

**LE TECNICHE DI MASSAGGIO DELLA  
MEDICINA TRADIZIONALE CINESE-TUINA  
(I parte)**

SCUOLE DI AGOPUNTURA  
MEDICINA TRADIZIONALE  
CINESE



**Silvana Nanni**

# *TUINA*

**È un'antica parola che risale al periodo anteriore  
alla dinastia Ming (1368-1644)**

*TUI*

**SPINGERE**

*NA*

**AFFERRARE**

# MODALITÀ DI AZIONE DEL *TUINA*

## **Riequilibrio funzionale dell'organismo**

Agisce sugli organi e sui visceri tramite i canali ad essi collegati armonizzando *yin* e *yang*, *qi* e sangue

## **Rafforzamento delle difese organiche**

Promuove la produzione e la circolazione del *qi* e del sangue potenziando la resistenza dell'organismo alle malattie

## **Promozione della circolazione del sangue**

Promuove la circolazione di *qi* e sangue determinando gli effetti analgesico e antinfiammatorio

# MODALITÀ DI APPLICAZIONE DEL *TUINA*

**Il *tuina* potenzia l'efficacia ed amplia il campo di applicazione delle tecniche manipolative perchè viene utilizzato secondo i criteri della MTC**

## **LE TEORIE FONDAMENTALI DELLA MTC**

- Teoria dello *yin* e dello *yang*
- Teoria dei cinque elementi
- Teoria degli organi e dei visceri
- Teoria dei canali
- Il concetto di *qi*
- Il concetto di sangue
- Il concetto dei liquidi organici

# PRINCIPALI INDICAZIONI CLINICHE

## **Malattie di interesse medico**

Cefalea, sindromi ansioso-depressive, insonnia, diarrea, stipsi, raffreddore

## **Malattie dell'apparato osteomuscoloarticolare**

Lombalgia, sciatalgia, cervicalgia, patologia dell'articolazione scapolomeroale, torcicollo

## **Malattie di interesse ginecologico**

Dismenorrea, leucorrea, irregolarità mestruali, sindrome premestruale e climaterica

## **Malattie pediatriche**

Sindromi da raffreddamento e influenzali, vomito, tosse, stipsi, diarrea, eretismo

# **PRECAUZIONI**

**Malattie acute contagiose**

**Ustioni**

**Psicosi**

**Fratture**

# ACCORGIMENTI

- È controindicato eseguire il trattamento dopo un eccessivo sforzo fisico
- È controindicato eseguire il trattamento dopo un eccessivo pasto sia del terapeuta che del paziente
- È controindicato eseguire il trattamento quando lo stato psichico del terapeuta è alterato da fenomeni ansiosi o depressivo da collera
- Mani calde
- Assumere una corretta postura
- Prima dell'esecuzione di ogni trattamento è necessario che il terapeuta abbia recuperato una buona concentrazione mentale, per questo motivo sono consigliati gli esercizi di *qi gong*. Questa condizione viene definita "*fare il vuoto del cuore*"

# TONIFICAZIONE E DISPERSIONE

**“Il *tuina* fa circolare il *qi* ed apre i canali”**

## **Manipolazioni “prevalentemente disperdenti”**

- Costituiscono la maggior parte delle manipolazioni, hanno la finalità di mobilizzare il *qi* e il Sangue

## **Manipolazioni “prevalentemente tonificanti” o “meno disperdenti”**

- Sono manipolazioni in cui l’effetto riscaldante predomina su quello mobilizzante, hanno la finalità di esercitare la loro funzione prevalentemente sulle zone più superficiali

## **Manipolazione tonificante**

- Manipolazione di vibrazione *zhen fa*

# TUINA

## **CHE COS'È IL MASSAGGIO CINESE - *TUINA*?**

**Un'insieme di tecniche con le quali si tratta il tessuto cutaneo e sottocutaneo e si mobilizzano le articolazioni**

# CLASSIFICAZIONE GENERALE DELLE MANIPOLAZIONI

## - Manipolazioni principali

Tecniche basilari eseguite con una mano o con entrambe

## - Manipolazioni complesse

Uso contemporaneo di due manipolazioni principali incorporate tra loro nello stesso spazio: unità di tempo e spazio

Esempio: pressione ed impastamento - *an rou fa*

## - Manipolazioni associate

Uso contemporaneo di due manipolazioni principali eseguite in due distinti territori dalle due mani: unità di tempo ma non unità di spazio

Esempio: spinta con una mano ed impastamento con l'altra

## - Manipolazioni passive

Mobilizzazioni articolari

## - Manipolazioni di routine o di base

Uso di manipolazioni in sequenza per un trattamento di base di particolari quadri sindromici e/o distretti

# MANIPOLAZIONI PRINCIPALI

**Manipolazioni di Spinta - *Tui fa***

**Manipolazioni di Presa - *Na Fa***

**Manipolazioni di Pressione - *An Fa***

**Manipolazioni di Frizione - *Mo Fa***

**Manipolazioni di Impastamento - *Rou Fa***

**Manipolazioni di Rotolamento - *Gun Fa***

**Manipolazioni di Percussione - *Ji Fa***

**Manipolazioni di Trazione - *Ba Shen Fa***

**Manipolazioni di Mobilizzazione - *Ban Fa***

**Manipolazioni di Vibrazione - *Zhen Fa***

# Manipolazioni di Spinta - *Tui Fa*

**Manipolazione di spinta (scivolamento): *tui fa***

**Manipolazione di spinta con tre dita: *san zhi tui fa***

**Manipolazione di spinta con quattro dita: *si zhi tui fa***

**Manipolazione di spinta-meditazione con un dito: *yi zhi chan tui fa***

**Manipolazione di spinta e divisione: *fen tui fa***

# Manipolazioni di Presa - *Na Fa*

**Manipolazione di presa semplice: *na fa***

**Manipolazione di pinzettamento con due dita: *nie fa***

**Manipolazione di pinzettamento con le dita (lungo il rachide): *nie ji fa***

**Manipolazione di pinzettamento e spostamento eseguito con le dita: *bo fa***

**Manipolazione di pinzettamento, sollevamento e spinta: *tan bo fa***

**Manipolazione di presa e sollevamento: *ti na fa***

# **Manipolazioni di Pressione - *An Fa***

**Manipolazione di pressione semplice: *an fa***

**Manipolazione di pressione profonda: *ya fa***

**Manipolazione di pressione-impastamento: *an rou fa***

**Manipolazione di pressione puntiforme: *dian fa***

**Manipolazione di pressione ungueale: *qia fa***

# Manipolazioni di Frizione - *Mo Fa*

**Manipolazione di frizione circolare o lineare: *mo fa***

**Manipolazione di frizione leggera: *ma fa***

**Manipolazione di frizione lineare applicata con maggiore energia e profondità: *ca fa***

**Manipolazione di grattamento leggero del cuoio capelluto: *sao san fa***

**Manipolazione di grattamento: *nao fa***

**Manipolazione di frizione rotolata: *cuo fa***

# Manipolazioni di Impastamento - *Rou Fa*

**Manipolazione di impastamento: *rou fa***

**Manipolazione di impastamento con ampio raggio: *yun fa***

# SEQUENZA DIDATTICA 1

- 1- **Frizione lineare dal punto extra *yintang* al punto 24GV**
- 2- **Spinta-divisione dal punto extra *yintang* a tutta la fronte ed al punto extra *taiyang***
- 3- **Impastamento del punto extra *taiyang***
- 4- **Presa e sollevamento del sopracciglio (2BL-extra *yuyao*-23TE)**
- 5- **Spinta e “meditazione” dal punto extra *yintang*, al punto 24GV ed al punto 20GV**
- 6- **Grattamento leggero del cuoio capelluto**
- 7- **Grattamento del capo**
- 8- **Presa dei cinque canali del capo**
- 9- **Impastamento digitale del punto 20GB**

# SEQUENZA DIDATTICA 2

**1- Frizione circolare e lineare del collo e del dorso**

**2- Presa semplice manuale del collo**

**3- Spinta-scivolamento dal punto 20GB al punto 21GB, dal punto 10BL al punto 11BL e dal punto 16GV al punto 14GV**

**4- Presa semplice e presa con sollevamento dei punti 21GB e 15TE**

**5- Spinta con 4 dita sul canale di Vescicola Biliare dal punto 20GB al punto 21GB**

**6- Impastamento ipotenare o con l'avambraccio del punto 21GB**

# SEQUENZA DIDATTICA 3

- 1- Frizione leggera del dorso**
- 2- Impastamento ad ampio raggio eseguito con l'avambraccio su tutto il dorso**
- 3- Frizione circolare o lineare del dorso**
- 4- Spinta e scivolamento su tutto il canale di Vescica**
- 5- Spinta e scivolamento dal punto 23BL al punto 25GB**
- 6- Frizione lineare con maggiore energia sui punti 23BL e 4GV**
- 7- Pressione ed impastamento sui punti 13BL-15BL-18BL-20BL-23BL**
- 8- Grattamento del dorso**

**“Mille miglia di cammino s’iniziano  
con un passo”**

*Dao De Jing - Lao Zi*