



Indicações, contraindicações e precauções

Júnia Pimentel

1ª edição

Belo Horizonte

As INDICAÇÕES são para casos agudos e crônicos de:

- Contraturas musculares.
- Artrose.
- Lesões discais.
- Ciatalgia.
- Lombalgia.
- Desordens das articulações vertebrais ou dos membros superiores e inferiores.
- Atrofia muscular.
- Limitação dos movimentos articulares.

Já as CONTRAINDICAÇÕES que devem ser observadas são:

- Massagem em lesões agudas na coluna vertebral, sem diagnóstico prévio.
- Massagem sobre tumores ósseo, tuberculose óssea, osteomielite sem diagnóstico preciso ou liberação médica.
- Massagem em área inflamada, ou com dermatose.
- Massagem em mulheres grávidas até 3 meses.
- Pacientes com problema pulmonares ou com problema sério de desordem mental.

Algumas PRECAUÇÕES devem ser levadas em consideração:

- Ao aplicar a massagem, deve-se atentar para a força que é imprimida, que deve ser correspondente a situação do paciente. Por exemplo: a idade, a doença etc. Não se deve aplicar com uma força muito intensa em pacientes com idade avançada ou em criança.
- Não é aconselhável aplicar em pacientes com fome, fatigados e bêbados.
- Não é conveniente efetuar em algumas regiões do corpo como a área cervical anterior, axilar, parte lateral do tórax, a periferia da mama, a parte interna da coxa, a fontanela nas partes ulceradas.

- Não se deve aplicar em pacientes com dor abdominal que piora com a pressão.
- Em pacientes com febre alta.
- Em mulheres grávidas (ou com suspeita de gravidez) os seguintes acupontos não devem ser usados: Intestino Grosso 4 (IG4), Baço-Pâncreas 6 (BP6), Bexiga 60 (B 60), Bexiga 67 (B 67), Vesícula Biliar 21 (VB 21), e os pontos localizados no abdome.
- Não é aconselhável fazer a massagem após o ato sexual.
- Não se deve fazer em pacientes em jejum ou de estômago muito cheio.

Precauções do Terapeuta

- O terapeuta deve estar sempre atento a sua própria posição, de modo que ela ajude a produzir a força correta e também a poupar a própria energia.
- A coluna deve estar sempre firme e bem posicionada.



馬步
MABU

Postura do cavaleiro



GONG BU
弓步

Postura do Arqueiro

- Enquanto faz a massagem, o terapeuta tem que devotar toda sua atenção ao procedimento colocando o SHEN em suas mãos, ajustando, convenientemente, sua respiração. Desta forma a massagem torna-se um caminho meditativo.
- As mãos do terapeuta devem ser mantidas aquecidas e limpas, e unhas devem ser aparadas com frequência.
- Após cada atendimento, de preferência, lavar as mãos com água morna para manter a circulação do QI.
- Beber um copo de água para realizar as trocas energéticas mais sutis. A água é o meio de transporte de energia que ainda não somos capazes de compreender em totalidade.