

## Capitolo 7

# Tecniche complementari

Le tecniche complementari sono molto utili al tuinaista per migliorare l'efficacia del trattamento. In questo capitolo si descrivono i metodi della coppettazione, della moxibustione, del martelletto a fior di pruno e del Guasha.

Le pagine che seguono hanno come scopo quello di fornire validi e semplici strumenti di lavoro da integrare alla pratica del Tuina, dedotti dall'esperienza degli Autori. Riguardo a ognuna di queste tecniche, e in particolare alla moxa, esiste una letteratura molto vasta, che ne approfondisce tutti gli aspetti teorici e applicativi in diversi ambiti di trattamento.

## Coppettazione

Il metodo della coppettazione consiste nell'applicare direttamente sulla pelle una o più coppette che esercitano una suzione sulla zona trattata. Le coppette sono parte dello strumentario della medicina tradizionale cinese e costituiscono un essenziale contributo per il tuinaista e per l'agopuntore.

Le sue origini risalgono a tempi molto lontani, e questa tecnica è sempre stata utilizzata per alleviare dolori muscolari e altri particolari disturbi. Si ritrova come pratica non solo in Cina, ma anche in Medio Oriente e in altri paesi europei come Francia, Spagna e Italia, dove viene tuttora usata. In Cina, anticamente, venivano utilizzate le corna vuote di bufalo, da cui il nome Jiaofa, «metodo delle corna», che sono ancora oggi impiegate in Mongolia e in Tibet.

### Materiali e forme delle coppette: vantaggi e svantaggi

Le **coppette di corna di bufalo** sono state sostituite nel tempo con altre di forme simili; oggi si trovano coppette di bambù, di vetro e di plastica.

Le **coppette di bambù** sono molto leggere ed economiche, attaccano facilmente e hanno una forza di suzione notevole. Inoltre, essendo leggere, rimangono più aderenti

*Parte II Strategie di trattamento*

alla pelle anche se applicate su tratti non orizzontali. Sono inoltre infrangibili, e in caso di rottura non creano frammenti pericolosi come quelle di vetro. Per questi motivi sono in genere le più utilizzate negli ospedali cinesi. Nei reparti di agopuntura e Tuina, infatti, si vedono applicate, su diversi pazienti, anche 30-40 coppette contemporaneamente.

Lo svantaggio di questo tipo di coppetta è di non permettere la visione all'interno che, in alcuni casi, può essere di aiuto. Se cadono più volte possono crearsi delle fenditure non visibili a occhio nudo che ne precludono l'utilizzo. Non possono essere facilmente lavate o sterilizzate. Inoltre, il profilo del bordo non le rende utilizzabili nella tecnica della coppetta strisciata.

Le **coppette di vetro** sono trasparenti e permettono quindi la visione della parte trattata. Sono facilmente lavabili ed eventualmente sterilizzabili. Per contro, sono più pesanti, meno economiche e molto fragili; a causa del loro peso, l'applicazione è di solito adatta a una superficie orizzontale. In genere, ma dobbiamo sempre accertarcene prima dell'acquisto, si trovano con i bordi arrotondati e lisci fino al loro interno, caratteristica fondamentale che ne permette l'uso nella tecnica della coppetta strisciata.

Recentemente sono state introdotte delle **coppette di plastica**. Ne esistono diversi tipi, ad esempio con magneti interni, o con uno stantuffo che permette di creare facilmente il vuoto all'interno.

Di solito sono piuttosto care e non si lavano in modo così agevole come quelle di vetro.

La facilità con la quale si riescono a usare può ingannare chi è all'inizio della pratica a non volersi cimentare con alcol e fuoco, in realtà è sufficiente un minimo di esercizio per imparare ad applicare le coppette in vetro o bambù con disinvoltura, rendendo inutile la pistola-stantuffo.

