



EBRAMEC – Escola Brasileira de Medicina Chinesa

巴西中医学院 bāxī zhōngyī xuéyuàn

CIEFATO – Centro Internacional de Estudos de Fisioterapia, Acupuntura e Terapias Orientais

CRONOBIOLOGIA CHINESA

Luci Aquemi Hayashi Machado

Luci.hayashi@onda.com.br

Nei Jing Su Wen (Questões Simples)

“os ritmos impostos pelas horas, dias, meses, anos, influenciam todos os seres vivos, inclusive os seres humanos.”

Nei Jing Su Wen (Questões fáceis)

Capítulo 22 – Acerca da Relação entre as Energias das Cinco Vísceras e a das Quatro Estações

“O paciente com doença no Fígado, pode ter uma melhora nos dias Bing e Ding; se a doença não tiver então uma melhora, agravar-se-á nos dias Geng e Xin; se então não se agravar, prolongar-se-á nos dias Ren e Gui, mas terá uma melhora nos dias Jia e Yi.”

“O paciente com doença no Rim sentir-se-á melhor à meia-noite, terá um agravamento nas duas horas de Chen, Xu, Chou e Wei, e estará calmo ao entardecer”

Zhen Jiu Da Cheng

“Os princípios que regem a prática da Acupuntura consistem na espera e na observação para procurar o conhecimento das leis do Céu e da Terra. De fato, o Sol, a Lua, as Quatro Estações do ano e os Oito Ritmos Astronômicos principais exercem sobre a energia humana uma influência que deve ser determinada antes de se iniciar a acupuntura”

Ciclo de tempo

- ☉ O ciclo de tempo que afeta todos os seres vivos, não sofre influência da luminosidade, temperatura ou localização espacial
- ☉ Está diretamente relacionada somente com os ritmos cronológicos.

Su Wen

Cap	00	10	20	30	40	50	60	70	80
1	5	3	3	4	4	2	6	21	4
2	5	8	7	4	4	3	5	x	
3	7	3	4	4	5	2	9	x	
4	6	3	2	3	3	4	8	17	
5	14	3	4	7	4	3	4	3	
6	3	4	5	4	3	3	4	3	
7	6	9	4	2	4	1	4	3	
8	2	7	5	3	4	7	8	4	
9	13	10	3	5	5	9	13	5	
10	5	6	2	4	2	6	15	5	



Ling Shu

Cap	00	10	20	30	40	50	60	70	80
1	7	3	4	1	3	1	2	6	5
2	8	4	4	2	4	3	2	4	
3	5	8	6	2	2	2	3	5	
4	11	3	4	2	3	3	8	4	
5	6	2	2	4	2	2	4	10	
6	7	2	4	2	4	3	4	5	
7	4	3	2	2	8	2	2	4	
8	4	4	5	4	5	2	2	8	
9	10	3	4	2	6	4	2	5	
10	18	2	2	2	3	4	1	4	

Nan Jing

Cap	00	10	20	30	40	50	60	70	80
1	10	4	3	6	3	2	3	3	2
2	6	4	4	2	6	2	4	4	
3	6	7	10	4	2	4	2	3	
4	7	12	6	4	3	2	3	5	
5	3	11	5	5	5	2	1	5	
6	3	10	3	3	3	7	7	2	
7	5	4	3	5	2	3	4	3	
8	6	9	4	3	5	7	4	4	
9	4	6	4	3	10	3	4	3	
10	6	3	4	4	4	4	3	2	

Da Chang



São 10 Seções

- 244 Enunciados
- 50 Enunciados – Cronobiologia chinesa

Importância da Cronobiologia

Su Wen Questões Simples	22,2%
Ling Shu Eixo Espiritual	7,4%
Nan Jing Clássico das dificuldades	17,3%
Da Chang Grande Compêndio	20,5%

Ferramentas da Cronobiologia chinesa

- ⊙ Palpação
- ⊙ Anamnese
- ⊙ Observação
- ⊙ Ausculta
- ⊙ Olfacção
- ⊙ Ciclos temporais (horas, dias, meses e anos)

Diferenças da Cronobiologia chinesa

Acupuntura sistêmica

- ⊙ Selecionar o melhor ponto para uma determinada síndrome.
- ⊙ Selecionar um ponto para um determinado paciente

Prevenção

- ⊙ Selecionar tratamento mais efetivo
- ⊙ Selecionar período para prevenção
- ⊙ Conhecer previamente a constituição do paciente

Pessoal

- ⊙ Orientar dieta, atividade física, atividades diárias, cores de roupas, entre outras orientações.

Cronobiologia chinesa

- Fluxo e refluxo dos Canais
- Atividade dos Zang-Fu
- Processos fisiológicos

Ritmo cronológico

Shí Tiān Gan - 10 Troncos celestes

- Indicam nosso comportamento
- Relacionados com a Função – com o Qi dos Zang Fu
- No Céu há 5 energias – como resposta, na Terra existem 10 energias

Shí Èr Dì Zhī - 12 Ramos terrestres

- Indicam nossa energia física
- Relacionados com a Forma – com os Zang Fu
- Na Terra existem 6 fatores – como resposta, no Céu existem 12 energias

Sistema *Gan Zhī*

- 60 combinações entre *Tian Gan* e *Di Zhi* - binômios

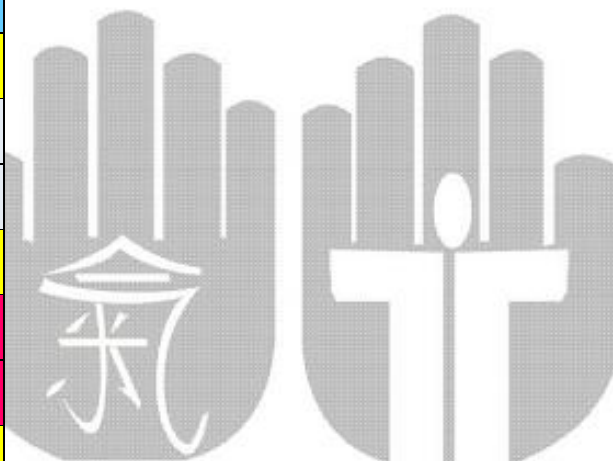


Shí Tiān Gān (10 Troncos Celestes)

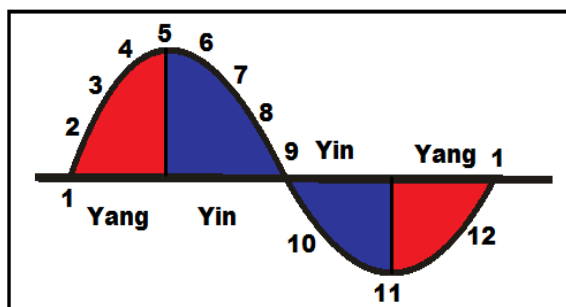
Jia	Madeira Yang
Yi	Madeira Yin
Bing	Fogo Yang
Ding	Fogo Yin
Wu	Terra Yang
Ji	Terra Yin
Geng	Metal Yang
Xin	Metal Yin
Ren	Água Yang
Gui	Água Yin

Shí Èr Dì Zhī (12 Ramos terrestres)

Zi	Rato
Chou	Boi
Yin	Tigre
Mao	Coelho
Chen	Dragão
Si	Serpente
Wu	Cavalo
Wei	Cabra
Shen	Macaco
You	Galo
Xu	Cachorro
Hai	Porco



Ciclo de vida dos elementos



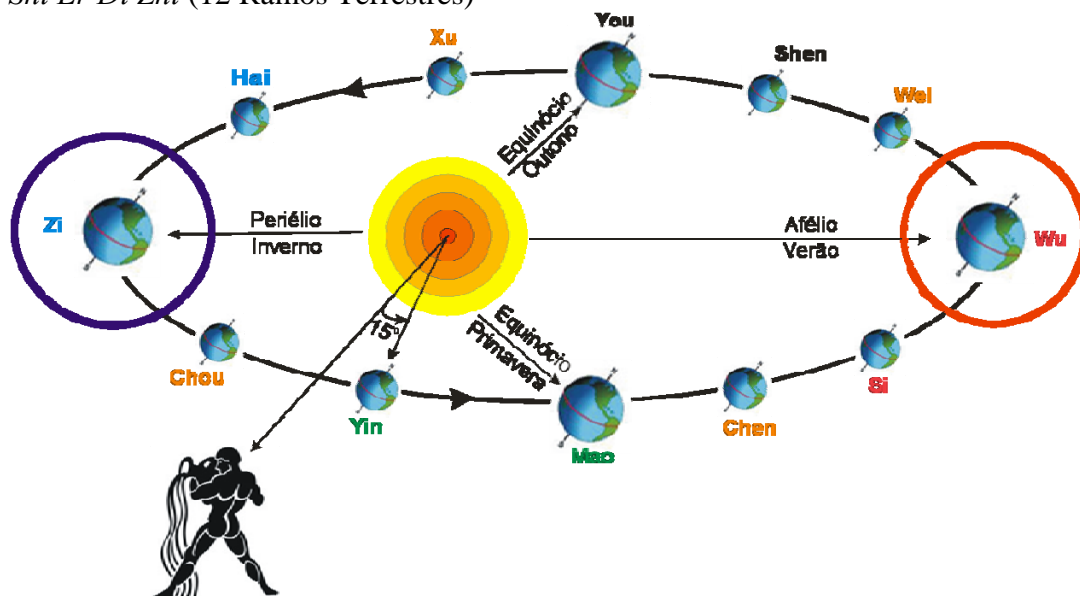


EBRAMEC – Escola Brasileira de Medicina Chinesa

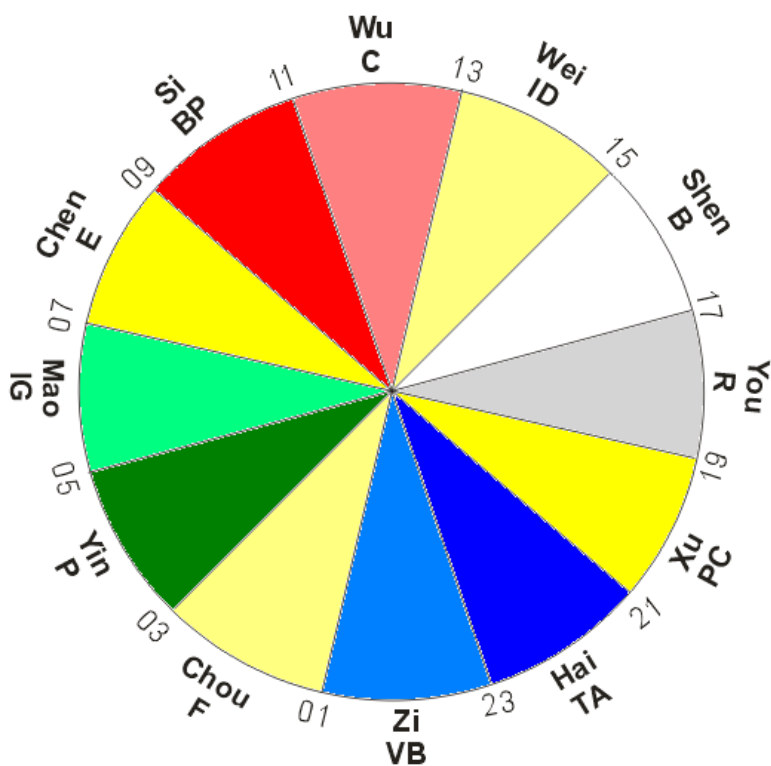
巴西中医学院 bāxī zhōngyī xuéyuàn

CIEFATO – Centro Internacional de Estudos de Fisioterapia, Acupuntura e Terapias Orientais

Shí Èr Dì Zhǐ (12 Ramos Terrestres)



Ciclo circadiano



GAN ZHI (60 Binômios)



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Jia	Yi	Bing	Ding	Wu	Ji	Geng	Xin	Ren	Gui
Zi	Chou	Yin	Mao	Chen	Si	Wu	Wei	Shen	You
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Jia	Yi	Bing	Ding	Wu	Ji	Geng	Xin	Ren	Gui
Xu	Hai	Zi	Chou	Yin	Mao	Chen	Si	Wu	Wei
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Jia	Yi	Bing	Ding	Wu	Ji	Geng	Xin	Ren	Gui
Shen	You	Xu	Hai	Zi	Chou	Yin	Mao	Chen	Si
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Jia	Yi	Bing	Ding	Wu	Ji	Geng	Xin	Ren	Gui
Wu	Wei	Shen	You	Xu	Hai	Zi	Chou	Yin	Mao
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Jia	Yi	Bing	Ding	Wu	Ji	Geng	Xin	Ren	Gui
Chen	Si	Wu	Wei	Shen	You	Xu	Hai	Zi	Chou
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Jia	Yi	Bing	Ding	Wu	Ji	Geng	Xin	Ren	Gui
Yin	Mao	Chen	Si	Wu	Wei	Shen	You	Xu	Hai

Métodos de Cronobiologia chinesa

- **Zi Wu Liu Zhu – Fluxo e refluxo do Meio-dia, meia-noite**
 - Método utilizando Ramos terrestres e Troncos celestes
 - Método utilizando Ramos terrestres
 - Método utilizando Troncos celestes
 - Método de Inter-geração
 - Método de seleção de pontos da mesma família
 - Pontos Ben
 - Método preventivo
 - *Wū Shū Xuè* (Pontos de Transporte)
- **Ling Gui Ba Fa – 8 Símbolos da Tartaruga mística**
 - Fei Teng Ba Fa – 8 Símbolos do Vôo rápido
 - Ling Gui Ba Fa
 - *Ba Mai Jiao Hui Xue* (Pontos Confluentes)
- **Regiões proibidas**
 - De acordo com a idade
 - De acordo com o dia



Zi Wu Liu Zhu

É o fluir e o concentrar do Qi e Xue de acordo com a variação do Qi ao longo do dia.

Baseado no sistema Gan Zhi (60 binômios - combinações entre Tian Gan e Di Zhi)

Paciente apresenta tosse, garganta seca, calor no corpo, vômito e indisposição estomacal. Apresenta saburra amarelada, pulso rápido, forte, superficial.

Síndrome: calor no Pulmão afetando Estômago

Tratamento: limpar o calor do Pulmão

Yuji P10 dispersar ponto fogo do Pulmão, com a.s. (céu)

ou Chize P5 tonificar ponto água do Pulmão, com a.m. (terra)

ou Taiyuan P9 tonificar ponto Yuan do Pulmão, com a.p. (homem)

Quando: Yuji – Dia Ji – hora Wei (13 – 15)

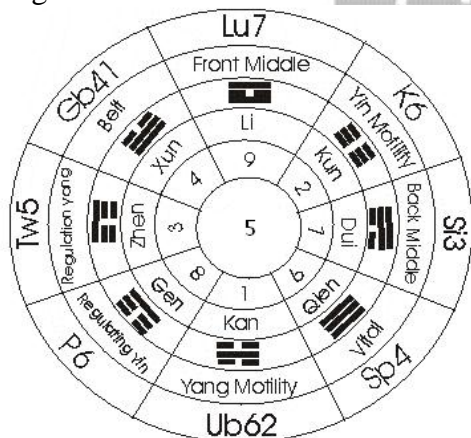
Chize – Dia Gui - hora You (17 – 19)

Taiyuan – Dia Xin – hora Wei (13 – 15)

Si Wu Liu Zhu

- ☉ Dia 07 de novembro – Xin Mao. Dia do Metal Yin (Pulmão). O Pulmão se une com Intestino Delgado e o Pulmão põe-se em movimento para conduzir xue. Ter em mente que irá trabalhar com Xue, porque é um dia Yin.
- ☉ Horário 09-11h: Si
11-13h: Wu
- ☉ Xin – Si → Rangu R2 – limpa calor por deficiência
- ☉ Xin – Wu → não existe, usa Zhongzhu TA3 – limpa o calor. Neste caso, agulhar Shaoshang P11 antes porque é o anfitrião.

Ling Gui Ba Fa



Enunciado 112 do Zhen Jiu Da Cheng

Resposta muito rápida – Qi se desloca rapidamente

1. Interior e Exterior circulam
2. Alto e Baixo trocam sua energia
3. Água e Fogo enfraquecem-se
4. Manipulação segura e concentrada

Ling Gui Ba Fa

- ☉ Dia 07 de novembro – Xin Mao. Dia do Metal Yin (Pulmão). O Pulmão se une com Intestino Delgado e o Pulmão põe-se em movimento para conduzir xue. Ter em mente que irá trabalhar com Xue, porque é um dia Yin.
- ☉ 09-11h: Gui Si → Gongsun Ba4 + Neiguan PC6
- ☉ 11-13h: Jia Wu → Waiguan TA5 + Zulinqi VB41



Constituição

Hora	Dia	Mês	Ano
Wu (5) Terra Yang	Bing (3) Fogo Yang	Ding (4) Fogo Yin	Ding (4) Fogo Yin
Zi (I) A Yin	Shen (IX) Me Yang A Yang T Yang	Wei (VIII) T Yin F Yin Md Yin	You (X) Metal Yin

Qual é o elemento principal desta constituição?

Quais são os Zang Fu fortes desta constituição?

Qual a deficiência desta constituição?

Qual é o excesso desta constituição?

Qual é o ponto de acupuntura desta constituição?

Movimento Tai Yang da mão (ID) – Zi Wu Liu Zhu

Bing é o anfitrião e se une a Xin e o ID se movimenta para conduzir o Qi.

Pontos de nascimento - IG3 e ID4 (prevenção e tratamento quando houver deficiência de Qi)

	Jia 1 VB	Yi 2 F	Bing 3 ID	Ding 4 C	Wu 5 E	Ji 6 BP	Geng 7 IG	Xin 8 P	Ren 9 B	Gui 10 R
Zi I 23 – 01	ID2		IG3 ID4		VB38		E36		TA1	
Chou II 01 – 03		BP3 F3		R7		C3		PC3		R1
Yin III 03 – 05	E43 VB40		B60		ID8		TA10		B67	
Mao IV 05 – 07		P8		F8		PC5		P11		F2
Chen V 07 – 09	IG5		VB34		TA6		IG1		VB43	
Si VI 09 – 11		R10		PC7		BP1		R2		C7 R3
Wu VII 11 – 13	B40		TA3		E45		B66		ID3 B64 TA4	
Wei VIII 13 – 15		PC8		C9		P10		F3 P9		BP5
Shen IX 15 – 17	TA2		ID1		IG2		VB41 IG4		E41	
You X 17 – 19		F1		BP2		R3 BP3		C4		P5
Xu XI 19 – 21	VB44		E44		B65 E42		ID5		IG11	
Hai XII 21 – 23		C8		P9 C7		F4		BP9		PC9



	Jia 1 VB	Yi 2 F	Bing 3 ID	Ding 4 C	Wu 5 E	Ji 6 BP	Geng 7 IG	Xin 8 P	Ren 9 B	Gui 10 R
Zi I 23 – 01	ID2 Ying		IG3 ID4		VB38		E36 He		TA1	
Chou II 01 – 03		BP3 F3 Shu/Yuan		R7		C3 He		PC3		R1
Yin III 03 – 05	E43 VB40 Shu/Yuan		B60		ID8		TA10		B67	
Mao IV 05 – 07		P8 Jing		F8		PC5 Jing		P11		F2
Chen V 07 – 09	IG5 Jing		VB34		TA6		IG1 Jing		VB43	
Si VI 09 – 11		R10 He		PC7		BP1 Jing		R2		C7 R3 PC7
Wu VII 11 – 13	B40 He		TA3		E45		B66 Ying		ID3 B64 TA4	
Wei VIII 13 – 15		PC8 Jing		C9		P10 Ying		F3 P9		BP5
Shen IX 15 – 17	TA2 Ying		ID1		IG2		VB41 IG4 Shu/Yuan		E41	
You X 17 – 19		F1 Jing		BP2		R3 BP3 Shu/Yuan		C4		P5
Xu XI 19 – 21	VB44 Jing		E44		B65 E42		ID5		IG11	
Hai XII 21 – 23		C8 Ying		P9 C7		F4 Jing		BP9		PC9

Constituição

Hora Dia Mês Ano

Wu (5) Terra Yang	Ji (6) Terra Yin	Ding (4) Fogo Yin	Yi (2) Md Yin
Chen (V) Terra Yang Md Yin Água Yin	Mao (IV) Md Yin	Hai (XII) Água Yang Md Yang	Wei (VIII) Terra Yin Fogo Yin Md Yin



Qual é o elemento principal desta constituição?

Quais são os Zang Fu fortes desta constituição?

Qual a deficiência desta constituição?

Qual é o excesso desta constituição?

Qual é o ponto de acupuntura desta constituição?

Movimento do Tai Yin do Pé (BP)

Ji é o anfitrião e se une a Jia e o Baço se movimenta para conduzir o Xue.

Neste caso, não existe ponto, usa-se ponto alternativo – IG5. Punturar Ba1 antes que é o ponto anfitrião.

Constituição

Relacionamento

♂

Hora

Dia

Mês

Ano

Wu (5)
Terra Yang

Ji (6)
Terra Yin

Ding (4)
Fogo Yin

Yi (2)
Madeira Yin

Direção Madeira
Nasceu com Água e
madeira fortes

Chen (V)
Terra Yang
Madeira Yin
Água Yin

Mao (IV)
Madeira Yin

Hai (XII)
Água Yang
Madeira Yang

Wei (VIII)
Terra Yin
Fogo Yin
Madeira Yin

Formam triangulação de água -
expressivos e Triangulação de
madeira - realizadores

♀

Hora

Dia

Mês

Ano

Wu (5)
Terra Yang

Bing (3)
Fogo Yang

Ding (4)
Fogo Yin

Ding (4)
Fogo Yin

Semidireção Metal
Nasceu com Terra,
fogo e madeira fortes

Zi (I)
Água Yin

Shen (IX)
Metal Yang
Água Yang
Terra Yang

Wei (VIII)
Terra Yin
Fogo Yin
Madeira Yin

You (X)
Metal Yin