



**Llenifer Yaquelin García Díaz**

**Sergio Jiménez Ruiz**

**Medicina Tradicional China y  
Japonesa**

**Interculturalidad y Salud II**

**“2”**

**“C”**

Comitán de Domínguez Chiapas a 23 de marzo de 2022.

# Medicina Tradicional

## China y Japonesa.

La medicina tradicional china (MTC), originada hace más de 2.000 años, se basa en la filosofía de que la enfermedad es consecuencia del flujo inadecuado de la fuerza vital (qi). Se restablece la circulación de qi mediante el equilibrio de las fuerzas opuestas del yin y el yang, que se manifiestan en el cuerpo como frío y calor, interno y externo, y deficiencia y exceso.

Se utilizan diversas prácticas para preservar y restaurar el qi y por lo tanto la salud. Los más utilizados son:

hierbas medicinales y acupuntura. La MTC utiliza a menudo categorías de diagnóstico que no se corresponden con los conocimientos científicos actuales de la biología y de la enfermedad.

La determinación de la dosis es difícil o imposible y la dosis puede variar de una fuente herbácea a otra. Además, los ingredientes activos pueden interactuar entre sí de manera compleja y variable.

Tradicionalmente, la medicina china con hierbas utiliza fórmulas que contienen mezclas de hierbas para tratar diversos trastornos. Las fórmulas tradicionales se pueden estudiar en conjunto o bien se puede estudiar cada hierba de la fórmula individualmente.

Una hierba usada por sí sola, no puede ser tan eficaz y puede tener efectos adversos. Los estudios de hierbas de MTC y mezclas de hierbas para el síndrome del intestino irritable han tenido resultados mixtos, y una revisión de estos estudios concluye que son necesarios estudios más rigurosos.

Estudios preliminares muestran que *Astragalus* puede mejorar la calidad de vida de los pacientes que están siendo tratados con quimioterapia para el cáncer.



de pulmón, pero no prolonga la supervivencia ni retrasa la progresión del cáncer, según la evaluación de biomarcadores. Los datos preliminares sugirieron una mayor eficacia de la quimioterapia basada en platino para el cáncer de pulmón no microcítico avanzado, particularmente una respuesta tumoral mejorada, pero faltan datos de resultados clínicos confirmatorios. Un problema con la MCT es la estandarización y el control de calidad de las hierbas chinas. Muchas no están reglamentadas en Asia; pueden estar contaminadas con metales pesados del agua del grifo o ser adulteradas con fármacos, como antibióticos o corticoides. Los ingredientes a menudo se sustituyen, en parte debido a que los nombres de las hierbas son mal traducidos. La medicina japonesa, mejor conocida como "Kampo", son las adaptaciones de la medicina china tradicional hechas en Japón. El Kampo utiliza la mayor parte del sistema médico chino, incluyendo la acupuntura; pero se centra principalmente en el estudio de hierbas.

Las hierbas medicinales en Japón están reguladas como los preparados farmacéuticos, sus ingredientes son exactamente medidos y estandarizados, a diferencia de otros lugares, donde la mayoría de las preparaciones de hierbas están reguladas como suplementos dietéticos. La Medicina Japonesa no incorpora ninguna parte del cuerpo humano ni las partes de los animales, evitando así problemas con la crueldad hacia los animales frecuentes en la Medicina Tradicional China. El acceso a medicamentos a base de hierbas se garantiza como parte del plan nacional de salud de Japón para cada uno de sus ciudadanos. Hoy en día en Japón, el Kampo se integra en el Sistema nacional de salud. En 1967, el Ministerio de



Salud, Trabajo y Bienestar Social ha aprobado cuatro medicamentos Kampo de reembolso bajo el Seguro Nacional de Salud. En 1976, 82 medicamentos Kampo fueron aprobados por el Ministerio de Salud, Trabajo y Bienestar Social. En la actualidad, 148 medicamentos Kampo ya han sido aprobados.

Macrobiótica: es la comprensión de la Orden de la Existencia en la Naturaleza que permite a cada uno retomar la responsabilidad y el autocontrol sobre la propia salud/enfermedad de forma independiente. Para la macrobiótica, el complejo proceso de asimilación de los alimentos por el organismo humano es el punto esencial de la cuestión salud y enfermedad. El principal factor para la transformación de cualquier enfermedad es la alimentación física y mental. Se practica la macrobiótica a partir de una determinada disciplina inicial, con el objeto de proporcionar a cada uno, a través de esta reeducación del organismo, los medios para liberarse de los malos hábitos, vicios y condicionamientos alimentarios impuestos por una sociedad preocupada exclusivamente por el consumo. Son siete las condiciones que indican una buena salud: - Tener buen apetito y satisfacerse con los alimentos más simples. - Estar siempre listo para realizar algo y no mostrarse nunca cansado; - Tener un sueño profundo; - Tener un sueño profundo; - Tener buena memoria; - Estar alegre; - Poner esmero en todo, en cualquier lugar, en cualquier ambiente; - ser íntegro

Según Ohsewa, el discernimiento se desarrolla en siete niveles y también secuencialmente en una espiral logorítmica. Esto quiere decir que a cada nivel siempre existe la manifestación de todos los otros con el desarrollo.



principal de aquel. El primer nivel Mecánico, 0-3 años, es el más simple, base indispensable para todos los otros; abarca noción de causa y efecto, acción y reacción, futuro y pasado, contracción y expansión. 2. Sensorial. 4-10 años. Basado principalmente en los cinco sentidos: tacto, gusto, oído, vista y olfato. 3. Sentimental, 11-20 años, manifestación y fortalecimiento de sentimientos. 4. Intelectual 21 a 30 años, Se desarrolla la concepción de los antagonismos Complementarios. 5. Sociológica: 31-40 años. El discernimiento sobrepasa el ser individual, se expone hacia la sociedad y abarca un horizonte más vasto. 6. Idealístico: 41-50 años, Discernimiento de la simultaneidad y reversibilidad del espíritu y la materia a través de la creencia/entendimiento de fatalidad y libre albedrío. 7. Supremo, 51 años en adelante, alcanza la «constitución/concepción» de la existencia universal, habilita al hombre a trascender todos los opuestos antagonistas y complementarios.

REIKI: es una técnica de armonización milenaria que fue re-descubierta en Japón por el Dr. Mikao Usui (un monje cristiano), en el siglo XIX. Los cristianos conocen esta energía como la «Ire Divina», los chinos como «chi» y los hindúes como «Prana»; también se denomina «bioplasm», «Bioenergía» o «Energía Cósmica Universal».

Dar REIKI, significa realizar un traspaso o canalización de Energía Cósmica Universal, de Luz, de Energía Vital, a todo aquel que la requiera y la necesite.

Shiatsu: «Presión con los dedos». La terapia consiste en realizar presiones a lo largo de los canales energéticos del cuerpo, así como el empleo de otras técnicas, es el método más popular entre los japoneses por su eficacia y simplicidad. El Shiatsu, derivado del antiguo «Chi-na».

## Referencia Bibliográfica

Denise Millstine , sep. 2018; Manual MSD “Medicina tradicional china”.  
DIO: <https://www.msdmanuals.com/es/professional/temas-especiales/medicina-integradora-alternativa-y-complementaria/medicina-tradicional-china>

YaSalud, consejos de salud,nutrición y vida sana: Medicina Japonesa  
DIO: <https://yasalud.com/medicina-japonesa/>

JUEVES, 22 DE OCTUBRE DE 2009,TRATAMIENTOS ALTERNATIVOS  
“MEDICINA JAPONESA”. DIO: <https://alternativas-en-tu-vida.blogspot.com/2009/10/medicina-japonesa.html>