



**Universidad Del Sureste
Campus Comitán**



Medicina Humana

Antropología medica

Ensayo

Gabriela Montserrath Pulido Padilla

Dr. Miguel Abelardo Ortega Sánchez

2º semestre "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 17 de Noviembre de 2022.

MEDICINA ALTERNATIVA CHINA

Introducción.

Al igual que todos los modelos médicos que tienen un objetivo en común que es el de atender de alguna manera las manifestaciones que afectan la fisiología normal del cuerpo y esta no es la excepción, aunque varía algunas cosas de acuerdo a sus conceptos ya que estamos hablando de prácticas del medio asiático donde los aspectos son muy distintos a lo que acostumbramos, es entonces que la medicina alternativa china nació hace más de 2.000 años, y 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.



Algunas personas utilizan la medicina china tradicional para tratar problemas como el asma, las alergias y la esterilidad. Los médicos de medicina china tradicional pueden utilizar varios tipos de tratamiento para restablecer el equilibrio del qi.

Entre las terapias de medicina china tradicional se incluyen:

- La acupuntura, que utiliza agujas finas de metal colocadas a lo largo de los meridianos del cuerpo.
- La acupresión, que utiliza las manos o los dedos para aplicar presión directa en ciertos puntos a lo largo de los meridianos del cuerpo.

- Las hierbas chinas, combinaciones de hierbas, raíces, polvos o sustancias animales para ayudar a restablecer el equilibrio corporal.
- La aplicación de ventosas, que utiliza aire caliente en frascos de vidrio para crear una succión que se coloca en zonas del cuerpo a fin de ayudar a estimular el qi.
- La alimentación. Los alimentos yin y yang pueden ayudar a restablecer el equilibrio del yin y el yang en el organismo.
- El masaje (tui na) en zonas específicas del cuerpo o a lo largo de los meridianos del cuerpo.
- La moxibustión, que utiliza pequeñas cantidades de fibras vegetales que se calientan (moxa o artemisa china) y se aplican en zonas específicas del cuerpo.
- El qi gong, que utiliza el movimiento, la meditación y técnicas de respiración.

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

- Hiervas medicinales
- Acupuntura

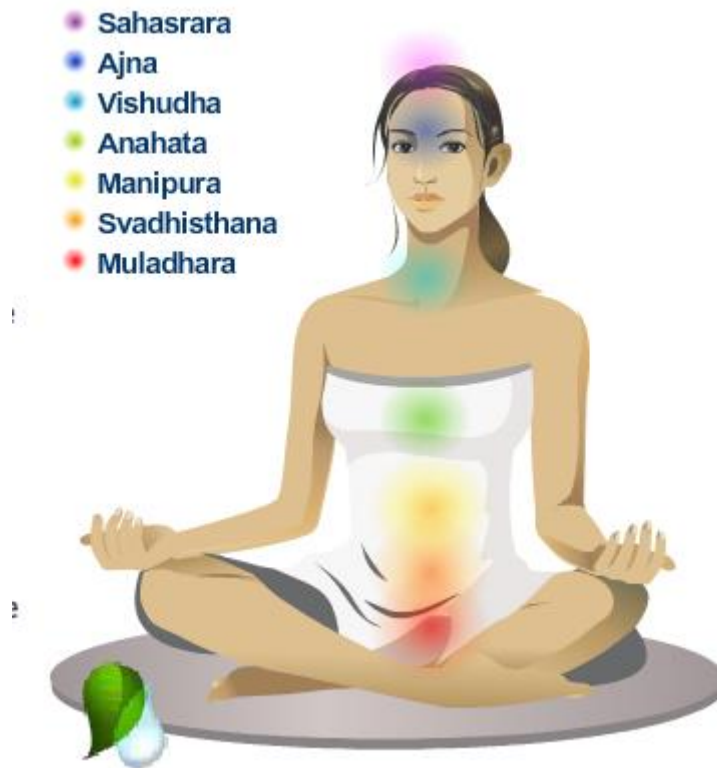
Otras prácticas incluyen dieta, masaje y ejercicio de meditación llamada qi gong.

Se cree que las causas del desequilibrio del qi tienen que ver con:

- Fuerzas externas, como el viento, el frío o el calor.
- Fuerzas internas, como las emociones de alegría, ira o miedo.
- Factores de estilo de vida, como la mala alimentación, la falta de sueño o el exceso de alcohol.

Aun así un problema con la Medicina alternativa china 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 ingredientes a menudo se sustituyen, en parte debido a que los nombres de las hierbas son traducidos incorrectamente.

Sin embargo, otra de las cosas relevantes acerca de la medicina alternativa china es el hecho de que cuando se habla de equilibrio hace énfasis a los chakras que tenemos en el cuerpo y mediante la meditación se logran equilibrar a nuestro favor, estos se encuentran de la siguiente manera:



Los chakras simbolizan los 7 puntos de concentración de energía principales de nuestro cuerpo, y se encuentran alineados en el merdiano central de nuestro cuerpo.

Las vibraciones energéticas en cada chakra, se corresponden con las vibraciones energéticas de los diferentes colores, por eso cada chakra se identifica con un color además de con los órganos a los que afecta directamente.

Para que un cuerpo se encuentre en armonía y salud, no debería existir ningún bloqueo energético en ninguno de los chakras, ya que si esto ocurre la energía no fluirá correctamente. De hecho, cuando un órgano se encuentra dañado o enfermo, en ese punto existe un bloqueo energético. Si la energía vuelve a fluir por ese punto, ayudará a recuperar la salud de ese órgano y el equilibrio energético vital.

Tanto un exceso como un defecto (disminución) de energía en un chakra puede alterar la salud física y psicológica, que además, suelen estar relacionadas.

- **1- Chakra base (Muladhara):** Se sitúa en nuestro extremo más cercano a la tierra. Se identifica y afecta a las piernas, colon y circulación sanguínea. Psicológicamente afecta a nuestras pasiones más básicas, a nuestro instinto sexual y de supervivencia. Sus alteraciones afectan al corazón, la sexualidad, la circulación sanguínea y al tránsito intestinal, así como a la fuerza, el valor, el éxito, la autoestima, la "picardía" y la agresividad.

- **2- Chakra del sacro (Svadhithana)** Se identifica y afecta a la salud de nuestros genitales, testículos y útero. Afecta a la sexualidad y la fertilidad. Psicológicamente afecta a la capacidad de relacionarse sentimentalmente y a la ternura y el amor, y se ve alterado por traumas en la pubertad y disfunciones o traumas sexuales.
- **3- Chakra del plexo solar (Manipura)** Se identifica con el ombligo y el aparato digestivo. Psicológicamente se identifica con el “yo”, es decir, con la visión que uno tiene de si mismo y como se muestra a los demás. También afecta a la sabiduría, la timidez, la autoestima y la capacidad de relacionarse con los demás, así como a trastornos digestivos.
- **4- Chakra del corazón (Anahata)** Se identifica con el corazón y los pulmones. Psicológicamente afecta a la capacidad de amar y la forma de vida. Afecta a la capacidad respiratoria, asma, bronquitis, alergias... así como se relaciona con el egoísmo, el amor, la imposición y el respeto de límites, la conveniencia, la empatía y comprensión, las ganas de vivir o la ilusión.
- **5- Chakra de la garganta (Vishudha)** Se identifica con la garganta, las cervicales y la boca. Psicológicamente afecta y representa la capacidad de comunicarse, desenvolverse profesionalmente y expresar los sentimientos. Se relaciona con la virtud de la buena o mala comunicación, la capacidad de escuchar, el éxito profesional y con los secretos y las mentiras.
- **6- Chakra del tercer ojo (Ajna)** Se identifica con el entrecejo, la pituitaria, el tercer ojo o el ojo que todo lo ve. Psicológicamente afecta a la comprensión, el entendimiento y a la intuición. Se relaciona con la capacidad de ver más allá, de intuir o desarrollar un “sexto sentido”; afecta a la transigencia y tolerancia, a la percepción espacial, al aprendizaje y la inquietud por conocer.
- **7- Chakra de la corona (Sahasara)** Se sitúa en nuestro extremo más cercano al cielo, en la “coronilla” o parte más elevada del cuerpo.

Psicológicamente afecta directamente a la espiritualidad y fe, a la moral y ética, a la trascendencia, problemas existencialistas o la visión espiritual del ser. Se identifica con la libertad, la solidaridad, el amor y la empatía, la comprensión, la creatividad, la extravagancia y la serenidad o paz interior. Se relaciona con las alteraciones del sueño, la jaqueca y algunos problemas hormonales. También afecta al concepto de uno mismo y su conexión con el mundo desde un punto de vista mental, espiritual y físico.

Conclusión

En términos básicos la medicina alternativa china tiene un enfoque mas espiritual hacia la energía que transmite nuestro cuerpo y en cuestión de enfermedades, antes se creía que era causada por un desequilibrio de nuestros chakras y eso alteraba nuestro estado de salud, y recurrían frecuentemente a la meditación como forma de terapia y calmar el dolor complementándolo con otras practicas como lo es la herbolaria china o la famosa acupuntura.

Bibliografías

Manual MSD. (2021). Medicina tradicional china. Recuperado de:
<https://www.msdmanuals.com/es-mx/professional/temas-especiales/medicina-integradora-alternativa-y-complementaria/medicina-tradicional-china>

Cigna. (2022). Medicina china tradicional: recuperado de:
<https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/temas-de-salud/medicina-china-tradicional-aa140227spec>

Elherbolario. (2022). Chakras y salud. Recuperado de:
<http://elherbolario.com/terapias-complementarias/item/859-chakras-y-salud>