



**Corso di Agopuntura e  
Tecniche Complementari**

**anno accademico 2013-2014**

**CROMOPUNTURA e FIBROMIALGIA  
valutazione e trattamento di un caso**

*RELATORE*

**Dott. MASSIMO MUCCIOLI**

*CANDIDATO*

**ANDREA PASSARINI**

## INDICE

Indice .....	pag. 2
Ringraziamenti .....	pag. 3
Introduzione .....	pag. 4
cap. 1 – Luce e colore – .....	pag. 5
cap. 2 – Cromopuntura – .....	pag. 9
cap. 3 – Cosa è la fibromialgia – .....	pag. 12
cap. 4 – La fibromialgia secondo la medicina cinese – .....	pag. 17
cap. 5 –Caso trattato con cromopuntura secondo principi di agopuntura–	pag. 21
Considerazioni conclusive .....	pag. 32
Appendice A – Reazioni dei punti – .....	pag. 33
Appendice B – Il dolore – .....	pag. 39
Appendice C – I colori – .....	pag. 40
Bibliografia .....	pag. 46
Sitografia .....	pag. 47

## **RINGRAZIAMENTI**

Innanzitutto un grazie speciale alla persona che con la sua disponibilità a farsi trattare ha permesso questo lavoro, poi uno altrettanto distinto a Milena che mi ha sempre sostenuto in questi anni.

Un sincero ringraziamento a tutti i docenti di Scuola Tao ed in particolare al dott. Massimo Muccioli, che con la competenza e la chiarezza che lo contraddistingue mi ha reso semplici concetti complessi come la medicina cinese, al dott. Denis Poletto, che mi ha ampliato la visione e le potenzialità dell'auricolostimolazione, e al prof. Jin Hong-Zu, che mi introdusse al tuina e diede la possibilità di fare pratica clinica presso l'Università di Nanchino.

Un ringraziamento anche a Peter Mandel, che con le sue intuizioni ha sviluppato e permesso nuove possibilità di stimolazione degli agopunti.

## **INTRODUZIONE**

La fibromialgia è una patologia che si va sempre più diffondendo e di cui la medicina occidentale non ha ancora saputo trovare le cause, né una soluzione, solo terapie di soppressione dei sintomi. L'agopuntura è forse l'unica modalità che è riuscita ad inquadrarla ottenendo buoni risultati.

Avendo nel tempo maturato una buona conoscenza pratica e teorica dell'uso del colore, ho coniugato l'agopuntura e l'irradiazione cromatica per trattare due casi di fibromialgia.

Lo scopo del lavoro è valutare l'efficacia di un intervento strutturato combinando i principi della cromoterapia e dell'agopuntura.

Nell'elaborato vengono presentati numerosi riferimenti a teorie pertinenti il lavoro svolto, l'illustrazione di questi temi è sommaria, per una trattazione più esaustiva si rimanda a testi specifici.

## CAPITOLO 1

### Luce e colore

Fin dall'antichità il colore ha rappresentato un elemento importante nella vita dell'uomo. L'uso del colore è influenzato dal contesto di vita, ha significati culturali, emotivi e simbolici. È stato usato per scopi religiosi, magici, terapeutici, artistici. Dalla preistoria vediamo l'uomo usare il colore per i riti funebri e di fertilità, dipingere le caverne raccontando il proprio mondo...

Nel tempo la tavolozza dei colori a disposizione dell'uomo si è arricchita, sempre condizionata dalle risorse provenienti dal mondo minerale, vegetale ed animale disponibili per produrre lo stesso, disponibilità che ne andava a definire anche la maggiore o minore preziosità, condizionata anche dall'aumento degli scambi fra i popoli. Si arricchiscono nel tempo le decorazioni di oggetti domestici e di oggetti preziosi, di statue, di tessuti...e questo succede presso tutte le culture, nell'area del mediterraneo, in Cina, in India... Un tempo come oggi, colore e decorazione obbediscono a regole dettate dal rango e dalla condizione economica, se, ad esempio, consideriamo il color porpora, vediamo che nella chiesa, esso è riservato ai cardinali. Un altro degli innumerevoli esempi di determinazione culturale può essere ripreso dal nostro quotidiano: il rosso che segnala pericolo. Riguardo all'uso terapeutico è da segnalare come presso gli antichi Egizi, i Greci ed i Romani fosse in uso l'esposizione alla luce solare (elioterapia) per alleviare diversi disturbi.

La natura della luce è duplice: ondulatoria e corpuscolare, come onda è caratterizzata dalla lunghezza d'onda o dalla frequenza e, relativamente alla seconda definizione, la luce è formata da “pacchetti” di energia luminosa, i fotoni. Questa teoria duale sulla natura della luce si è formata nel corso del tempo.

Newton (1642-1727) formula l'ipotesi che la luce sia costituita da piccole particelle emesse da corpi luminosi che obbediscono alle leggi fisiche della meccanica; Huygens (1626-1695) ipotizza che essa sia un'onda che si propaga in un mezzo e che, in mancanza del quale, si propaga in questa sostanza chiamata etere, Maxwell (1831-1879) sostiene che la luce sia un'onda elettromagnetica che non ha bisogno di un mezzo in cui propagarsi; Einstein (1879-1955) e Planck (1858-1947) riprendono la teoria corpuscolare, Einstein ipotizza che l'emissione e l'assorbimento della luce avvenga mediante “pacchetti d'onda” con energia e durata ben definiti (fotoni). Le due teorie si conciliano postulando che quando una radiazione cede o sottrae energia alla materia questa assorbe od emette un fotone e che l'energia luminosa nello spazio si muova come un'onda. Einstein mise in relazione frequenza (aspetto ondulatorio) ed energia (aspetto corpuscolare) della radiazione e, avendo la frequenza un rapporto di proporzionalità inversa con la lunghezza d'onda (l'altro parametro dell'onda), stabilì che minore è la lunghezza d'onda, maggiore è l'energia dell'onda elettromagnetica e viceversa.

La luce fa parte dello spettro elettromagnetico che comprende tutte le lunghezze d'onda presenti in natura, al suo interno troviamo una piccola parte definita spettro visibile che è l'insieme delle lunghezze d'onda (da 400 a 700 nanometri) cui l'occhio umano è sensibile, questo insieme forma la luce bianca.

La luce prodotta da una sorgente si propaga nel vuoto o in mezzi trasparenti, giunge ad un oggetto che in parte la assorbe ed in parte la riflette, a seconda delle proprietà elettriche e magnetiche del materiale incontrato, ed è questa parte riflessa a stabilire il colore dell'oggetto. Il colore nasce dalla luce, senza luce non esiste il colore. Il colore si genera nell'occhio dell'osservatore e costituisce un'impressione sensoriale.

Le diverse lunghezze d'onda vengono interpretate dal cervello come colori: vanno dal rosso della lunghezza d'onda più lunga (minore frequenza) al violetto lunghezza d'onda più corta (maggiore frequenza).

La percezione dei colori è un processo neurofisiologico: le radiazioni luminose che giungono al nostro occhio vengono codificate dai fotorecettori della retina (coni e bastoncelli) che il cervello elabora producendo la sensazione di colore sulla base della lunghezza d'onda della radiazione. Non a tutti i colori possiamo associare una lunghezza d'onda, ci sono colori prodotti dal funzionamento del nostro apparato visivo, ad esempio quando due diverse onde monocromatiche appartenenti a due diverse regioni dello spettro sollecitano contemporaneamente l'occhio, il nostro cervello interpreta la sollecitazione come un nuovo colore, somma dei due originari.

Circa le teorie del colore citeremo quella di Newton e quella di Goethe. Newton studia il colore partendo da un fascio di luce bianca e dimostra che la luce del sole, luce bianca, è composta da radiazioni diverse separabili dalla rifrazione, che i colori non sono qualità della materia, che i diversi colori corrispondono a diverse frequenze dell'onda luminosa, che vengono rifratti in modo diverso e questo diverso angolo di rifrazione dà luogo alla scomposizione dell'arcobaleno.

Sia gli scienziati sia gli artisti distinguono i colori in primari, quelli che non possono essere generati da altri colori (rosso, blu, verde per lo scienziato e rosso, blu, giallo per l'artista), e complementari, quelli ottenuti dalla mescolanza dei primari.

Goethe afferma che la posizione di Newton è carente poiché non tiene conto della relazione tra luce ed occhio di chi osserva, mentre l'occhio è la sede della trasformazione ed assimilazione cosciente delle qualità del colore. L'osservatore non è un ricevente passivo, è soggetto, attivo. Per Goethe un fenomeno fisico quale il colore è anche fenomeno spirituale: il colore ha qualità.

Il colore nasce dalla tensione dei due poli luce-oscurità, Goethe distingue i colori attivi (giallo, rosso, arancio) ed i colori passivi (azzurro, indaco, violetto). I colori attivi sono vissuti come gioiosi e pieni di energia, la luminosità si espande verso l'esterno, nei colori passivi prevale l'ombra, la luce resta all'interno. Il tema della polarità è un tema del romanticismo come il tema che tutto fa parte e tende ad un'unità, Goethe infatti afferma che suoni e colori fanno parte di un intero che è la Natura. Richiamare l'intero è ciò che fa l'occhio quando sollecitato da un oggetto scuro richiama il chiaro. I colori fondamentali per Goethe sono il giallo, il rosso, il blu.

Nella concezione di Goethe comincia a delinearsi l'approccio cromoterapico alla malattia.



## **CAPITOLO 2**

### **Cromopuntura**

Tutte le radiazioni luminose hanno effetti biochimici e biofisici sulla materia organica ed inorganica in rapporto alla natura ed alla lunghezza d'onda della radiazione.

Il nostro corpo assorbe il colore in vari modi, in questo contesto consideriamo l'assorbimento del colore da parte di quei punti particolari che si trovano sulla cute che sono i punti di agopuntura.

È Peter Mandel, ideatore della cromopuntura, che trasferisce il trattamento con il colore sui sistemi di meridiani cinesi.

Questa impostazione si appoggia sulle scoperte del biofisico A.Popp il quale dimostra che la cellula (il dna nella sua fase di replicazione) emette biofotoni. Si tratta di emissioni elettromagnetiche molto deboli, messaggi inviati e ricevuti dalle cellule e da esse decodificati in segnali biologici, questa trasmissione avviene per risonanza.

Popp ipotizza che i meridiani dell'agopuntura siano vie privilegiate delle onde elettromagnetiche, questo trova sostegno in un esperimento in cui, mandando luce su un punto della pelle si vedevano comparire segnali luminosi su punti distanti: i punti in cui veniva mandata luce coincidevano, per la maggior parte, con punti di agopuntura e lo stesso vale per i punti di emissione, la cui collocazione coincide con il percorso di un meridiano.

Questi dati definiscono la natura ottico-elettromagnetica dei meridiani dell'agopuntura.

A questo punto si può dire che stimolare i punti di agopuntura con fasci di luce colorata permette di modificare un assetto energetico disarmonico, assetto tipico di un organismo che ha un disturbo; è come se i punti fossero dei cancelli d'entrata dove i canali energetici, meridiani, nel loro percorso, si portano verso lo strato più superficiale della cute, e dove il fascio colorato può entrare più facilmente ed inviare l'informazione armonizzante.

Tale modificazione si opera inviando una maggiore quantità di luce incoerente (la luce naturale) per una banda predefinita dello spettro elettromagnetico (i colori), rendendo così più facile la scelta da parte dell'organismo di quello che è utile al suo riequilibrio. Questo sottintende tutto il lavoro di Peter Mandel: facilitare l'autoguarigione. Questa capacità trova supporto nella scoperta che è l'organismo stesso, se in equilibrio, a trasformare la luce incoerente, come quella solare, in luce coerente, la forma che la cellula potrà utilizzare, selezionando la frequenza d'onda elettromagnetica più utile all'organismo. Quando c'è disarmonia l'organismo andrà aiutato attraverso la preselezione della frequenza colorata di cui si parlava più sopra.

Secondo la medicina cinese la vita è regolata da un alternarsi armonico di yin e yang, che sono i due aspetti con cui si esprime il mondo. Queste due forze non sono da considerare tra loro opposte, ma altalenanti in un dinamismo ritmico della stessa unità.

Lo yin è:

centripeto, ricettivo, l'interiorizzazione, il buio, la notte, il freddo, il parasimpatico, il fisico, la materia, il basso, etc.

Lo yang è:

centrifugo, espressivo, l'esteriorizzazione, la luce, il giorno, il caldo, l'ortosimpatico, lo psichico, l'energia, l'alto, etc.

L'equilibrio armonico di questa alternanza esprime lo stato di benessere o buona salute, quando questo equilibrio si rompe ed abbiamo un disequilibrio, per cui una di queste due forze ha il prevalere, si ha il disturbo, la malattia o malessere.

Tutta la meccanica quantistica è dominata e regolata dalla dualità (ordine/caos – materia/energia – corpuscolo/onda – cariche positive/cariche negative – elettricità/magnetismo) che possiamo interpretare come polarità yin/yang.

Anche la luce e il colore si manifestano attraverso queste due espressioni: l'aspetto corpuscolare (yin) prevale nelle frequenze più alte, nelle onde più corte (i colori freddi), mentre quello ondulatorio (yang) in quelle più basse, nelle onde più lunghe (i colori caldi).

L'utilizzo dei vari colori, le loro specifiche lunghezze d'onda si possono intendere in analogia alle manipolazioni dell'ago usato sul punto.

Come diceva Goethe il colore ha delle qualità, stimolare con una frequenza (colore) è inviare un messaggio circa caratteristiche psichiche e comportamentali.

In appendice riporto il significato dei colori elaborato da Peter Mandel, ideatore della cromopuntura. Riporto inoltre il significato dei colori elaborato da Carlo DiStanislao, Maurizio Corradin e Fabrizio Bonanomi.

Una considerazione particolare è dovuta a Peter Mandel, naturopata heilpraktiker, nato nel 1941 in Germania, fondatore della Diagnosi Energetica dei Punti Terminali (DEPT) e, come detto qui sopra, della Cromopuntura. Ha studiato agopuntura a Hong Kong e in India, e nel 1975 ha fondato a Bruchsol l'istituto Internazionale Mandel per la Medicina Esogetica, collabora con medici e scienziati di fama internazionale fra i quali il Prof. Dr. F. A. Popp scopritore dei biofotoni. Il suo approccio al tema della salute è profondamente spirituale.

## CAPITOLO 3

### **Che cos'è la fibromialgia (FMS)**

*Fibro si riferisce al tessuto fibroso, mio ai muscoli e algia al dolore.*

La fibromialgia è una patologia cronica caratterizzata da dolore muscoloscheletrico diffuso e sintomi correlati. Sebbene non si conosca appieno la causa che origina questa sindrome, si è visto che è particolarmente diffusa tra i soggetti già affetti da patologie autoimmunitarie. L'ipotesi più accreditata è che si tratti di un malfunzionamento del sistema nervoso centrale, che produce un'amplificazione della trasmissione e della interpretazione del dolore. Scoperte recenti fanno propendere per una dipendenza da particolari fattori genetici o/e ambientali.

La sindrome fibromialgica (SFM) si configura come un quadro di disnocipatia, (compromissione funzionale del sistema di modulazione del dolore). Dal punto di vista fisiopatologico, si tratta di un quadro di sensibilizzazione centrale associato ad un deficit del sistema di inibizione discendente del dolore, da cui deriva uno stato di iperalgesia generalizzata.

La fibromialgia è una sindrome dolorosa cronica che affligge oltre il 6% della popolazione mondiale; la sua causa è sconosciuta ma si è evidenziata come un disordine della modulazione centrale del dolore, inefficienza dell'inibizione discendente della nocicezione (percezione del pericolo) ed una iperattività della sostanza P. (un neuropeptide, presente nel sistema nervoso centrale dei mammiferi, dove agisce da neurotrasmettitore e presente nel tratto gastrointestinale dove agisce da ormone locale) implicata nella modulazione del dolore e nel vomito.

La fibromialgia sembra correlata anche con fattori collegati allo stress, avendo osservato come essa sia scatenata, nel 40% dei pazienti, da un evento stressante, sia esso fisico o psicosociale.

La depressione e l'ansia giocano un ruolo primario nella genesi della fibromialgia, la loro presenza è infatti segnalata in una percentuale variabile fra il 30 ed il 90% dei pazienti.

Nella FMS caratteristica predominante è il dolore cronico muscoloscheletrico diffuso, generalmente accompagnato da numerose altre disfunzioni multi-sistemiche, manifestazione di un'attività neuronale centrale eccessiva in risposta ad uno stimolo doloroso.

La FMS è compresa nella categoria generica dell'ampio gruppo di sindromi dolorose dei tessuti extrarticolari, tale definizione implica un coinvolgimento globale dell sistema muscoloscheletrico.

Prima dell'insorgere della FMS, la maggior parte dei pazienti conduce uno stile di vita sano e attivo. Esiste una consistente documentazione secondo cui, in alcuni pazienti, un trauma fisico, particolarmente un colpo di frusta, o un trauma spinale, possano scatenare la FMS, eventualità che si può presentare anche di fronte ad altri traumi come operazioni chirurgiche, strappi muscolari ripetuti, parti, infezioni virali, esposizione a sostanze chimiche, esposizione continuata a correnti d'aria fredda. Si può ipotizzare una predisposizione genetica quando più membri di una famiglia, separati tra loro, ne siano afflitti. Occorre considerare anche che possiamo avere casi di FMS con insorgenza graduale e cause non chiaramente evidenziabili.

Il caso di FMS si identifica attraverso:

- **1 Storia di dolore diffuso**

Il dolore è considerato diffuso quando sono presenti tutti i seguenti elementi da almeno tre mesi:

-Dolore in entrambi i lati del corpo

-Dolore sopra e sotto la cintura ( compresa la zona lombo-sacrale)

-Dolore alla colonna (tratto cervicale, torace anteriore, colonna toracica o lombare). Il coinvolgimento di spalle e gluteo conta per entrambe le parti del corpo.

- **2 Dolore alla palpazione digitale su almeno 11 dei 18 punti sensibili e/o doloranti (tender points)**

-Occipitale (2) (inserzione del muscolo omonimo)

-Cervicale (2) (spazi tra i processi trasversi di C5-C7)

-Trapezio (2) (nel punto di mezzo del margine superiore)

-Sovraspinoso (2) (inserzione al margine scapolare mediale)

-Seconda articolazione costo-condrale (2) (lateralmente)

-Epicondilo laterale (2) (2 cm distalmente agli epicondili -nel muscolo brachioradiale)

-Gluteo (2) (quadrante supero-esterno, parte anteriore del muscolo)

-Grande troncatere (2) (posteriormente all'apofisi)

-Ginocchio (2) (cuscinetto adiposo mediale prossimale alla rima articolare)

- **3 Sintomi e segni clinici associati**

In aggiunta al dolore e alla dolorabilità necessari per la classificazione della FMS, molti altri sintomi e segni clinici possono contribuire in modo importante

alla severità della malattia per il paziente. Due o più di questi sintomi sono presenti nella maggior parte dei pazienti FMS nel momento in cui si rivolgono al medico, di solito un paziente FMS non presenta tutti i sintomi e i segni associati alla fibromialgia. Di conseguenza la presentazione clinica della FMS può variare molto e le caratteristiche del coinvolgimento possono eventualmente portare al riconoscimento di sotto-gruppi clinici della FMS. Questi sintomi e segni clinici associati non sono necessari per il riconoscimento della FMS ma sono tutti clinicamente importanti. In questo quadro per estendere i criteri di definizione di caso clinico della FMS si specificano e descrivono i seguenti sintomi e segni clinici:

\* **Manifestazioni neurologiche:** le difficoltà neurologiche sono spesso presenti come iper o ipotonia muscolare, asimmetria e disfunzione muscolo-scheletrica che coinvolge muscoli, legamenti ed articolazioni; caratteristiche atipiche di “addormentamento” e formicolio; risposta anomala di contrazione muscolare; crampi muscolari, debolezza muscolare e fascicolazione. Spesso si verificano mal di testa, disturbi dell’articolazione temporo-mandibolare, debolezza generalizzata, disturbi percettivi, instabilità spaziale e fenomeni di sovraccarico sensoriale.

- **Manifestazioni neuro-cognitive:** le difficoltà neurocognitive sono generalmente presenti; comprendono diminuzione della concentrazione e del consolidamento della memoria a breve termine, diminuzione della velocità di performance, incapacità per le attività multi-task, facilità alla distrazione e/o sovraccarico cognitivo.

\* **Spossatezza:** c’è una persistente spossatezza reattiva, accompagnata da ridotta resistenza fisica e mentale, che spesso interferisce con l’abilità del paziente al movimento.

\* **Disturbi del sonno:** la maggior parte dei pazienti FMS soffre di un sonno non ristoratore; presenta spesso disturbi del sonno quali insonnia, frequenti risvegli notturni, miocloni notturni e/o sindrome delle gambe senza riposo.

\* **Manifestazioni autonome e/o neuroendocrine:** comprendono aritmie cardiache, ipotensione autonoma, vertigini, instabilità vasomotoria, sindrome di Sjögren, instabilità della temperatura corporea, intolleranza a caldo/freddo, disturbi respiratori, disturbi della motilità intestinale o vescicale con o senza sindrome dell'intestino irritabile o disfunzione vescicale, dismenorrea, perdita della adattabilità e della tolleranza allo stress, appiattimento emozionale, labilità e/o depressione reattiva.

\* **Rigidità:** di solito si verifica rigidità generalizzata o anche locale più severa al momento del risveglio e che dura tipicamente per ore, come nell'artrite reumatoide attiva; la rigidità può ripresentarsi nei periodi di inattività nel corso della giornata.



## CAPITOLO 4

### La fibromialgia secondo la medicina cinese

La **Medicina Tradizionale Cinese (MTC)**, che si basa su testi antichissimi, di datazione imprecisa, in quanto opera integrata, nel corso di millenni di storia e cultura cinese, dall'accumulo progressivo delle conoscenze degli antichi, non scinde il pensiero filosofico da quello medico.

Il testo più antico di medicina cinese il **Huang Di Nei Jing** - *Libro Classico dell'Imperatore Giallo*, composto da due parti: il **So Wen** - *Le domande semplici dell'Imperatore Giallo al suo medico* e il **Ling Shu** - *Perno Spirituale*, viene fatto risalire, alla dinastia Han nel 200 a.C..

Altro testo importante per la conoscenza della medicina cinese è il **Nan Jing** o *Libro delle Questioni difficili*, che raccoglie interpretazioni e delucidazioni sui temi più complessi non trattati nel Nei Jing, di cui ne è un compendio.

Tutti questi testi ci aiutano ancora oggi a capire e inquadrare le malattie sia dal punto di vista della loro evoluzione, sia dal punto di vista dei loro meccanismi più intimi, in quanto in medicina cinese l'organismo umano viene inteso non solo come una struttura anatomica, insieme di cellule e tessuti, che formano organi e visceri, ma come flussi di energie vitali la cui alterazione o ristagno può determinare il disturbo o la disfunzione.

Sulla scorta di questa visione energetica delle malattie è possibile inquadrare anche la fibromialgia, ossia questa particolare patologia caratterizzata dalla presenza di dolori muscolari generalizzati, la cui diagnosi risulta particolarmente difficile poiché, secondo la medicina cinese, non si identifica in un particolare quadro patologico, ma in più quadri patologici diversi, ognuno ben caratterizzato sia dall'origine, che da un insieme di segni e sintomi specifici,

il cui unico comune denominatore è la presenza del dolore ai muscoli e ai tendini.

In agopuntura la sindrome fibromialgica è vista come una sindrome dolorosa dove si è creato un blocco dell'energia vitale, che non circola più e si ha un ingorgo energetico causa della sintomatologia dolorosa nei vari distretti corporei. Infatti la fibromialgia, in medicina cinese, viene inquadrata in quel complesso di disarmonie che prende il nome di **Zheng Bi** o **Sindromi Ostruttive Dolorose**.

La teoria del dolore in medicina cinese è espressa molto chiaramente in questo famoso detto: *"Bu tong ze tong, tong tong ze bu"* che significa *"libero flusso: nessun dolore, nessun libero flusso: dolore"*. In pratica il dolore è considerato come una interruzione del libero flusso del Qi, o energia vitale, all'interno del corpo umano.

Nel capitolo delle Sindromi Ostruttive Dolorose, in MTC, sono incluse una serie numerosa di patologie classificate in vario modo dalla medicina occidentale, non solo le malattie reumatiche. Il termine stesso "reumatismo" non è immediatamente associabile ad un organo o apparato specifico, esso trae la sua origine dal greco "ῥεῦμα-rhèuma" che, nel significato di scorrimento, intende descrivere un ipotetico meccanismo di malattia legato allo scorrimento, al fluire di "umori" patologici in grado di determinare un processo morboso.

In medicina cinese «Bi» significa «ostruzione» e ci ricorda che dolore, gonfiore, infiammazione sono dovuti ad un'ostruzione nella circolazione di Qi (energia vitale) e Xue (sangue) nei meridiani. La sindrome Bi è causata da una condizione fisica debole: "vuoto di Wei Qi (energia difensiva) e di Ying Qi (energia nutritiva)" e dallo spazio "Cou Li" tra la pelle e i muscoli aperto, e questo permette l'invasione combinata di vento, freddo e umidità che vanno a

riempire questo vuoto e ostruiscono i meridiani, impedendo a Qi e Xue di circolare correttamente.

Fattori che predispongono e contribuiscono al manifestarsi della sindrome ostruttiva dolorosa possono essere:

- Attività fisica o lavorativa eccessiva
- Vuoto del sangue e dello yin
- Incidenti e/o traumi (stasi di qi se è lieve, stasi di xue se è grave)
- Problemi emozionali
- Dieta irregolare

Le Sindromi Bi si distinguono in 3 grandi stadi progressivi:

primo stadio in cui sono coinvolte le articolazioni **san bi**

secondo stadio in cui sono coinvolti i tessuti **wu bi**

terzo stadio in cui sono coinvolti gli organi **zang bi**

Analizzando la fibromialgia dal punto di vista della medicina cinese, vediamo che si può presentare sotto diversi quadri energetici:

- umidità e tan
- stasi di qi di fegato
- stasi di xue
- deficit di qi e yang di milza
- deficit di yang di milza e rene
- deficit di qi e xue
- deficit di yin di rene e fegato

### **UMIDITA' e TAN**

dolore muscolare diffuso che peggiora con la compressione, sensazione di pesantezza agli arti, intontimento, difficoltà alla concentrazione, scarsa memoria. Può combinarsi col freddo o col calore.

### **STASI di QI di LR**

tensione muscolare, incapacità di stare seduti a lungo, irritabilità, insonnia con risvegli, sindrome del colon irritabile. Dolori intensi crampiformi, più frequenti alle spalle ed al dorso, frequente variazione della localizzazione del dolore.

### **STASI di XUE di LR**

dolore puntiforme, intenso, lancinante che interessa sia i muscoli che le articolazioni, peggiora di notte. Si manifesta nei dolori fibromialgici di vecchia data e testimonia un passaggio del patogeno dai Jing Jing ai Luo.

### **DEFICIT di QI e YANG di SP**

astenia e gonfiore post-prandiale, feci molli, freddolosità

### **DEFICIT di QI e YANG di SP e KI**

astenia, desiderio di sdraiarsi, sensazione di freddo, arti freddi, minzione frequente, nicturia, vertigini. Segni e sintomi di fibromialgia datata.

### **DEFICIT di XUE di LR**

flusso mestruale scarso, visione offuscata, sensazione di galleggiamento, vertigini, insonnia, cefalea, parestesie, capelli secchi

### **DEFICIT di YIN di LR e KI**

visione offuscata, occhi secchi, vertigini, parestesie ed intorpidimento, acufeni, sensazione di calore pomeridiano e notturno. Sete con desiderio di bere a piccoli sorsi, secchezza oculare, bocca e gola secca la notte, sudorazione notturna, senso di debolezza e dolore regione lombare e ginocchia, astenia, depressione, ansia, insonnia, vertigini, memoria scarsa, ipoacusia, acufeni, stipsi, urine scarse e scure; irregolarità del ciclo: metrorragia, oligo/polimenorrea.

## **CAPITOLO 5**

### **Caso trattato con cromopuntura secondo i principi dell'agopuntura**

#### **Scopo**

Attenuare i dolori, ridurre i sintomi correlati alla patologia, migliorando il quadro energetico.

#### **Linee guida**

Gli incontri si svolgono a distanza di una settimana e ogni punto viene irradiato per circa 1'-1'30". Peter Mandel, come consigliato anche da vari autori, raccomanda la radiazione per un tempo tra i 30" e 1'; per i primi 30" a torcia spenta per vedere se le reazioni sono al colore o al tocco sul punto, facendo attenzione a che si manifesti una variazione della reattività all'accensione della luce .

Durante il primo incontro rilevo i dati e irroro i 4 cancelli (4LI e 3LR) con la luce bianca per armonizzare lo yin e lo yang della persona con lo yin e lo yang dell'universo.

Inizio coi colori a piú alta frequenza, piú freddi, perché ritengo che possano muovere meno (energia) di quelli a piú bassa frequenza, caldi, e quindi non influenzare eccessivamente le sedute successive.

Inizio dai punti in posizione piú yang e successivamente quelli piú yin, a destra per le donne e a sinistra per gli uomini (come indicato dai principi di agopuntura).

All'inizio e alla fine di ogni incontro, successivo al primo, raccolgo il feed-back della persona.

## **Procedura**

Rilevamento dati biografici e storia del disturbo.

Inquadramento energetico e individuazione principio terapeutico.

Selezione dei punti e selezione dei colori

Trattamento

Raccolta feed-back

## **Il caso**

Donna, 61 anni

Professione: insegnante.

Ex-atleta semiprofessionista.

Diagnosi medica: fibromialgia, sindrome delle gambe senza riposo.

Al manifestarsi dei sintomi assume farmaci.

Prende sonniferi da quando all'età di 50 anni ha avuto un malore e durante l'indagine, che ha diagnosticato un aneurisma subaracnoideo, si scopre anche che ha una sola carotide, la destra.

Il contatto con me è avvenuto su indicazione di una sua cara amica e collega, la quale si interessa alle medicine alternative e complementari.

Cosa si aspetta da questo lavoro? Lo considera “un po' come ultima spiaggia”, un misto tra rassegnazione e speranza di poter “almeno ridurre la frenesia e il dolore alle gambe”.

La persona racconta come per l'attività agonistica si fosse sottoposta a superallenamenti quotidiani e rimasta incinta a 25 anni avesse smesso definitivamente.

Riferisce come in gioventù fosse espansiva e come in seguito a fraintendimenti, circa questa espansività, si sia sentita costretta a reprimere questo suo aspetto.

Descrive il padre, ora defunto, come persona violenta.

Riporta che, ancora bambina, in seguito ad un incidente stradale muore il fratello adolescente.

Riporta come il compagno di allora e padre naturale del figlio, avuto a 25 anni, avesse rifiutato il bambino e questo avesse portato alla rottura della relazione.

Lentamente e progressivamente, durante la gravidanza, è iniziato il disturbo del dolore soprattutto alle gambe e una sera d'estate, a letto, veloce e improvviso, è apparso il problema delle gambe senza riposo, che colpisce soprattutto la sinistra.

Il dolore si manifesta soprattutto all'interno coscia e può salire all'interno braccia:

lo sente come una tensione, un fastidio di qualcosa che si espande da dentro;

le gambe cercano il freddo e le braccia leggere pressioni;

lo allevia nelle gambe il freddo, nelle braccia la pressione e il contatto;

lo peggiora nelle gambe il caldo e la pressione.

I repentini e forti cambiamenti di clima scatenano il disturbo.

Non riesce a stare seduta a lungo.

Può avere freddo nella parte alta e caldo nella parte bassa con i piedi freddi. Mai il contrario.

I sintomi si presentano quotidianamente.

### **Inquadramento energetico:**

Il dolore si manifesta soprattutto nelle zone del livello Jue Yin: fegato e pericardio.

I repentini e forti cambiamenti di clima che possono scatenare il disturbo sono espressione del vento, fattore climatico che danneggia la loggia legno: fegato e cistifellea.

La sua vita è costellata di situazioni emotive che coinvolgono sentimenti di abbandono, rifiuto, frustrazione, tali fattori, che ritengo determinanti, implicano un coinvolgimento della loggia legno.

Tutti elementi, questi, che indicano una disarmonia del fegato, in particolare una stasi di Qi di fegato (confermati anche dal tipo di dolore e dai sintomi: tensione, non riuscire a stare seduta a lungo).

La stasi di qi di fegato potrebbe essere stata provocata anche da un abbandono definitivo dell'attività agonistica ancora in giovane età.

Potrebbe anche esserci un Dai Mai troppo contratto che impedisce il passaggio basso/alto, vedi le differenti sensazioni e i segni da vuoto nelle braccia (secondo Jeffrey C. Yuen, medico e monaco taoista, grande conoscitore della medicina classica cinese, questo meridiano è una specie di pattumiera di ciò che non metabolizziamo).

L'analisi dei segni conferma la stasi di qi di fegato:

Lingua: rossa, specialmente ai bordi, fessurata; patina sottile, gialla.

Polso: chen, xian

### **Principio terapeutico:**

rimuovere le ostruzioni, eliminare la stasi muovendo il qi di fegato, calmare lo shen



### **Punti selezionati:**

**41 GB** punto chiave Dai Mai, elimina le stasi, le sindrome da pieno del fegato e della coliciste, rimuove le ostruzioni, regola Dai Mai.

**34 GB** punto Hui dei tendini, apre meridiano, allevia dolore, purifica umidità-calore da fegato e coliciste, irradia Qi di fegato

**3 LR** punto Yuan/Shu, diffonde Qi di fegato, nutre sangue e yin di fegato, calma gli spasmi, allevia dolore, elimina vento interno, calma Yang di fegato

**17 CV** punto Hui del Qi

**7 HT** regola e rafforza cuore, Xue e Yin, calma Shen, elimina calore da meridiano di cuore

**4 LI** libera esterno, regola faccia e testa, regola WeiQi, apre meridiano e vasi luo di collegamento, rimuove ostruzioni dai meridiani, allevia dolore, principale punto analgesico di tutto il corpo.

**18 BL** diffonde Qi di fegato, raffredda il fuoco, elimina calore-umidità, regola e nutre il sangue di fegato, reca beneficio ai tendini

### **Selezione dei colori**

La selezione è avvenuta in più fasi.

Nella prima fase decido di irradiare, nella stessa seduta, tutti i punti con lo stesso colore.

In accordo col quadro energetico individuato - situazione di stasi – vado a testare tutti i colori, sia quelli freddi, per il calore provocato dalla stasi, che quelli caldi, perché muovono.

Questa fase si prolunga per 7 incontri settimanali.

All'inizio di ogni incontro raccolgo il feed-back della persona circa il periodo trascorso dall'ultimo incontro dal punto di vista delle problematiche portate, la invito a condividere quanto d'altro desideri riportare.

Alla fine di ogni incontro raccolgo il feed-back della persona registrando i commenti spontanei sull'andamento della seduta.

Le informazioni raccolte in questi colloqui mi permettono di acquisire maggiori indicazioni sui colori testati.

In questa, fase tra una seduta e l'altra, non si notano cambiamenti di rilievo, tranne una maggiore energia e serenità, nell'ultimo periodo una minore intensità della frenesia; annoto che in questo periodo ci sono notevoli sbalzi climatici che non favoriscono di certo.

Alla fine degli incontri di questa prima fase, si può dire che si sente nel complesso bene, con molta energia, che riesce a dormire bene e che solo qualche volta le parte la frenesia alle gambe.

[In appendice riporto le risposte dei singoli punti all'irradiazione dei vari colori.]

A questo punto procedo nel processo di selezione dei colori: escludo quelli che avevano dato scarsa reazione e quelli che avevano provocato una reazione eccessiva o fastidiosa.

**18BL destro:**

selezionati: TURCHESE ROSSO

**18BL sinistro:**

selezionati: VIOLA ROSSO

**4LI destro:**

selezionato: ARANCIO

**4LI sinistro:**

selezionati: TURCHESE ARANCIO

**7HT destro:**

selezionato: TURCHESE

**7HT sinistro:**

selezionato: TURCHESE

**17CV :**

selezionati: TURCHESE GIALLO ROSSO

**34 GB destro:**

selezionati: INDACO TURCHESE ARANCIO

**34GB sinistro:**

selezionati: INDACO TURCHESE GIALLO

**41GB destro:**

selezionati: TURCHESE VERDE

**41GB sinistro:**

selezionati: VIOLA ARANCIO

**3LR destro:**

selezionati: VIOLA INDACO

**3LR sinistro:**

selezionati: INDACO TURCHESE GIALLO

Analizzando le caratteristiche dei punti selezionati e combinandoli coi colori scelti, secondo le indicazioni di vari autori sul colore, possiamo tentare di ipotizzare una sinergia di azione.

**18 BL turchese:**

raffredda il fuoco, toglie calore-umidità e seda lo yang di fegato, calma l'ansia

**18 BL rosso:**

muove xue e qi di fegato, porta sangue ai tendini

**18 BL viola:**

stimola e rafforza lo shen di fegato (lo hun), rafforza la parte emotiva

**4 LI arancio:**

rimuove le ostruzioni, muove il qi, apre i vasi luo, distribuisce la wei qi

**4 LI turchese:**

calma il dolore, allevia il prurito, regola e armonizza la wei qi, allevia dolori acuti, seda i processi infiammatori

**7 HT turchese:**

calma lo shen, elimina calore dal meridiano di cuore, pacifica cuore e circolazione

**17 CV turchese:**

calma lo shen, rinfresca il qi

**17 CV giallo:**

tonifica il qi di fegato, attiva il qi del sistema nervoso e del sistema digestivo, migliora la qualità del qi (assimilazione)

**17 CV rosso:**

tonifica il qi e la wei qi, energizza, muove lo xue e il qi verso la superficie

**34 GB indaco:**

rinfresca, purifica calore-umidità da fegato e coliciste, scioglie i tan e apre il meridiano di coliciste, sedativo dei tendini, libera dal dolore, decontrae ed elasticizza i muscoli

**34GB giallo:**

risolve le stasi di qi di fegato, nutre e lubrifica i tendini, aumenta il tono neuro-muscolare, migliora i riflessi

**34 GB arancio:**

risolve la stasi di qi e irradia qi di fegato, regola la contrazione dei tendini, antispastico

**34GB turchese:**

toglie calore-umidità dai tendini, allevia il dolore

**41 GB turchese:**

calma lo shen, regola dai mai

**41 GB viola:**

allenta la tensione e regola dai mai, elimina le sindrome da pieno di fegato e coliciste, rilassante muscolare, calma lo shen

**41 GB verde:**

scioglie flegma e tan, rimuove le ostruzioni, elimina le sindrome da pieno di fegato e coliciste

**41 GB arancio:**

elimina le stasi di qi

**3 LR viola:**

calma gli spasmi, allevia dolore

**3 LR indaco:**

allevia dolore

**3 LR turchese:**

calma gli spasmi, elimina vento interno, seda lo yang di fegato

### **3 LR giallo:**

diffonde qi di fegato, nutre sangue e yin di fegato, da scorrevolezza al qi di fegato

Riassumendo: questa prima fase si conclude, per quanto riguarda la selezione del colore, con l'attribuzione di un colore, o più colori, ad un punto.

I colori selezionati vengono testati in una seconda fase, seguendo sempre il principio di valutare per primi i colori più freddi e poi quelli più caldi.

Avendo selezionato al massimo 3 colori per un punto, vengono effettuati 3 incontri per la ulteriore valutazione: nel caso sia stato selezionato un solo colore per il punto, l'irradiazione di questo viene ripetuta in tutti e tre gli incontri di questa fase, dove sono stati scelti 2 colori, nel 3° incontro, viene ripetuta l'irradiazione del colore che nei 2 precedenti incontri ha dato il risultato secondo me più consono, vale a dire una reazione più compatibile con l'azione del punto e del colore, in accordo con le finalità del trattamento.

In questa seconda fase quello che più risalta è il netto miglioramento dello stato emotivo: la persona sostiene di sentirsi psicologicamente molto meglio, meno fragile, più serena, con molta energia ed ha l'impressione che tutto vada migliorando.

Solo al notevole e repentino aumento delle temperature climatiche ha avuto un crollo: frenesia, dolori dappertutto e forte depressione. Il tutto si risolve in pochi giorni al successivo incontro, infatti nei giorni seguenti di questa fase, nonostante l'aumento notevole delle alte temperature di questo periodo, riferisce di essere stata molto bene, con pochissima frenesia e lievissimi dolori di breve durata, anche il morale si mantiene molto alto.

In questa fase viene selezionato per ogni punto il colore che risulta più indicato per questa persona, secondo i criteri descritti (nel punto 17CV ne sono stati scelti 2):

- **18BL – dx rosso, sx viola**
- **7HT – dx turchese, sx turchese**
- **4LI – dx arancio, sx arancio**
- **17CV giallo-rosso**
- **34GB – dx arancio, sx indaco**
- **41GB – dx turchese, sx arancio**
- **3LR – dx indaco, sx indaco**

A conclusione di questo ciclo seguono altri due incontri in cui i punti vengono irradiati col colore selezionato.

Durante questi incontri la persona riferisce di percezioni che richiamano la sensazione di uno scorrere di qualcosa, come una corrente di energia, una scossa elettrica, pizzicore, pulsare, tensione, calore che si espande, sente compattare le gambe...

In questo periodo e nelle due settimane successive riporta leggere e diradate frenesie, lievi dolori, soprattutto nella cintura (anche, ileo, sacro); la primavera e l'estate le provocano un po' di malumore perché si sente sola, comunque afferma di sentirsi uno spirito più propositivo, ottimista e di avere la sensazione di “essere rimessa insieme”, compattata.

Alla fine dei trattamenti posso affermare che lo stato energetico della persona si è modificato in meglio, come rilevato anche dal polso e dalla lingua.

Lingua: rosata umida con patina sottile gialla soprattutto centrale, bordi come il corpo

Polso: shuo shi

## **Considerazioni conclusive**

Riferimento per le considerazioni che seguono sono i feed back riportati dalla persona durante ed alla fine del ciclo di trattamento .

Rispetto allo scopo che ci eravamo proposti: diminuzione del dolore e riduzione della frenesia come parametri principali ed attenuazione di altri sintomi correlati per valutare l'efficacia dell'intervento di irradiazione con luce colorata, possiamo dire che esso si è mostrato tale, piu' precisamente possiamo riportare che: il dolore si è alleviato, la frenesia si è ridotta, si sente psicologicamente molto meglio, la qualità del sonno è buona

Attualmente non ci sono dati adeguati per definire i tempi di mantenimento di tale beneficio.



## **Appendice A**

### **REAZIONE DEI PUNTI**

#### **18BL destro:**

sente friggere tutta la gamba sinistra che parte in frenesia con VIOLA

calore locale, tensione a ondate a piede e polpaccio sinistro, fitta nella zona lombosacrale sinistra con INDACO

forte tensione generale, sente tirare la gamba destra, compare nausea con VERDE

frenesia alle gambe con GIALLO

prurito al braccio destro e natica sinistra, pizzicore al braccio sinistro, sente corrente elettrica ovunque, tensione alle arcate sopraccigliari, parte la frenesia con ARANCIO

sensazione di leggerezza e lieve tensione alle gambe con TURCHESE

calore locale con sensazione di scioglimento con ROSSO

selezionati: TURCHESE ROSSO

#### **18BL sinistro:**

lievissima tensione alle gambe con TURCHESE

forte tensione alla gamba sinistra, dolore nella zona dell'ovaio destro con INDACO

forte tensione generale, fitta all'ipocondrio destro, mal di testa e nausea, sente come se una calamita la sollevasse con VERDE

forte tensione addominale, dolore a casco alla testa, parte la frenesia con GIALLO

scatti muscolari, forte senso di nausea, fitte al fianco destro con ARANCIO

formicolio al piede sinistro, ha la sensazione che i sintomi della gamba sinistra si vadano attenuando con VIOLA

sente come se il punto attirasse l'energia da tutto il corpo con ROSSO

selezionati: VIOLA ROSSO

#### **4LI destro:**

si sente destabilizzata, dolore alla gamba sinistra come da compressione, estensione spontanea delle dita del piede sinistro, nausea, compare la frenesia con VIOLA

tensione alla gamba sinistra e prurito alla natica sinistra, poi tensione in tutto il corpo, prurito al vertice della testa, compare la frenesia alle braccia con INDACO

leggera tensione locale e al braccio, formicolio al dorso del piede sinistro e alla pianta del piede destro, tensione a tutta la gamba sinistra e sensazione di freddo con TURCHESE

tensione a braccio destra fino alla nuca, mano destra come anestetizzata, tensione a gamba e inguine destro, dolore al vertice della testa come da compressione con VERDE

fastidio alla testa, frenesia alle gambe, le da fastidio qualsiasi cosa la sfiori, sente muoversi lo stomaco con GIALLO

sente una fitta all'interno coscia destra, poi al piede sinistro, sente scorrere qualcosa nelle gambe, tensione alla testa, fitta al fianco destro e nausea con ROSSO

sente molto calore che si irradia dal punto sale fino al viso con ARANCIO

selezionato: ARANCIO

#### **4LI sinistro:**

frenesia a tutta la gamba sinistra, tensione e dolore lombare sinistro con VIOLA

tensione che sale dal piede sinistro fino a fletterlo con INDACO

tensione generale, pizzicore alle dita del piede sinistro, compressione a casco alla testa, dolore al mastoide sinistro con VERDE

compressione a testa, cervicale e lombi, leggera tensione alle gambe con GIALLO

calore locale, pizzicore a tutta la gamba sinistra, spilli all'alluce sinistro, sente scorrere l'energia a ondate lunghe entrambe le gambe, dolore alle arcate sopraccigliari come da compressione, si sente galleggiare, nausea con ROSSO

impercettibile tensione generale con TURCHESE

calore che si irradia dal punto a tutto il corpo con ARANCIO

selezionati: TURCHESE ARANCIO

**7HT destro:**

tensione alla parte sinistra, dolore da compressione alla testa con VIOLA

formicolio locale, prurito al braccio destro, dolore da compressione alla testa con VERDE

tensione alla parte alta del corpo, dolore cervicale e dolore a casco alla testa con GIALLO

calore locale che si irradia, dolore da compressione alla testa, zona occipitale con ARANCIO

formicolio locale, frenesia con INDACO

pizzicore lungo la gamba destra, poi a entrambe, dolore e tensione al braccio destro formicolio alla mano, dolore a casco alla testa con ROSSO

sensazione piacevole con TURCHESE

selezionato: TURCHESE

**7HT sinistro:**

tensione alla gamba sinistra, dolore a casco alla testa con VIOLA

tensione alla gamba sinistra, estensione spontanea delle dita del piede sinistro, frenesia con INDACO

sente scorrere l'energia lungo il braccio sinistro e leggero mal di testa, frenesia alla gamba destra con VERDE

leggera compressione alla testa, frenesia con GIALLO

scossa alla mano, estensione spontanea delle dita del piede sinistro, compressione all'occhio sinistro con ARANCIO

forte oppressione alla parte alta dal torace al collo forte tensione a gamba e braccio sinistri con ROSSO

piacevole sensazione di freddo che si irradia dal punto a tutto il corpo con TURCHESE

selezionato: TURCHESE

### **17CV :**

calore locale, compressione alla testa e sensazione di oppressione generale con VIOLA ARANCIO

calore locale, pizzicore alle guance, prurito alle braccia, frenesia e tremori alle gambe con VERDE

sente calore locale e energia che va dal punto alla testa fitta nella zona occipitale, a metà tra 8 BL e 9 BL, oppressione su tutto il tronco, specialmente addome e sulla fronte con INDACO

calore locale che si espande dal punto con TURCHESE

calore locale, formicolio a gambe e nuca, sensazione che tutta l'energia del corpo confluisse nel punto, con GIALLO

calore locale che si espande fino all'ombelico e sente l'energia che scende alle gambe e piedi con ROSSO

selezionati: TURCHESE GIALLO ROSSO

### **34 GB destro:**

nessuna reazione con VERDE e GIALLO

senso di destabilizzazione, giramento con VIOLA e sbalottamento con ROSSO

gran senso di pace INDACO

pizzicore locale e sensazione piacevole di svuotamento della gamba con TURCHESE

percezione di energia che scorre con ARANCIO

selezionati: INDACO TURCHESE ARANCIO

### **34GB sinistro:**

frenesia con VERDE

destabilizzazione, giramento e percezione di forte corrente elettrica con estensione spontanea delle dita del piede sinistro con VIOLA

si sente come un palloncino gonfio e ha compressione alla testa con ARANCIO

senso di pienezza e compressione alla testa con ROSSO

percezione di energia che scorre con INDACO

formicolio locale, percezione di energia che scorre e tensione piacevole con TURCHESE

senso di pienezza e percezione di energia che scorre con GIALLO

selezionati: INDACO TURCHESE GIALLO

#### **41GB destro:**

non ha nessuna reazione con VIOLA e GIALLO

poca reazione e lieve formicolio locale con ROSSO

sensazione di puntura locale e frenesia con INDACO

pulsazione del punto e compressione alla testa con ARANCIO

tepore locale, senso di compattezza alla gamba e sensazione riparatoria con VERDE

formicolio, pizzicore gradevole a dita del piede e sotto ginocchio pienezza a gamba destra con TURCHESE

selezionati: TURCHESE VERDE

#### **41GB sinistro:**

poca reazione con INDACO, GIALLO e ROSSO

tepore locale e compattezza alla gamba con sensazione riparatoria, ma percezione di frenesia con VERDE

formicolio, pizzicore locale e tensione alla gamba con TURCHESE

tepore locale e percezione di una corrente con VIOLA

formicolio, pizzicore locale e percezione di una corrente con ARANCIO

selezionati: VIOLA ARANCIO

#### **3LR destro:**

bruciore locale, sfrigore a tutta la gamba e estensione spontanea delle dita del piede sinistro opposto con TURCHESE

frenesia alle gambe, prurito e tensione alle braccia con VERDE

dolore da compressione alla testa con GIALLO ARANCIO ROSSO

pesantezza con GIALLO

tensione con ARANCIO

forte corrente con ROSSO

calore locale e senso di leggerezza alle gambe con VIOLA  
formicolio locale con INDACO

selezionati: VIOLA INDACO

**3LR sinistro:**

scossa locale e frenesia con VERDE

percezione di forte corrente elettrica, compressione alla gamba e estensione spontanea delle dita del piede sinistro con VIOLA

calore nel punto, energia che scorre nella gamba, forte tensione alla gamba e al collo, dolore da compressione alla testa, estensione spontanea delle dita del piede sinistro con ARANCIO

pizzicore locale e dolore da compressione alla testa con ROSSO

calore locale e formicolio a tutta la gamba con TURCHESE

sensazione di calore e energia che si irradia dal punto con INDACO

sensazione di leggerezza gambe con GIALLO

selezionati: INDACO TURCHESE GIALLO

## **Appendice B**

### **IL DOLORE**

Le principali caratteristiche con cui il dolore si esprime possono essere:

SORDO	- deficit
ACUTO	- eccesso
DISTENSIVO	- stasi di qi
TRAFITTIVO	- stasi di sangue
TAGLIENTE	- stasi di sangue o di calore ed umidità-calore
OPPRESSIVO	- stasi di umidità o severa stasi di qi
GRAVATIVO	- stasi di umidità, di tan
A SPINTA	- stasi severa del qi
SOFFOCANTE	- stasi di umidità (spesso associata a deficit)
PULSANTE	- fuoco, fuoco tossico, yang che sale
A STRAPPO	- vento di fegato
SPASTICO	- freddo che contrae
CRAMPIFORME	- stasi di qi e freddo oppure deficit di sangue
URENTE	- calore
MIGRANTE	- vento
FISSO	- freddo, freddo umidità, stasi di sangue
COLICA	- freddo in eccesso, calore umidità
con ANSIA	- qi ribelle

## **Appendice C:**

### **I COLORI**

#### **Il significato dei colori elaborato da Peter Mandel**

##### **ROSSO**

Il rosso è il colore con la maggior capacità di penetrazione. Fa ribollire il sangue e per questa ragione è usato nei disturbi dell'irrorazione sanguigna. Il rosso è il colore del cuore, dei polmoni e dei muscoli. Si usa per le ferite non purulente, le dermatopatie, la tosse cronica, l'asma, le laringopatie, l'anemia e l'eczema umido. Questo colore rende loquaci, eccitati e gioiosi, frettolosi, zelanti e passionali.

##### **ARANCIO**

È dato dalla mescolanza di giallo e rosso. L'arancione è il colore della serenità e della gioia, indicato nei casi di scontentezza, pessimismo, psicosi, tristezza, depressioni e paura, arteriosclerosi, sclerosi cerebrali e coronariche. Questo colore è da usare negli stati di dimagrimento, anemia e disturbi cardiaci, in particolare l'insufficienza cardiaca. L'arancione accresce l'ambizione dell'uomo e infonde calore umano. L'arancione ha un effetto rasserenante e dona forza e gioia di lavorare.

##### **GIALLO**

Simbolo del sole allo Zenit, è uno dei colori caldi. Il giallo aiuta la digestione, rafforza i nervi, stimola lo stomaco ed ha un effetto rasserenante. Rafforza il sistema ghiandolare, rende acuto ciò che è cronico ed è indicato nelle malattie epatiche, intestinali e gastriche. Questo colore favorisce lo zelo per lo studio e la capacità di comprendere ed ha un effetto positivo sull'intelletto. Il giallo è il colore dell'emisfero sinistro del cervello.



## **VERDE**

Il verde è un fattore neutrale, indicato nei casi di catarro bronchiale, tosse convulsa e artrite. In tutti i casi di malattie croniche bisognerebbe irradiare di tanto in tanto il colore verde. È indicato per tumori, ulcere e cisti, oftalmopatie e diabete. Il verde riequilibra, induce felicità ed è sedativo, calmante e rilassante.

## **AZZURRO-TURCHESE**

Le gradazioni più scure e più chiare del turchese rappresentano il manto esterno ed interno dell'anima che collega il corpo e lo spirito. Nel manto più esterno (turchese scuro) si trovano i sintomi psichici, quelli che portano l'uomo ad uno stato di rigidità o di stasi nella coscienza profonda. Normalmente l'irradiazione del turchese induce una sensazione di liberazione, di piacevole calma, di beatitudine e contentezza. Le persone dicono di avere un respiro più profondo e la testa libera.

## **BLU-INDACO**

Colore della tranquillità e dell'infinito è freddo e rilassante. È il colore dell'ipofisi e dell'endocrino. Tutte le malattie da calore richiedono il blu, così come i processi suppurativi, i dolori e l'abbondanza di sangue, l'insonnia e le emorragie. È indicato nei casi d'impotenza e frigidità. Il blu agisce sui testicoli e le ovaie ed è il colore del climaterio, regola la contrazione dei muscoli, dei legamenti e dei tessuti. I bambini irrequieti dovrebbero fare i compiti sotto una luce blu. Questo colore induce tranquillità, silenzio e riservatezza.

## **VIOLA**

È il colore dello spirito, quindi agisce sul subconscio, infonde forza spirituale e porta conoscenza. Il viola intensifica l'effetto di qualsiasi meditazione ed è il colore dell'ispirazione, ha un effetto positivo sulla milza e stimola il sistema linfatico. Questo colore è correlato all'emisfero destro del cervello.

## Significato dei colori elaborato da

C. DiStanislao, M. Corradin, F. Bonanomi

### **ROSSO**

Questo colore possiede un'energia "molto calda". E' il colore con le maggiori caratteristiche di penetrazione dello spettro visibile. Il rosso è legato al fuoco delle passioni, dell'amore ma anche della guerra. E', inoltre, associato all'istinto, al desiderio e alla sessualità. Il rosso rappresenta una condizione fisiologica di stimolo ed eccitazione, i suoi effetti sull'organismo sono: agisce sul cuore aumentando il numero dei battiti e quindi la circolazione sanguigna, alza la pressione arteriosa, aumenta la frequenza respiratoria, stimola l'attività nervosa e ghiandolare, attiva il fegato, i nervi sensitivi e tutti i sensi. Per il suo potere decongestionante serve nelle forme dolorose croniche quindi sui muscoli per aumentare la tensione o per cicatrizzare i tessuti, sui polmoni risolvendo catarrhi e stati congestizi. I suoi effetti sulla psiche sono di energia fisica, evocazione del fuoco, pericolo, distruzione.

### **ARANCIO**

E' un colore "caldo" ed è il risultato della combinazione dei raggi rossi e gialli. Trovandosi a metà strada tra questi due colori, ha un'azione riscaldante, rallegrante ed energetica, ma non eccitante come il rosso né elettrica come il giallo. Questo colore ha un'azione liberatoria sulle funzioni fisiche e mentali e ha un grosso effetto di integrazione e di distribuzione dell'energia. Gli effetti dell'arancione sull'organismo: ha una forte azione stimolante sulla ghiandola tiroide; è antispastico (ottimo per contratture e crampi muscolari); non aumenta la pressione del sangue ma stimola il battito cardiaco e la capacità di espansione dei polmoni; ottimizza l'attività della milza. In cromoterapia l'arancione viene utilizzato spesso in sostituzione del rosso quando si vuole evitare una stimolazione troppo vigorosa.

I suoi effetti sulla psiche: induce serenità, entusiasmo, allegria, vogli di vivere, aumenta l'ottimismo, la positivizzazione dei sentimenti, la sinergia fisica e mentale. E' utile in caso di apatia, depressione, pessimismo, paura, nevrosi, psicosi. Stimola l'appetito per cui è un antianoressico.

## **GIALLO**

E' un'energia di tipo "caldo". È il colore della razionalità. Il giallo è più leggero del rosso e quindi più suggestivo che stimolante per cui il suo impulso agisce a sprazzi. Dal punto di vista fisiologico: è il colore più adatto agli sportivi perché incrementa il tono neuro muscolare e dà una maggiore prontezza di riflessi. Aiuta la digestione perché stimola la produzione di succhi gastrici e purifica l'intestino, riducendo il gonfiore addominale. E' un ottimo depurativo del sangue. Gli effetti sulla psiche: costituente del sistema nervoso è un forte stimolatore di allegria, senso di benessere, estroversione e lucidità cosciente.

## **VERDE**

Energia di tipo "neutro". Nello spettro luminoso il verde si colloca al centro tra i colori freddi e quelli caldi: ne rappresenta la sintesi e svolge quindi una funzione di equilibrio. Il verde è il colore della natura, è simbolo di rinnovamento, di equilibrio, di speranza, di sviluppo e di fertilità. E' il colore terapeutico per anonomasia. Né caldo né freddo ha potenti proprietà riequilibranti. Dal punto di vista fisiologico promuove il benessere generale dell'organismo, ne aumenta la vitalità e ripristina l'equilibrio delle sue funzioni. Viene usato per la cura dello stress, dell'ansia, dell'iperattività, della cefalea e di alcune forme di insonnia. E' efficace, anche, nelle bulimie e in tutte le forme psicosomatiche che influenzano l'apparato gastroenterico (ulcera gastroduodenale). E' inoltre un potente germicida e antibatterico. Effetti sulla psiche: genera calma e rinfresca la mente. Esprime volontà di operare, la perseveranza e la tenacia. E' un sedativo del sistema nervoso aiuta a combattere irritabilità, insonnia ed esaurimento.

## **AZZURRO-TURCHESE**

E' un'energia di tipo "fredda". E' il colore della calma, dell'infinito, della pace, della serenità emotiva e dell'armonia. Al contrario del colore rosso ha spiccate proprietà calmanti. Dal punto di vista fisiologico stimola il sistema parasimpatico, diminuisce la pressione arteriosa, il ritmo respiratorio e i battiti del cuore, è quindi indicato per chi soffre di pressione alta, tachicardia e palpitazioni. Ha inoltre effetti antispastici, rinfrescanti, analgesici, rilassanti. E' utile in tutti i casi in cui ci sia in atto un processo infiammatorio: mal di gola, raucedine, mal di denti, stomatiti ma anche arrossamenti e bruciate cutanee, punture di insetto e prurito cutaneo. Ottimo per sedare i dolori acuti, in particolare quelli articolari, e per ridurre gli stati febbrili. I suoi effetti sulla psiche: combatte l'agitazione sia fisica che mentale ed è quindi usato in psicoterapia per favorire rilassamento e distensione.

## **BLU-INDACO**

Energia di tipo "freddo". Colore "cosmico" dell'energia, rappresenta l'intuizione che sostiene l'attività mediativa. Per la sua alta vibrazione, ha la capacità di allargare la nostra comprensione e di curare i disturbi che colpiscono gli organi sensoriali come occhi, naso, orecchi. Dal punto di vista fisiologico stimola le ghiandole paratiroidi inibendo l'attività della tiroide ed ha un effetto anestetico ed emostatico. E' inoltre rinfrescante, astringente, depuratore del sangue, tonico muscolare. Effetti sulla psiche: favorisce l'intuito.

## **VIOLA**

Energia di tipo "freddo". E' il raggio con le maggiori proprietà energetiche dello spettro visibile. I suoi effetti sull'organismo: stimola la produzione di globuli bianchi, la milza, lo sviluppo osteo-scheletrico. Ottimizza anche il rapporto sodio-potassio e combatte i disturbi della vescica e dei reni. E' utile contro sciatalgie e nevralgie, è attivo contro eczemi, psoriasi, acne.

Depurativo del sangue, rallenta l'attività cardiaca e favorisce la microcircolazione cerebrale, per questo motivo viene utilizzato per contrastare la calvizia. Ottimo cicatrizzante. Gli effetti sulla psiche: spiritualità, ispirazione e fantasia.

## **BIBLIOGRAFIA**

Oswaldo Sponzilli “Iniziazione alla Cromoterapia” ed. Mediterranee, 1998

Andrea Ferrari “Manuale professionale di Cromopuntura” ed. Zuccari, 1998

Peter Mandel “Manuale pratico di Cromopuntura” ed. Tecniche Nuove, 2000

P. Deadman, M. Al-Khafaji, K. Baker “Manuale di Agopuntura” ed. CEA, 2000

Claudia Focks “Atlante di Agopuntura” ed. Elsevier-Masson, 2009

Christa Muths “Cromoterapia” ed. Mediterranee, 1997

Fritz Albert Popp “Nuovi orizzonti in medicina. La teoria dei biofotoni”  
ed. Nuova Ipsa, 2003

Rudolf Steiner “L'essenza dei colori” ed. Antroposofica, 2013

Michel Pastoreau “L'uomo e il colore” ed. Giunti, 1987

Atti XXVII Congresso Nazionale S.I.R.A.A.

“L'agopuntura e le riflessoterapie nel trattamento del dolore”, 2012

Didpense “Corso di formazione in Cromopuntura”

Esogetics / Internationales Mandel Institut, 2002-2003

Dispense “Corso di formazione in Agopuntura e tecniche complementari”

ScuolaTao 2009-2013

## SITOGRAFIA

[http://www.crabnebula.it/rc/lunghezze\\_onda\\_luce.htm](http://www.crabnebula.it/rc/lunghezze_onda_luce.htm)

[http://www.crabnebula.it/rc/attributi\\_dei\\_colori.htm](http://www.crabnebula.it/rc/attributi_dei_colori.htm)

<http://www.associazionemara.com/>

<http://www.cure-naturali.it/agopuntura-cinese/963/agopuntura-terapia-fibromialgia/4426/a>

<http://blog.libero.it/mutuoaiuto/commenti.php?msgid=4167264&id=149719>

[http://www.istitutoalfieri.it/ex221/modules/mydownloads/cache/files/65682535552266541241187861766472-goethe\\_teorìa\\_dei\\_colori.pdf](http://www.istitutoalfieri.it/ex221/modules/mydownloads/cache/files/65682535552266541241187861766472-goethe_teorìa_dei_colori.pdf)

[http://www.agopuntura.org/html/formatori/approf/Considerazioni\\_su\\_Cromopuntura.pdf](http://www.agopuntura.org/html/formatori/approf/Considerazioni_su_Cromopuntura.pdf)

[http://www.inrim.it/ldm/cd\\_ldm/allegati/SI\\_intensità\\_lum/luce\\_e\\_colore.pdf](http://www.inrim.it/ldm/cd_ldm/allegati/SI_intensità_lum/luce_e_colore.pdf)

[http://www.pd.infn.it/~pantano/ddf/luce\\_colore.pdf](http://www.pd.infn.it/~pantano/ddf/luce_colore.pdf)

<http://www.wikipedia.org/>