

Traduzione "libera" dell'articolo

**"A cupping mark is not a bruise" di Bruce Bentley
tratto dal sito Health Traditions**

Bruce Bentley è agopuntore ed erborista abilitato che esercita privatamente a Melbourne e Gippsland, Victoria (Australia). Insegna presso la Scuola Australiana di Massaggio Terapeutico, insegna tuina, coppettazione e gua sha nel Dipartimento di Medicina Cinese alla Victoria University ed è direttore di "HealthTraditions":

www.healthtraditions.com.au E-mail: ealthtr@planet.net.au

**"Il segno della coppettazione non è un livido (ecchimosi)"
di Bruce Bentley**

Questo saggio propone alcuni spunti pratici sui segni della coppettazione e spiega come non possano essere interpretati come lividi

Non esiste alcun riferimento nella pratica medica corrente, o in qualsiasi altra attività nella nostra cultura attuale, che ci avvicini all'idea che i segni prodotti dalla coppetta siano il risultato di un positivo e benefico processo terapeutico. E' comprensibile pertanto che tali segni possano suscitare perplessità e paragoni, e non è difficile immaginare che i pazienti si domandino "Come possono questi segni essere compatibili con una pratica terapeutica?" E' ora di chiarire ogni incertezza ed evidenziare gli aspetti positivi perché, salvo che in alcune brevi relazioni, credo che sull'argomento non si sia mai scritto, e purtroppo vi è una convinzione diffusa del fatto che i segni della coppettazione siano lividi con la conseguenza di essere erroneamente spesso definiti "lividi da cupping".

Dovrebbe anche essere evitato l'uso della definizione "macchia" (*originalmente "discolouration"- n.d.t.*) in quanto dà l'impressione di un qualcosa di indesiderabile o di una qualche forma di patologia della pelle. Dovrebbe essere adottato senza difficoltà il termine di "segno da coppettazione" anche perché, nelle diverse culture che hanno tradizionalmente praticato la coppettazione, non è mai stato coniato un titolo tecnico o "ufficiale".

Sono semplicemente un evento di routine nel corso del trattamento. Mentre i cinesi li chiamano *Yinzi*, che significa "segni", i greci a nord-ovest della Tessaglia per esempio, usano il termine *dachylidia* ovvero "anelli".

Dice la Signora Fontini Stravou dal villaggio di montagna di Koniska nella

Grecia centrale: "Un livido si produce nel corpo per un infortunio. Il segno della coppettazione è una cosa diversa. In Grecia non lo consideriamo un ematoma". E la Signora Maria Petariki, che è nata e vive a Hania, Creta, spiega: "Quanto più vi è freddo (*inteso come patogeno – n.d.t.*) e dolore, tanto più i segni sono scuri (blu e viola). Essi sono una buona cosa".

Coloro che conoscono e praticano la coppettazione sanno che il segno è un'indicazione significativa e incoraggiante del fatto che un qualche patogeno è stato portato in superficie dall'azione drenante della coppetta. Si tratta di un segno visibile di successo, e non è in alcun modo "innaturale" o in contrasto con qualsiasi fase del processo di guarigione.

E' al tempo stesso importante comprendere che questo non significa che il cupping senza produzione di segni non abbia avuto successo.

Alcuni esempi dei casi in cui non vengono provocati segni sono il caso di una forma leggera di massaggio russo con coppettazione per il relax, quello di un cupping soft con un effetto simile a quello di un leggero massaggio fatto con amorevole e tenera cura finalizzato al recupero della vitalità e dell'umore dopo una malattia o uno stress emotivo, ed il potente effetto dell'applicazione di una tazza sulla pelle, con la più morbida e delicata spinta immaginabile, per ripristinare l'energia e l'integrità nelle debolezze croniche dei tessuti (Bentley, 2011).

Pensare ai segni della coppetta come a lividi può anche evocare l'idea che essi siano il risultato di una procedura dolorosa. Al contrario, il cupping eseguito correttamente, con la scelta appropriata del metodo ed del corretto livello di aspirazione adatti all'energia ed alle condizioni del paziente, è sempre un'esperienza confortevole e piacevole.

Un problema ancora più grave sorge quando i segni della coppetta (ed anche quelli del Gua Sha) vengono mal interpretati e visti come segni di abuso (Asnes e Wisotsky 1981 Eagle, Manber e Kanzler 1996, Davis 2000, Morris 2000 et al.).

Solo poco più di 10 anni fa sono stato nominato, dai capi della comunità vietnamita a Melbourne, a capo di un progetto di ricerca di 12 mesi finanziato dal Department of Human Services (Victoria) dal titolo "Pratiche mediche popolari nella comunità vietnamita".

Una grave preoccupazione di tale comunità si è palesata quella di porre fine a questo grave errore di valutazione. Uno dei documenti prodotti è stato inviato a tutti i medici e gli insegnanti in tutta Victoria spiegando le ragioni ed il significato dei segni, creando informazione culturale sulla pratica e sul come distinguerli da contusioni e maltrattamenti inflitti.

Indicazioni di prova

Ad oggi non vi è alcuna pubblicazione in materia di segni da coppettazione, né a mia conoscenza ci sono studi in corso.

Tuttavia, si potrebbe sostenere che i segni del cupping in realtà soddisfano una serie di prerequisiti scientifici essenziali. Le loro caratteristiche sono ripetutamente riportate in una casistica di indicatori diagnostici, ben

classificati secondo criteri di osservazione e rilevamento, che sono stati testati e accettati dai sistemi medicali accademici in tutto il mondo, tranne che dalla biomedicina, così come fin dall'antichità da tutte le tradizioni mediche popolari.

L'antichità della tradizione della coppettazione e la fiducia che molte persone hanno nella sua efficacia, sono un patrimonio vivente raro in questo mondo in continuo mutamento. Mi auguro che nel prossimo futuro vedremo un cambiamento nel pensiero medico verso un modello più flessibile in grado di accogliere percorsi di guarigione diversi e sistemi alternativi di analisi della risposta del paziente, piuttosto che continuare ad essere orientato a criteri oggettivi e riduzionisti. Inoltre, vale la pena tener presente che, se non fosse per la sua lunga storia transculturale, con tutta probabilità oggi non disporremo nemmeno della pratica della coppettazione, dal momento che fin dall'inizio dell'era biomedica intorno al 1880, la nuova comunità' (*medica-n.d.t.*) emergente ha fatto tutto il possibile per screditare le pratiche tradizionali, tra cui la coppettazione e le spiegazioni su come ci si ammala e sul modo migliore per affrontare il dolore e la malattia.

In parole povere, al fine di garantire la esclusiva legittimità ai suoi praticanti ed ottenere il dominio medico, così come per fornire una base per la prosperità delle aziende farmaceutiche, la medicina occidentale ha richiesto un totale distacco dal passato.

Ironia della sorte, solo 50 anni prima, Thomas Wakely, il direttore del Lancet (la celebre rivista britannica di medicina), ha scritto la prefazione al libro di Samuel Bayfield "The Art of Cupping"(1823) sollecitando gli studenti di medicina ad esplorarne il contenuto, perché "coloro che avranno dimestichezza con il tema saranno ampiamente ripagati ... "2

L'unico tipo di informazione su base tecno-scientifica di cui riferire è ciò che mi è stato detto durante i tre giorni trascorsi osservando terapisti realizzare coppettazioni fisse e scorrevole presso l'Istituto Australiano per lo Sport (AIS) circa 20 anni fa.

Barry Cooper, al tempo terapeuta di massaggio della testa, raccontò che un atleta era stato sottoposto al cupping e si era prodotto un segno nero rotondo. Immediatamente un campione di tessuto fu inviato ad un laboratorio vicino per determinare la composizione della pigmentazione scura con un esame microscopico. Il risultato fu "sangue vecchio".

Si può presumere che si trovasse in un muscolo e sia stato portato in superficie, così come un ristagno di sangue in una coscia può occupare gli spazi tissulari del ventre muscolare ed essere liberato in superficie dalla coppettazione.

Ne consegue logicamente che più a lungo il sangue ristagna, tanto più si addensa, si rapprende e si scurisce. Infatti il sangue senza movimento non svolge le sue funzioni e diventa una entità stagnante dannosa per la salute. Non c'è modo migliore della coppettazione per spostare il ristagno di sangue, e in questi casi si può essere certi che si produrrà un segno scuro.

Ci sono anche molte possibilità che il dolore del soggetto venga molto

alleviato in seguito al trattamento.

Stefan Becker, un chiropratico di Brisbane, aggiunge un'altro possibile argomento di discussione: "Se i muscoli in una zona sono cronicamente contratti, tale contrazione potrebbe comprimere i vasi sanguigni, rallentando il flusso di sangue che potrebbe addensarsi per l'attività delle piastrine. La coppettazione potrebbe richiamare il sangue stagnante e le tossine attraverso il muscolo per ripristinare il flusso ematico in queste aree di miospasmo cronico". L'azione del trattamento sarebbe anche quella di portare l'attività fagocitaria alla superficie in modo da 'pulirlo'.

Il reperto di "sangue vecchio" del laboratorio dell' AIS concorda con le interpretazioni tradizionali in materia di segni scuri come risultato della coppettazione e conferma che il sangue "vecchio" o "cattivo" è stato dormiente all'interno dell'organismo per un lungo periodo. Il ritrovamento di "sangue vecchio" dà anche credibilità ai sistemi medici accademici e popolari che spesso fanno riferimento al dolore causato da "sangue cattivo".

I critici con interessi acquisiti, e con poca o nessuna esperienza in materia, di solito parlano di questo concetto in termini dispregiativi. In questa ottica, è limitante e disinformato in ogni senso considerare i segni come una sorta di esito indesiderabile da evitare a tutti i costi. Bisognerebbe sapere che una volta che un paziente è informato, spesso diventa anche fiero dei propri segni, e per una buona ragione, come andremo ora a vedere.

Le fasi di un trattamento di coppettazione

Secondo ogni tradizione del cupping, i segni sono sempre il risultato del rilascio di alcuni agenti patologici dalla profondità dell'organismo o dal livello superficiale comprendendo gli strati cutanei e la fascia.

La lunga esperienza in ordine al meccanismo della coppettazione e della comparsa dei segni può essere riassunta come segue:

- **Causa:** lesioni, tensione ed effetti climatici come freddo (spesso percepito in profondità nella lesione cronica), vento (comprese le correnti d'aria ed il condizionamento d'aria che causano dolori di testa e muscolari) e calore (sistemi di riscaldamento che possono causare caldo e secco alla gola ed altre reazioni febbrili) sono tra i principali fattori per cui soffriamo la malattia e il dolore.
- **Metodo:** la coppetta è un mezzo efficace e razionale delle richiamare le infiltrazioni e gli effetti cumulativi di questi fattori eziologici interni ed esterni.
- **Segni:** sono il risultato fisico di agenti patogeni, tossine, blocchi e impurità (prodotti di scarto) che costituiscono una presenza indesiderata nel corpo.
- **Risultato:** Una volta sganciato dall'interno ed attratto alla superficie della pelle, il patogeno che causa un segno alla coppettazione viene risolto in due modi. In alcuni casi passa direttamente dal corpo in atmosfera, in altri viene risolto da funzioni disperdenti innate che

funzionano a livello superficiale, quali la circolazione ematica locale e l'attività linfatica.

In merito alla coppettazione ed alla sua influenza sulla fascia e la sostanza fondamentale (*tessuto connettivo ?-n.d.t.*) (Bentley, 2013) si ipotizza che sia anche in grado di promuovere una ulteriore spinta immunologica a ciò che Paoletti (2006: 158) descrive come "la prima barriera difensiva".

La locazione di dolore e la malattia

Nel 1998, un chimico a Ioannina, Grecia nord-occidentale, il Dr Zarharhin ha descritto il cupping come "una ottima tecnica pratica". Ha aggiunto, "Le persone che la praticano guardano al retro del disegno", significando che dolore e malattia sono portati alla superficie e qui rilevati.

Il significato dei segni è evidenziato nel seguente caso.

In Ioannina ho osservato un gruppo di uomini riuniti intorno a un personaggio che stava eseguendo la coppettazione tradizionale (vetro e fiamma) su di un suo amico che aveva contratto l'influenza quella mattina. Di seguito il protocollo usato.

Cinque coppette in vetro vennero rapidamente applicate a una zona della parte superiore della schiena. Immediatamente dopo l'applicazione della quinta tazza, la prima coppa fu tolta e riapplicata ad un nuovo sito. Così di seguito anche la seconda, poi la terza, la quarta e la quinta.

Questa procedura andò avanti fino a che le cinque tazze erano state applicate bilateralmente su tutta la schiena, dai margini superiori dei trapezi fino circa a T10, lati compresi. Lo stesso procedimento fu poi ripetuto altre quattro volte.³

Una volta finito, il più anziano dei presenti, alzatosi lentamente dalla sedia e girato intorno al tavolo, puntò il dito indice affusolato verso ciascuno dei quattro luoghi in cui era apparso un segno molto scuro. Ogni volta mi fissò con uno sguardo severo e ringhiò con soddisfazione dell'allegria degli altri, fino a che finalmente la bocca si trasformò in un sorriso e fece un gesto di "pollice in su".

La tonalità visibile di ogni segno aveva individuato dove si trovavano le maggiori concentrazioni di freddo patogeno. L'uomo che aveva eseguito la coppettazione riprese con la seconda parte del trattamento.

Riapplicò una tazza su ciascuno dei quattro segni per due o tre minuti per richiamare tutto il freddo residuo dai livelli più profondi del corpo.

In questo caso, è importante notare che la coppetta stazionaria applicata intensamente rimane attiva per non più di qualche minuto, altrimenti la sua azione diventerebbe riducente (*disperdente – n.d.t.*) e sedativa il che sarebbe richiesto quando si trattano i muscoli rigidi e contratti ma non è appropriato quando l'obiettivo è quello di estrarre influenze patogene senza ridurre l'energia del corpo.

A causa della sua condizione acuta, i presenti suggerirono che il soggetto fosse trattato ogni giorno per tre giorni consecutivi.

I segni come elementi diagnostici

L'elenco che segue identifica una serie di modi in cui la segnatura si presenta subito dopo che una coppetta è stata rimossa dalla pelle, così come una breve sinossi diagnostica di ciascuno.

Questa analisi differenziale si basa sul pensiero medico tradizionale cinese, che offre il riassunto più completo e metodico disponibile a questo proposito. Nei sistemi popolari come nella pratica greca, lituana e vietnamita al giorno d'oggi, la valutazione dei segni della coppettazione non verte sugli stessi gradi di variazione o di sottigliezza.

- I segni di coppettazione che mostrano un colore rosso vivo indicano una recente lesione traumatica con sviluppo di calore.
- Nero, blu scuro o viola scuro indicano stagnazione del sangue (Fig 1). Essa si verifica quando un trauma o una malattia (tra cui una forte invasione di freddo che induce la stasi del sangue) ha risieduto nel corpo per un lungo periodo di tempo. Un agente patogeno esogeno forte, come la combinazione di vento freddo, può anche manifestarsi rapidamente con un segno scuro (*quindi: o stasi cronica o patogeno molto forte- n.d.t.*).

È significativo che molti massaggiatori che ricevono il cupping per la prima volta mostrano spesso segni scuri ai margini tra le tre teste deltoidee. Questo indica che il cingolo scapolare è diventato congestionato a causa di un uso eccessivo. Si consiglia ai masso terapeuti la coppettazione di questi spazi su base mensile per mantenere la regione in buon ordine.

- Un segno rosa chiaro o blu pallido indica freddo lieve. (Si veda il saggio "Cupping nella carenza"⁴)
- Un segno chiaro o bianco che svanisce rapidamente indica una mancanza di energia e della funzione (qi).
- Un segno screziato con elementi cremisi (o rossi) e bianchi o chiari rappresenta la condizione in cui la carenza di energia del corpo (bianco) ostacola la circolazione del sangue (arrossamento). (Foto 2.)
- La punteggiatura rossa indica la presenza di calore tossico dovuto a stasi da calore represso, che i cinesi chiamano Sha (Bentley, 2011). Questi piccoli punti rossi brillanti sono anche comunemente il risultato della coppettazione strisciata, che grazie al suo costante movimento tende a lavorare su livelli più superficiali rispetto alle coppette stazionarie che attingono alla maggiore profondità possibile. Anche quando si fanno scivolare lentamente le coppe di silicone per rettificare la fascia con la tecnica della coppettazione moderna, il naturale meccanismo di esteriorizzazione spesso causerà l'emersione alla superficie di certi fattori residenti nel tessuto sottostante. Lo Sha evidenziato dalla coppetta in genere si risolve in un breve periodo di tempo. (Fig. 3).

- Una protrusione (un'elevazione al di sopra del livello normale della superficie) del tessuto di un nero cupo o un nodo violaceo indicano sangue coagulato fermo in postazione fissa che a certi livelli può anche essere simile a un nodo varicoso. E' fonte di dolore acuto a fitta e di immobilità. Nessuna altra tecnica riesce ad estrarre ciò dal corpo come la coppettazione. Nella pratica vietnamita, sia la causa che la manifestazione si chiamano "vento tossico". A volte un nodo duro ed elevato, che al suo centro è bianco o pallido rispetto al tessuto circostante indica flemma freddo.
- L'effetto di aspirazione della coppettazione può produrre un gonfiore morbido e corposo che rientra nei parametri della coppettazione. Questo gonfiore diminuirà rapidamente. Rappresenta un edema generalizzato (umidità).
- In assenza di un segno, talvolta può essere vista, all'interno di una coppetta, la presenza di goccioline di liquido chiaro. In più occasioni si osserva anche verso l'apice interno di una coppetta un residuo giallo opaco appiccicoso di tipo mucoso. Goccioline di acqua chiare indicano la fuga di umidità oltre lo strato protettivo della pelle, mentre i residui più spessi indicano lo scarico di flemma causato dal calore che prosciuga i fluidi.
- In rare occasioni, una bollicina o bollicine contenenti liquido possono essere visualizzati all'interno del perimetro di una coppetta stazionaria. Ciò indica che la zona ha edema superficiale (umidità). Si deve prestare attenzione a mantenere la zona libera da infezioni. Le bolle devono essere accuratamente pulite con antisettico, poi ricoperte con un tampone sterile e lasciate a riassorbire. Purtroppo, una coppetta applicata troppo forte e lasciata sul corpo per più di 20 minuti può anche causare vesciche. Alcuni professionisti utilizzando la coppetta con la fiamma possono essere allarmarsi e pensare di aver bruciato la zona. Non è questo il caso. Una zona ustionata sarà rossa e dolente.

La diagnostica della temperatura

Un'altra caratteristica sorprendente di alcuni agenti patogeni liberati e risaliti dall'interno fino alla la superficie è evidenziata da alcune caratteristiche termiche precise che accompagnano il distacco della coppetta. Quando viene estratto il patogeno freddo, nel momento in cui il labbro (*bordo*) di una tazza viene rilasciato il terapeuta deve porre attenzione alla sensazione di uscita di un soffio fresco a contatto con le dita, come il breve soffio iniziale di aria fredda che si sente quando si apre una porta del congelatore . Anche la pelle dove si trovava la coppetta darà una sensazione di freddo. Al contrario, quando viene superficializzato il calore dal corpo, il terapeuta può posizionare il palmo della mano aperta sopra la superficie della pelle e sentire il calore palpabile che irradia dal sito di trattamento, come nel caso in cui si è usata la coppettazione scorrevole su e giù lungo i muscoli erettori spinali per il trattamento di donne che soffrono di vampate di calore.

E' molto probabile che anche il paziente abbia una netta percezione del calore letteralmente "sversato verso l'esterno", così come è stato riferito più volte nella pratica. Questo rilascio (*di calore*) fornisce grande sollievo.

Quindi quando trattare?

A parte alcune condizioni acute, come il comune raffreddore o l'influenza, in cui è consigliato un trattamento al giorno per i primi giorni, le condizioni del un segno di coppettazione vengono spesso utilizzate per valutare se ripetere un trattamento nella stessa posizione.

E'fondamentale rendersi conto che, quando un segno di coppettazione rimane visibile, il trattamento è ancora attivo e sta procedendo. La sua presenza è mantenuta dalla eliminazione in corso del patogeno.

Nella maggior parte dei casi, anche un segno di colore scuro forte diminuirà entro 24 ore. In un paio di giorni di solito sarà ridotto in modo sostanziale.

Nella maggior parte dei casi, in sette giorni lo si vedrà svanire. A volte, specialmente se una tazza è stata applicata troppo forte, un segno può durare per 10 giorni o più.

Una volta che un segno è vicino alla risoluzione o è scomparso è il momento opportuno per riapplicare una coppetta allo stesso sito.

E'inoltre generalmente sintomo della guarigione notare che, quando viene ripetuta la coppettazione nella posizione esatta di una precedente, l'apparizione del segno è ridotta di almeno il 40 per cento. In determinate circostanze, tuttavia, i segni della coppettazione possono mantenere la loro forma e riapparire con pochi cambiamenti. I fumatori, con tossine costantemente introdotte nel corpo (*a causa del fumo*), anche quando ricevono un trattamento settimanale regolare, mostrano sempre segni scuri dopo essere stati coppettati ovunque nella regione toracica. Così capita anche per alcuni atleti che svolgono un duro esercizio regolare senza adeguati stretching, assunzione di liquidi e relax.

Sei motivi per cui un segno di coppettazione non è un livido.

L'elenco che segue è un breve riassunto di alcune delle differenze critiche tra un segno di coppettazione ed un livido.

- In molte occasioni la coppettazione non produce alcuna segnatura, anche quando sia applicata all'interno della coppa una significativa pressione negativa (depressione), perché gli agenti patogeni e gli altri fattori indesiderati non sono lì per essere attirati in superficie.
- Per definizione, un livido si ha "come risultato di un colpo che non rompe la pelle" (Lackie, 2010), o altrimenti, "risultante da un sanguinamento nei tessuti molli per un colpo diretto con un corpo contundente" (Kent, 2007) . L'effetto di aspirazione in sollevamento del cupping sulla pelle si trova in netto contrasto con la dinamica di affondamento di un colpo dalla superficie verso l'interno. Inoltre, non vi è alcun trauma causato dal bordo della coppetta (vedi Fig 2).
- "Un livido cambia colore, prima vira al blu quando il pigmento rosso dell'

emoglobina perde ossigeno, e quindi verso il marrone o giallo quando l'emoglobina è disgregata e riassorbita" (Kent, 2007). Questa sequenza di cambiamenti di colore di un livido non si applica alla dissolvenza ed alla risoluzione di un segno di coppettazione. Il venir meno di un segno di coppettazione è una diminuzione progressiva del volume senza alcuna transizione di colore.

- Quando abbiamo un livido, l'esperienza ci dice che è dolente al tatto (a causa di un trauma). Dopo la coppetta non c'è tanta dolenzia di accompagnamento.

Nota: solo in seguito ad una coppettazione intensa ed aggressiva può essere prodotta una macchia di colore giallo livido associata a dolenzia dentro e oltre la periferia del segno di coppettazione. Ciò indica una cattiva pratica.

- Immaginate che una coppetta sia stata applicata ed abbia prodotto un forte segno scuro. Dopo che tale segno si è risolto e viene riapplicata un'altra tazza sulla stessa, con lo stesso livello di aspirazione e per la stessa durata, la segnatura risultante è tipicamente "violenta" solo la metà della prima volta. Con la terza sessione, è probabile che la risposta sarà solo una lieve segnatura. Con il quarto trattamento non si verifica segnatura. Si tratta chiaramente di un caso di un patogeno interno o tossina completamente eliminata dall'organismo. Questo scenario sarebbe il contrario se si trattasse di un livido. Il danno capillare, causato da un trauma e che produce un livido, aumenterebbe a seguito di attacchi ripetuti.

Quanto segue è un ulteriore esempio. Immaginate due segni rotondi di cupping fianco a fianco, ad una distanza di 2-3 cm nel punto più vicino. Quando sono sbiaditi a metà della loro dimensione originale, applicate una unica coppetta grande a coprirli, con lo stesso livello di aspirazione. Una segnatura forte si produrrà solo nello spazio tra di loro precedentemente non interessato dalle coppette. La tonalità all'interno del margine delle prime coppettazioni sarà considerevolmente minore. Ciò indica chiaramente che l'agente patogeno è stato risolto in misura significativa dove applicate le prime due coppe, rispetto al tessuto "in mezzo" che non è stato influenzato dalla prima applicazione.

- Un livido può essere eliminato con successo utilizzando la coppettazione. La guarigione di un grande livido per esempio, può essere accelerata mediante l'applicazione di una tazza morbida ad aspirazione moderata al centro del livido e facendola scorrere verso l'esterno oltre il perimetro del livido. Si completa il trattamento ripetendo quanto sopra verso tutti i bordi, come seguendo i raggi di una ruota immaginaria. Un livido è dopo tutto una forma di ristagno di sangue e la coppettazione è eccellente per disperdere il ristagno di sangue.

Ottenere il consenso informato

Per gli operatori è un problema spiegare come operano le coppette e la

possibilità che possano comparire dei segni.

Una spiegazione è migliore quando è facile da comprendere e concisa. Ecco un suggerimento:

"Penso che per te sarebbe utile fare un po' di coppettazione. Si tratta di un antico metodo per alleviare i dolori muscolari, promuovendo il flusso di sangue e stimolando il rilascio di tossine. È rilassante e confortevole, ma può portare un po' di quelle tossine alla superficie, il che farà sì che appaia una temporanea segnatura [è un'idea eccellente per avere alcune foto di segni da mostrare]. Tale segnatura sbiadirà entro 24 ore e di solito scompare entro tre o quattro giorni, anche se in alcuni casi può rimanere per una settimana o due".

Dopo aver verificato eventuali controindicazioni e chiedendo se le segnature potrebbero causare disagio, si può poi chiedere: "Vuoi procedere?"

Note:

1. Rispetto ai segni della coppettazione, i segni prodotti dal Gua Sha possono essere ancora più drammatici, meno definiti e più difficili da interpretare per un occhio inesperto.
2. Bayfield (1823) principalmente dà istruzioni sulla "Wet Cupping" (*coppettazione umida/bagnata-d.d.t.*), con una breve sezione dedicata alla coppettazione a secco (*asciutta-n.d.t.*). Il Wet Cupping si realizza quando la pelle è superficialmente incisa prima che una coppetta sia posta sopra l'incisione in modo da accentuare l'uscita di sangue. È il più sicuro ed il meno invasivo di tutti i metodi di salasso. Quello di "coppettazione a secco" è il termine storicamente utilizzato per la consueta coppettazione eseguita sulla superficie della pelle intatta.
3. Il modo con cui il praticante applicava ogni tazza è anche rilevante. Anziché abbassare ogni tazza sulla pelle nel solito modo, impugnava ogni tazza e con un colpo sciolto verso il basso del polso letteralmente la "schiaffeggiava" sulla pelle. In questo modo la coppetta afferra istantaneamente il tessuto e tira fortemente il patogeno alla superficie. Questa dinamica è ulteriormente rafforzata dal fatto che le coppette, siccome riscaldate espandono i pori della pelle aprendo una via, per il corpo, per rilasciare i fattori indesiderati e malsani.
4. Il saggio "Cupping Deficiency" (*Coppettare la Carenza - n.d.t.*) mette in luce l'uso del metodo del cupping con vetro e fiamma per rimuovere il freddo accumulato associato a lesioni croniche e per rigenerare la struttura flaccida e malsana dei tessuti molli.
5. A fianco degli effetti visivi e di temperatura un altro fenomeno interessante si verifica quando le guaine della fascia superficiale sono coartate ed un ticchettio, o una serie di scatti, può essere udito quando una coppetta in scorrimento si sposta sulla pelle. Questo si può presumere sia il suono di sacche di energia repressa che viene

rilasciata. Ogni volta che ho percepito questo feedback acustico, così come riferito anche da altri operatori, ho rilevato un successo nel rilascio della tensione.