



Fórmulas que Aliviam o Exterior

Quando a primeira influência patogênica penetra no corpo, causa uma Desordem Exterior, requerendo o uso de estratégias que aliviem a influência patogênica no Exterior. Nenhum outro procedimento irá prevenir o fator patogênico de penetrar profundamente no corpo. O termo **aliviar se refere ao método de induzir Transpiração**, o qual foi descrito no Capítulo Cinco de Nei Jing: "quando está ao nível da pele, use a Transpiração para descarregar".

Transpiração é o primeiro dos Oito Métodos de Tratamento. **Desordens Exteriores ou Superficiais são caracterizadas por febre e arrepios, dor de cabeça e dor no corpo, e pulso Superficial.** São também vistos como doenças Exteriores o início de sarampo, erupções cutâneas pouco definidas, estágio inicial de furúnculos, dores acompanhadas de febre e calafrios e edema superficial e agudo. Desde que o **Vento é o veículo** pelo qual o fator patogênico entra no corpo, ele está envolvido em todas as condições Exteriores, tanto as que envolvem Frio como as que envolvem Calor. Algumas fórmulas discutidas neste capítulo da medicina tradicional chinesa tratam de apenas algumas partes do corpo onde está concentrado o problema ou queixa do paciente (cabeça, pescoço, garganta, nariz, etc.). Outras fórmulas que tratam Desordem Exterior com Deficiência no Interior requerem uma atenção especial, já que o fator patogênico deve ser aliviado sem causar desarmonia interna. Assim como fórmulas que tratam desordens de Excesso em ambos, Interior e Exterior, muitos terapeutas subestimam a importância de fórmulas que tratam desordens exteriores. Isto é uma decisão infeliz, pois **prevenir o desenvolvimento de uma condição séria é bem mais simples nos estágios iniciais.**

"O melhor é tratar pacientes com problemas no nível de pele e cabelo; o próximo é no nível de músculos e carnes;
o próximo de tendões e vasos;
o próximo a tratar seria no nível dos Seis Órgãos Yang;
o próximo seria os Cinco Órgãos Yin."

"Quando o tratamento está no nível dos Cinco Órgãos Yin, metade dos pacientes morre e outra metade sobrevive." Tratado do imperador amarelo, *Questões Básicas-Cap. 5.*

Um diagnóstico apurado é essencial. **Se a desordem se desenvolve no Interior sem o Exterior estar curado, o praticante deve optar entre aliviar o Exterior primeiro ou tratar o Exterior e Interior simultaneamente.** Entretanto, as fórmulas deste capítulo são inapropriadas para tratar Desordens Interiores sozinhas, erupções cutâneas e edema de



deficiência. A maioria destas fórmulas trata desordens agudas. Elas contêm substâncias que são leves e voláteis em natureza, e se submetidas a muito Calor elas perdem o efeito. **A melhor maneira de usá-las é quente (ou morna) e antes das refeições.** Deve-se aconselhar ao paciente a repousar depois de tomar a fórmula, pois **uma transpiração leve é necessária para aliviar o exterior.** Excesso de transpiração agride o Qi e os fluidos. A dosagem da fórmula deve ser adaptada para o tipo de constituição do indivíduo, clima e estação. Por exemplo, quem transpira facilmente, vive num clima quente e só contrai doenças na primavera ou verão, requer um tratamento mais suave. Por outro lado, a pessoa que não transpira facilmente, vive num clima frio, e contrai doenças no outono e inverno, requer um tratamento mais forte.

Fórmulas que Aliviam Frio Exterior (Vento-Frio)

De acordo com Shan Han Lun, desordens de Vento-Frio são marcadas por **febre e calafrios, cefaléia e dor no corpo, secreção nasal clara ou branca, e pulso Superficial.** Existem muitos tipos de desordens por vento-frio e todas requerem o uso de fórmulas que aliviem a influência do fator patogênico no exterior por transpiração. Quando o Vento-Frio ataca um indivíduo em que o Qi defensivo é forte, **o Frio pode fechar os poros e impedir a transpiração.** Tais pacientes requerem uma fórmula que produz uma forte transpiração. **Se o Qi defensivo é fraco, há transpiração, mas o paciente não melhora,** porque o Qi defensivo é fraco para expulsar o fator patogênico. Nestes casos, o tratamento requer transpiração, mas deve ser acompanhado de tratamento para regular o Qi defensivo e o Qi nutritivo. Assim, a transpiração terá seu efeito terapêutico.

Fórmula: Ma Huang Tang Ephedra Decoction

Fonte: Discussões de Desordens Induzidas pelo Frio (Shan Han Lun)

Ação: Alivia Frio-Exterior e melhora a dificuldade de respirar.

Indicação:

Febre e calafrios, calafrios predominantes, sem transpiração, respiração difícil, dor de cabeça, dores no corpo, uma fina saburra branca e um pulso Superficial e apertado. Este é um ataque de Vento-Frio Exterior, onde o Qi defensivo é reprimido. Isto inibe o fluxo do Yang Qi para o Exterior, produzindo calafrios. A batalha entre a influência do fator patogênico Externo e o Qi normal causa febre e deixa a **pele morna ao toque.** A cabeça é o local de encontro dos meridianos Yang e um ataque de Vento-Frio na Superfície do corpo (Yang) resulta em dor de cabeça. O Frio fecha os poros e impede a transpiração. Isto também interfere no fluxo do Qi nutritivo e produz dores generalizadas no corpo. O Exterior reprimido agride os Pulmões, o que resulta na rebelião do Qi dos Pulmões (altera o sentido correto do fluxo energético), manifestado como dificuldade de respiração. Esta é somente uma condição agudo e portanto **a língua ainda não foi**



afetada. O pulso Superficial indica que o fator patogênico está no exterior, e o pulso apertado, a presença de Frio.

Fórmula:

A erva **imperador**, morna e picante *Ma Huang* (*Herba Ephedrae*) é particularmente um forte diaforético (produz transpiração), que libera o Qi dos Pulmões e trata dificuldades na respiração.

A erva **ministro**, *Gui Zhi* (*Ramulus Cinnamomi Cassiae*) é também um diaforético, alivia o Exterior (principalmente a camada muscular) e **aquece e facilita** o fluxo de Qi nos meridianos. Quando combinada com a erva principal (ou seja, Ma Huang), ela **fortalece o efeito de transpiração da fórmula**. Isto ocorre pois **a erva principal desbloqueia os poros e a ministro empurra o fator patogênico para fora**. Esta combinação é muito eficiente em liberar o Exterior.

A erva **assistente** *Xing Ren* (*Semen Pruni Armenicae*) desbloqueia o fluxo do Qi **dos Pulmões** e ajuda a erva principal a melhorar a respiração e expulsar o fator patogênico.

A mensageira *Zhi Gan Cao* (*Radix Glycyrrhizae Uralensis* **torrada no mel**) harmoniza a ação das outras ervas e modera a ação diaforética da *Ma Huang* - *Herba Ephedrae*.

Comentário:

Esta é a fórmula clássica para tratar Excesso de Frio no Exterior. Ela foca principalmente em fazer transpirar. Ela aparece nove vezes no livro “*Discussões de Desordens Induzidas pelo Frio (Shang Han Lun)*” para tratamento de desordens no estágio TaiYang (ID/Bexiga), onde apresenta referências como: problemas de frio com modificações apropriadas, esta fórmula pode ser usada em problemas respiratórios por Frio e obstruções doloridas por Vento-Frio-Umididade. Ela é também usada para sangramento no **nariz**, com ausência de transpiração e pulso superficial e apertado. Este é um típico sangramento por Frio. Neste caso, o Vento-Frio reprime o Exterior e agride o Yang, o **qual** se rebela causando sangramento no nariz.

Ma Huang Tang (*Ephedrae Decoction*) **é a base para outras fórmulas** que são usadas para tratar desordens associadas com Vento nos Pulmões, incluindo a *Pequena decoção do Dragão Verde-Azul* (*Xiao Qing Long Tang*) e o *Ma Xing Shi Gan Tang* (*Vento-Calor*).

Aplicação:

Esta fórmula é usada para tratar infecção respiratória, gripe, bronquite aguda, asma brônquica, e pneumonia.



Cuidados e Precauções:

No livro *Discussões de Desordens Induzidas pelo Frio (Shan Han Lun)*, esta fórmula é contra-indicada para pacientes com **muita debilidade (exemplo, desnutrição, desidratação)**, **poliúria** e para pacientes com **sangramento** (especialmente no nariz). Esta fórmula deve ser usada com muito cuidado em pacientes **hipertensos**.

Funções das Ervas na Fórmula:			
			
<i>Ma Huang</i>	<i>Gui Zhi</i>	<i>Xing Ren</i>	<i>Zhi Gan Cao</i>
Imperador	<i>Ma Huang - Herba Ephedrae</i>	Forte diaforético, libera o Qi dos Pulmões Trata dificuldades respiratórias.	
Ministro	<i>Gui Zhi - Ramulus Cinnamomi Cassiae</i>	Forte diaforético, alivia o Exterior (camada muscular) e amorna e facilita o fluxo nos meridianos.	
Assistente	<i>Xing Ren - Semen Pruni Armenicae</i>	Desbloqueia o fluxo do Qi dos Pulmões, e ajuda a erva imperador a expulsar o fator patogênico.	
Mensageira	<i>Zhi Gan Cao - Radix Glycyrrhizae Uralensis torrada no mel</i>	Harmoniza a ação das outras ervas e modera a ação diaforética de Ma Huang.	

Fórmula 2: Gui Zhi Tang - Decocção de Ramulus Cinnamomi

Fonte: Discussões de Desordens Induzidas pelo Frio (Shan Han Lun)

Ação: Alivia as influências patogênicas na camada muscular e regula o Qi defensivo e o nutritivo. (OBS: muito semelhante ao Ma Huang Tang, mas usada na fase de transpiração, ou pelo menos se a pele estiver úmida).

Indicação:

Febre e calafrios que não são aliviados pela transpiração, dor de cabeça, indisposição estomacal, aversão ao Vento, pescoço duro, congestão nasal, sem sede. Saburra branca, fina e úmida (ou seja, nesse estágio sub-agudo já encontramos manifestações na língua) e pulso superficial. Pode ser usada em pacientes se recuperando de doença crônica (não é tão agressiva como o Ma Huang Tang). Este é um Vento-Frio contraído externamente, indo para uma condição de Deficiência com Frio-



Exterior. A particularidade desta condição é uma **desarmonia entre o Qi nutritivo e o defensivo**. Em condições normais, um regula o outro. **O Qi defensivo (associado ao Yang) protege o Exterior, e o Qi nutritivo (associado ao Yin), nutre e estabiliza o Interior.**

Aqui, entretanto, o Qi defensivo está levemente fraco. Quando alcança a Superfície para defender-se do Vento-Frio, febre e calafrios são produzidos, e isto desgasta toda a sua força e o incapacita para outras funções, como a de guardar o Qi nutritivo. O Qi nutritivo, entretanto, se torna instável e é incapaz de conter os fluidos. A transpiração resultante não tem a força completa do Qi defensivo por trás dela, e não leva a nenhuma melhora das condições. O abrir dos poros durante a transpiração deixa a pessoa muito sensível em relação ao ambiente, o que se torna uma **aversão ou sensibilidade ao Vento**.

Quando o Vento-Frio invade os músculos e o Exterior, isto impede o fluxo do Qi nos canais (especialmente o Tae-Yang), o que se transforma em dor de cabeça e torcicolo. Os Pulmões controlam o Qi, e são associados com a pele, pelos e nariz. Vento-Frio agride o Exterior e também prejudica o mecanismo do Qi dos Pulmões, o que causa congestão nasal. O mecanismo dos Pulmões prejudicado, e a perda da regulação mútua entre o Qi nutritivo e o defensivo, interrompe o Qi do Estômago, o que provoca indisposição estomacal. Como é típico da febre por Frio-Exterior, não haverá sede.

A língua com saburra fina e branca e pulso superficial são características de Exterior Vento-Frio.

Discussão da Fórmula:

A erva na função de **imperador**, morna e picante Gui Zhi - Ramulus Cinnamomi Cassiae, alivia Vento-Frio exteriormente que invadiu a camada muscular. A erva **ministro** Bai Shao Yao - Radix Paeoniae Lactiflorae - beneficia o Yin e contém o Qi nutritivo fraco. Juntas, elas simultaneamente ampliam a habilidade do Qi defensivo de dispersar as influências patogênicas enquanto fortalecem o Qi nutritivo. Por esta razão, diz-se que **esta fórmula regula ambos o Qi defensivo e o Qi nutritivo**.

Uma das **assistentes**, Bai Shao Yao - Radix Paeoniae Lactiflorae - ajuda a erva imperadora a aliviar o Exterior, enquanto também trata **náusea e vômitos**. A outra assistente, Da Zao - Fructus Zizyphi Jujubae - ajuda a erva ministro a alimentar e harmonizar o Qi nutritivo e o Sangue. **As duas assistentes beneficiam o Qi do Aquecedor Médio (Baço)**, que se eleva para regular o Qi nutritivo e defensivo.

Da Zao ajuda a Zhi Gan Cao (a mensageira) a tonificar o Aquecedor Médio e harmonizar a ação das outras ervas. Esta fórmula inteligentemente tonifica enquanto alivia o Exterior e assim efetivamente trata esta condição.

Comentário:

Esta é uma das mais importantes fórmulas do Discussões de Desordens Induzidas pelo Frio. Umas vinte variações foram criadas. A última geração de médicos considera esta fórmula como uma das mais importantes, pois ela é usada como base para várias fórmulas no tratamento de uma série de desordens. Por exemplo, uma das fórmulas que tratam Frio-Interior, como Menor Decocção para Construir o Meio (Xiao Jian Zhong Tang) e Decocção de Dang Gui para extremidades Frias (Dang Gui Si Ni



Tang), também como a fórmula Decocção de Canela, Osso de Dragão e Concha de Ostra (Gui Zhi Jia Long Gu Mu Li Tang), são variações desta fórmula. Gui Zhi Tang (Decocção de Canela) é ideal para condições em que o Qi defensivo é incapaz de proteger o Exterior e o Qi nutritivo é incapaz de alimentar e estabilizar o Interior.

Fórmulas que são mornas, picantes e fortemente diaforéticas, que podem agredir severamente os fluidos, são inapropriadas neste caso, como as frias e amargas, que podem deixar as influências patogênicas permanecerem no Exterior. Gui Zhi Tang (Decocção de Canela) é indicada para a síndrome de Frio-Exterior caracterizada por presença de transpiração. Isto é conhecido como ataque de Vento. Ma Huang Tang (Decocção de Ephedra), por outro lado, é indicada em síndromes de Frio-Exterior caracterizado por ausência de transpiração, conhecidas como agressão do Frio. Entretanto, para um indivíduo com constituição fraca, sofrendo de agressão por Frio, Gui Zhi Tang (Decocção de Canela) pode ser usada para prevenir a transpiração excessiva, que pode agredir os fluidos.

A redução da dosagem de Da Zao - Fructus Zizyphi Jujubae, o qual tem ocorrido em muitas outras fórmulas listada no livro do autor Zhang Zhong Jing (obra: Shan Han Lun), é por um entendimento de como melhor usar esta erva. Ela tem sido sempre usada para tonificar o Qi normal. Entretanto, por milhares de anos, tem sido vista como erva muito estagnante que pode causar plenitude e distensão no Aquecedor Médio. Para prevenir isto, esta dosagem tem sido reduzida.

Aplicação:

Com esta apresentação, esta fórmula pode ser usada para tratar desordens como infecção no aparelho respiratório, gripe, febre pós-parto, rinite alérgica, angioedema, espasmo cerebrovascular, eczema e urticária.

Cuidados e Precauções:

Contra-indicada em casos de Frio-Exterior e Calor-Interior caracterizados por febre e sede ou garganta inflamada com pulso rápido. Deve ser usada com cuidado no verão ou durante períodos de tempo quente. Se for prescrita em casos com Calor, pode resultar em epistaxe (sangramento nasal). Se incorretamente prescrita, ou com dosagem muito alta, pode ocorrer forte transpiração, febre alta, sede severa, palpitação e irritabilidade. Em tais casos, usar Decocção do Tigre Branco com Ginseng (Bai HuJia Ren Shen Tang), para contrabalançar o efeito colateral.



Funções das Ervas na Fórmula:



Gui Zhi



Bai Shao Yao



Sheng Jiang



Zhi Gan Cao



Da Zao

Imperador	<i>Gui Zhi - Ramulus Cinnamomi Cassiae</i>	Alivia Vento-Frio, Exteriormente contraído na camada muscular.
Ministro	<i>Bai Shao Yao - Radix Paeoniae Lactiflorae</i>	Beneficia o Yin e contém o Qi nutritivo fraco. Beneficia o Qi nutritivo e o defensivo.
Assistente	<i>Sheng Jiang - Rhizoma Zingiberis Officinalis Recens</i>	Ajuda a erva imperador a aliviar o Exterior e trata náusea e vômitos.
Mensageira	<i>Zhi Gan Cao - Radix Glycyrrhizae Uralensis torrada no mel</i>	Tonifica o Aquecedor Médio e harmoniza a ação das outras ervas.
Assistente	<i>Da Zao - Fructus Zizyphi Jujubae</i>	Ajuda a erva ministro a alimentar e harmonizar o Qi nutritivo e o Sangue.