

Buscando el Equilibrio

Gratuita para
los socios



Núm.20
· 3er Trimestre 2026



SOCIETAT D'ACUPUNTORS

Fundada en 1981, somos la primera organización profesional de acupuntores y profesionales de la Medicina Tradicional China (MTC) y otras TN, registrada en el Departament de Treball de la Generalitat de Catalunya el 28 de mayo de 1981 con número de depósito 08/13-C, la más activa y la primera creada en España.

Desde hace casi 40 años trabajamos para conseguir un Registro de profesionales que acredite y regule a los profesionales en ejercicio con el epígrafe 841 otorgado por la administración del Estado y, en apoyar la regulación de los Estudios de MTC.

NUESTROS OBJETIVOS

- » Promocionar los intereses y derechos de nuestros socios ante todas las administraciones públicas de España.
- » Promover un Registro de profesionales que acredite y regule el ejercicio de nuestra profesión que la administración ha reconocido mediante el epígrafe 841, en el actual sistema español.
- » Defender a nuestros asociados de todas las actuaciones judiciales y extrajudiciales que pudieran emprender las distintas administraciones o algún otro colectivo profesional en contra de su actividad diaria.
- » Asesoramiento integral de nuestros socios en todos los ámbitos relacionados con su actividad profesional.
- » Organización de campañas publicitarias dirigidas a la ciudadanía a fin de promocionar el uso de la Medicina Tradicional China y su conocimiento.
- » Poner en contacto a usuarios de la Acupuntura y demás Terapias con nuestros socios.
- » Organización constante de seminarios de formación continua y reciclaje en Terapias.
- » Organización de seminarios dirigidos a mejorar la dirección de la consultas profesionales en áreas de gestión administrativa, comercial y marketing.
- » Organización de Congresos y eventos, participación en Ferias especializadas del sector.

HORARIO

EL horario de atención telefónica de lunes a viernes es de 10,00h a 14,00h

Tel: 932 682 964 M. 617 977 812

e-mail: info@sac-aae.org

<https://asociacionacupuntores.com/>



La cartera de servicios que ofrecemos se revisa de forma periódica para adaptarnos a la evolución constante de nuestro sector profesional, a las exigencias del mercado y al nacimiento de nuevas obligaciones jurídicas-administrativas que surgen en el ámbito de la gestión diaria de los centros de trabajo de nuestros socios. Todo ello sin olvidar nuestro principal objetivo: la promoción, defensa y regulación de nuestra profesión

SERVICIOS AL SOCIO

- » .- Formación
- » .- Artículos
- » .- Vídeos
- » .- Área privada
- » .- Revista Trimestral
- » .- Listado de Terapeutas
- » .- Servicio de Gestoría
- » .- Acreditaciones de Calidad



SUMARIO

04

EDITORIAL

05

EL TRATAMIENTO DEL SHEN

Cuando la persona no viene solo por dolor

10

EL MOVIMIENTO DEL QI

Tratar más allá del punto

13

LA LENGUA

Mucho más que color y saburra

16

TUI-NA CERVICAL

Bloqueo de Qi y Xue en cuello y cintura escapular

20

HUANG QI

Astragalus membranaceus: una planta, muchas posibilidades

24

SEGUIR EL TAO

Contraportada

EDITORIAL



BUSCANDO EL EQUILIBRIO

EDITA: Societat D'Acupuntors de Catalunya

Av.Diagonal, 131

08018 Barcelona

Tel: 932 682 964 Wp 617977812 mail info@sac-aae.org

www.sac-aae.org

DIRECTOR: Mateu Sabaté Fortuny

DISEÑO Y MAQUETACIÓN: Cornellá Graphics

TIRADA: Revista Interactiva para Socios

PUBLICIDAD Y REDACCIÓN: revista.sac.bcn@gmail.com

DISTRIBUCIÓN: Descarga desde la Web de la SAC-AAE

Fotografías: Unsplash, pexels, pixabay y propias del editor

*Los anunciantes realizan una colaboración sin pago alguno ya que, lo consideramos una valiosa aportación a nuestros socios.

*La revista es totalmente gratuita para los socios de la Societat D'Acupuntors de Catalunya y para los de la Asociación Acupuntores de España.



Queridos compañeros y amigos:

Llegamos a un nuevo número de Buscando el Equilibrio con la misma ilusión de siempre y con el deseo de seguir compartiendo aquello que nos une: nuestra pasión por la Medicina Tradicional China y por una profesión en la que nunca dejamos de aprender.

Muchos de los que leéis estas páginas sois, además de compañeros, amigos con los que he compartido cursos, conversaciones, experiencias clínicas y buenos momentos. Por eso me gusta pensar que esta revista no es solo un espacio de información, sino también un punto de encuentro entre todos nosotros.

Cada persona que acude a nuestro Centro Terapéutico nos recuerda que no existen dos casos iguales. Nos obliga a observar, escuchar, relacionar signos y síntomas y, muchas veces, a replantearnos aquello que creíamos tener claro. Esta búsqueda constante forma parte de la riqueza de nuestro trabajo.

En este número volvemos a recorrer distintas facetas de nuestro trabajo: acupuntura, diagnóstico, Tui-Na, fitoterapia, auriculoterapia y otras técnicas que amplían nuestra manera de entender y acompañar a las personas que confían en nosotros/as.

Espero que estas páginas os resulten útiles, que despierten alguna reflexión y que, entre consulta y consulta, os permitan disfrutar también de ese intercambio de conocimientos que siempre nos hace crecer.

Gracias por seguir ahí, por compartir este camino y por mantener viva nuestra profesión.

Un fuerte abrazo.

MATEU SABATÉ

EDITOR

El tratamiento del Shen: Cuando la persona no viene solo por dolor



En consulta es frecuente que el motivo inicial sea aparentemente sencillo: una cervicalgia, una cefalea recurrente, una alteración digestiva, cansancio o una molestia musculoesquelética. Sin embargo, al profundizar en la entrevista aparecen con frecuencia otros elementos: sueño fragmentado, pensamientos persistentes, irritabilidad, preocupación difícil de detener, sensación de alerta, miedo, palpitaciones o una pérdida progresiva de la capacidad de descansar.

Desde la perspectiva de la Medicina Tradicional China, estos signos no constituyen necesariamente un segundo problema añadido al primero. Pueden formar parte del mismo entramado energético.

Hablar del Shen implica, por tanto, ir mucho más allá de intentar “calmar la mente”.

El Shen se aloja en el Corazón, pero su estabilidad depende de la correcta relación entre los diferentes Zang, de la suficiencia de Qi, Xue, Yin - Yang y Jing y de la capacidad del organismo para mantener un movimiento armónico entre ascenso y descenso, interior y exterior, actividad y reposo.

El Shen puede estar agitado porque algo lo perturba, pero también porque carece de aquello que debería nutrirlo y arraigarlo. Esta distinción, aparentemente sencilla, modifica por completo nuestra estrategia terapéutica.

Shen y los cinco aspectos psíquicos

Aunque tradicionalmente afirmamos que el Corazón alberga el Shen, reducir toda manifestación emocional al Xin sería simplificar excesivamente la fisiología energética china.

La tradición relaciona los cinco Zang con distintas expresiones de la actividad psíquica: el Shen con el Corazón, el Hun con el Hígado, el Yi con el Bazo, el Po con el Pulmón y el Zhi con el Riñón.

No son entidades independientes. Se influyen continuamente.

El Shen proporciona conciencia, lucidez y coherencia al conjunto. El Hun participa en la capacidad de proyectarse, imaginar, planificar y dar dirección al movimiento vital. El Yi está relacionado con el pensamiento, la reflexión y la capacidad de concentrarse. El Po mantiene una vinculación estrecha con la dimensión corporal, sensorial e instintiva. El Zhi expresa la voluntad profunda y la capacidad de perseverar.

Por eso, ante insomnio, ansiedad, rumiación o inquietud, quizá la primera pregunta no deba ser “¿qué punto calma el Shen?”, sino:

¿Qué relación funcional está impidiendo que el Shen encuentre estabilidad?

Esta manera de formular el problema nos aleja del protocolo y nos devuelve al diagnóstico.

El Corazón: albergar requiere nutrir

Para que el Shen permanezca estable necesita una residencia adecuada.

La Sangre y el Yin de Corazón proporcionan esa base material. Si son insuficientes, el Shen puede perder arraigo y aparecer sueño superficial, dificultad para conciliarlo, múltiples despertares, palpitaciones, sobresalto fácil, memoria disminuida o una inquietud relativamente sutil pero persistente.

No suele ser la agitación exuberante de un exceso de Fuego. La persona puede mostrarse cansada y, al mismo tiempo, incapaz de descansar.

La observación de la lengua y el pulso adquiere aquí especial valor. Una lengua pálida y un pulso fino pueden orientar hacia insuficiencia de Sangre; una lengua más roja, con escasa capa, junto con un pulso fino y algo rápido, nos conduce hacia una insuficiencia de Yin con calor por vacío.

La diferencia no es menor.

En el primer caso podríamos considerar la conveniencia de nutrir Sangre y fortalecer aquello que la produce. En el segundo, nutrir Yin y moderar el calor vacío adquiere mayor importancia.

C7 Shenmen puede tener sentido en ambos escenarios, pero no exactamente por el mismo motivo. Como punto Yuan del Corazón, su interés no reside simplemente en que sea un “punto para la ansiedad”, sino en su capacidad para intervenir sobre la relación entre Corazón y Shen. Su función deberá integrarse con el resto de la estrategia.

Si el cuadro presenta una importante repercusión torácica, palpitaciones, opresión o sensación de nudo, PC6 Neiguan puede ser una elección razonable por su capacidad para regular el Qi del tórax, armonizar el Corazón y establecer una relación funcional entre lo emocional y su expresión somática.

La elección no debería ser C7 más PC6 porque “calman”, sino porque responden a una lectura concreta del cuadro.

Hígado y Hun: cuando el movimiento pierde libertad

El Hun depende de la Sangre de Hígado para permanecer correctamente enraizado, mientras que el Hígado necesita asegurar el libre flujo del Qi para que la actividad emocional pueda desarrollarse sin quedar bloqueada.

En la práctica clínica, ambos aspectos se entremezclan con frecuencia.

Cuando el Qi de Hígado se estanca, la persona puede experimentar tensión interna, irritabilidad, suspiros, opresión costal o torácica, distensión, cefalea, contractura muscular, digestiones alteradas o la sensación de no poder “desconectar”.

La emoción no permanece únicamente en el plano mental; se expresa en el movimiento del Qi.

En este contexto, H3 Taichong puede tener sentido cuando nuestra intención es restaurar la libre circulación del Qi de Hígado. Pero debemos preguntarnos siempre qué hay debajo de ese estancamiento.

Si encontramos un cuadro constitucionalmente débil, con insuficiencia de Sangre o Qi, una movilización excesiva puede no ser la mejor decisión. A menudo convivirán estancamiento y vacío, y será precisamente esa coexistencia la que explique la cronicidad.

Cuando el estancamiento prolongado genera calor, la presentación cambia: irritabilidad más marcada, sueño agitado, sabor amargo, ojos rojos, cefalea temporal, pulso Xian y posiblemente Shu, lengua con bordes más rojos.

En ese escenario, H3 continúa siendo valorable, pero la intención terapéutica ya no es simplemente “mover”. Debemos preguntarnos si necesitamos también drenar, enfriar o proteger los líquidos.

La elección de cada punto debe expresar esa intención.



MOXIBUSTIÓN PROFESIONAL

Moxa de pureza excepcional para una aplicación precisa

Moxa en polvo para agujas y conos. Una selección profesional con nivel de pureza tres estrellas.



Empresa Doc Save Pedidos: 91 005 91 96
Lunes a viernes, de 8:30 a 18:00 h

Bazo y Yi: el pensamiento que se convierte en rumiación

El Yi permite reflexionar, estudiar, memorizar y mantener la atención sobre una idea. Cuando esta función pierde equilibrio, el pensamiento deja de ser productivo y comienza a girar sobre sí mismo.

La persona puede describirlo de una manera muy sencilla: “mi cabeza no para”.

En muchos casos aparece un círculo clínico característico. La preocupación excesiva debilita el Bazo, mientras que un Bazo debilitado pierde capacidad para transformar y transportar adecuadamente, tanto en su dimensión fisiológica como en la organización del pensamiento.

Podemos encontrar cansancio, pesadez, distensión abdominal, heces blandas, falta de concentración, tendencia a la preocupación y una lengua con marcas dentales o saburra algo húmeda.

Aquí se hace evidente la limitación de un tratamiento basado exclusivamente en puntos destinados a aquietar el Shen.

Si el Yi no encuentra sostén porque el Qi de Bazo está debilitado, será difícil obtener cambios duraderos sin intervenir sobre ese terreno.

E36 Zusanli puede valorarse cuando deseamos fortalecer Qi y favorecer la función de transformación. B6 Sanyinjiao puede adquirir especial interés cuando la insuficiencia de Bazo se acompaña de afectación de Sangre, Yin o de una participación clara de Hígado y Riñón.

Sin embargo, tampoco aquí existe una fórmula fija.

Una persona con rumiación, pesadez, plenitud epigástrica y abundante humedad puede necesitar una estrategia muy diferente a otra con rumiación, cansancio, palidez y signos de insuficiencia de Sangre.

La misma manifestación mental puede nacer de terrenos distintos.

Riñón y Zhi: cuando falta sostén profundo

El Riñón alberga el Zhi, frecuentemente traducido como voluntad.

No se trata únicamente de fuerza de voluntad en un sentido psicológico moderno. El Zhi está relacionado con la capacidad profunda de sostener una dirección, perseverar y mantener estabilidad frente a las exigencias prolongadas.

Tras largos períodos de agotamiento, estrés continuado, enfermedad o exceso de trabajo, algunas personas presentan una combinación muy particular de cansancio, inseguridad, miedo, reducción de iniciativa y sensación de que aquello que antes podían afrontar ahora resulta desproporcionadamente difícil.

En estos casos, la alteración del Shen puede tener una raíz más profunda.

Si predomina una insuficiencia de Yang de Riñón, podremos encontrar frío, debilidad lumbar, micciones frecuentes, cansancio profundo y una tendencia al retraimiento. Si el problema reside sobre todo en Yin de Riñón, serán más probables el calor nocturno, sequedad, tinnitus, sueño perturbado, lengua roja o pelada y pulso fino y rápido.

R3 Taixi puede considerarse cuando deseamos sostener la función del Riñón, pero su presencia en un tratamiento debe responder a esa lectura, no a una asociación simplificada entre Riñón y miedo.

En cuadros de insuficiencia de Yin con alteración nocturna, R6 Zhaohai puede adquirir interés por su relación con Yin Qiao Mai y por su capacidad para nutrir Yin dentro de una estrategia más amplia.

Y nuevamente debemos recordar que tonificar no significa utilizar automáticamente el mismo grupo de puntos en todos los vacíos.

Pulmón y Po: una relación a menudo olvidada

Cuando hablamos de Shen en consulta solemos pensar en Corazón, Hígado, Bazo y Riñón, pero el Pulmón merece también atención.

El Po está estrechamente vinculado al cuerpo, al ritmo, a la respiración y a nuestra capacidad de responder de manera inmediata al entorno.

En personas atravesadas por procesos prolongados de tristeza, duelo o pérdida puede observarse una respiración superficial, opresión torácica, suspiros, fatiga, voz débil o dificultad para recuperar la sensación de vitalidad.

No necesariamente estamos ante una alteración primaria del Corazón.

La regulación del Qi de Pulmón y de la dinámica torácica puede modificar de forma considerable el estado general. En algunos casos, puntos como P7 Lieque pueden considerarse si la clínica y la dinámica de los canales justifican su elección. En otros, el eje Pulmón-Riñón o la relación entre tórax, respiración y PC6 puede resultar más relevante.

La intención sigue siendo la misma: comprender primero el mecanismo.

El insomnio no es un diagnóstico energético

Pocas manifestaciones muestran tan claramente la necesidad de diferenciar como el insomnio.

Dos personas pueden dormir cuatro horas y necesitar tratamientos completamente distintos.

Conviene observar no solamente cuántas horas duerme alguien, sino cómo se altera la arquitectura del sueño desde la perspectiva clínica.



¿Existe dificultad para conciliarlo? ¿Despertar frecuente? ¿Sueño agitado? ¿Muchos sueños? ¿Despertar a una hora determinada? ¿Calor nocturno? ¿Palpitaciones? ¿Rumiación? ¿Irritabilidad? ¿Sensación de hambre nocturna? ¿Sobresalto? ¿La persona duerme pero no siente descanso?

Cada respuesta cambia nuestra interpretación.

Una dificultad para dormir con palpitaciones, cansancio y lengua pálida puede sugerir que el Shen no está suficientemente nutrido. Un sueño alterado con marcada irritabilidad y signos de calor conduce hacia otra dirección. Un despertar acompañado de pensamientos repetitivos y signos claros de vacío de Bazo exige otra lectura.

Podríamos considerar Anmian, Yintang, C7 u otros puntos, pero su utilización como simples “puntos del insomnio” empobrecería el razonamiento.

Un punto extraordinario como Anmian puede ser útil para modular el sueño, pero no debería sustituir el tratamiento del patrón subyacente.

Ansiedad: una palabra, muchos mecanismos

Algo similar ocurre con la ansiedad.

El término describe una experiencia, no un patrón de MTC.

Podemos encontrar ansiedad con Fuego de Corazón, con insuficiencia de Sangre, con desarmonía Corazón-Riñón, con estancamiento de Qi de Hígado, con Flema-Calor perturbando el Shen, con insuficiencia de Qi de Bazo o dentro de cuadros mixtos en los que varios mecanismos se alimentan entre sí.

La exploración debe buscar qué cualidades tiene esa inquietud.

Una agitación intensa, con calor, sed, lengua roja y pulso rápido no se interpreta igual que una inquietud acompañada de cansancio, palpitaciones y palidez. Tampoco una sensación de ansiedad que aumenta con plenitud torácica y suspiros equivale a otra dominada por miedo, debilidad lumbar y agotamiento.

Este es uno de los motivos por los que resulta peligroso construir protocolos por nombres de síntomas.

El cuadro mixto: probablemente lo más frecuente

Los patrones de manual resultan extremadamente útiles para aprender, pero la consulta cotidiana presenta cuadros más complejos.

Una persona puede tener insuficiencia de Qi de Bazo, desarrollar insuficiencia de Sangre, perder nutrición del Corazón y, al mismo tiempo, presentar estancamiento de Qi de Hígado secundario al estrés mantenido.

¿Qué tratamos primero?

La respuesta depende del momento clínico.

Si predomina una fuerte agitación quizá debamos regular antes de tonificar intensamente. Si encontramos un vacío importante, una estrategia excesivamente dispersante puede agotar aún más. Si existe Flema, calor o estasis, tonificar sin resolver previamente la obstrucción puede no ser adecuado.

La raíz y la rama no son conceptos abstractos: ayudan a decidir prioridades.

A veces es necesario tratar primero la rama para que la persona pueda dormir. Otras veces será imposible estabilizar el sueño mientras no mejore el terreno de Sangre, Yin o Qi.

El tratamiento puede variar sesión a sesión según evoluciona el cuadro.

Y ahí reside precisamente una de las fortalezas de la acupuntura cuando se utiliza desde el razonamiento tradicional: el tratamiento no tiene por qué permanecer idéntico cuando la persona ya no es la misma que en la sesión anterior.

Un ejemplo de razonamiento

Imaginemos a una persona que consulta inicialmente por tensión cervical recurrente.

Durante la entrevista refiere despertares nocturnos, dificultad para desconectar del trabajo, digestión irregular, suspiros frecuentes y una sensación constante de presión en el pecho. La lengua presenta ligeras marcas dentales con bordes discretamente más rojos, y el pulso combina cierta debilidad en posiciones relacionadas con Bazo con una cualidad Xian más evidente.

Podríamos interpretar una coexistencia de debilidad de Bazo y estancamiento de Qi de Hígado, con repercusión sobre el Shen.

En este contexto, H3 Taichong podría considerarse para favorecer el libre flujo del Qi; PC6 Neiguan, si la opresión torácica y la repercusión emocional son relevantes; y E36 Zusanli, si entendemos que el terreno de Qi insuficiente requiere apoyo.

Si el sueño superficial y la inquietud muestran una participación clara del Corazón, podríamos valorar C7, pero no necesariamente tendría que estar presente desde la primera sesión.

Incluso los puntos locales cervicales podrían variar según canales afectados, palpación, restricción de movimiento y naturaleza del dolor.

Lo importante no son los puntos enumerados.

Lo importante es poder explicar por qué cada uno entra o sale del tratamiento.

Tratar el Shen es también saber observar

La inspección del Shen forma parte de la valoración tradicional.

La mirada, la presencia, la voz, la coherencia del discurso, la capacidad de establecer contacto, la velocidad al hablar y la manera de ocupar el espacio aportan información.

Una persona puede decir que se encuentra “bien” mientras muestra una inquietud corporal evidente. Otra puede describir muchos síntomas pero conservar una mirada clara, presencia y capacidad de regulación.

No debemos convertir cada gesto en diagnóstico, pero tampoco reducir nuestra valoración a una lista de síntomas.

El Shen también se observa.

Y la evolución del Shen puede ser uno de los primeros indicadores de que el tratamiento está produciendo un cambio, incluso antes de que desaparezca por completo el motivo inicial de consulta.

Una persona puede decir: “Todavía me duele, pero estoy durmiendo mejor y lo llevo de otra manera”.

Desde nuestra perspectiva, esa frase puede contener información clínica importante.

Más allá de calmar

Tratar el Shen no significa apagar emociones.

La alegría, la tristeza, el miedo, la reflexión o la cólera forman parte de la fisiología humana. El problema aparece cuando una emoción se vuelve excesiva, prolongada, insuficientemente expresada o incapaz de transformarse, y comienza a alterar el movimiento del Qi o a lesionar el equilibrio de los Zang.

Nuestra intervención no debería buscar que la persona “no sienta”, sino favorecer que el organismo recupere capacidad de regulación.

A veces será necesario mover.

Otras, nutrir.

En determinados cuadros habrá que eliminar calor, transformar Flema, sostener el Riñón, fortalecer Bazo o restaurar la comunicación entre Corazón y Riñón.

Y en muchos casos tendremos que hacer varias de estas cosas, pero no necesariamente todas a la vez.

Ese es el trabajo en consulta.

El Shen como reflejo del equilibrio global

Quizá una de las mayores aportaciones de la Medicina Tradicional China sea recordarnos que aquello que denominamos cuerpo y aquello que denominamos emoción no funcionan como territorios separados.

El Shen depende de la Sangre que lo nutre, del Yin que lo arraiga, del Qi que circula, del Jing que sostiene y de la armonía funcional entre los Zang.

Por eso un dolor puede hablarnos de algo más que de una obstrucción local.

Y un insomnio puede hablarnos de mucho más que del sueño.

Cuando elegimos C7, H3, PC6, E36, R3 o cualquier otro punto, la pregunta relevante no es si ese punto “sirve para” ansiedad, insomnio o preocupación.

La pregunta es otra:

¿Qué función necesito modificar en esta persona y por qué este punto puede ayudarme a hacerlo?

Mientras mantengamos viva esa pregunta, difícilmente caeremos en el protocolo.

Y quizá sea precisamente ahí, en la capacidad de observar, diferenciar y adaptar cada tratamiento, donde la Medicina Tradicional China muestra toda su profundidad.

Mateu Sabaté

Acupuntor/docente

El movimiento del Qi: tratar más allá del punto



En acupuntura hablamos constantemente de puntos. Los estudiamos, los clasificamos y los asociamos a funciones concretas. Sin embargo, cuanto más profundizamos en la práctica, más evidente resulta que el punto, por sí solo, explica muy poco.

Un punto forma parte de un canal, de una red de relaciones y de una dinámica de ascenso y descenso, interior y exterior, apertura y cierre. Está insertado en una persona concreta y en un momento concreto.

Por eso, antes de preguntarnos qué punto utilizar, quizá deberíamos formular otra cuestión:

¿Qué movimiento necesita recuperar este Qi?

El Qi no permanece estático

En la fisiología tradicional, el Qi asciende, desciende, entra, sale, impulsa, transforma, contiene y conecta.

El Pulmón difunde y hace descender. El Bazo favorece el ascenso de lo puro. El Estómago desciende. El Hígado garantiza el libre flujo. El Riñón recibe y sostiene. El San Jiao facilita la circulación entre los distintos niveles.

Cuando esta dinámica pierde armonía, aparecen manifestaciones patológicas.

Podemos encontrar Qi estancado, Qi rebelde, Qi hundido, Qi insuficiente para impulsar Xue o circulación alterada por Frío, Humedad, Flema, o factores patógenos.

El síntoma visible es solo una parte del proceso.

Una cefalea, por ejemplo, no nos dice necesariamente que debemos tratar la cabeza. Puede expresar ascenso de Yang de Hígado, Viento, estasis, insuficiencia de Sangre o una alteración del Shaoyang.

La localización orienta, pero la dinámica explica.

El punto como intervención sobre una función

Tomemos PC6 Neiguan.

Puede resultar útil ante náuseas, opresión torácica, palpitaciones o determinadas alteraciones del Shen. Pero la elección adquiere verdadero sentido cuando entendemos qué movimiento queremos modificar.

En una persona con náusea por Qi de Estómago rebelde puede ayudarnos a favorecer el descenso y armonizar el Jiao medio. Si existe opresión torácica con componente emocional, su interés puede estar más relacionado con la regulación del Qi torácico y del Pericardio.

El punto es el mismo.

La intención terapéutica cambia.

Algo similar ocurre con H3 Taichong. Puede considerarse cuando el libre flujo del Qi de Hígado está claramente comprometido: tensión, distensión, suspiros, irritabilidad, dolor cambiante o sensación de bloqueo.

Pero si ese estancamiento aparece sobre una insuficiencia importante de Qi o Xue, quizá movilizar no sea suficiente. Habrá que valorar también qué necesita sostenerse.

La elección del punto nace entonces del mecanismo y no del nombre del síntoma.

Ascender y descender

La relación entre ascenso y descenso explica numerosos cuadros clínicos.

Si el Qi de Estómago no desciende pueden aparecer eructos, hipo, náuseas o plenitud epigástrica.

Si el Pulmón pierde su capacidad descendente podemos encontrar tos, opresión torácica o disnea.

Si el Yang de Hígado asciende de forma excesiva pueden aparecer cefalea, mareo, irritabilidad o sensación de presión ascendente.



Y si el Qi de Bazo no sostiene el ascenso de lo puro pueden aparecer cansancio, pesadez, sensación de hundimiento o dificultad de concentración.

Pensar en direcciones nos obliga a mirar más allá del lugar donde aparece la manifestación.

Cuando el Qi se estanca

Una idea clásica, repetida a lo largo de la tradición médica china, puede resumirse así:

«Cuando el Qi circula libremente no hay dolor; cuando se obstruye, aparece el dolor.»

Más que tomarla como una fórmula rígida, interesa comprender el principio que encierra: el dolor puede indicarnos que algo ha perdido su capacidad de circular.

El estancamiento puede expresarse mediante dolor, distensión, plenitud, suspiros, tensión muscular o cambios emocionales.

Pero tampoco todo estancamiento debe dispersarse intensamente.

Si es reciente y claramente excesivo, movilizar puede ser adecuado. Si es crónico y aparece sobre un terreno vacío, quizá sea necesario mover y sostener al mismo tiempo.

Aquí puede tener sentido valorar puntos como H3 Taichong, IG4 Hegu o VB34 Yanglingquan, pero siempre preguntándonos qué queremos movilizar, en qué canal y con qué intensidad.

A veces el problema no es bloquear, sino no impulsar

No toda dificultad de circulación deriva de un exceso.

A veces el Qi no se mueve porque no tiene fuerza suficiente.

Una persona con cansancio, voz débil, digestión pobre y pulso vacío puede presentar pesadez o dolor sin un estancamiento pleno.

En estos cuadros, una estrategia exclusivamente dispersante puede resultar poco apropiada.

E36 Zusanli, B3 Taibai, RM6 Qihai o determinados Shu dorsales pueden considerarse cuando la intención es reforzar la capacidad de transformación y movimiento.

De nuevo, no porque “den energía”, sino porque queremos intervenir sobre una función concreta.

La palpación completa el diagnóstico

La palpación de canales aporta una información que el interrogatorio no siempre revela.

Un trayecto puede mostrarse tenso, vacío, frío, caliente, doloroso o presentar cambios de textura. Una zona alejada del motivo inicial puede ayudarnos a comprender mejor dónde se está expresando la alteración.

Esto resulta especialmente valioso en cuadros musculoesqueléticos.

Si únicamente tratamos el lugar donde duele, podemos obtener buenos resultados, pero también podemos perder información sobre el canal implicado, la dirección del bloqueo o el terreno sobre el que se produce.

Palpar nos ayuda a decidir si necesitamos liberar, movilizar, tonificar, calentar o simplemente reducir una tensión excesiva.

Técnica e intención

El tratamiento no termina al seleccionar un punto.

La profundidad, la dirección de la aguja, la estimulación, el tiempo de retención y la respuesta del tejido forman parte de la intervención.

Una misma localización puede utilizarse con intenciones distintas.

En algunos cuadros buscaremos una respuesta más intensa. En otros, un estímulo mínimo será suficiente.

También podemos incorporar moxibustión, ventosas, Gua-Sha o Tui-Na cuando la dinámica que queremos modificar no se beneficia únicamente de la aguja.

La técnica debería expresar la intención terapéutica.

El canal antes que el punto

Una pregunta útil antes de seleccionar puntos concretos es:

¿Qué canal o qué relación entre canales está expresando el desequilibrio?

¿Estamos ante Taiyang, Shaoyang, Yangming o Jueyin?
¿Existe una alteración interior-exterior? ¿Un problema de Jiao medio? ¿Una dificultad en la relación Corazón-Riñón?
¿Una participación de Chong Mai, Ren Mai o Yin Qiao Mai?

Cuando pensamos así, el punto aparece como consecuencia del razonamiento.

Eso no disminuye la importancia de conocer cada punto en profundidad. Al contrario: cuanto mejor comprendemos sus funciones y relaciones, más precisa puede ser nuestra elección.

Tratar más allá del punto

La acupuntura no consiste solamente en insertar agujas en lugares correctos.

Consiste en interpretar una organización energética y decidir dónde una intervención relativamente pequeña puede producir un cambio significativo.

A veces habrá que liberar.

Otras, favorecer un descenso, sostener un ascenso, movilizar, nutrir o calentar.

El punto es la puerta.

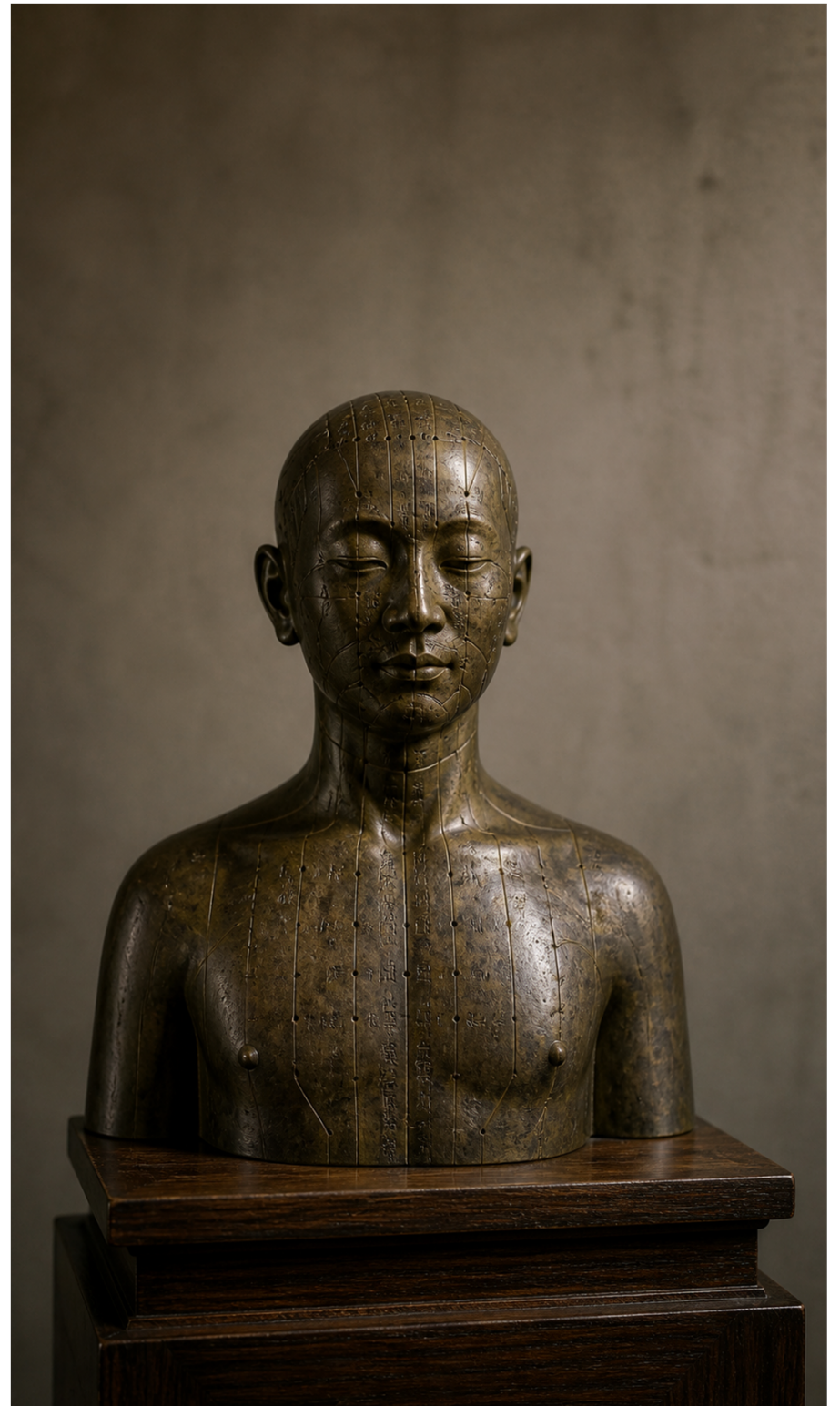
El canal es el recorrido.

El Qi es el movimiento.

Y nuestra tarea consiste en comprender qué dirección ha perdido el organismo y qué intervención puede ayudarle a recuperarla.

Cuando trabajamos de esta manera, dejamos de pensar únicamente en “puntos para”.

Empezamos a tratar relaciones.



SUMINISTROS PARA PROFESIONALES

Precisión y confianza para tu consulta

Más de 180 tipos de agujas y una selección profesional de material para acupuntura, moxibustión, auriculopuntura, accesorios y fitoterapia.



Material de Acupuntura · Moxibustión · Auriculopuntura · Fitoterapia
Todo lo que necesitas, en un solo lugar.

www.novasan.com
616 102 066 · 91 522 48 17

La lengua: mucho más que color y saburra



La observación de la lengua es uno de los pilares del diagnóstico en Medicina Tradicional China. A pesar de ello, en la práctica cotidiana es fácil reducir su lectura a dos aspectos: color del cuerpo lingual y características de la saburra.

Son importantes, sin duda, pero insuficientes.

La lengua también nos habla a través de su forma, humedad, movilidad, grosor, presencia de grietas, marcas dentales, zonas de coloración diferente, hinchazón, rigidez o desviaciones. Y, sobre todo, nos ofrece una imagen relativamente estable del terreno interno que puede ayudarnos a contrastar lo que encontramos en el pulso y en el interrogatorio.

No se trata de convertir cada signo lingual en una conclusión automática.

Una lengua pálida no significa siempre lo mismo. Una lengua roja no implica necesariamente calor pleno. Una grieta no puede interpretarse sin atender a su profundidad, localización, color del cuerpo lingual y resto de signos.

La lengua es un mapa, pero nunca un diagnóstico completo por sí sola.

El cuerpo lingual: más allá del color

El color continúa siendo una de las primeras referencias.

Una lengua de tono rosado, húmeda y con saburra fina suele considerarse dentro de la normalidad. A partir de ahí, los cambios de color pueden orientarnos hacia frío, calor, insuficiencia o estasis.

Una lengua pálida puede aparecer en insuficiencia de Qi, de Xue o de Yang, pero el resto de signos nos permitirá diferenciar.

Si además es húmeda, algo hinchada y con marcas dentales, puede orientarnos hacia insuficiencia de Qi o Yang de Bazo con retención de Humedad.

Si es pálida, más delgada y relativamente seca, la lectura puede acercarnos más a una insuficiencia de Xue.

Una lengua roja puede indicar calor, pero debemos observar si existe saburra abundante, si está pelada, si el enrojecimiento es general o localizado y si la raíz lingual conserva humedad.

Una lengua roja con saburra amarilla y pulso rápido puede acompañar un cuadro de calor pleno.

Una lengua roja, con escasa o nula saburra y aspecto más seco, puede sugerir insuficiencia de Yin con calor por vacío.

La diferencia es fundamental porque la estrategia terapéutica será completamente distinta.

La forma también diagnóstica

La forma de la lengua aporta información sobre el terreno energético y sobre los líquidos.

Una lengua hinchada suele hacernos pensar en acumulación de Humedad o Flema, a menudo vinculada a una función debilitada del Bazo. Sin embargo, debemos valorar también el color.

Si es pálida e hinchada, el componente de frío o insuficiencia de Yang puede ser importante.

Si es roja e hinchada, podemos estar ante Humedad-Calor o acumulación con calor interno.

Una lengua muy delgada, por el contrario, puede aparecer cuando faltan Xue o Yin suficientes para nutrir los tejidos.

En estos casos, el color vuelve a aportar matices: pálida y delgada orienta más hacia insuficiencia de Xue; roja y delgada, hacia insuficiencia de Yin.

No se trata de memorizar asociaciones aisladas, sino de relacionar signos.

Marcas dentales: un signo útil, pero no absoluto

Las marcas dentales suelen asociarse a insuficiencia de Qi de Bazo y a la presencia de Humedad.

Tiene lógica: cuando la función de transformación y transporte está debilitada, la lengua puede aumentar de volumen y presionar contra los dientes.

Pero una lengua con marcas dentales no nos autoriza por sí sola a concluir que existe insuficiencia de Bazo.

Debemos observar si hay cansancio, distensión abdominal, heces blandas, pesadez, apetito irregular, humedad en el cuerpo lingual o un pulso débil.

Si esas marcas aparecen en una lengua roja, hinchada y con saburra amarilla y pegajosa, el cuadro puede ser bastante diferente.

La morfología nunca debe separarse de la fisiopatología.

Humedad y sequedad

La cantidad de humedad en la lengua refleja, entre otros aspectos, el estado de los líquidos y la capacidad de transformarlos y distribuirlos.

Una lengua demasiado húmeda puede acompañar cuadros de Frío, insuficiencia de Yang o acumulación de Humedad.

Una lengua seca nos obliga a diferenciar entre consumo de líquidos por calor, insuficiencia de Yin o simple falta transitoria de hidratación.

Aquí conviene recordar algo muy práctico: la observación lingual también está sometida a factores externos.

La persona puede haber bebido café, té, fumado, utilizado colutorios, tomado alimentos pigmentados o simplemente haber pasado muchas horas sin beber.

Por eso, ante una lengua que parece llamativamente seca o teñida, conviene confirmar si el signo es consistente antes de darle un peso diagnóstico excesivo.

Las grietas: profundidad, localización y contexto

Las grietas son probablemente uno de los signos más sobreinterpretados.

Algunas personas presentan una lengua fisurada de forma constitucional sin que ello corresponda necesariamente a un cuadro patológico relevante.

Por eso debemos observar cuándo aparecen, cómo evolucionan y qué otras características las acompañan.

Una grieta central profunda en la zona correspondiente a Estómago puede adquirir interés si existe también sequedad, escasez de saburra, sensación de ardor epigástrico, hambre sin deseo de comer o signos de insuficiencia de Yin de Estómago.

Una grieta que alcanza la zona de Corazón puede adquirir significado cuando se acompaña de alteraciones del Shen, insomnio, inquietud o cambios de color en la punta lingual.

Sin embargo, nunca deberíamos concluir un diagnóstico solo por la presencia de la fisura.

La grieta indica una posible debilidad o alteración del tejido lingual; el patrón surge de la combinación de signos.

Las zonas linguales

La división de la lengua en zonas asociadas a distintos Zang-Fu es una herramienta orientativa, no una cartografía exacta.

De forma general, la punta se relaciona con Corazón y Pulmón; la zona central con Bazo y Estómago; los laterales con Hígado y Vesícula Biliar; y la raíz con Riñón, Intestinos y Jiao inferior.

Estas correspondencias pueden resultar útiles cuando observamos cambios localizados.

Por ejemplo, una punta claramente más roja puede reforzar la sospecha de calor o agitación de Corazón, especialmente si existe insomnio, palpitaciones o inquietud.

Un enrojecimiento lateral puede adquirir relevancia en cuadros de estancamiento de Qi de Hígado transformado en calor, sobre todo si encontramos irritabilidad, cefalea temporal o pulso Xian.

Una raíz sin saburra puede hacernos valorar el estado del Yin de Riñón o del Jiao inferior, pero nuevamente necesitaremos integrar el hallazgo con el resto del diagnóstico.

La zona orienta.

La clínica confirma o corrige.

La saburra: no solo su color

La saburra refleja especialmente el estado del Estómago, los líquidos y la relación entre Zheng Qi y factores patógenos.

Su color importa, pero también su grosor, textura, distribución, adherencia y raíz.

Una saburra fina suele corresponder a situaciones más superficiales o fisiológicas. Una saburra gruesa puede acompañar Humedad, Flema, retención de alimentos o factores patógenos más internos.

Si es blanca, podemos pensar en frío o Humedad, pero no exclusivamente.

Si es amarilla, el calor adquiere mayor protagonismo.

Una saburra amarilla y pegajosa puede orientar hacia Humedad-Calor.

Una saburra muy seca y amarilla puede sugerir calor consumiendo líquidos.

También interesa observar si la saburra tiene raíz, es decir, si parece surgir del cuerpo lingual o si da la impresión de estar simplemente depositada sobre él.

Una saburra sin raíz puede aparecer en cuadros de debilidad de Qi de Estómago.

El valor de la evolución

Uno de los aspectos más interesantes de la lengua es que permite observar cambios entre sesiones.

No siempre cambian primero los síntomas que motivaron la consulta.

En ocasiones la persona refiere todavía molestias, pero la lengua empieza a mostrar menos hinchazón, una saburra menos espesa o una recuperación gradual de humedad.

Estos cambios pueden ayudarnos a comprender si la dirección del tratamiento es coherente.

También puede ocurrir lo contrario.

Una lengua que pierde progresivamente saburra y humedad mientras la persona refiere cansancio, sequedad o calor nocturno puede obligarnos a revisar una estrategia demasiado dispersante o demasiado caliente.

La lengua, por tanto, no sirve solamente para diagnosticar al inicio.

Puede ayudarnos a reevaluar.

Caso comparativo 1: dos lenguas pálidas

Imaginemos dos personas con lengua pálida.

La primera presenta una lengua pálida, hinchada, húmeda y con marcas dentales. Refiere cansancio después de comer, distensión abdominal, heces blandas y sensación de pesadez.

Aquí podríamos pensar en insuficiencia de Qi de Bazo con acumulación de Humedad, quizá con participación de Yang si el frío es marcado.

La segunda presenta una lengua pálida, relativamente fina y menos húmeda. Refiere mareo al levantarse, palpitaciones, menstruaciones escasas y sueño superficial.

Aunque ambas lenguas son pálidas, el segundo cuadro puede orientarnos más hacia insuficiencia de Xue.

El color coincide.

El patrón no.

Caso comparativo 2: dos lenguas rojas

La primera es roja, con saburra amarilla y algo espesa. La persona presenta sed, irritabilidad, sensación de calor, pulso rápido y cefalea temporal.

Podemos considerar un cuadro de calor con posible participación de Hígado.

La segunda lengua también es roja, pero fina, seca y con poca saburra. La persona refiere calor nocturno, sudoración al dormir, tinnitus y cansancio.

Aquí el calor puede ser secundario a insuficiencia de Yin.

Tratar ambos casos como si el color rojo significara lo mismo conduciría a errores importantes.

Caso comparativo 3: una grieta central

Una persona presenta una grieta central profunda desde hace años, sin síntomas digestivos relevantes, con lengua de color y humedad normales.

Otra presenta una grieta similar, pero con lengua roja, seca, sin saburra en el centro, ardor epigástrico y sensación de hambre irregular.

La imagen se parece.

El significado clínico cambia completamente.

En el primer caso, la grieta puede tener un componente constitucional con escasa relevancia patológica.

En el segundo, puede reforzar la hipótesis de insuficiencia de Yin de Estómago.

Observar sin forzar el diagnóstico

La lengua es extraordinariamente útil cuando confirma una hipótesis clínica.

Se vuelve peligrosa cuando intentamos hacer que todos sus signos encajen en una teoría previa.

Una lengua puede mostrar elementos aparentemente contradictorios porque la persona presenta un cuadro mixto: vacío con exceso, Humedad con calor, insuficiencia de Yin con Flema, estancamiento sobre un terreno debilitado.

Es precisamente en esos cuadros complejos donde la lengua puede ayudarnos a ordenar prioridades.

¿Qué parece más antiguo?

¿Qué signo refleja el terreno y cuál la rama actual?

¿Qué está cambiando entre sesiones?

¿Qué concuerda con el pulso y qué no?

Cuando dos métodos diagnósticos parecen contradecirse, no necesariamente uno está equivocado. Puede que estemos observando diferentes capas del mismo proceso.

Una lengua viva

La observación lingual no debería reducirse a una fotografía fija.

La lengua cambia.

Cambia con la evolución del cuadro, con la alimentación, con el clima, con los tratamientos y con el paso del tiempo.

Por eso resulta útil fotografiarla en condiciones similares, comparar imágenes entre sesiones y evitar interpretaciones basadas en una única observación aislada.

Para el profesional experimentado, la lengua no es simplemente un catálogo de colores y saburras.

Es una expresión visible de procesos internos.

Forma, humedad, grosor, movilidad, grietas, marcas dentales, distribución de la saburra y cambios zonales pueden aportar información valiosa siempre que se interpreten dentro del conjunto.

Y quizá esa sea la clave: no preguntarnos únicamente “**qué significa esta lengua**”, sino “**qué nos está diciendo esta lengua sobre la dinámica que ya estamos observando en la persona**”.

Tui-Na cervical: tratamiento del bloqueo de Qi y Xue en cuello y cintura escapular



La región cervical y la cintura escapular constituyen uno de los motivos de consulta más frecuentes en la práctica clínica. Rigidez, dolor, sensación de carga, limitación del movimiento, cefalea asociada o irradiación hacia hombro y brazo pueden aparecer dentro de cuadros muy distintos y no deberían reducirse a una única lectura.

Desde la Medicina Tradicional China, el dolor cervical puede relacionarse con obstrucción de Qi y Xue en los canales, invasión de Viento-Frío, acumulación de Humedad, estasis de Xue, insuficiencia que deja de nutrir tendones y músculos o combinaciones de varios mecanismos.

El Tui-Na ofrece una ventaja importante: permite explorar y tratar al mismo tiempo.

La mano no solo aplica una técnica. Palpa, compara, identifica cambios de textura, temperatura, tensión y respuesta del tejido. Esa información puede modificar nuestra estrategia durante la propia sesión.

Antes de tratar: diferenciar

Una cervicalgia con dolor difuso, sensación de distensión y cambios según el estado emocional puede orientarnos hacia estancamiento de Qi.

Si el dolor es fijo, intenso, punzante y claramente localizado, especialmente tras traumatismo o cronicidad prolongada, la estasis de Xue adquiere mayor relevancia.

Cuando existe rigidez intensa con aversión al frío y mejoría clara con calor, podemos valorar la participación de Viento-Frío. Si predominan pesadez, embotamiento y sensación de carga, la Humedad puede formar parte del cuadro.

En cambio, una molestia crónica acompañada de debilidad, cansancio, sensación de vacío o empeoramiento al final del día puede sugerir que la obstrucción convive con una insuficiencia subyacente.

La técnica manual debería responder a estas diferencias.

No es lo mismo movilizar un cuadro de exceso claro que trabajar sobre una persona con tejidos poco nutridos, agotamiento y dolor recurrente.

Canales implicados

La distribución del dolor ayuda a identificar qué canales participan.

El **Taiyang** suele tener un papel importante en molestias de la región posterior del cuello y occipital. El trayecto de Vejiga y, en menor medida, Intestino Delgado puede estar especialmente implicado en rigidez posterior y dolor asociado a la musculatura paravertebral y escapular.

El **Shaoyang**, a través de Vesícula Biliar y San Jiao, adquiere relevancia cuando la molestia predomina en lateral cervical, trapecio superior, zona temporal o región alrededor del hombro.

El **Yangming**, especialmente Intestino Grueso, puede participar cuando existe irradiación hacia la cara lateral del brazo o una afectación más anterior del hombro.

También conviene valorar Jueyin y Taiyin cuando la tensión cervical se acompaña de opresión torácica, alteraciones emocionales o una relación clara entre diafragma, respiración y cintura escapular.

La palpación de canales puede confirmar o matizar lo que sugiere la localización del dolor.

La palpación como guía

Antes de iniciar maniobras más activas, conviene dedicar tiempo a la exploración.

Podemos palpar la musculatura paravertebral cervical, trapecio, elevador de la escápula, supraespinoso, infraespinoso, romboides y región suboccipital.

También interesa recorrer los canales implicados, observar cambios de temperatura, zonas de vacío, cordones tensos, puntos dolorosos o áreas donde el tejido parece menos elástico.

Un Ashi especialmente reactivo puede ser clínicamente relevante, pero no necesariamente debe convertirse en el centro exclusivo del tratamiento.

Su significado depende de cómo se integra en el patrón global.

Inicio del trabajo: preparar el tejido

En muchos casos resulta útil comenzar con maniobras amplias y relativamente suaves para valorar la respuesta de la persona y disminuir la tensión superficial.

Gun Fa, rodamiento, puede ser una buena opción sobre trapecio y región escapular cuando buscamos calentar tejidos, favorecer circulación y preparar una zona rígida.

Mo Fa o técnicas de fricción superficial pueden utilizarse cuando queremos una entrada más progresiva, especialmente si existe sensibilidad importante.

Rou Fa, amasamiento circular, permite trabajar de forma más localizada y graduar bien la intensidad.

La elección dependerá del cuadro.

En una persona muy tensa pero debilitada puede ser preferible comenzar con estímulos suaves y sostenidos. En una obstrucción más franca, con tejido duro y dolor a la presión, podremos aumentar progresivamente la intensidad.

Movilizar Qi y Xue

Cuando identificamos un bloqueo claro, las maniobras pueden orientarse a restablecer circulación.

An Fa, presión mantenida, puede utilizarse sobre puntos o zonas de tensión significativa. La presión no tiene por qué ser agresiva. Su profundidad y duración deben adaptarse a la respuesta del tejido.

Na Fa, pinzamiento y agarre, resulta especialmente útil en trapecio superior y musculatura de la cintura escapular cuando existe rigidez y sensación de congestión.

Tui Fa, empuje, puede emplearse siguiendo el recorrido de determinados canales o sobre grupos musculares para favorecer circulación y descarga.

En cuadros con estasis de Xue más evidente, el trabajo puede ser algo más profundo, siempre que la constitución y la tolerancia de la persona lo permitan.

Aquí el objetivo no es “romper” una contractura, sino mejorar progresivamente la movilidad del tejido y la circulación local.

Puntos que pueden integrarse

En Tui-Na, los puntos pueden trabajarse con presión, amasamiento, vibración o combinación de técnicas.

VB20 Fengchi puede ser interesante cuando existe tensión suboccipital, cefalea asociada o rigidez del cuello, especialmente si el Shaoyang o el Taiyang están implicados.

VB21 Jianjing puede resultar útil en tensión de trapecio superior y cintura escapular, aunque requiere prudencia por su localización y por determinadas situaciones en las que su estimulación debe evitarse.

ID11 Tianzong adquiere especial interés cuando existe tensión escapular profunda, dolor posterior del hombro o rigidez relacionada con el trayecto de Intestino Delgado.

IG15 Jianyu o **SJ14 Jianliao** pueden tener sentido cuando la afectación se extiende al hombro y existe limitación del movimiento.

V10 Tianzhu puede considerarse en rigidez posterior cervical y occipital.

Su elección debe partir del canal, la palpación y la dinámica del cuadro, no de una lista fija de puntos cervicales.

Distal y local

El tratamiento manual no tiene por qué concentrarse únicamente en la zona dolorosa.

En algunos casos puede ser útil trabajar puntos distales para regular el canal.

ID3 Houxi, por su relación con Du Mai y Taiyang, puede resultar interesante en determinados cuadros de rigidez cervical posterior.

SJ5 Waiguan puede considerarse cuando existe una participación clara del Shaoyang y tensión lateral de cuello y hombro.

IG4 Hegu puede incorporarse cuando buscamos favorecer la circulación de Qi en Yangming o cuando la distribución del dolor lo justifica.

Sin embargo, en Tui-Na también podemos trabajar el trayecto completo del canal mediante presión, rodamiento o empuje, en lugar de reducir la estrategia a puntos aislados.

Movilización articular

Una vez disminuida la tensión superficial y cuando no existen contraindicaciones, puede incorporarse movilización articular suave.

Flexión, extensión, rotación e inclinación lateral pueden ayudarnos a valorar restricciones y mejorar progresivamente el rango.

La movilización debe ser lenta, controlada y dentro de un rango confortable.

Las técnicas de alta velocidad no son necesarias para obtener buenos resultados y exigen una formación y valoración específica que va más allá del Tui-Na básico.

En presencia de mareo, síntomas neurológicos, dolor irradiado intenso, traumatismo reciente o sospecha de lesión estructural, la prudencia debe ser máxima.

Cuando hay Frío

Si el cuadro mejora con calor, presenta rigidez marcada y sensación de frío local, la combinación de Tui-Na con moxibustión puede ser especialmente útil.

Maniobras de fricción, rodamiento y presión pueden utilizarse para preparar la zona y favorecer la circulación antes de aplicar calor.

Puntos locales y regionales como V10, VB20 o Ashi pueden considerarse, pero la estrategia deberá integrar el estado general de la persona.

En un cuadro de Frío por insuficiencia de Yang, la intensidad del masaje puede necesitar ser más moderada que en una invasión externa de Frío sobre una persona robusta.

Cuando predomina la estasis de Xue

El dolor fijo, punzante, de larga evolución y con sensibilidad intensa puede orientarnos hacia estasis de Xue.

Aquí el Tui-Na puede buscar una movilización más profunda y progresiva mediante presión mantenida, amasamiento y trabajo sobre zonas de adherencia.

La respuesta del tejido es clave.

Una zona que se vuelve más blanda, caliente y menos dolorosa tras la manipulación suele indicar que la circulación está mejorando.

Pero un dolor que aumenta de forma marcada o permanece exacerbado después del tratamiento puede señalar que la intensidad ha sido excesiva.

Cuando hay vacío

En cervicalgias crónicas con cansancio, debilidad, sensación de vacío y dolor que mejora con presión suave, conviene evitar un enfoque demasiado dispersante.

Las maniobras pueden ser más lentas, rítmicas y nutritivas.

Gun Fa, Rou Fa y presión suave pueden resultar más adecuados que una estimulación intensa.

También podemos combinar el trabajo local con zonas y puntos destinados a sostener Qi y Xue, siempre dentro de una estrategia global.

En estos cuadros, reducir la tensión no es suficiente. Es importante favorecer que los tejidos recuperen capacidad de nutrición y sostén.

Secuencia posible de trabajo

Sin plantearlo como protocolo, una sesión puede organizarse de forma progresiva.

Podemos comenzar con observación y palpación, continuar con maniobras amplias de calentamiento, profundizar después sobre trayectos de canal y zonas de mayor tensión, integrar puntos relevantes y finalizar con movilización suave.

En algunos casos será útil terminar con técnicas más calmantes para que el tejido no quede excesivamente estimulado.

La duración y la intensidad dependerán de la constitución, la edad, la cronicidad y la respuesta durante la sesión.

Precauciones

La región cervical exige prudencia.

Debe evitarse el trabajo intenso en presencia de traumatismo agudo, fractura, inestabilidad cervical, fiebre, infección, inflamación aguda importante o sospecha de compromiso vascular.

La aparición de pérdida de fuerza, alteraciones de sensibilidad, dolor irradiado severo, mareo intenso, trastornos visuales o síntomas neurológicos requiere una valoración específica antes de continuar con tratamiento manual.

También conviene extremar la precaución en personas con osteoporosis avanzada, tratamiento anticoagulante o fragilidad importante.

El Tui-Na puede ser una herramienta muy eficaz, pero su seguridad depende tanto de la técnica como del criterio.

Tratar el movimiento, no solo la tensión

El cuello y la cintura escapular reflejan con frecuencia mucho más que una contractura local.

Pueden mostrar una alteración en la circulación del Qi y Xue, un canal bloqueado, una invasión de Frío, una acumulación de Humedad o un terreno insuficiente que deja de nutrir adecuadamente músculos y tendones.

El Tui-Na nos permite trabajar directamente sobre esa expresión corporal.

Pero su mayor riqueza aparece cuando la mano no actúa de manera automática.

Palpamos, interpretamos y adaptamos.

A veces será necesario movilizar con decisión. Otras, calentar. Otras, sostener y nutrir.

La técnica cambia porque cambia la persona.

Y quizá esa sea la esencia del Tui-Na clínico: utilizar el contacto no solo para relajar una zona, sino para comprender cómo se está expresando el desequilibrio y acompañar al cuerpo hacia una circulación más libre de Qi y Xue.



**FITOTERAPIA CHINA TRADICIONAL**

El complemento natural para un tratamiento integrado de acupuntura.

Misma filosofía. Mismo diagnóstico.

La acupuntura y la fitoterapia china comparten una misma visión del diagnóstico y del tratamiento. Juntas ayudan a ofrecer una atención más completa al paciente.

**NUTRE CON
FARMACOPEA CHINA**

Fórmulas vegetales para apoyar el tratamiento.

**POTENCIA Y PROLONGA
LA ACCIÓN**

Una respuesta práctica entre sesiones.



Proporciona el tratamiento integrado ideal de acupuntura

www.fitoki.es · Tel. 936 11 38 75

Una planta, muchas posibilidades: Huang Qi — Astragalus membranaceus



Dentro de la materia médica china, pocas sustancias representan tan bien la idea de “sostener” como **Huang Qi**.

Conocido habitualmente como Astrágalo, Huang Qi ocupa un lugar central en numerosas fórmulas clásicas por su capacidad para tonificar Qi, reforzar el exterior, favorecer el ascenso, promover la diuresis y contribuir a la generación de tejido cuando existe insuficiencia.

Sin embargo, reducir Huang Qi a la idea de “planta para subir las defensas” sería empobrecer enormemente su función tradicional.

Su uso adquiere sentido cuando comprendemos qué tipo de insuficiencia estamos tratando, qué relación existe entre Qi, Xue y líquidos y en qué momento del cuadro puede ser realmente útil.

Naturaleza, sabor y meridianos

Tradicionalmente se describe como de **naturaleza ligeramente tibia** y **sabor dulce**.

Entra principalmente en los meridianos de **Pulmón** y **Bazo**.

Esta combinación ya nos orienta hacia dos de sus grandes ejes funcionales: por un lado, sostener la función del Bazo en la producción y transformación del Qi; por otro, reforzar el Pulmón y la relación con el exterior.

El sabor dulce tiene una función tonificante y armonizadora, mientras que su naturaleza ligeramente tibia permite sostener sin generar un calentamiento excesivo en la mayoría de cuadros apropiados.

Aun así, no debe considerarse una sustancia neutra ni universalmente indicada.

Tonificar Qi

Una de las funciones más conocidas de Huang Qi es **tonificar Qi**, especialmente cuando existe insuficiencia de Bazo y Pulmón.

Puede resultar pertinente en personas con cansancio, voz débil, falta de fuerza, tendencia al agotamiento, apetito pobre o recuperación lenta.

No obstante, el matiz importante está en que Huang Qi no tonifica de la misma manera que otras sustancias.

En comparación con **Ren Shen**, su acción es menos profunda sobre Yuan Qi, pero posee una marcada capacidad para fortalecer la superficie y elevar el Qi.

En comparación con **Dang Shen**, puede resultar más útil cuando necesitamos reforzar el exterior o sostener el Yang Qi.

Por eso, elegir Huang Qi no debería depender solamente de encontrar cansancio.

Debemos preguntarnos qué función concreta del Qi está comprometida.

Elevar el Yang Qi

Huang Qi es especialmente valioso cuando el Qi de Bazo pierde capacidad para sostener.

En cuadros de hundimiento de Qi pueden aparecer sensación de pesadez, cansancio importante, prolapsos, diarrea crónica o una marcada sensación de descenso.

Aquí su función de elevar Yang y sostener Qi adquiere relevancia.

Una de las fórmulas clásicas donde esta acción se expresa con claridad es **Bu Zhong Yi Qi Tang**.

En esta fórmula, Huang Qi ocupa una posición central al tonificar el Qi del Jiao medio y ayudar a elevar lo que ha descendido.

El interés clínico no reside en utilizar Bu Zhong Yi Qi Tang cada vez que aparece cansancio, sino en identificar un cuadro donde la insuficiencia de Qi se acompaña realmente de hundimiento.

Si no existe ese mecanismo, la fórmula pierde parte de su lógica.

Reforzar el exterior

Otra de sus funciones clásicas es fortalecer el Wei Qi y consolidar la superficie.

Cuando el Qi de Pulmón es insuficiente, la capacidad de proteger el exterior puede debilitarse. La persona puede presentar sudoración espontánea, tendencia a resfriarse con facilidad o una cierta fragilidad ante cambios climáticos.

En este contexto, Huang Qi puede ayudar a consolidar la superficie.

Una fórmula clásica especialmente representativa es **Yu Ping Feng San**, combinación de Huang Qi, Bai Zhu y Fang Feng.

La estructura es elegante: Huang Qi refuerza Qi y exterior, Bai Zhu fortalece Bazo y contribuye a sostener la producción de Qi, mientras Fang Feng ayuda a proteger frente a factores externos sin cerrar de forma excesiva la superficie.

La fórmula no busca simplemente “estimular defensas”, sino restaurar la función tradicional de Wei Qi.

Promover diuresis y regular líquidos

Huang Qi también puede favorecer la transformación y movilización de líquidos cuando la retención aparece sobre un terreno de insuficiencia de Qi.

Esto es importante.

No se utiliza como un simple diurético.

Cuando Bazo y Pulmón no transforman ni distribuyen correctamente, puede aparecer edema, pesadez o acumulación de líquidos.

En esos cuadros, tonificar Qi puede ayudar a restaurar la capacidad del organismo para mover y eliminar líquidos.

La elección será especialmente coherente cuando la retención se acompaña de cansancio, debilidad o signos de insuficiencia.

limyě

TRADICIÓN NATURAL, INNOVACIÓN

y bienestar integral

Fitoterapia, fórmulas herbales chinas, complementos alimenticios y cosmética natural.

Más de 20 años desarrollando productos naturales con una visión holística.

Disponible en herbolarios y parafarmacias

www.limye.es





Si, por el contrario, el edema procede de Humedad-Calor intensa o de otro mecanismo, Huang Qi puede no ser la primera opción.

Promover la generación de tejido

En la tradición china, Huang Qi también se utiliza cuando existe insuficiencia de Qi y Xue que dificulta la cicatrización o la recuperación de tejidos.

Puede favorecer la expulsión de pus en determinadas fases y promover posteriormente la regeneración cuando el Zheng Qi está debilitado.

Esta función debe entenderse dentro de un contexto tradicional de insuficiencia.

No se trata de aplicar Huang Qi indiscriminadamente ante cualquier lesión cutánea, sino de reconocer aquellos cuadros en los que el organismo no dispone de suficiente Qi para completar el proceso de reparación.

Huang Qi y Xue

Aunque Huang Qi es fundamentalmente una sustancia tonificante de Qi, puede participar indirectamente en el tratamiento de insuficiencias de Xue.

La lógica es clásica: el Qi impulsa la producción y el movimiento de Xue.

En fórmulas donde existe una debilidad importante de Qi con insuficiencia de Sangre, Huang Qi puede utilizarse para fortalecer el mecanismo que permite producir y movilizar Xue.

Un ejemplo conocido es **Dang Gui Bu Xue Tang**, fórmula compuesta esencialmente por Huang Qi y Dang Gui.

La proporción clásica otorga un papel predominante a Huang Qi, lo que muestra una idea muy interesante: en determinados cuadros, para nutrir Xue no basta con añadir sustancias que “nutran Sangre”; puede ser necesario fortalecer primero el Qi que la genera.

Es un buen ejemplo de cómo la materia médica china trabaja relaciones funcionales y no únicamente categorías.

Huang Qi en fórmulas combinadas

Huang Qi aparece en muchas fórmulas porque su función puede adaptarse a contextos distintos.

En **Bu Zhong Yi Qi Tang**, eleva y sostiene.

En **Yu Ping Feng San**, consolida el exterior.

En **Dang Gui Bu Xue Tang**, sostiene la producción de Xue.

En otras combinaciones puede participar en la regulación de líquidos, recuperación del Qi o fortalecimiento tras cuadros prolongados.

El mismo ingrediente adquiere matices diferentes dependiendo de la fórmula.

Eso recuerda algo esencial: una sustancia no actúa nunca aislada dentro de una prescripción.

Su significado cambia según con qué se combina, en qué proporción y con qué intención terapéutica.

Crudo o preparado

También importa la forma de preparación.

El Huang Qi crudo se utiliza tradicionalmente cuando queremos aprovechar más su capacidad para consolidar el exterior, promover diuresis o favorecer determinadas funciones relacionadas con piel y tejidos.

El Huang Qi preparado con miel suele emplearse cuando deseamos potenciar su acción tonificante y de elevación del Qi.

Esta diferencia no es meramente farmacotécnica.

La preparación modifica la dirección y el énfasis funcional de la sustancia.

En una práctica profesional, elegir entre una forma y otra debería responder al mecanismo predominante del cuadro.

Precauciones

Huang Qi no está indicado simplemente porque exista cansancio.

Debe utilizarse con prudencia cuando existe una situación claramente de exceso sin insuficiencia subyacente.



Tampoco suele ser la primera elección en fases agudas de invasión externa cuando el factor patógeno todavía no ha sido liberado, especialmente si la superficie está cerrada.

En cuadros con calor pleno importante, Fuego o estancamiento intenso sin vacío de Qi, su carácter tonificante puede no resultar adecuado.

También conviene valorar con cuidado los casos en los que existen acumulaciones importantes, Flema, Humedad densa o plenitud, porque tonificar sin resolver previamente la obstrucción puede empeorar la sensación de bloqueo.

La clave está en reconocer cuándo el problema es realmente una falta de Qi y cuándo no.

Huang Qi en el razonamiento actual

En la práctica contemporánea, Huang Qi se utiliza con frecuencia en contextos relacionados con cansancio, recuperación, debilidad del Wei Qi, convalecencia o determinadas situaciones de insuficiencia funcional.

Sin embargo, desde la perspectiva tradicional, su uso debería continuar guiándose por la diferenciación de patrones.

No toda fatiga es insuficiencia de Qi.

No toda sudoración espontánea procede de debilidad de Wei Qi.

No toda retención de líquidos necesita tonificación.

Y no toda persona debilitada necesita una sustancia ascendente.

Este punto es especialmente importante porque Huang Qi se ha popularizado fuera del contexto de la medicina china y a menudo se utiliza como suplemento general.

Desde el razonamiento tradicional, esa simplificación pierde buena parte de su riqueza.

Un ejemplo de diferenciación

Imaginemos dos personas que refieren cansancio.

La primera presenta voz débil, tendencia a sudar con poco esfuerzo, digestión pobre, sensación de pesadez y cierta predisposición a resfriarse.

Aquí Huang Qi podría tener sentido porque existe una participación clara de Qi de Bazo y Pulmón, junto con debilidad del exterior.

La segunda persona también está cansada, pero presenta irritabilidad intensa, opresión torácica, distensión, lengua con bordes rojos y pulso Xian.

Aunque ambas hablan de cansancio, el segundo cuadro parece estar dominado por estancamiento y calor, no por una insuficiencia pura de Qi.

En este caso, utilizar Huang Qi de forma automática podría no responder al mecanismo principal.

La diferencia no está en el síntoma.

Está en la raíz del cuadro.

Una sustancia, muchas direcciones

Huang Qi es un buen ejemplo de por qué la materia médica china no debería estudiarse como una lista de indicaciones.

Puede tonificar Qi, elevar Yang, consolidar el exterior, favorecer la transformación de líquidos y participar en la recuperación de tejidos.

Pero ninguna de estas funciones tiene sentido fuera del patrón.

Su riqueza aparece cuando sabemos leer la relación entre Pulmón y Bazo, entre Qi y Xue, entre interior y exterior y entre insuficiencia y obstrucción.

Por eso Huang Qi puede ocupar un lugar central en fórmulas muy diferentes sin dejar de ser la misma sustancia.

Lo que cambia es la intención.

Y quizá esa sea una de las mejores maneras de estudiar materia médica: no preguntarnos únicamente “para qué sirve Huang Qi”, sino “qué función queremos restaurar cuando decidimos incorporarlo a una fórmula”.

Seguir el Tao

El Tao no necesita ser buscado lejos. Está en el movimiento de las estaciones, en el agua que encuentra su cauce, en el silencio que precede a una palabra y en la capacidad de adaptarnos sin perder nuestra esencia.

La antigua filosofía china nos recuerda que la vida está en constante transformación. Nada permanece inmóvil: el día sucede a la noche, el frío da paso al calor, la plenitud contiene ya el inicio del vacío. Resistirse continuamente a ese movimiento puede alejarnos del equilibrio; aprender a reconocerlo y acompañarlo nos acerca a una forma más natural de vivir.

Seguir el Tao no significa permanecer pasivos. Significa comprender cuándo actuar y cuándo esperar, cuándo avanzar y cuándo retirarse, cuándo nutrir y cuándo dejar ir. Es aprender a no forzar aquello que todavía no está preparado y a no retener aquello cuyo ciclo ha concluido.

También el cuerpo expresa este principio. Tiene sus ritmos, sus momentos de expansión y recogimiento, sus necesidades de actividad y descanso. Escucharlo es una forma de observar la naturaleza que llevamos dentro.

La Medicina Tradicional China comparte profundamente esta mirada: la salud nace de una relación armónica entre el ser humano, su entorno y los continuos cambios de la vida.

Quizá por eso el Tao no nos invita a alcanzar una perfección inmutable, sino a desarrollar la sensibilidad necesaria para regresar una y otra vez al equilibrio.

Como el agua, que no se enfrenta al camino y, sin embargo, siempre encuentra la manera de continuar.



**SOCIETAT D'ACUPUNTORS
DE CATALUNYA**