

Hola a todos, mi nombre es Andrés Amaya Quinto. Socio fundacional de APNATEMAEX asociación Extremeña creada en 1998 de la cual fui secretario hasta la creación de la Asociación nacional APROETENA, actualmente soy socio y miembro vocal de la Junta Directiva de esta Asociación, responsable del departamento de acupuntura y técnicas energéticas, y coordinador en conjunto para Extremadura.

Es intención nuestra haceros llegar a todos los miembros asociados, distintos artículos (tanto propios como editados), de los diferentes departamentos que engloba la Asociación dentro de las técnicas naturales comunes a ella. En mi caso con la Medicina tradicional china (a partir de ahora MTC). Estos apuntes se irán pasando periódicamente y publicando en la web apartado socios para que los interesados podáis hacer uso y conocimiento de ellos.

Como primer artículo y aprovechando el periodo otoñal y próxima llegada al invierno, os daré anotaciones de tratamientos mas comunes para las patologías provocadas por los desequilibrios energético típicos de este periodo. Estas anotaciones son extraídas de mis apuntes de mis estudios de acupuntura en CENAC (centro de estudios de Naturopatía y Acupuntura de Barcelona) en los años noventa y mi experiencia profesional desde entonces hasta la fecha actual.

Espero que le podáis dar un buen aprovechamiento a estas notas, Muchas gracias por vuestro tiempo

Un saludo Cordial:

Andrés Amaya Quinto:

Naturópata y Acupuntor (Cenac centro de acupuntura y naturopatía de Cataluña)

Osteopata (escuela Politécnica de Diplomados de España FEDINE en Barcelona)

Quiromasajista (Escuela de Masaje Manual Dr. Sagrera Ferrándiz en Barcelona)

TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES MAS COMUNES EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA (MTC)

RESFRIADO:

El resfriado es una enfermedad frecuente de origen exógeno, que suele ocurrir tanto en invierno como en cualquier época del año, pero sobre todo es mas común en otoño e invierno y en la primavera añadido a los casos de alergias asociadas a esta estación, se suele presentar como un resfriado común cuando no es muy grave o como gripe o catarro cuando hay mas signos como la fiebre, dolor en todo el cuerpo, congestión, mucosidad espesa que afecte a las vías respiratorias bajas, etc.

Esta patología se caracteriza con manifestaciones clínicas como son: nariz tapada, rinorrea (goteo nasal), tos productiva o tos seca, cefaleas, escalofrío, fiebre. La duración de este estado suele ser entre cinco a diez días, y dependiendo del tipo de afección o del estado de energía (Qi) que favorezca nuestras propias defensas. El objetivo del tratamiento según la MTC va a ser dependiendo del tipo de afección, la de regular y mejorar tanto el elemento Qi de nuestro cuerpo como el de mejorar la relación de los meridianos afectados que se encuentren en bloqueo o estén mermados.

ETIOLOGIA Y PATOGENIA:

El resfriado en terminología de la MTC según se denomina , es debido principalmente a un ataque de Viento perverso exógeno (externo), éste ataque puede estar acompañado de Viento frío, calor o humedad, por lo que en Otoño e Invierno es mas predominante el ataque de viento frío, y en primavera hasta el verano el viento calor o el calor humedad.

El Pulmón es el órgano principal que controla la respiración, la piel y los pelos (poros de nuestra piel), la nariz y la boca son su conexión externa, el viento perverso puede penetrar a través de ellos, causando una serie de signos y síntomas en este órgano y en su energía defensiva. Si el factor patógeno exógeno tiende al frío, su órgano principal y su energía se bloquean, la función de distribución y descenso del pulmón se merman, y se cierran los poros, no hay sudoración (frío endógeno descenso de la temperatura corporal), si el factor patógeno tiende al calor, la función de purificación y descenso del pulmón se merma, se abren los poros (fiebre y sudoración aumento de la temperatura corporal).

DIAGNÓSTICO EN MTC:

Primer caso: resfriado debido al viento frío:

Nariz tapada, rinorrea clara, picor ligero en la garganta, estornudos, tos, “ TAN “ fluido y claro (flema) , temor al frío, sin sudoración, sin fiebre, dolor de la cabeza y del cuerpo, capa de la lengua suave y blanquecina, pulso superficial y apretado.

Su diagnostico según MTC seria denominado como: **El Viento frío ataca y bloquea la superficie del cuerpo y obstruye el Qi de pulmón**

Segundo caso: resfriado debido al viento calor:

Nariz tapada y seca con poca rinorrea, dolor e hinchazón de la garganta, sed de bebidas predominantemente frías o frescas, tos con TAN amarillo y viscoso, fiebre acentuada, sudoración, cefalea, ojos congestionados, capa de la lengua suave y amarilla, pulso superficial y rápido.

Su diagnostico según MTC seria denominado como: **el viento calor ataca al pulmón que pierde su función de purificación y descenso.**

Tercer caso: resfriado debido al calor humedad

Pesadez de la cabeza con sensación en embotamiento (parecido a una sensación de tener la cabeza envuelta en una toalla), pesadez y dolor de las articulaciones de los miembros y músculos, fiebre, temor al frío, poca sudoración, tos ligera, TAN blanco y pegajoso, opresión torácica y abdominal, nauseas, distensión abdominal, heces pastosas, en algunos casos diarrea, orina poca y oscura, capa de la lengua espesa y seborreica o amarilla y seborreica, pulso retrasado o superficial y rápido.

Su diagnostico según MTC seria denominado como: **El calor humedad lesiona la superficie del cuerpo y produce un desarreglo entre el pulmón y la energía defensiva.**

TRATAMIENTO SEGÚN LA MTC:

Primer caso: resfriado debido al viento frío:

Método: dispersar el viento frío, liberar la superficie del cuerpo con técnicas de dispersión y de moxibustión.

Selección de puntos: 7P, 20 IG, 12V (con moxa), 20VB, 64V, ventosa en el 12V y 13V durante 15 minutos.

Segundo caso: resfriado debido al viento calor:

Método: dispersar el viento calor, purificar el pulmón con técnicas de dispersión.

Selección de puntos; 5P, 10P, 11IG, 14DM (también llamado Vaso Gobernador o Mar de los meridianos Yang), 5TR, hacer sangrar unas gotitas el 11P en caso de inflamación de la garganta (esta técnica es muy efectiva y elimina la inflamación y el dolor a la deglución de forma rápida y duradera).

Tercer caso: resfriado debido al calor humedad

Método: dispersar el calor, disolver la humedad y regular la relación Biao-li de los Meridianos con técnicas de dispersión

Selección de puntos: 8P, 4IG, 12 RM (también llamado vaso concepción), 36E, 6TR, se puede añadir el 14DM si tiene fiebre alta, 9B si la humedad es fuerte y el 25E si tiene diarrea fuerte.

AURICULO PUNTURA:

Selección de puntos: Pulmón, tráquea, nariz interna, bazo, subcórtez, escoger puntos bilaterales y aplicar una estimulación fuerte y dejar las agujas durante 10 o 20 minutos.

MÉTODO DE PREVENCIÓN:

Un buen método de prevención, es realizarse un automasaje en los puntos 20IG y 4IG, hasta conseguir una rojez y sensación de molestia por el estímulo unas dos o tres veces al día además de moxar el tantas veces recurrido 36E