

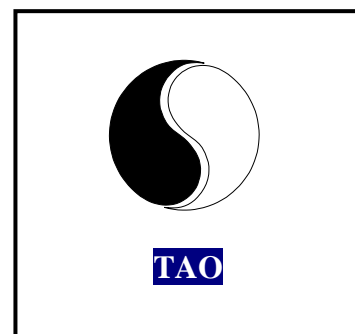
# ACUPUNTURA

Cualquier persona que entra en contacto por primera vez con la Acupuntura se hace siempre las mismas preguntas: ¿para qué sirve?, ¿qué enfermedades trata?, ¿es realmente eficaz?, ¿duelen los pinchazos?, ¿cómo actúan realmente las agujas?. Vamos a intentar aclarar todas estas dudas y otras muchas.



Antes que nada, es preciso resaltar que la Acupuntura no es una técnica aislada, sino que forma parte de una terapia milenaria llamada Medicina Tradicional China (MTC) que incluye toda una batería de métodos encaminados a mantener o recobrar la salud. Así la MTC incluye, además de la acupuntura, la moxibustión, la fitoterapia china, la dietética, la gimnasia, la respiración (Qigong y Taichi) o el masaje. Tal es así que en el idioma chino el dibujo que traducimos por *acupuntura*, representa los ideogramas “metal” y “fuego” (por las agujas y la moxibustión), pues no se puede concebir el uso único y aislado la puntura.

Para la concepción oriental de la existencia, el ser humano es un componente más de la naturaleza que está en un continuo cambio. El Hombre —cualquier ser vivo— es un “**TAO**” dinámico situado entre el cielo y la tierra. En esta dualidad taoísta: el **yin** (la materia, lo que pesa, lo interior, lo que cae, lo bajo, la sangre) se complementa y regula al **yang** (la energía, lo inmaterial, lo exterior, lo que sube, lo alto, el “*Chi*”). La energía sostiene a la materia e impide que se caiga; la materia sostiene a la energía e impide que se escape. La salud es el resultado de esa armonía: Una obstrucción, un déficit o un exceso en la circulación de la Energía (*chi*) —**yang**— o de la Sangre (*jue*) —**yin**— se traducirá en una serie de síntomas: en una enfermedad.



El médico, actuando sobre los puntos de acupuntura (mediante las agujas, moxa, ventosas o masaje) o prescribiendo plantas medicinales, conseguirá que el organismo restablezca el equilibrio: volverá la salud. Si, además, la alimentación, la respiración y el ejercicio físico son correctos, se evitará un nuevo desequilibrio.

Porque la MTC es ante todo preventiva: los médicos chinos cobraban de sus vecinos mientras eran capaces de mantenerles sanos, dejando de hacerlo de aquellos que enfermaban en tanto no eran curados.

## BREVE HISTORIA DE LA ACUPUNTURA

---

La Acupuntura (la Medicina Tradicional China) es el arte de curar actual más antiguo que existe: su uso se remonta al menos cinco o seis mil años atrás.

La primera referencia escrita completa que se conserva la encontramos en el libro **HUANG TI NEI KING** (“*Canon de Medicina del Emperador Amarillo*”), texto fechado entre los siglos V y III a.C. El Emperador Amarillo (Huang Ti) y su médico personal (Khi Pa) dialogan sobre todos los aspectos de la salud, convirtiéndose así el texto en un completo Tratado de Medicina, en una recopilación de todos los conocimientos médicos de la China de ese tiempo.

Pero la acupuntura ya había comenzado mucho antes. Según algunos indicios la técnica comenzó por la introducción de finos pedernales (*bian*) en la piel. Posteriormente se comenzaron a usar agujas de hueso y bambú. Sobre el siglo XI a.C. todos estos instrumentos comienzan a ser reemplazados por el metal (bronce), pero es gracias al Emperador Amarillo, que pasan a utilizarse exclusivamente las agujas metálicas: el libro *Huang Ti Nei King* recoge el texto de su decreto imponiendo el metal: "...lamento que mi Pueblo, al impedírsele las enfermedades, no cumpla con las tasas y las tareas que me debe. Es mi deseo que ya no se le den más medicinas que le envenenan y que ya no se utilicen los antiguos punzones de piedra. Deseo que se usen las finas agujas que dirigen la energía...".

La Acupuntura llega a Occidente en el siglo XVII d.C. cuando los misioneros jesuitas traen de China las primeras noticias sobre esa extraña forma de actuar que tienen los médicos de allí, que se dedican a pinchar agujas y a quemar hiervas en los enfermos.

Más tarde, en el siglo XVIII d.C., varios médicos europeos van a China y Japón, escribiendo a su regreso sus impresiones sobre esta medicina. Pero sería **SOULIÉ de MORAND**, cónsul francés en China, quien, a comienzos del siglo XX, se interesa en profundidad por la acupuntura, estudia los textos chinos y, en el año 1.934, publica el libro "*Compendio de la verdadera acupuntura china*", primer texto sobre acupuntura en lengua no china, que tuvo amplia repercusión e inició la difusión de la acupuntura en Occidente.

A partir de los años 50 muchos médicos franceses comienzan a estudiar estas técnicas y, posteriormente, médicos chinos comienzan a salir de su país, con lo que los tratamientos con Acupuntura se extienden por todo el mundo, hasta incluso —ya en los años setenta— llegar a ser recomendado su uso por la OMS para el tratamiento de más de una treintena de enfermedades.

## **LOS PUNTOS Y LOS MERIDIANOS**

---

Para la MTC del mismo modo que la sangre (*yin*) circula por las arterias y las venas, la energía (*yang*) circula por una serie de meridianos (principales, tendinomusculares, curiosos...) cada uno de los cuales lleva la energía de un órgano determinado e irriga energéticamente una porción determinada del organismo y, además, con unas funciones concretas.

Todos estos meridianos tienen unos puntos determinados sobre los que podemos actuar regulando el flujo de energía a modo de llaves de paso en las cañerías. Estos puntos (365) se sitúan para su descripción en los 12 Meridianos Principales (que son bilaterales): **Pulmón, Intestino Grueso, Estómago, Bazo-Pancreas, Corazón, Intestino Delgado, Vejiga, Riñón, Maestro del Corazón, Triple Recalentador, Vesícula Biliar e Hígado** y en dos de los Meridianos Curiosos: **Vaso Gobernador (DU MAI)** y **Vaso de la Concepción (REN MAI)** que son mediales y únicos (posterior y anterior). Estos puntos tienen cada uno una función y un nombre chino, aunque en occidente, para mayor facilidad, los nombramos con un número seguido del meridiano en el se sitúan (3H, 12VC, etc.).

La energía circula por los meridianos y por los órganos siguiendo unos ritmos tanto horarios como estacionales.

## LA CONSULTA DE ACUPUNTURA

---

Antes de proceder a aplicar un tratamiento es imprescindible realizar un diagnóstico. El médico acupuntor realizará dos: el convencional (occidental) y el tradicional (chino).

La historia clínica en acupuntura busca averiguar si la enfermedad es: **Exterior** o **Interior** (lo que es exterior tendrá mejor pronóstico pues la evolución hacia el interior implica agravación); de **vacío** o de **plenitud** (una energía externa o un estancamiento energético dan lugar a una plenitud); de **frío** o de **calor**; en definitiva, **Yin** o **Yang**. Porque, realmente en Acupuntura "*sólo existen dos enfermedades*": la **Enfermedad Yin** (el interior, el frío y el vacío son yin) y la **Enfermedad Yang** (el exterior, el calor, y la plenitud son Yang). **El equilibrio entre el yin y el yang es la Salud, el predominio de uno, seguido de la deficiencia del otro, es señal de enfermedad** (la *enfermedad yin* puede estar causada por un exceso de yin o por un defecto de yang y la *enfermedad yang* puede deberse a un exceso de yang o a un defecto de yin).

Para el diagnóstico de la enfermedad yin o yang, las diferentes fases de la exploración clínica china se resumen en los cuatro principios habituales de cualquier médico: interrogar, escuchar, examinar y palpar.

Ya la misma forma de saludar el paciente al médico proporciona información: un paciente yin tendrá la voz débil, baja, dará la mano con miedo... mientras que un enfermo yang tendrá la voz fuerte, poderosa, nos dará un vigoroso apretón de manos.

Normalmente, y tras practicar un interrogatorio minucioso y examinar cuidadosamente al enfermo, el Médico Acupuntor examinará los pulsos y la lengua del paciente: Estos dos métodos diagnósticos —tradicionales de la profesión médica— han caído desgraciadamente en desuso por la medicina convencional debido al abuso la tecnología, pero siguen manteniendo todo su vigor, proporcionan informaciones insustituibles sobre estado del organismo y son muy importantes en el diagnóstico de la MTC.

Los chinos conocieron varios milenios antes que nosotros el carácter circulatorio de la sangre y descubrieron los pulsos al mismo tiempo que los vasos sanguíneos. **La Pulsología china**, como método de diagnóstico, es un arte de extremada complejidad (en principio había que estudiar los pulsos por la mañana, en ayunas, cuando el equilibrio energético aún no está perturbado por las contingencias cotidianas). El estudio del pulso contribuye al diagnóstico del desequilibrio energético, y permite reconocer los órganos o las funciones que han perdido su ritmo y son responsables de las enfermedades incluso antes de la aparición del síntoma en el órgano, por lo que permite la regulación preventiva de los órganos. El pulso se toma en las dos muñecas, por ser la parte más accesible del organismo y los pulsos superficiales corresponden a las funciones orgánicas *yang* y los pulsos profundos a las funciones *yin*.

El estudio de la lengua aporta también gran información sobre el estado de los distintos órganos, pues el organismo es un todo holográfico: la información del todo está presente en cada una de las partes, solo es necesario interpretarla.

Por supuesto que las cosas no son tan simples como hasta ahora puede parecer, dado que cada órgano del organismo tiene su parte yin y su parte yang (y puede tener enfermedad yin y enfermedad yang) y todos están interrelacionados, por lo que las alteraciones de unos van produciendo alteraciones en otros, pero de toda la información obtenida el médico saca sus conclusiones y llega al diagnóstico concreto.

## LA SESIÓN DE ACUPUNTURA

---

Una vez establecido el diagnóstico, el médico acupuntor debe elegir el método de tratamiento más idóneo para su paciente dentro de las diferentes modalidades terapéuticas que se emplean en la MTC: Aguja, Moxas, Ventosas, Masaje (Tuina) y Auticuloterapia, sin olvidar la prescripción —si es necesario— de los correspondientes remedios complementarios: dieta, ejercicios o plantas medicinales.

Las sesiones se programan, en general, en función de la evolución de la enfermedad: normalmente en días alternos (o incluso diarias) en los casos agudos y semanales en los casos crónicos.

En términos generales la tradición dicta que se realicen ciclos de 10 sesiones, aunque también se puede seguir el criterio (más occidental) de “espaciar según mejoría”.

### • LAS AGUJAS

Si desde el Emperador Amarillo solo se usan las agujas metálicas, éstas actualmente existen con todo tipo de formas y tamaños: rígidas o muy flexibles; de distintos los largos (entre 2 y 20 cm aproximadamente); de acero, cobre, oro, o plata.

Existen también unas agujas especiales: las siete puntas de muy finas incrustadas en un soporte y llamadas “*martillo de siete puntas o de flor de ciruelo*”.

Para pinchar se debe colocar cómodamente al paciente, pues tendrá que mantener la postura durante aproximadamente 20 ó 30 minutos.

Las agujas se punturan conforme a distintas técnicas, de forma que en un mismo punto se puede conseguir tonificar o dispersar la energía. Una vez introducidas se manipulan hasta conseguir el *Deqi* (sensación que pueden percibir el médico y el paciente) y que significa que la aguja “prendió” en la corriente energética.

Tras haber terminado de poner todas las agujas, éstas a veces se dejan sin más el tiempo necesario, pero otras veces se manipulan constante o esporádicamente, bien manualmente, bien eléctricamente, hasta que se quitan.

### • LA MOXIBUSTION

La moxibustión (“*Kao*”) es una terapéutica de calentamiento propia de la MTC que consiste en introducir calor en el organismo del enfermo, por la piel, a la altura de los puntos y de los meridianos principales, para lo cual se usa la planta **ARTEMISA** (*Artemisa Vulgaris*); se utilizan sus hojas secas, reducidas a polvo, formando pequeños conos y también se fabrican en forma de puros.

Tiene por finalidad TONIFICAR, devolver la energía en el caso de vacío o de frío.

La moxa se puede aplicar de distintas formas: colocada en las agujas —técnica de las *agujas calientes*—, directamente sobre la piel —*moxibustión purulenta*— (esta técnica no se usa en occidente), aproximando un puro a una zona del cuerpo o con unos aparatos aplicadores.

- **LAS VENTOSAS**

Son unos conos de vidrio (hoy día los hay también de plástico) que se colocan en el cuerpo produciéndose en ellos el vacío (bien por válvulas, bien por combustión). De esa manera se consigue atraer a esa zona el aflujo de sangre, por lo que son útiles en los casos donde exista "humedad y estancamiento de sangre".

- **EL MASAJE CHINO ("TUINA")**

Es un masaje energético, bien lineal (siguiendo los meridianos), bien puntiforme a la altura de los puntos de acupuntura (*digitopuntura*). El ritmo, el valor de la presión ejercida y el sentido del masaje producen efectos diferentes. Suele utilizarse en niños y ancianos.

- **LA AURICULOTERAPIA**

La técnica que actualmente usamos no es originaria de la MTC, sino que fue introducida en la clínica en este siglo por los franceses. Se basa en la utilización de las zonas reflejas de la oreja: la oreja tiene una inervación que está en relación directa con la corteza cerebral, lo que explica que tenga acción a distancia.

La estimulación de los distintos puntos se hace bien con agujas de acupuntura de tamaño muy pequeño, bien con pequeñas semillas (originalmente se empleaban las de una planta llamada "*vaccaria*", aunque hoy en día se usan los granos de mijo), bien con pequeños imanes. La ventaja de esta técnica es que los instrumentos se pueden dejar en la oreja del paciente varios días.

---