



**Mi Universidad**

## **TRIPTICO DE ACUPUNTURA**

*Nombre del alumno: Ana cristel camas Álvarez*

*Materia: Enfermería y practicas alternativas de salud.*

*Temas: Acupuntura.*

*Catedrático: Lic. Cecilia de la Cruz Sánchez.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería.*

*Cuatrimestre: 8°*



# ¿Qué es la acupuntura?



Es una forma de medicina alternativa y un componente clave de la medicina tradicional china que implica la inserción de agujas finas en el cuerpo en los puntos,

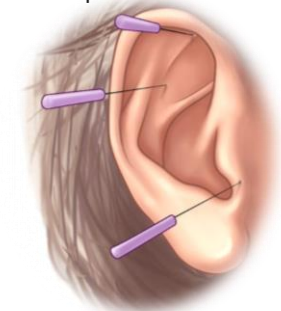
Acupuntura, puede asociarse a la aplicación de calor, presión o láser de luz en estos mismos puntos.

## ¿Cómo funciona la acupuntura?

- × Estimula la habilidad del cuerpo a resistir o a vencer las enfermedades o las condiciones corrigiendo los desequilibrios.
- × También ayuda a que el cuerpo produzca elementos químicos que disminuyen o que eliminan las sensaciones dolorosas.

## ¿Cómo son las sensaciones de la acupuntura?

- × Puede que sientas un pinchazo leve cuando meten la aguja, pero es mucho menor que el pinchazo que sientes durante una inyección ya que las agujas son muy finas.
- × Puedes sentir un peso, adormecimiento, hormigueo, o dolor leve después de meter las agujas, una sensación de peso profundo o adormecimiento, llamado "Deqi" (pronunciado dachi) significa que está funcionando el tratamiento, el paciente dice la palabra "sí" al acupunturista.



## ¿Por qué se realiza?

Se usa principalmente para aliviar las molestias asociadas con distintas enfermedades y trastornos, entre ellos:

- × Dolor dental
- × Fibromialgia
- × Dolores de cabeza, incluidos los dolores de cabeza por tensión y migrañas
- × Dolores en el trabajo de parto
- × Dolor en la región lumbar
- × Dolor de cuello
- × Artrosis
- × Dolores menstruales
- × Trastornos respiratorios, como rinitis alérgica



## ¿Que se inyecta en la acupuntura?

Procedimiento por el que se inyectan medicamentos, vitaminas, extractos de hierbas u otros líquidos en el cuerpo en un punto de acupuntura, por medio de una jeringa y una aguja.

## ● Ventajas

Entre los beneficios de la acupuntura es la mínima invasión que requiere y que, aunque se insertan agujas, no es un procedimiento doloroso ya que las mismas se insertan en la capa superficial de la piel. A pesar de esto, es capaz de estimular órganos internos sin la necesidad de un procedimiento más invasivo, no poseen ningún efecto secundario o molestias durante y después de las sesiones, además, la acupuntura es una terapia sin drogas que evita los trastornos y efectos secundarios de diversa índole.

## ● Desventajas

Por ejemplo, se necesitan sesiones regulares que a veces pueden ser costosas no siempre es fácil encontrar a un auténtico especialista en acupuntura, ya que Occidente todavía no ha aceptado a esta práctica completamente, la efectividad de la acupuntura puede disminuir a medida que pasa el tiempo y como tratamiento no tiene un 100% de resultados benéficos concretos y seguros.



## ● ¿Cuántas enfermedades cura la acupuntura?

En 1979 la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoció el tratamiento con acupuntura para 43 enfermedades como las de las vías respiratorias; las afecciones oculares; artritis, dolores de huesos, Sinusitis, rinitis, resfriado, gripe, amigdalitis, bronquitis, asma, faringitis. Espasmos del esófago y cardias, hipo, indigestión, colon irritable, diarrea, estreñimiento, gastritis, úlcera duodenal, disentería.

## Acupuntura corporal



## ● Beneficios

- × Es efectiva aliviando algunos tipos de dolores.
- × Aporta energía, equilibrio y relajación
- × No introduce químicos en el cuerpo.
- × Es una terapia muy segura.
- × Acción sobre los sistemas inmune, hormonal, nerviosos, sanguíneo, osteoarticular.
- × Mejora el estado de salud y bienestar.

## ● Riesgos

Son bajos si recurres a un acupunturista certificado y competente que use agujas estériles, los efectos secundarios comunes incluyen dolor y sangrado leve o moretones donde se insertaron las agujas, las agujas desechables de un solo uso son ahora el estándar de la práctica, por lo que el riesgo de infección es mínimo.



**Los puntos de acupuntura o "camino de energía" son lugares especiales de la superficie de la piel en los cuales se puede interactuar con la energía de los meridianos.**

### Causas

- × Causas exógenas: influencias climáticas como el frío, el calor, viento, epidemias.
- × Causas internas: trastornos emocionales, disfunciones orgánicas, deficiencias innatas o genéticas de la constitución, agotamiento.
- × Otras causas: aquellas causas que no se consideran ni externas ni internas, como los traumatismos, la dieta y la actividad sexual.

### Efectos

Con una sesión de acupuntura se nota mejoría en tabaquismo y obesidad, con 1-2 sesiones los pacientes con dolores notan la mejoría. Para otras enfermedades, lo habitual es notar mejoría a partir de la 3-4 sesión.

### ¿Cuántos puntos de acupuntura tiene el cuerpo?

Son 16 puntos en los que la energía y la sangre de cada meridiano salen desde el sistema interno. Son convenientes para regular la sangre o la energía vital de los órganos que corresponden al meridiano.

### ¿Cuántos canales de acupuntura hay?

Existen 12 canales principales. Son en número de 12 y bilaterales. Se definen en función de la dialéctica Yin Yang: 3 canales Yin de la mano, 3 canales Yin del pie, 3 canales Yang de la mano y 3 canales Yang del pie.



### Tipos



### Acupuntura



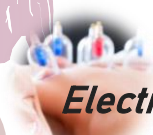
### Moxibustión



### Ventosa



### Auriculoterapia



### Electroacupuntura



### Digitopuntura

**La OMS reconoce que está demostrado que se pueden tratar eficazmente con #acupuntura enfermedades del sistema respiratorio, digestivo y nervioso, además de otros estados patológicos, como los trastornos de fertilidad.**

### Tratamientos

Cada persona que realiza acupuntura tiene un estilo único, a menudo combinando aspectos de los enfoques oriental y occidental de la medicina. Para determinar el tipo de tratamiento de acupuntura más conveniente para ti, el acupunturista puede preguntarte por tus síntomas, comportamientos y estilo de vida. También puede examinar detenidamente:

- × las partes del cuerpo en las que sientes dolor;
- × la forma, el revestimiento y el color de la lengua;
- × el color de la cara,
- × la fuerza, el ritmo y la calidad del pulso en la muñeca.

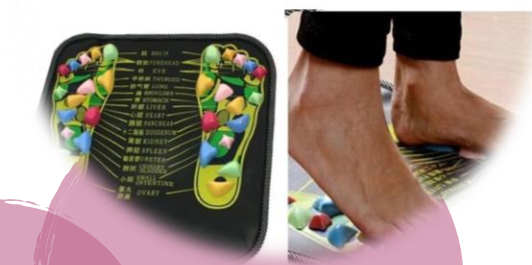


### Resultados

Los beneficios de la acupuntura a veces resultan difíciles de estimar, aunque a muchas personas les resulta útil como una forma de controlar varios trastornos dolorosos, sin embargo, varios estudios indicaron que algunos tipos de acupuntura simulada parecen dar los mismos resultados que la acupuntura real, también hay pruebas de que la acupuntura resulta óptima en personas que esperan que dé resultado.

### Cuidados de enfermería

conjunto de técnicas y terapias, prácticas diversas relacionadas con la salud que incluyen desde ejercicios y terapias manuales hasta la utilización de plantas y minerales pasando por aspectos espirituales del individuo con objeto de mantener o mejorar el estado de salud.



**Para más información contáctanos al número telefónico:**

**9321204798**

**Correo electrónico:**  
**anacristelalvrez@gmail.com**

# ***BIBLIOGRAFIAS***

- × <http://www.clevelandclinic.org/health/shic/html/s4767.asp#:~:text=Puedes%20sentir%20un%20peso%2C%20adormecimiento,al%20acupunturista%20cuando%20siente%20esto.>
- × <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/acupuncture/about/pac-20392763>
- × <https://www.udep.edu.pe/hoy/2016/10/acupuntura-china-un-tratamiento-reconocido-para-43-enfermedades/>
- × <https://www.univision.com/estilo-de-vida/bienestar/ventajas-y-desventajas-de-la-acupuntura>
- × <https://www.clinicamourinsalud.com/cuales-son-los-puntos-de-la-acupuntura/>
- × <https://www.acupunturaavanzada.com/tipos-de-acupuntura/>
- × <https://www.naturisthar.com/blog-sobre-fertilidad/naturopatia/la-acupuntura-herramienta-de-salud-que-enfermedades-se-tratan-y-como-hacerlo>