

Wilder Bossuet Ramírez Vázquez

Sergio Jiménez Ruiz

Resumen Medicina Tradicional China

Interculturalidad y Salud

Grado: 2

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: "C"

Medicina Tradicional China y Japonesa.

Medicina tradicional China, originada hace más de 2000 años, se basa en la filosofía de que la enfermedad es consecuencia del flujo inadecuado de la fuerza vital. 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 comúnmente utilizados son;

- Hierbas medicinales y acupuntura.

Otras prácticas incluyen dieta, masaje y ejercicio de meditación llamado qi gong.

La obtención de pruebas de alta calidad es difícil, sobre todo porque los ingredientes activos de las hierbas de MTC no se purifican, menudo no se identifican y pueden ser numerosos.

Tradicionalmente, la medicina china con hierbas utiliza fórmulas que contienen mezclas de hierbas para tratar diversos entornos.

Los estudios de hierbas de MCT 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.

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 suelo o ser adulteradas con fármacos, como antibióticos o corticoides.

Los principios del yin y el yang y los cinco procesos elementales se aplican a la naturaleza y al comportamiento de la materia medicinal. Por naturaleza, las plantas que son frías y frescas se consideran yin, mientras que las que son calientes y tibias son yang.

Con respecto al yin y el yang de los cinco sabores, las plantas que son saladas, ácidas y amargas se consideran yin, y las que son picantes, dulces e insulsas son yang.

Con respecto a las plantas que tienen afinidad con determinados meridianos, las de los órganos yin de almacenamiento (el corazón, el hígado, el bazo, el pulmón, el riñón y el pericardio), son plantas yin; las de los meridianos de los órganos yang de transformación (el intestino delgado, la vesícula, el estómago, el intestino grueso, la vejiga y el triple calentador) son yang.

El mero hecho de repetir que el yin hace referencia a lo femenino, oscuro, blando, retrógrado, etc., y el yang a todo lo contrario, no sólo es inadecuado sino que además desconcierta al no iniciado, que no comprende que tiene que ver todo esto con la salud. En anatomía y fisiología, el yin se usa en relación al estado estructural de los órganos del cuerpo y el yang, para sus respectivas funciones. Por ejemplo hay desequilibrio entre el yin y el yang cuando un órgano deja de funcionar bien, aunque mantenga intacta su estructura.

La diferenciación de las enfermedades en yin y yang es un factor importante en la diagnosis china, el yin se refiere a las enfermedades con síntomas como tener frío, heces líquidas, orina clara, respiración débil y pulso lento. Las enfermedades yang presentan síntomas como fiebre, sed constante, heces duras, orina amarillenta, lengua oscura y pulso rápido.

Por lo tanto, el yin y el yang son conceptos abstractos; no son objetos materiales en sí mismos. Si bien el yin y el yang son contrarios, también son complementarios e interdependientes; dos aspectos opuestos que se unen en una sola entidad.

Además el yin y el yang están en permanente cambio, y esta variabilidad surge de su naturaleza complementaria y de su interdependencia. El intercambio entre el yin y el yang debe ser armonioso. Si bien en determinados momentos es posible que uno de ellos destaque sobre el otro, hay que mantener un equilibrio global. Si este equilibrio se ve perturbado de forma permanente, entonces aparecen las enfermedades o la salud se vuelve precaria.

En la medicina china, la deficiencia del yin y la deficiencia del yang son dos términos importantes que se utilizan popularmente para explicar y clasificar las causas de las enfermedades.

La deficiencia de yin se suele manifestar en forma de estados febriles, sensación de irritabilidad y angustia, mucho sudor, un metabolismo rápido y

un funcionamiento excesivo de otros procesos fisiológicos.

Como la enfermedad es el resultado del desequilibrio del yin y el yang, el método de curación principal consiste en recuperar el equilibrio, asegurándose de lo que representan el ying y el yang en esa situación, en concreto. La deficiencia se puede remediar mediante métodos como «aumentar» y «tonificar», mientras que el exceso se puede reducir mediante métodos como «limpiar» y «dispersar». Por ejemplo cuando se produce una deficiencia de yin, es posible recuperar el equilibrio aumentando el yin y/o limpiando el yang.

El exceso de alegría perjudica el corazón, porque el desequilibrio de energía que produce reacciona contra este órgano, que, en chino clásico, suele significar la mente. El corazón, o la mente, controla diversas funciones fisiológicas y, como las funciones se representan como yang, el exceso de alegría perjudica las funciones yang, y también produce un desequilibrio del yin y el yang.

Cuando se produce un desequilibrio del yin y el yang aparecen diversas energías negativas. Esto altera el flujo normal de la energía y de la sangre, y se puede detectar en forma de pulsaciones irregulares. Por lo tanto, cuando uno pierde el control de sus siete emociones, o no puede contener los seis males, su salud se verá afectada.

Bibliografía

Medicina Tradicional China. Denise Millstine, MD, Mayo Clinic.Sep 2018.Profesional/Temas Especiales/Medicina Integradora, Alternativa y Complementaria.

<https://www.msdmanuals.com/es/professional/temas-especiales/medicina-integradora-alternativa-y-compl...>

Wong Kiew Kit. El Gran Libro de la Medicina China. Arte del Chi-Kung. Ediciones Urano, 1997.

<http://bibliosjd.org/wp-content/uploads/2017/03/El-Gran-Libro-De-La-Medicina-China.pdf>