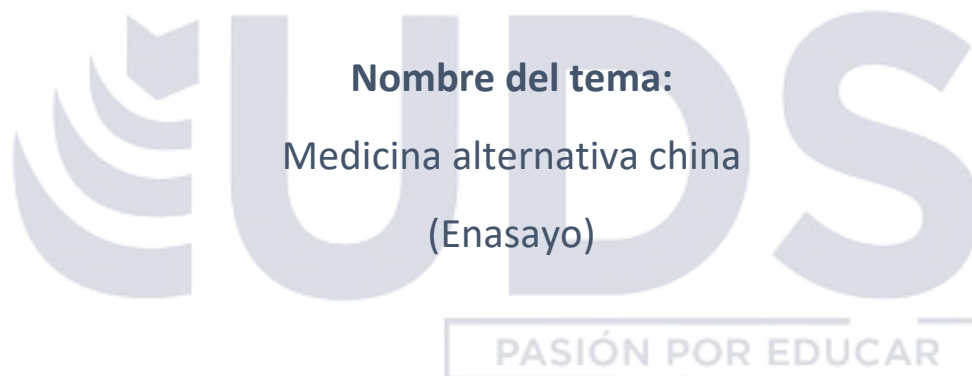




Universidad del Sureste
Campus Comitán
Medicina Humana



Nombre del tema:

Medicina alternativa china
(Ensayo)

Nombre del alumno:

Hugo de Jesús Monjaras Hidalgo

Materia:

Antropología Médica

Grado: 2

Grupo: A

Nombre del catedrático:

Dr. Miguel Abelardo Ortega Sánchez

Medicina alternativa china

La Medicina Tradicional China (MTC) nació hace más de dos mil años, se encuentra fundamentada en el Taoísmo como una ley divina, según la cual se tejen los lazos entre el microcosmos y el macrocosmos, que se conoce como el Yin y el Yang, constituyendo los dos lados dialécticamente contrarios de todas las cosas, estableciendo el inicio de todos los objetos y seres del universo.

Y su fin es el restablecimiento de un equilibrio entre la totalidad del organismo y de este con el universo, promoviendo un acercamiento holístico. Se asienta en la existencia del Qi, lo que traduce en que todo es energía en sus diferentes patrones de organización y condensación, de esta forma, el ser humano posee dimensión espiritual, mental, emocional y física. Sus terapéuticas se enfocan en aprovechar y armonizar la energía en desequilibrio, manteniendo o recuperando los procesos homeostáticos del individuo para evitar así la aparición de la enfermedad, mientras el paradigma occidental se centra básicamente en el tratamiento de esta.

Otro principio filosófico es el de los cinco movimientos, esta escuela se refiere a las cinco etapas de la transformación cíclica generada por la alternancia del Yin y el Yang y, por extensión, a cinco formas de expresión de la naturaleza, están simbólicamente representados en la madera, el fuego, la tierra, el metal y el agua.

El concepto de holismo es la fundamentación filosófica tradicional china por excelencia, este se basa en la noción de que “todas las facetas de la creación forman un todo unificado y se rigen por las mismas leyes, el holismo se expresa en la interacción mutua, el control recíproco, la interdependencia, el equilibrio dinámico y la transformación mutua del Yin y el Yang”. Este concepto se refleja en dos aspectos importantes, los cuales son, la consideración de que los órganos, sistemas y funciones son sistemas orgánicos interdependientes y; los cambios patológicos, diagnóstico y tratamiento están estrechamente vinculados con el entorno, cambios ambientales y factores naturales.

Otros conceptos importantes dentro de la MTC hacen referencia a la conservación y nutrición de la esencia (jing), el Qi y el espíritu (shen). La esencia (jing) es la fuerza interna del cuerpo, base de todo crecimiento y desarrollo, son todas aquellas sustancias nutritivas para el cuerpo humano, dividida en innatas (proporcionadas por los padres) y adquiridas (proviene de los alimentos). El Qi encierra la base de todo, es una sustancia básica que sostiene todas las actividades vitales del cuerpo humano, es la fuerza motriz que hace funcionar los órganos y vísceras del cuerpo humano (el desgaste u obstrucción de este conducen a la enfermedad). El espíritu (shen) es un término complejo que encierra la sumatoria de aspectos emocionales, mentales y espirituales, se refiere a actividades psíquicas como la conciencia y el pensamiento dirigido por la mente, cuando esta se encuentra sana, el estado de ánimo rebosa de vigor y, si por el contrario, se halla disperso, la salud se debilita. La esencia (jing), el Qi y el espíritu (shen) son un conjunto indisoluble, si subsisten, subsisten todos, si se agotan, se agotan todos.

La prevención de enfermedades en la China es fundamental para su servicio de salud pública, pues, a pesar de tener asentado el 25% de la población del mundo, solo gasta el 1,2% del gasto mundial de salud. Ante la carga mundial que generan las ECNT (enfermedades crónicas no transmisibles), la MTC puede representar una alternativa en su prevención y control, teniendo en cuenta que estas (principalmente las cardiovasculares, cáncer, diabetes y neumopatías) causaron más del 68% de las muertes en el mundo en 2012, lo que a su vez representa un aumento del 60%, comparado con lo registrado en 2000. El tratamiento preventivo es fundamental en la MTC, se basa en nutrir la vida y la edificación de la salud, pues el tratar de eliminar los riesgos de enfermedad, prioriza la prevención y disminuye costos e impacto de la enfermedad cuando esta aparece.

Desde la MTC existen distintos y milenarios métodos de conservación de la salud, que desde la perspectiva de esta investigación se observan como métodos de prevención y serían de gran utilidad en el complemento de los programas de promoción y prevención en el sistema de salud actual. Nociones como reposar para alcanzar la tranquilidad psíquica (nutrir el espíritu) y moverse para conservar

La figura (forma física) son considerados principios tan antiguos como la misma ciencia y se resumen en la expresión: “al conservar la tranquilidad psíquica la forma será conservada” y “al cuidar la forma, el espíritu será protegido”. En los patrones alimenticios, la MTC ofrece una perspectiva distinta del mundo occidental. Basados en el fundamento Yin y Yang, los alimentos, se considera, tienen propiedades frías, calientes o neutras. Se consideran neutros los alimentos como el arroz integral, el trigo, el frijol, la calabaza, los frutos secos, el repollo, las algas marinas, entre otros. Los alimentos considerados Yin tienden a enfriar el calor del cuerpo y reducir la tensión (se usan para tratar el exceso de calor). Por su parte, los alimentos Yang tienden a calentar el cuerpo y a crear tensión (se usan para tratar el exceso de frío).

La medicina tradicional china es un sistema médico que se ha usado durante miles de años para prevenir, diagnosticar y tratar enfermedades. Se basa en la creencia que el qi (energía vital del cuerpo) fluye a lo largo de canales del cuerpo y mantiene en equilibrio la salud espiritual, emocional, mental y física de una persona. La medicina tradicional china trata de recuperar el equilibrio del cuerpo y la armonía entre las fuerzas naturales opuestas del ying y el yang, que pueden bloquear el qi y causar enfermedad. La medicina tradicional china incluye acupuntura, régimen de alimentación, terapia con hierbas, meditación, ejercicio físico y masaje.

En la actualidad la MTC tiene importancia como una práctica la cual su seguridad y efectividad ha sido comprobada, y demostró que los efectos adversos no son muy comunes. La MTC desempeña un papel en la prevención de la enfermedad, teniendo en cuenta aspectos como sus fundamentos filosóficos, el auge y popularización de su uso en la prevención y la participación de la ciencia en el fortalecimiento de la evidencia en sus terapéuticas.

Algunas personas utilizan la medicina china tradicional para tratar enfermedades crónicas o defectos genéticos. Los médicos de medicina china tradicional pueden utilizar varios tipos de tratamiento para restablecer el equilibrio del Qi.

Algunos de estos tratamientos son:

- 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.

Las investigaciones que se han hecho en China y en todo el mundo han demostrado que la MTC es útil para muchos tipos de enfermedades.

Bibliografía: Ardila Jaimes, C. P. (2015). *La Medicina Tradicional China en la prevención de la enfermedad* (1.^a ed.). Ardila-Jaimes CP.

<http://www.scielo.org.co/pdf/recis/v13n2/v13n2a11.pdf>

Cigna. (s. f.). <https://www.cigna.com/knowledge-center/hw/temas-de-salud/medicina-china-tradicional-aa140227spec>