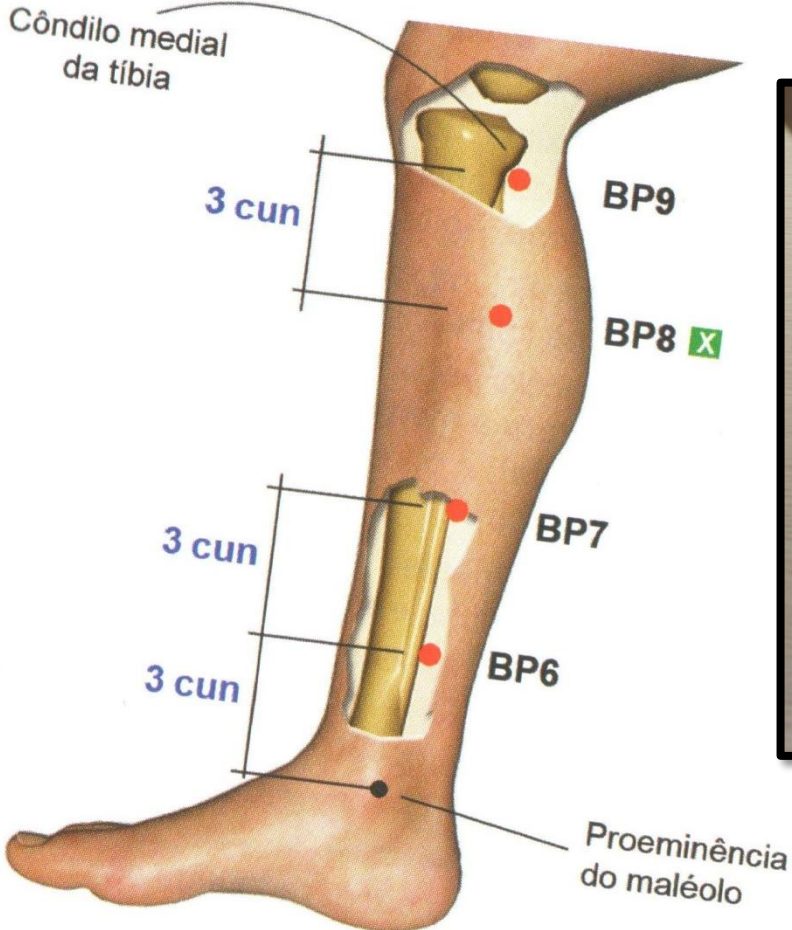


PONTO 20VG

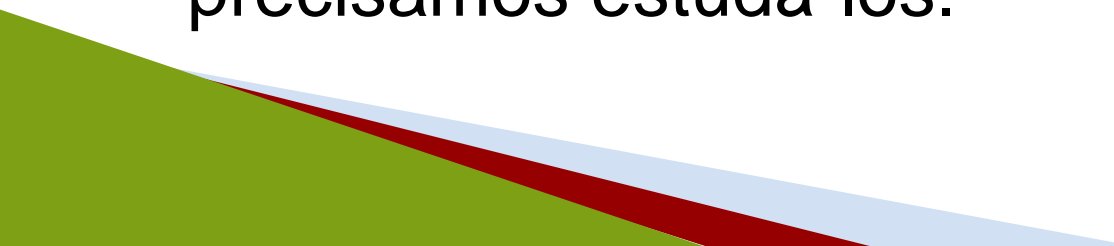


SEDAR O PONTO
(Movimento anti-horário)

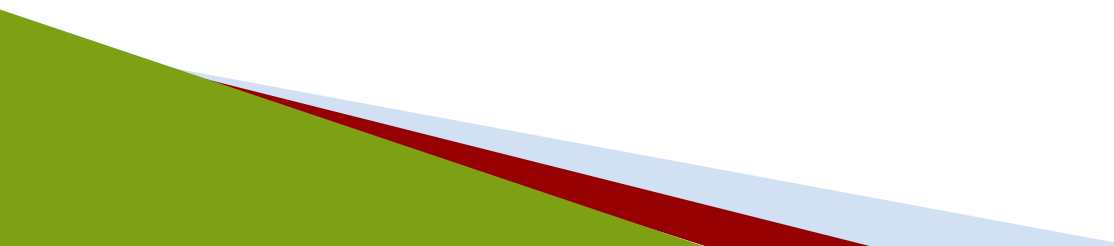
PONTO 6BP



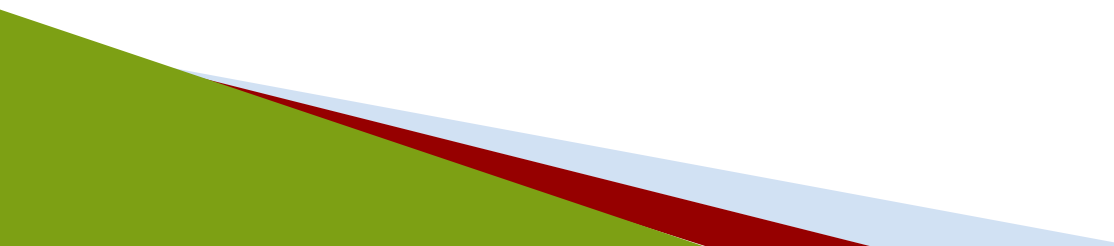
Considerações finais

- O DO-IN é um técnica de automassagem que pode e deve ser utilizada diariamente na APS nas atividades de grupos e no atendimento individual, complementando ou não o tratamento medicamentoso.
 - Conhecer a localização dos pontos de acupuntura e suas funções é essencial para que se obtenha os resultados desejados. Logo, precisamos estudá-los.
- 

Referências

- Cançado, Juracy Campos. Do-in. Técnica oriental de auto-massagem. São Paulo: Global, 1991.
 - Focks, Claudia; Marz, Ulrich. Guia prática de acupuntura, São Paulo : Manole, 2008.
 - Kim, Choo H. Manual Prático, São Paulo : Icone, 2012.
 - Maciocia, Giovanni. Os fundamentos da Medicina Chinesa. São Paulo:Roca, 1996.
- 

Crédito

- Texto: Renato José Alves de Figueiredo
 - Diagramação: Gisele Damian Antonio
 - Fotos: Marina Veshagem
 - Modelos: Cristiane Borghezan, Maria Eduarda Daussen Dutra, Claudia Regina Daussen Dutra.
- 

Obrigado!

Renato José Alves de Figueiredo

Webconferencista

Médico de família e comunidade e acupunturista

Membro da Comissão de Práticas Integrativas e Complementares da SMS - Florianópolis

CPIC/PIC-FLORIPA

cpic.pmf@hotmail.com

renatofigueiredo.mfc8@yahoo.com.br

www.picfloripa.blogspot.com

www.pmf.sc.gov.br/entidades/saude/

(48) 3239.1502

Gisele Damian

Teleconsultora Telessaúde SC

Farmacêutica e acupunturista

Doutoranda de Saúde Coletiva – UFSC

giseledamianantonio@gmail.com

(48) 3212-3505