



Anno XLI n. 124

Giugno 2009

Rivista Italiana di Agopuntura

Registrazione del tribunale di Busto Arsizio n. 02/80 del 28/05/80
Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in Abbonamento Postale - 70%-B Milano

S.I.A. - Società Italiana Agopuntura

c/o SO WEN - Viale Legioni Romane, 5 - 20147 MILANO
Tel. 02 40098180 - Fax 02 40098140 - e-mail: s.i.a.@tin.it

Iscrizione e abbonamento: CC/P n. 35047208, Via Solari,52 - 20144 Milano

Stampato in Milano - Centro tipolitografico "Right System" - Via Solari,52 - 20144 Milano

SOMMARIO

Editoriale 2
PASSIONE, EMOZIONE E SENTIMENTO 2
Alberto Lomuscio 2
Articoli speciali..... 16
L' ANTICA TRADIZIONE RINNOVATA 16
Franco Caspani 16
Tesi di diploma 23
CONFRONTO TRA MTC E ALTRE MEDICINE ENERGETICHE 23
Alessandra Irmici, Alberto Lomuscio 23
Lavori Originali 35
LA TERAPIA CON AGOPUNTURA CINESE NELL'EMICRANIA 35
Alberto Lomuscio, Ezio Calosso, Lidia Marano 35
PROTOCOLLO HUATUOJIAI NELL'EMICRANIA, EFFICACIA E
RISPARMIO DI RISORSE 49
Paolo Evangelista 49
INVERNO 2008: ENERGIE E OSSERVAZIONI CLINICHE 59
Silvia Guardini 59
Lavori congressuali 63
IL PAZIENTE COME COMPLEMENTO E STRUMENTO DI CRESCITA
DEL MEDICO 63
Gabriella Formenti, Alberto Lomuscio, Marco Maiola 63
ALLERGIE,INTOLLERANZE E PSEUDOALLERGIE ALIMENTARI:
TRA MEDICINA OCCIDENTALE E MTC 70
Sergio Perini 70
MALATTIA DI MENIERE E AGOPUNTURA 73
Giuseppe Barbagallo, Rossella Barbagallo 73
Didattica 76
LE RUGHE IN MEDICINA TRADIZIONALE CINESE 76
Paolo Evangelista, Roberta Sferra 76
Letti per Voi 80
MAPPA DEI VORTICI ENERGETICI D'ITALIA 80
Rinaldo Lampis 80
MEDICINA TRADIZIONALE EURO MEDITERRANEA 81
Angelo Eliseo Sberna 81
MEDICINA EPIGENETICA 82
Dawson Church 82
GUIDA QUANTICA ALL' ILLUMINAZIONE 83
Amit Goswami 83
Avvisi ai lettori 84
NORME PER GLI AUTORI 84

Direttore Responsabile
Alberto Lomuscio

Capo Redattore
Franco Cracolici

Comitato di Redazione
Alberto Lomuscio
Franco Cracolici
Cristina Quaranta
Cecilia Lucenti
Emanuela Laguzzi

Comitato Scientifico
Paolo Evangelista
Italo Sabelli
Sara Rapuzzi

Collaboratori stranieri
Philippe Sionneau
Subuthi Dharmananda

Comitato di sinologia
Massimo Selmi
Marco Montagnani

Impaginazione e grafica a cura di :
Gianfranco Rossi

Hanno collaborato a questo numero:
G.Barbagallo, R.Barbagallo, E.Calosso,
F.Caspani, P.Evangelista, G.Formenti,
S.Guardini, A.Irmici, A.Lomuscio,
M.Maiola, L.Marano, S.Perini, R.Sferra

Didattica

LE RUGHE IN MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

Paolo Evangelista^ϕ, Roberta Sferra^κ

^ϕDirettore Scuola So-Wen L'Aquila, consigliere FISA, ^κDocente in formazione So-Wen L'Aquila.

RIASSUNTO

Gli Autori, dopo un breve excursus sulla fisiopatologia delle rughe, esaminano il loro significato da un punto di vista energetico e della cultura tradizionale in genere. Si soffermano sul loro significato di vissuto esperienziale. Illustrano nei dettagli la tecnica terapeutica per la terapia delle rughe con agopuntura, farmaci fitoterapici e maschere.

PAROLE CHIAVE: rughe, medicina energetica, maschere.

ABSTRACT

The authors, after a brief transaction about the physiopathology of wrinkles, examine their acceptance across the energetic point of view and in the traditional Chinese culture on average. They linger on the significance of experiential dwelt of the furrows. Then they illustrate accurately the therapeutic technique for the cure of wrinkles with acupuncture, phitotherapy and masks.

KEYWORDS: furrows, energetic medicine, masks.

INTRODUZIONE

Il Shī Jīng, 诗经, Libro delle Odi ¹, scritto risalente in parte al 1000 a. C., recita:

«..... la pelle come strutto, il collo come larva di baco, i denti come semi di melone, la testa di cicala, le sopracciglia di falena...»

Secondo la Medicina Tradizionale Cinese le cause che sono alla base della formazione delle rughe possono essere ricondotte ad un deficit di Qi e Sangue o ad una stasi di Qi di Fegato. Entrambe queste condizioni comportano un insufficiente apporto di Energia e Sangue al volto determinando una cute secca e maggiormente predisposta alla formazione delle rughe ^{2,3}.

Il deficit di Qi e Xue vede come principali cause un vuoto di Milza e Stomaco che rappresentano la sorgente di tali sostanze fondamentali e una scarsa ingestione di cibi capaci di apportare Jing (cioè una alimentazione ricca di cibi conservati, liofilizzati e variamente edulcorati che determinano progressivo impoverimento di Qi e Xue) oppure ad una scarsa varietà alimentare (una dieta ripetitiva e monotona comporterebbe un aumento del rischio di formazione di rughe)⁵. Inoltre, il deficit di Qi e Sangue può essere secondario ad un vuoto del sistema Cuore/Milza, causato da eccessivo lavoro e stress, che determina un minore apporto di Sangue ai tessuti. Come ultima causa, infine, si annovera un deficit di Qi di Rene.

Nella formazione delle rughe è implicato anche l'aspetto psicologico, infatti stress emozionali possono determinare una stasi di Qi di Fegato. Il Fegato favorisce il libero fluire del Qi e, conseguentemente, del Sangue dal momento che Qi e Xue circolano insieme. Una stasi di Qi determina, quindi, anche una stasi di Sangue che a affluirà in misura ridotta al volto ed una difficoltà di circolazione dei fluidi corporei che determinerà secchezza della cute ⁵.

Un ruolo altrettanto importante nell'insorgenza delle rughe viene giocato dai continui movimenti della muscolatura facciale che accompagnano i cambiamenti di espressione del volto. Secondo alcuni Autori, infatti, le rughe sono solchi cutanei che riproducono le espressioni preferite di un individuo e l'insieme delle rughe rappresenterebbe dei modelli di comportamento radicati nella persona ⁵. Ciascun individuo, pertanto, attraverso il controllo delle proprie emozioni può decidere

sia il numero delle rughe sia la zona del viso sulla quale esse si evidenziano.

Per la natura del processo di formazione suddetto, un attento esame delle rughe fornisce indizi utili riguardo la personalità di un individuo, tanto che qualche Autore ritiene che possano considerarsi una mappa della vita emotiva del soggetto⁵.

Ne deriva che il Cuore, “l’Imperatore” di tutto l’organismo, che contiene lo Shen e controlla l’espressione di ogni emozione, influenza direttamente anche la formazione delle rughe e si manifesta attraverso esse.

TOPOGRAFIA

Le rughe possono presentarsi in diverse parti del volto (Fig.1).

Le principali regioni sono:

a) intorno agli occhi

- dall’angolo esterno degli occhi si possono irradiare verso l’alto o verso il basso. Nel primo caso siamo di fronte a quelle rughe che i cinesi chiamano “rughe della felicità”. Queste si formano a seguito di espressioni gioiose caratterizzate dal sorriso. Nel secondo caso vengono definite “rughe della tristezza”. Queste ultime possono giungere fino agli zigomi ed in tal caso vengono chiamate “rughe della sofferenza” o addirittura superare gli zigomi e raggiungere la zona delle guance, nel qual caso vengono denominate “rughe dell’angoscia”⁵.

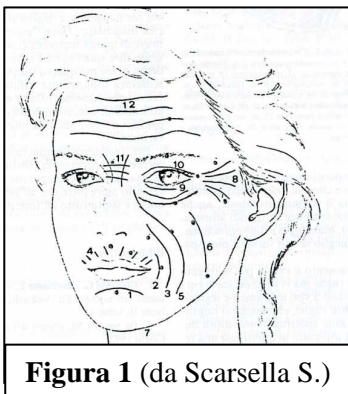


Figura 1 (da Scarsella S.)

Le rughe che partendo sempre dall’angolo esterno degli occhi si portano diagonalmente verso il naso vengono indicate come “rughe del dolore”.

Il Pericardio Sin Pao definito nel Nei Jing “buffone di corte”⁵ è responsabile della

capacità di espressione della gioia. Un individuo con il Pericardio sano presenterà le rughe cosiddette “ della gioia”, mentre la prevalenza delle “rughe della tristezza”, indica che il Pericardio è stato iperattivo e ha tenuto troppo sotto controllo il Cuore causando la formazione di Fuoco/Vuoto nello Shen.

- Le rughe che partono dall’angolo interno degli occhi e si irradiano al di sotto degli occhi stessi vengono denominate “rughe dell’amore perduto”. La zona sottostante gli occhi è “controllata” dai Reni. In tale zona si evidenziano le rughe dovute a lutti, perdite e gravi problematiche di coppia come delusioni e frustrazioni avvenuti in questo ambito. Il termine cinese che descrive quest’area è “lacrime non versate”. La carenza di lacrime sarebbe secondaria al vuoto del Liquido dei Reni.

b) tra le arcate sopraccigliari

Le rughe presenti in tale zona indicano un interessamento del Qi del Fegato. Saranno quindi secondarie a stati d’animo quali irascibilità e frustrazione.

La ruga più marcata viene chiamata “spada sospesa”. E’ una singola linea, profonda, che appare tra le sopracciglia. Indica che il Fegato è metaforicamente “spaccato in due”. Questa ruga, secondo alcuni Autori, è secondaria ad una condizione di aggressività repressa sopportata a lungo. Se la “spada sospesa” è meno marcata si parlerà di “ago sospeso”. Essa, come nel caso precedente, è sintomo di problemi legati all’ira ma di minore entità. Un’antica interpretazione cinese simboleggia la evoluzione in auto aggressività di queste particolari personalità nella possibilità che la “spada sospesa” cadendo trafigga il piede⁵.

Se le rughe tra le sopracciglia sono due la persona sarà impaziente, irritabile, irascibile o frustrata. Anche questi individui hanno dell’ira accumulata, che non vogliono lasciar sfogare in una sola volta, limitandosi quindi a esternarla a piccole dosi, oppure hanno un Fegato in vuoto che determina reazioni eccessive ad ogni affronto vero o immaginario.

c) intorno alle labbra.

Le molteplici rughe verticali che partono dal labbro superiore orientano verso un interessamento dello Yang Ming, a cui questa zona è legata. Si tratterà quindi di patologie legate alla nutrizione, ove si intende non solo quella alimentare e fisica ma anche quella affettiva e della sfera psichica.

TERAPIE UTILIZZATE

La cura delle rughe si avvale dell'intero bagaglio terapeutico della MTC³.

Vengono utilizzati: agopuntura, elettroagopuntura, moxibustione, auricoloterapia, tuina generale, tuina estetico, applicazione di maschere fitoterapiche (dirette o indirette), assunzione orale di fitoprodotti, ginnastiche mediche. In questo breve scritto ci occuperemo essenzialmente di agopuntura.

L'utilizzo di esercizi facciali come terapia per attenuare le rughe è da molti Autori considerato errato in quanto con tale metodica i muscoli mimici e la cute sovrastante lavorano di più e segnano maggiormente il volto nel tempo⁶. Inizialmente tali movimenti fanno apparire più luminoso il viso in quanto aumentano l'afflusso di sangue ma, ciò è solo temporaneo. Infatti i muscoli facciali hanno una fisiologia diversa dagli altri muscoli del corpo per via della loro inserzione (sono muscoli orbicolari) ed il loro eccessivo uso non li rinforza ma, al contrario li indebolisce, causando delle rughe⁵.

Le iniezioni di collagene e la più impegnativa plastica facciale determinano rapidamente una riduzione fino alla scomparsa delle rughe ma anche un "congelamento" del viso che appare amimico e inespressivo. Negli ultimi anni i ricercatori dell' «American Society of Plastic Surgeons» hanno evidenziato che l'agopuntura si sta affermando come una soluzione alternativa all'intervento chirurgico e alle iniezioni periodiche di botulino.

I principi terapeutici dell'agopuntura prevedono la tonificazione del Qi e del Sangue, l'eliminazione del Calore e del Vento

dal Sangue che causano entrambi secchezza della pelle.

PUNTI LOCALI – ADIACENTI^{2,3,4}

Per le rughe che si manifestano a livello della fronte si possono utilizzare:

ST8/Touwei, GB14/Yangbai, Yintang EX, punti Ashi. Per punti ashi s'intendono non i punti dolorosi ma le rughe stesse.

Per le rughe presenti a livello del canto esterno si possono pungere:

Taiyang EX, GB1/Tongziliao, TE23/Sizhukong, punti Ashi

Per le rughe del labbro superiore :

ST4/Dicang, LI19/Heliao, punti Ashi

Per le rughe "del sorriso": ST7/Xiaguan, ST6/Jiache, LI20/Yingxiang

Nelle malattie croniche i trattamenti saranno prolungati e si utilizzeranno anche punti secondari localizzati nella parte anteriore e posteriore del corpo.

ANTERIORI: CV12/Zhongwan, LI4/Hegu, LI11/Quchi, ST36/Zusanli, SP6/Sanyinjiao, SP10/Xuehai

Dal momento che la formazione delle rughe è favorita da una diminuzione della funzione degli Zangfu risulta utile selezionare i punti Shu del dorso: BL13/Feishu, BL15/Xinshu, BL18/Ganshu, BL20/Pishu, BL23/Shenshu, BL17/Geshu.

Per quanto attiene alla tecnica di inserimento degli aghi nel trattamento delle rughe bisogna ricordare che è di fondamentale importanza per la riuscita della terapia. Per le rughe profonde a livello della fronte e tra le arcate sopraccigliari si utilizza la tecnica "a ponte"². Tale metodica consiste nell'inserire un ago più lungo, di circa 0,5 cun, nella ruga in maniera tangenziale alla stessa e due aghi più corti, di circa 10mm, che vengono inseriti perpendicolarmente all'andamento della ruga facendo sì che la punta arrivi al di sotto del corpo dell'ago più lungo che ne risulterà leggermente sollevato. Se l'ago di 0,5 cun non è sufficiente a percorrere tutta la lunghezza della ruga è possibile inserirne un secondo al

davanti. Ugualmente molto importante è lo spessore degli aghi utilizzati: deve essere molto sottile in modo da non provocare alcun traumatismo (il sanguinamento è considerato effetto avverso) ed il minimo dolore. Con questo tipo di tecnica viene stimolata la produzione di fluidi da parte dell'organismo e nella zona della ruga si forma un particolare edema definito "oozing" che organizzandosi e divenendo duro solleverà la ruga. Oltre a ciò con l'ago si favorisce la circolazione del Qi e del Sangue. Nelle persone giovani, e quindi in rughe di recente insorgenza, con tale metodica esse possono scomparire definitivamente, mentre in persone più avanti con gli anni si ottiene un drastico rallentamento del processo di invecchiamento cutaneo. Durante il trattamento è importante far assumere al paziente cibi particolarmente nutrienti e vari e non farlo esporre al sole ed al vento.

Per il trattamento delle rughe intorno agli occhi e alla bocca si può utilizzare il metodo del "ventaglio". Tale tecnica prevede l'inserimento degli aghi intorno alla bocca perpendicolarmente ed in modo adiacente alla ruga raggiungendo la parte più profonda. Con questa metodica si stimola il muscolo orbicolare della bocca. Utile associare la moxa per promuovere la circolazione del sangue a livello generale. Il trattamento richiede un ciclo di quindici sedute, due alla settimana, della durata di circa 20-30 minuti.

MASSAGGIO ³

Ogni seduta di agopuntura andrebbe seguita da una seduta di massaggio. Questo si compone di vari step che in genere sono:

1. Preparazione al trattamento
2. Massaggio della fronte
3. Massaggio intorno agli occhi
4. Massaggio delle guance
5. Massaggio delle orecchie
6. Massaggio del mento e del collo
7. Massaggio delle spalle.

Ha una certa validità anche l'automassaggio.

MASCHERE FITOCOSMETICHE ³

Come atto finale – che però può anche anticipare il massaggio – del trattamento

antirughe, si applicano delle maschere fitocosmetiche che si trovano in commercio già pronte.

I principali costituenti delle maschere sono:

CRISANTEMO: elimina calore e tossine;

TE' VERDE: elimina il calore, umidifica la cute;

GERMOGLI DI GRANO: rinforza l'elasticità;

ACIDI DELLA FRUTTA: sbiancante, asciugano;

MENTA: rinfrescante;

ALGHE MARINE: indicate nelle pelli più sensibili;

PERLE: rinfrescante, umidificante, sbiancante;

PLACENTA: nutriente, tonica;

GINSENG: per pelli anziane.

BIBLIOGRAFIA

1. *The Book of Songs*, trad. Arthur Waley, Joseph R. Allen. Grove Press, New York, 1996.
2. Scarsella S, *Il trattamento degli inestetismi del volto in MTC*, Atti del XXVIII Congresso della SIA, Milano, 2008.
3. Ding XH, Scarsella S, *Seminario di Medicina Estetica*, Accademia Italiana di Medicina Cinese, L'Aquila, 2004.
4. Valentini M, *L'elettroagopuntura nel trattamento degli inestetismi del viso*, Giorn Ital Rifless Agop, anno 5/1, 1993.
5. Bridges L, *Leggere il volto secondo la MTC*, Casa Editrice Ambrosiana, Milano, 2006.
6. De Surany M, *Segni del volto*, Ed RED, Como, 1992.

