



**APOSTILA DO**

**CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO**

**EM DESENVOLVIMENTO**

**DA MEDICINA CHINESA-ACUPUNTURA**

**CENTER AO**

**CENTRO DE PESQUISA E ESTUDO DA  
MEDICINA CHINESA**

**PROF. DR. YSAO YAMAMURA**

**MATERIAL COMPILADO DAS AULAS PROFERIDAS NO CURSO  
DR. ANTONIO JULIANO, DRA. MÁRCIA YAMAMURA, DRA. MARIA VALÉRIA  
BRAGA, DRA. CLÁUDIA VASCO MISORELLI**

## **TEORIA YIN / YANG**

A Medicina Tradicional Chinesa tem a sua origem na filosofia Taoista, cujo principal conteúdo é a admissão da existência concomitante de dois mundos, um absoluto e outro relativo.

O mundo absoluto é representado pela união de tudo o que existe no Universo, com total interação entre todos os fenômenos da natureza, incluindo o ser humano.

O mundo relativo é criado pela divisão simples desse mundo absoluto em duas formas de Energia (*Qi*) opostas, antagônicas, que se juntam pela força de atração dos opostos, em combinações variadas e criam a Energia que se condensa, formando a matéria. Estas duas formas de Energia são chamadas genericamente de *Yang* (ativa ou positiva) e *Yin* (passiva ou negativa).

Todo o Universo está em contínua expansão em todas as direções e esta expansão é a própria manifestação da vida em nosso mundo. O *Yang* e o *Yin* geram o movimento pela interação de suas forças, fazendo com que a Energia possa fluir, dispersar e se condensar, criando e modificando a matéria a partir de um intervalo no tempo e no espaço.

Não existe uma Energia sem a outra, ou seja, *Yang* não existe sem o *Yin*.

Provavelmente, a origem dos conceitos de *Yang* e *Yin* ocorreu com a observação da alternância cíclica do dia e da noite, correspondendo o *Yang* ao dia, à luminosidade, à atividade e o *Yin*, à noite, à escuridão, ao repouso. O céu, onde o sol nasce, é *Yang* e a terra é *Yin*. O leste, onde o sol nasce, é *Yang* e o oeste, onde o sol se põe, é *Yin*.

Na realidade, existe sempre a interação contínua do *Yang* e do *Yin*, ora predominando um, ora predominando o outro.

### **CICLO DIA/NOITE**

No ciclo diário, ao meio dia, há o máximo de *YANG* (claridade, luminosidade, *YANG do YANG*), mas existe uma parcela (uma semente) *YIN* no interior desse *YANG*. À medida que vai entardecendo, vai aumentando a parcela *YIN* e diminuindo a parcela *YANG*, de modo que, ao por do sol, existe praticamente a mesma quantidade de *YIN* dentro do *YANG*. Quando temos *YIN* dentro do *YANG* (qualquer que seja a proporção entre eles), falamos em *YIN do YANG*. A partir do por do sol, passa a predominar a parcela *YIN* e diminuir ainda mais a parcela *YANG* e, à meia noite, tem-se o máximo de *YIN* (escuridão, repouso, *YIN de YIN*), mas existe uma semente *YANG* em seu interior. A partir da meia noite, vai aumentando a parcela *YANG* e diminuindo a parcela *YIN*. Ao nascer do sol, há praticamente a mesma quantidade de *YANG* dentro do *YIN*. Quando temos *YANG* dentro do *YIN* (qualquer que seja a proporção entre eles), falamos em *YANG do YIN*. A partir do nascer do sol, vai aumentando a parcela *YANG* e diminuindo a parcela *YIN*.

Então, entre o nascer e o por do sol, diz-se que é *YANG* porque predomina a parcela *YANG*. Entre o por do sol e o nascer do sol, diz-se que é *YIN* porque predomina a parcela *YIN*.

### **CICLO DAS ESTAÇÕES DO ANO**

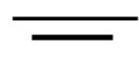
Para as quatro estações do ano, ocorre a mesma manifestação:

O verão é *YANG* máximo (*YANG do YANG*) – corresponde ao meio dia.

O outono é *YIN* dentro do *YANG* (*YIN do YANG*) – corresponde ao por do sol.

O inverno é *YIN* máximo (*YIN do YIN*) – corresponde à meia noite.

A primavera é *YANG* dentro do *YIN* (*YANG do YIN*) – corresponde ao nascer do sol.


  
 Meio dia
   
 Yang Máximo
   
 Verão

nascer do Sol
   
 Yang dentro do Yin
   
 Primavera
   
 (crescimento do Yang)



Por do Sol
   
 Yin dentro do Yang
   
 Crescimento do Yin



meia noite
   
 Yin Máximo
   
 Inverno

## PROPRIEDADES DO YIN E DO YANG

Com finalidade didática, podemos dividir as propriedades entre o *Yang* e o *Yin* em:

### 1 – Oposição de Yin e Yang

Existe oposição entre os dois lados de um mesmo fenômeno. Esta oposição, ao invés de ser antagônica, é complementar, considerando que a união desses dois opostos é que dá a totalidade desse fenômeno. A oposição é relativa e nunca absoluta: assim, nada é totalmente *Yin* ou totalmente *Yang*, sempre havendo um mínimo do oposto, ou seja, por mais que um fenômeno possa ser *Yin*, sempre vai ter uma parcela *Yang* em seu interior, por mínima que seja, e vice-versa. Além disso, a qualidade *Yin* ou *Yang* é sempre relativa. Ex.: o clima do nordeste é *Yang* em relação ao clima do sul; porém, o clima do deserto (mais quente) é mais *Yang* que o clima do nordeste.

### 2 – Interdependência do Yin e Yang

Embora sejam opostos, um não pode existir sem o outro. Ex.: o alto é *Yang* e o baixo é *Yin* – não se pode falar no alto sem ter a relação com o baixo.

### 3 – Consumo mútuo / aumento e diminuição do Yin e Yang

Os dois aspectos opostos e unidos do *Yin* e *Yang* não estão em repouso. Estão sempre em movimento de aumento e diminuição recíprocos: quando o *Yang* cresce, o *Yin* decresce e vice-versa. No corpo humano, acontece o mesmo fenômeno: para que haja uma atividade fisiológica *Yang*, é necessário consumir matéria nutritiva *Yin*. Inversamente, o metabolismo da matéria nutritiva *Yin* requer, para ser realizado, a contribuição de uma certa quantidade de energia *Yang*.

### 4 – Intertransformação / transmutação do Yin e do Yang

O *Yin* e o *Yang* não são estáticos, podendo um se transformar no outro. Estas mudanças não ocorrem a esmo: geralmente ocorrem no auge da predominância de um dos opostos. Um velho ditado chinês diz “*uma vez alcançado um certo limite, a mudança na direção oposta é inevitável*”.

## APLICAÇÃO DO YIN / YANG NA MEDICINA

O corpo humano é um todo, organizado e composto por duas partes ligadas estruturalmente, porém opostas, que são o *Yin* e o *Yang*.

Assim temos:

### YANG

Parte alta do corpo (acima do diafragma)  
Superfície externa (pele e músculos)  
Parte dorsal  
Visceras (*Fu*)  
Órgãos *Yang* (C – P)  
Função dos órgãos  
Lado esquerdo  
Mente  
Edema quente  
Doença aguda  
Agitação  
Insônia  
Rubor facial  
Dispneia

### YIN

Parte baixa do corpo (abaixo do diafragma)  
Interior do corpo (órgãos)  
Parte ventral  
Órgãos (*Zang*)  
Órgãos *Yin* (F – BP – R)  
Estrutura dos órgãos  
Lado direito  
Corpo  
Edema frio  
Doença crônica  
Apatia  
Sonolência  
Palidez facial  
Respiração lenta e superficial

**NOTA:** os órgãos são *Yin*; porém, os órgãos *Xin* (Coração) e *Fei* (Pulmão) são mais *Yang* que os outros por se situarem acima do diafragma.

É mais fácil tratar doença com característica *Yang* por se tratar de patologia energética. Doenças com característica *Yin* têm patologia de matéria e, portanto, são de tratamento mais difícil.

Na saúde, o *Yin* e o *Yang* são harmoniosamente interligados em um equilíbrio dinâmico: quando um aumenta, o outro é consumido de maneira equilibrada.

Na doença, o *Yin* e o *Yang* não se equilibram harmoniosamente. O *Yin* ou o *Yang* podem aumentar além do seu limite normal e levar ao consumo a sua polaridade oposta; ex.: se a temperatura corporal aumentar muito por um processo infeccioso, aumenta o *Yang* e isto conduz a uma secura, à exaustão dos fluidos corporais e diminuição do *Yin*. Embora possa ser considerada uma tentativa para manter o equilíbrio, já não se trata de equilíbrio normal.

Na Patologia, podemos ter quatro situações:

1 – Excesso de *Yin* (energia perversa *Yin*, Frio) levando ao consumo de *Yang*: ocorre a plenitude de *Yin* (Frio cheio, verdadeiro).

2 – Excesso de *Yang* (energia perversa *Yang*, Calor) levando ao consumo de *Yin*: ocorre a plenitude de *Yang* (Calor cheio, verdadeiro).

3 – Consumo de *Yang* quando o *Yang Qi* está deficiente. Os sintomas são semelhantes ao excesso de *Yin*, porém a situação primária é a diminuição do *Yang*: o aparente excesso de *Yin* é o *Yin* vazio (Frio vazio, falso).

4 – Consumo de *Yin* quando o *Yin Qi* está deficiente. Os sintomas são semelhantes ao excesso de *Yang*, porém a situação primária é a diminuição do *Yin*: o aparente excesso de *Yang* é o *Yang* vazio (Calor vazio, falso).

A diferença entre o vazio e o cheio (plenitude) é de grande importância na prática médica, para orientação da conduta terapêutica.

**NOTA:** fraqueza simultânea de *Yin* e *Yang*. Como o *Yin* é a base material do *Yang* e o *Yang* é a causa da formação do *Yin*, a deficiência de um deles levará à deficiência do outro. Ex.: se houver uma deficiência *Yin*, levando à tosse e transpiração noturna durante longo tempo, ocorrerá também a deficiência *Yang*, com asma e transpiração espontânea.

A teoria *Yin /Yang*, embora *Fundamental*, é genérica, sem fornecer indicações que levem ao diagnóstico, necessitando ser integrada a outros princípios, como a Lei dos 5 Movimentos. Ex.: a face vermelha (rubor facial) indica excesso de *Yang*, porém este fenômeno pode ocorrer por plenitude de *Yang* (excesso de *Yang*) ou vazio de *Yang* (consumo anormal de *Yin*).

## **RELAÇÕES DO YIN E YANG COM A NATUREZA**

<b>YANG</b>	<b>YIN</b>
DIA	NOITE
CALOR	FRIO
ATIVIDADE	REPOUSO
CLARO	ESCURO
SOL	PLANETA / LUA
FOGO	ÁGUA
SUBIDA	DESCIDA
EXPANSÃO	RETRAÇÃO
POSITIVO	NEGATIVO
RACIONAL	INSTINTIVO
HOMEM	MULHER
ALTO	BAIXO
TERRA	MAR
CÉU	TERRA
MAR (SALGADO)	RIO (DOCE)
ÁGUA QUE SOBE	ÁGUA QUE DESCE

**NOTA:** a água da chuva, embora desça, é *Yang*.

## **RELAÇÃO DOS ÓRGÃOS COM OS SABORES**

O órgão é *Yin*, enquanto o sabor é *Yang*.

Situações:

Gostar que satisfaz – repondo a energia com o sabor, a energia refaz o órgão. Significa que a energia do órgão está normal e a reposição é um processo natural.

Não gostar do sabor – significa que a energia do órgão (que é *Yin*) está diminuindo; então, há um excesso fictício do sabor (que é *Yang*) e teremos o *Yang* vazio. Neste caso, pode haver o gosto correspondente na boca como , por ex. o gosto salgado na boca quando a energia do Rim está deficiente, porque há uma tendência da parte *Yang* sair, se manifestar para fora.

Gostar excessivamente que não satisfaz – com a ingestão excessiva, passa a ocorrer lesão do órgão com a conseqüente diminuição da sua energia.

## **POLARIDADES YIN E YANG**

Todo ciclo evolui entre as 2 polaridades *Yin* e *Yang*. A essência e a forma são aspectos que devem ser analisados: a essência é a tendência do ciclo, ou seja, é a polaridade para a qual o ciclo está se dirigindo, enquanto a forma é o aspecto visível da polaridade, naquele momento.

Em relação ao ciclo dia/noite:

- 6h às 12h – essência *Yang* e forma *Yang* (*Yang* do *Yang*).
- 12h às 18h – essência *Yin* e forma *Yang* (*Yin* do *Yang*).
- 18h às 24h – essência *Yin* e forma *Yin* (*Yin* do *Yin*).
- 24h às 6h – essência *Yang* e forma *Yin* (*Yang* do *Yin*).

O mesmo ocorre em relação ao ciclo das estações do ano.