



Uma **marca de ventosa** não é um hematoma

Por Bruce Bentley

Esse artigo oferece alguns *insights* práticos a respeito das marcas produzidas pelas ventosas e explica que elas não devem ser interpretadas como hematomas.

Não há nenhum procedimento realizado atualmente na prática médica, ou em qualquer outra atividade em nossa cultura moderna atual, que nos familiarize com a ideia de que as marcas que podem ser produzidas com as ventosas sejam o resultado de um processo positivo e benéfico. Portanto, é compreensível que elas sejam desconcertantes e levistem questões, e não é difícil imaginar pacientes se perguntando, "Como essas marcas podem ser consistentes com um procedimento terapêutico?"

É chegado o tempo de esclarecer quaisquer incertezas e ressaltar os pontos positivos porque, além de alguns poucos registros, creio que nunca se escreveu sobre esse tópico antes, e infelizmente existe um senso comum de que as marcas deixadas pelas ventosas são hematomas; daí frequentemente referem-se à elas como "hematomas de ventosas". O termo "descoloração" também deveria ser evitado pois dá a impressão de ser algo indesejável ou alguma forma de doença da pele.

O termo que não causa confusão, "marca de ventosa", deve ser adotado porque entre os povos de diversas culturas, que têm tradicionalmente utilizado as ventosas, nunca tiveram um título técnico ou "oficial" dado à essas marcas. É simplesmente uma questão de rotina no curso do tratamento. Enquanto os chineses as chamam de *yinzi*, que significa "marcas", os gregos no noroeste da Tessália, por exemplo, usam o termo *dachylidia* indicando "anéis". Nas palavras de Sra. Fontini Stravou da aldeia montanhosa de Koniska, no centro da Grécia: "Um hematoma é devido a uma lesão no corpo. A marca da ventosa é uma coisa diferente. Na Grécia nós não consideramos marcas de ventosa como hematomas.

E a Sra. Maria Petariki, que nasceu e vive em Hania, Creta, explicou: "Quanto mais frio e dor, mais escuras (azul e púrpura) são as marcas. Isso é uma coisa boa".

Aqueles que crescem recebendo ventosas sabem que a marca é uma indicação significativa e encorajadora de que alguma variedade de patógeno(s) foi trazida à superfície pelo poder de atração do copo de ventosa. É um sinal visível de sucesso e não é de modo algum "antinatural" ou está em desacordo com qualquer estágio do processo de cura. Enfatizando, deve ser entendido que isto não significa que a ventosa que não tenha produzido marcas tenha

sido mal sucedida. Alguns dos casos em que as marcas não aparecem incluem a realização de uma leve massagem russa com ventosas para relaxamento, restauração da vitalidade e do espírito após doenças ou distúrbios emocionais, com aplicação suave de ventosas para obter um efeito semelhante à massagem leve, realizada com cuidado e carinho para recuperar o corpo e a alma, e o poderoso efeito de aplicar um copo de ventosa com o toque mais suave e delicado na pele que se possa imaginar para restaurar a força e a integridade à fraqueza crônica de tecidos (Bentley, 2011).

Pensar em marcas de ventosa como hematomas também pode evocar a noção de que elas devem ser o resultado de um procedimento doloroso. Ao contrário, a aplicação das ventosas realizada corretamente, com a escolha apropriada do método e o nível correto de sucção para se adequar à força e à condição do paciente, é sempre uma experiência confortável e satisfatória.

Além disso, uma questão ainda mais problemática surge quando as marcas das ventosas (e do *gua sha*)¹ são mal interpretadas como sinais de abuso (Asnes e Wisotsky 1981, Eagle, Manber e Kanzler 1996, Davis 2000, Morris 2000 e outros). Há pouco mais de 10 anos, fui nomeado pelos líderes da comunidade vietnamita em Melbourne para chefiar um projeto de pesquisa de 12 meses financiado pelo Departamento de Serviços Humanos (Victoria) intitulado *Práticas Médicas Populares na Comunidade Vietnamita*. Uma preocupação premente para a comunidade era dar um fim a este grave erro de julgamento. Um dos documentos produzidos foi enviado a todos os médicos e professores de toda a Victoria explicando a razão e o significado das marcas de acordo com a prática culturalmente informada e como distingui-las de hematomas e maus tratamentos infligidos.

Indicações de prova

Até o momento, não houve nenhuma pesquisa publicada sobre a "substância" das marcas de ventosa, e nem que eu saiba há testes em andamento. No entanto, pode-se argumentar que as marcas de ventosa realmente satisfazem um número de pré-requisitos científicos essenciais. Suas características são exibidas repetidamente como um catálogo de indicadores de diagnóstico consistentes com um índice classificatório bem desenvolvido de critérios observados e baseados nos sentidos, que foram testados e aceitos por todos os sistemas médicos acadêmicos do mundo, exceto a biomedicina, bem como por todas as tradições médicas populares desde a antiguidade.

Dada a longevidade da ventosaterapia e a confiança que muitas pessoas têm em sua

eficácia, é uma herança viva que é rara neste mundo em constante mudança. Espero que em um futuro próximo, vejamos uma mudança no modo médico de pensar na direção de um modelo mais flexível capaz de acomodar diferentes caminhos de cura e sistemas alternativos de análise da resposta do paciente, em vez de ser orientado a padrões objetivos e reducionistas.

Além disso, é importante ter em mente que, se não por sua longa carreira intercultural, com toda a chance, nem sequer teríamos a prática de usar ventosas hoje, já que desde o início da era biomédica, por volta de 1880, a nova fraternidade emergente fez todo o possível para desacreditar práticas tradicionais, incluindo as ventosas e suas explicações sobre como ficamos doentes e a melhor maneira de lidar com a dor e a doença. A fim de garantir legitimidade exclusiva para seus praticantes e alcançar o domínio médico, bem como fornecer uma plataforma para as empresas farmacêuticas prosperarem, a medicina ocidental exigiu uma separação total do passado. Ironicamente, apenas 50 anos antes, Thomas Wakely, o editor do *Lancet* (o célebre jornal britânico de medicina) escreveu o prefácio do livro de Samuel Bayfield, *The Art of Cupping* (1823) exortando os estudantes de medicina a explorar seu conteúdo porque "aqueles que são versados no assunto serão amplamente recompensados ..."²

O único tipo de informação para se relacionar baseada em tecnociência, é o que me foi dito durante três dias observando terapeutas usando ventosas fixas e deslizantes no *Australian Institute for Sport* (AIS) cerca de 20 anos atrás. O massoterapeuta chefe na época, Barry Cooper, disse que um atleta recebeu ventosaterapia e uma marca preta circular foi produzida. Imediatamente uma amostra de tecido foi levada para um laboratório próximo para exame microscópico a fim de determinar a composição da pigmentação escura. A descoberta foi "sangue velho". Pode-se presumir que estava preso em um músculo e foi atraído para a superfície, assim como uma poça de sangue resultante um trauma muscular pode ocupar os espaços teciduais dentro do músculo e ser liberado para a superfície com as ventosas. Por lógica, segue que quanto mais tempo o sangue não está se movendo, mais engrossa, 'congela' e escurece. De fato, o sangue sem movimento não está mais funcionando como "sangue" e se torna um agente de estagnação prejudicial à saúde. Não há melhor maneira de remover a estagnação do sangue do que com as ventosas, e nesses casos é certo que uma marca escura será produzida. Há também grandes chances de que após o tratamento, a dor da pessoa estará muito aliviada.

Stefan Becker, um quiroprático de Brisbane, acrescenta outra dimensão plausível à discus-

Bruce Bentley começou seu aprendizado com as ventosas durante um programa de cinco anos em Medicina Chinesa em Taiwan de 1976-1981. Mais tarde, durante três meses em 1998, ele foi convidado para estudar e trocar ideias com especialistas em ventosas e *gua sha* no Hospital de Medicina Tradicional Chinesa de Shanghai, antes de estudar ventosas no Hospital Tibetano de Medicina Tradicional. Ele possui uma graduação em Sociologia (de Saúde e Doença), um Mestrado em Estudos de Saúde com a sua dissertação "Ventosas como Tecnologia Terapêutica", e pesquisou extensivamente por toda a Europa, Norte da África e Ásia. Você pode encontrar seu recente capítulo, "Cupping's Folk Medical Heritage: people in practice" no livro de Ilkay Chirali "Cupping Therapy" (3ª Ed.). Bruce está trabalhando agora em um livro chamado "The Greek Cupping Tradition".

• Visite www.healthtraditions.com.au para obter informações sobre as oficinas, artigos e equipamentos de ventosaterapia do Bruce.

• Junte-se ao Bruce no Facebook para mais discussões sobre marcas de ventosa em: [facebook.com/HealthTraditions](https://www.facebook.com/HealthTraditions)

são: "Se os músculos estão cronicamente rígidos em uma área, a contração muscular pode restringir os vasos sanguíneos, diminuindo o fluxo de sangue, o que poderia engrossar o sangue através da atividade plaquetária. As ventosas poderiam retirar o sangue estagnado e as toxinas através do músculo para restaurar o fluxo sanguíneo nessas áreas de mioespasmo crônico. O ato de usar as ventosas também traria atividade fagocitária para a área, dessa forma, "limpando-a".

Coincidentemente, a descoberta do "sangue velho" do laboratório AIS atinge interpretações tradicionais sobre as marcas escuras das ventosas, e confirma que o sangue 'velho' ou 'ruim' estava dormente dentro do corpo por muito tempo. A descoberta do "sangue velho" também dá credibilidade aqueles sistemas médicos acadêmicos e populares que muitas vezes se referem a dor como sendo causada por "sangue ruim". Críticos com interesses investidos e com pouca ou nenhuma experiência sobre o assunto, normalmente usam termos depreciativos para falar desse conceito.

Sob essa luz, é limitador e mal informado em todos os sentidos considerar as marcas como algum tipo de resultado indesejável a ser evitado a todo custo. Importante saber também que uma vez que o paciente está ciente, ele frequentemente até mesmo se orgulha de suas marcas – e por boas razões, como descobriremos agora.

As etapas de um tratamento com ventosas

De acordo com todas as tradições do uso de ventosas, as marcas são sempre o resultado de certos agentes patológicos sendo liberados dos níveis mais profundos, ou de níveis superficiais, incluindo as camadas subcutânea da pele e da fáscia. Uma longa experiência em relação ao mecanismo das ventosas e a aparência das marcas de ventosa podem ser resumidas como segue:

Causa: lesão, tensão e efeitos climáticos como o frio (muitas vezes sentido profundamente em lesões crônicas), vento (incluindo ar condicionado causando dores de cabeça e musculares) e calor (contando os aquecedores de ambiente que podem deixar a garganta quente e seca, e outras reações febris) estão entre os mais importantes precursores porque temos doenças e sentimentos dores.

Método: As ventosas são um meio eficiente e racional de retirar a infiltração e os efeitos cumulativos destes fatores etiológicos internos e externos.

Marcas: são o resultado físico de patógenos, toxinas, bloqueios e impurezas (produtos re-

siduais) que são uma presença indesejável no corpo.

Resultado: tendo sido libertada de dentro e atraída para a superfície da pele, uma influência patogênica causando uma marca de ventosa é resolvida de duas maneiras. Parte dela passa diretamente do corpo para a atmosfera e uma certa quantidade é resolvida através processos de dispersão inatos que funcionam no nível superficial, que incluem o suprimento de sangue local e atividade linfática. Em relação ao tratamento com ventosas e sua influência na fáscia (Bentley, 2013), significa também que é provável que ele promova um impulso imunológico adicional, o que Paoletti (2006: 158) descreve como "a primeira barreira defensiva".

Mapeando locais de dor e doenças

Em 1998, um químico em Ioannina, no noroeste da Grécia, com o nome de Dr. Zarharin a descreveu "como uma técnica prática muito boa". Ele acrescentou: "As pessoas que fazem isso observam a imagem das costas", significando que as indicações de dor e doença são levadas para a superfície e lá são observadas. A importância das marcas é destacada no seguinte caso.

Em Ioannina, observei um grupo de homens reunidos em torno de um homem que estava aplicando ventosas tradicionais (copo de vidro e fogo), colocando-as em seu amigo que tinha desenvolvido uma gripe mais cedo naquela manhã. O protocolo que ele usou foi assim: Cinco recipientes de vidro foram rapidamente aplicados em uma área da parte superior das costas. Imediatamente após a aplicação do quinto copo, o primeiro copo foi retirado e reaplicado em um novo local. Assim também o segundo copo, em seguida o terceiro, o quarto e o quinto. Este procedimento continuou até que os cinco copos, cada um, foram reaplicados bilateralmente em todas as costas das margens superiores do trapézio até T10, incluindo os lados. Todo esse processo foi então repetido mais quatro vezes.³

Quando terminado, o homem mais velho, que parecia bem velho, levantou-se lentamente de sua cadeira, e apontou seu dedo indicador para cada um dos quatro locais onde uma marca muito escura tinha aparecido. Cada vez que fez isso ele me olhou com um olhar severo e fez um barulho de satisfação - para a alegria dos outros - até que finalmente sua boca se transformou em um sorriso fazendo com seu dedo um gesto com o polegar para cima. O matiz flagrante de cada marca identificava onde as principais concentrações do patógenos frios estavam localizados. O homem que aplicou as ventosas, em seguida, reiniciou com a segunda parte do tratamento. Ele reaplicou um copo

em cada uma das quatro marcas destacadas por dois a três minutos para retirar qualquer frio patogênico residual de níveis mais profundos do corpo. Neste caso, é importante que a ventosa fixa forte seja aplicada por não mais do que alguns minutos, caso contrário sua ação se torna redutora e sedativa – o que seria necessário quando se trata músculos rígidos e tensos, mas não é apropriado quando o foco é extrair influências patogênicas sem reduzir a força do corpo. Devido à sua condição aguda, os homens sugeriram que ele fosse tratado uma vez por dia durante três dias seguidos.

Marcas como fatos diagnósticos

A lista abaixo identifica uma matriz de apresentações de marcas de ventosa à medida que ocorrem imediatamente após uma ventosa ser removida da pele, bem como um breve sinopse diagnóstica de cada uma. Essa análise diferencial é baseada no pensamento médico chinês tradicional que oferece a avaliação mais abrangente e metódica disponível sobre esse assunto. Nos sistemas tradicionais, como as práticas grega, lituana e vietnamita hoje em dia, a avaliação das marcas de ventosa não têm os mesmos graus de variação ou sutileza.

- Marcas de ventosa que exibem uma coloração vermelha viçosa indicam uma lesão traumática recente acompanhada de calor.

- Preto, roxo intenso ou azul intenso indicam estagnação do sangue (Foto 1). Ocorre quando uma lesão ou doença (incluindo forte frio que induz a estagnação do sangue) residiu no corpo por um longo tempo. Um robusto agente patogênico exógeno, como a combinação de vento com frio também pode rapidamente manifestar-se como uma marca escura. Isso nos diz que muitos massoterapeutas que recebem ventosaterapia pela primeira vez nas margens entre as três cabeças do deltoide frequentemente ficam com marcas escuras. Isso indica que a cintura escapular tornou-se congestionada devido ao seu uso excessivo. Recomenda-se que massoterapeutas recebam tratamento com ventosas nesses lugares mensalmente para manter a região em bom estado.

- Uma marca rosa claro ou azul claro indica frio leve. (Veja o artigo "Cupping Deficiency"⁴)

- Uma marca branca ou pálida que desaparece rapidamente indica falta de energia e função (qi).

- Uma apresentação manchada compreendendo arroxeadado (ou vermelho) e branco ou elementos mais claros representa a condição em que a energia deficiente do corpo (brancura) impede a circulação sanguínea (vermelhidão). (Foto 2)

- Pontos vermelhos indicam a presença de uma toxina de calor devido a bloqueio, causando calor reprimido, que os chineses chamam *sha* (Bentley, 2011). Estes pequenos pontos vermelhos brilhantes que comumente também aparecem nas ventosas deslizantes, que devido ao seu constante estado de movimento tendem a extrair toxinas a partir de níveis mais superficiais em comparação com as ventosas fixas, que as extraem de níveis o mais profundamente possível. Mesmo quando deslizamos lentamente ventosas de silicone para retificar a fáscia usando a técnica moderna de ventosaterapia, o mecanismo inato de trazer para a superfície às vezes fará inevitavelmente com que certos fatores que estão dentro do tecido subjacente venham à superfície. O *sha* revelado pela ventosa é geralmente resolvido em um curto período de tempo. (Foto 3)

- Uma protrusão (uma elevação acima do nível da superfície) de um nó de tecido preto ou roxo indica sangue dormente coagulado que pode se assemelhar a um caroço varicoso. É uma fonte de dor e imobilidade de longo prazo. Nenhum outro método pode extrair isso do corpo como a ventosaterapia. Na prática vietnamita, tanto a causa quanto a manifestação são chamadas de "vento venenoso". Às vezes um nó duro e elevado, que no seu centro é branco ou mais pálido que o tecido circundante emerge indica fleuma fria. O efeito de vácuo da ventosa pode produzir um inchaço suave e encochado dentro do perímetro da ventosa. Isso diminuirá rapidamente. Representa edema generalizado (umidade).

- Na ausência de uma marca de ventosa, às vezes gotas de fluido claro claras podem ser vistas no interior da ventosa. Em certas ocasiões também um resíduo semelhante a muco amarelo fosco e pegajoso é observado em direção ao ápice interno de uma ventosa. Gotas de água claras indicam umidade escapando além da camada protetora da pele, enquanto que resíduos mais grossos indicam a descarga de fleuma causada pelo calor secando os fluidos normais.

- Em raras ocasiões, uma bolha ou bolhas contendo fluido podem aparecer dentro do perímetro de uma ventosa fixa. Isso indica que a área local tem edema (umidade) superficial. É necessário ter cuidado para manter a área livre de infecção. As bolhas devem ser completamente limpas com antisséptico, em seguida, cobertas com uma gaze estéril e deixá-las serem reabsorvidas pelo corpo.

Lamentavelmente, uma ventosa aplicada com grande força e deixada no corpo por mais de 20 minutos também pode causar bolhas. Alguns praticantes que usavam o método de aplicação de 'copo de vidro e chama' podem se assustar e pensar que queimaram a área. Não é o caso. Uma área que foi queimada ficará ver-



Foto 1: Uma marca de ventosa manchada indicando força insuficiente (palidez) e circulação lenta produzindo estase sanguínea leve (carmesim / roxo). Quando esta evidência é observada, a ventosa em "flash" realizada por rápidas aplicações e retiradas revive a energia e move o sangue. É um método calmante e tonificante que restaura a integridade aos tecidos moles e remove a dor maçante ou intermitente e sensação de fraqueza.



Foto 2: Esta marca de ventosa bem definida é localizada sobre um músculo deltoide médio parcialmente rasgado diagnosticado clinicamente lesionado nove meses antes desta foto ser tirada. Identifica estagnação de sangue e exibe uma proliferação de coágulos de sangue e inchaço, negros, levemente elevados, refletindo dor aguda persistente, profunda e imobilidade.



Foto 3: Pontilhamento pequeno e vermelho indica a liberação de toxinas do calor (*sha*).

melha e dolorosa.

Diagnóstico de temperatura

Outra característica marcante de certos patógenos emancipados e filtrados de dentro do corpo para a superfície torna-se aparente por certas características térmicas definidas que acompanham a retirada da ventosa. Quando o frio é removido do corpo, ao passo que a borda da ventosa é descolada do corpo, o terapeuta deve estar atento à sensação de uma corrente de ar frio escapando e tocando seus dedos, como a breve explosão inicial de ar frio que sentimos quando abrimos a porta do freezer. A pele onde a ventosa estava também estará fria. Por outro lado, quando o calor é extraído do corpo, o terapeuta pode colocar a palma da mão aberta acima da superfície da pele e sentir o calor irradiando do local de tratamento, como é o caso depois de usar a ventosa deslizante para cima e para baixo nos músculos eretores da espinha para tratar mulheres que sofrem ondas de calor. É bem provável que o paciente também tenha consciência do calor literalmente "derramando", como foi descrito muitas vezes na prática. Esta liberação fornece um grande alívio.

Quando tratar em seguida?

Além de algumas condições agudas, como o resfriado comum ou a gripe, onde recomenda-se o tratamento diariamente nos primeiros dias, o status em andamento de uma marca de ventosa é frequentemente usado para avaliar quando repetir o tratamento no mesmo local. É vital perceber que, enquanto uma marca de ventosa permanecer visível, o tratamento ainda está ativo e em progresso. Sua presença está sendo mantida pela eliminação em andamento do patógeno.

Na maioria dos casos, até mesmo uma marca escura de cor forte estará menos intensa dentro de 24 horas. Dados mais alguns dias, normalmente estará substancialmente reduzida. Na maioria dos casos, em sete dias desaparecerão. Às vezes, especialmente se uma ventosa tiver sido aplicada com muita força, uma marca pode durar 10 dias ou mais. Uma vez que a marca está perto de sumir ou já desapareceu é o momento apropriado para reaplicar a ventosa no mesmo local.

Também é consistente com a cura notar que quando a localização exata de um sessão anterior de ventosa recebe uma nova aplicação, a exibição de uma marca será normalmente reduzida pelo menos em 40 por cento. Sob certas circunstâncias, no entanto,

marcas de ventosa podem manter sua forma e reaparecer com pouca mudança. Até no tratamento semanal, fumantes com toxinas constantemente sendo inseridas no corpo exibem consistentemente marcas escuras depois de receberem ventosas em qualquer lugar na região torácica. Isso também ocorre com alguns atletas que se exercitam de forma intensa, sem alongamento adequado, ingestão de líquidos e relaxamento.

Seis razões pelas quais uma marca de ventosa não é um hematoma

A lista abaixo é um breve resumo de algumas das diferenças críticas entre uma marca de ventosa e um hematoma.

- Em muitas ocasiões, a ventosa não produz qualquer marca, mesmo quando um volume robusto de pressão negativa (vácuo) é feito dentro da ventosa, porque não há patógenos e outros fatores indesejados para serem trazidos à superfície.

- Por definição, um hematoma ocorre "como resultado de um golpe que não quebra a pele" (Lackie, 2010), ou de outra forma, "sangramento no tecido mole resultante de um golpe direto com um instrumento contundente" (Kent, 2007). O efeito de sucção 'para fora' de uma ventosa na pele está em contraste gritante com a dinâmica de afundamento 'para dentro' produzido por um golpe na superfície. Além disso, não há trauma causado pela borda sólida da ventosa (ver Foto 2).

- "Uma contusão muda de cor, primeiro para azul ao passo que o um pigmento vermelho da hemoglobina perde seu oxigênio, e depois para marrom ou amarelo quando a hemoglobina é quebrada e reabsorvida" (Kent, 2007). Esta descrição de alterações de cor de uma mancha não se aplica no desbotamento e resolução das marcas da ventosaterapia. O desvanecimento de uma marca de ventosa se apresenta como uma redução progressiva do matiz original sem quaisquer transições de cores diferentes.

- Quando temos um hematoma, a experiência nos diz que a pele fica sensível ao toque (devido ao trauma). Após a ventosaterapia não há tal sensibilidade. Nota: somente após uma aplicação de ventosas mais agressiva, um amarelo associado a contusão pode ser produzido, juntamente com sensibilidade local dentro e além da periferia de uma marca de ventosa. Tal sinal representa prática ruim.

- Imagine que uma ventosa tenha sido aplicada e produziu uma forte marca escura. Após desaparecer e outra ventosa ser replicada no mesmo local, com o mesmo

nível de sucção e pela mesma duração, a marca tipicamente não será tão "feroz" como a primeira vez, geralmente apresentando metade da intensidade anterior. Na terceira sessão, as chances são de que aparecerá apenas uma marca bem fraca. Geralmente pelo quarto tratamento não ocorre qualquer marca. Isto é claramente um caso de um patógeno interno ou toxina sendo sistematicamente resolvido. Este cenário seria o oposto se fosse um hematoma. O dano capilar incorrido por um trauma para produzir uma contusão aumentaria com repetidas agressões. Mais uma ilustração a seguir. Imagine duas marcas redondas de ventosas lado a lado, com uma lacuna de 2-3 cm entre cada uma nos pontos mais próximos. Quando suas intensidades forem reduzidas à metade da original, aplique um único copo sobre essa lacuna com o mesmo nível de sucção. Uma marca forte será produzida apenas no espaço entre as marcas anteriores. O matiz formado nas margens das marcas mais antigas mostrará uma intensidade consideravelmente menor. Isso indica claramente que o patógeno foi resolvido de forma significativa dentro do intervalo das duas primeiras ventosas, comparado com o tecido "intermediário" que não foi afetado pela primeira aplicação.

• Um hematoma pode ser eliminada com sucesso usando ventosas. Curar uma grande contusão por exemplo, pode ser acelerado aplicando uma ventosa de força leve a moderada ao centro no hematoma e deslizando para fora além do perímetro do hematoma. Completa-se o tratamento, repetindo a técnica acima ao longo das margens sucessivas como se seguisse o raios de uma roda imaginária. Um hematoma é afinal uma forma de estagnação do sangue e a ventosaterapia é excelente em dispersar o sangue estagnado.

Obtendo o consentimento informado

Um desafio para os praticantes é explicar como funciona a ventosaterapia e a possibilidade de que marcas podem aparecer. Uma explicação é melhor quando é fácil de compreender e é direta e clara. Aqui está uma sugestão:

Eu acho que seria benéfico colocar algumas ventosas em você. É um método antigo para aliviar os músculos doloridos promovendo o fluxo de sangue e estimulando a liberação de toxinas. É relaxante e confortável, no entanto, pode trazer algumas dessas toxinas para a superfície, o que vai causar algumas marcas temporárias [é um excelente ideia de ter algumas fotos de marcas para mostrar]. Elas vão desbotar dentro de 24 horas e geralmente desaparecerão dentro de três a quatro dias, embora em alguns casos possam durar uma

semana ou duas.

Depois de verificar se há alguma contraindicação e perguntando se as marcas poderiam causar qualquer preocupação, você pode perguntar: "Está tudo bem se continuarmos?"

Notas finais

1. Comparadas às marcas de ventosa, as marcas produzidas por *gua sha* pode ser ainda mais dramáticas, menos estilizadas e mais difícil de decifrar para o olho destreinado.

2. Bayfeld (1823) dá instruções principalmente sobre ventosas 'molhadas', com uma pequena seção dedicada às ventosas secas. Ventosas molhadas é quando a pele é superficialmente cortada antes de uma ventosa ser colocada sobre a incisão, a fim de acentuar a liberação de sangue. É o mais seguro e menos invasivo de todos os métodos de sangria. A ventosa seca é o termo histórico usado frequentemente para a ventosa normal realizada em uma superfície da pele intacta.

3. A maneira do praticante aplicar cada ventosa também foi calculada. Em vez de descer cada ventosa na pele da maneira usual, ele segurava cada ventosa e literalmente batia cada uma na pele. A ventosa então instantaneamente agarra o tecido e puxa fortemente o patógeno para a superfície. Além disso, essa dinâmica é reforçada ao passo que as ventosas estejam aquecidas e façam os poros da pele se expandirem abrindo um caminho para o corpo para liberar fatores indesejados não saudáveis.

4. O artigo "*Cupping Deficiency*" destaca a utilização do método de ventosas de vidro e fogo para remover frio profundo associado a lesão crônica e reparar a estrutura do tecido mole flácido e insalubre.

5. Além de indicadores visuais e de temperatura, outro fenômeno intrigante ocorre quando o revestimento da fásia superficial está rígido e um som de 'clique', ou uma série de 'cliques', pode ser ouvido quando a ventosa deslizando move-se sobre a pele. Isso, podemos presumir, é o som de 'bolsas' de energia reprimida sendo liberada. Em todas as ocasiões ouvi isso, e nas contas de outros praticantes, este feedback audível reflete uma liberação bem-sucedida de tensão.

Bibliografia

Asnes, R.S. and Wisotsky D.H. (1981) *Cupping lesions simulating child abuse*. *Journal of Pediatrics*, Volume 99, Number 2, The C.V. Mosby Co. The United States of America.

Bayfeld, Samuel (1823) *A Treatise on Practical Cupping*. Joseph Butler. London.

Bentley, Bruce (2010) *Gua Sha: Smoothly scraping out the Sha*. *The Lantern* 4 (2), 4-9. Online. Disponível em: www.healthtraditions.com.au

Bentley, Bruce (2011) *Cupping Deficiency*. *The Lantern* 8 (2), 15-27. Online. Disponível em: www.healthtraditions.com.au

Bentley, Bruce (2013) *Mending the Fascia with Modern Cupping*. *The Lantern* 10 (3), 4-21. Online. Disponível em: www.healthtraditions.com.au

Bentley, Bruce (2014) *Cupping's Folk Medical Heritage: people in practice*. In *Cupping Therapy* (3rd Ed) by Ilkay Chirali. Churchill Livingstone. China.

Davis, Ruth E. (2000), *Cultural Health Care or Child Abuse? The Southeast Asian Practice of Cao Gio*. *Journal of the Academy of Nurse Practitioners*. Volume 12, Issue: 3, 89-95.

Eagle, Kim, Manber, Helen and Kanzler, Mathew (1996) *Images in clinical medicine: Consequences of cupping*. *The New England Journal of Medicine*, Volume 335, Number 17.

Kent, Michael (2006) *The Oxford Dictionary of Sport, Science & Medicine*. (3 Ed.) Oxford University Press. Published Online: Oxford Reference 2007. Acessado em 1/2/2015.

Lackie, John (2010) *A Dictionary of Biomedicine*. Oxford University Press. Published Online: Oxford Reference 2010. Acessado em 1/2/2015.