



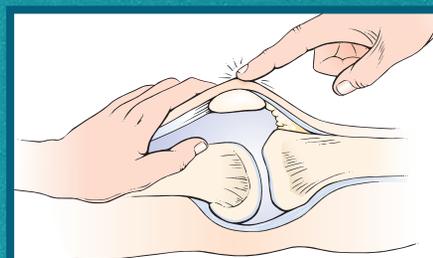
Incluye  
**VERSIÓN  
DIGITAL**  
en inglés

OCTAVA EDICIÓN

# Tratado de SEMIOLOGÍA

Anamnesis  
y exploración física

**MARK H. SWARTZ**



OCTAVA EDICIÓN

# TRATADO DE SEMIOLOGÍA

## Anamnesis y exploración física

**Mark H. Swartz, MD, FACP**

Professor of Medicine  
State University of New York Downstate Medical Center  
Brooklyn, New York

Adjunct Professor of Clinical Medicine  
Albert Einstein College of Medicine  
Bronx, New York

Professor of Medicine  
New York College of Podiatric Medicine  
New York, New York

President/CEO  
C3NY—Clinical Competence Center of New York  
New York, New York

Visiting Professor of Medicine  
Taipei Medical University  
Taipei, Taiwan

Lecture Professor of Medicine  
Xiangya Hospital of Central South University  
Changsha, China



# ÍNDICE DE CAPÍTULOS

## SECCIÓN 1 Cómo dominar el arte de la entrevista

- 1 Preguntas del entrevistador, 2**
  - Principios básicos, 2
  - Utilización de intérpretes, 2
  - Conceptos importantes de la entrevista, 4
  - Síntomas y signos, 7
  - La entrevista, 7
  - Técnicas básicas para realizar una entrevista, 10
  - Formato de la historia, 14
  - Tomar notas, 29
  - Comentarios finales, 29
- 2 Reacciones del paciente, 30**
  - Reacciones ante la enfermedad, 30
  - Respuestas al entrevistador, 33
  - Influencia de los antecedentes y de la edad en las reacciones de los pacientes, 36
  - Influencia de la enfermedad en la respuesta del paciente, 39
- 3 Comprensión de la medicina complementaria y alternativa, 43**
  - Consideraciones generales, 43
  - Clasificación de la medicina complementaria y alternativa, 44
  - Medicina tradicional china, 50
  - Comentarios finales, 55
- 4 Integración de la historia clínica, 57**
  - Entrevista al sr. X, 57
  - Historia escrita del sr. X, 61

## SECCIÓN 2 Valoración de la diversidad: raza, género y origen étnico

- 5 Cómo evitar el racismo y los prejuicios en medicina clínica, 64**
  - Introducción, 64
  - Antes del encuentro clínico (preparación previa a la visita), 69
  - Durante el encuentro clínico, 73
  - Después del encuentro clínico, 76
  - Conducta prejuiciada del paciente, 79
  - Conclusión, 83
  - Agradecimientos, 83

## SECCIÓN 3 Conocimiento de la ciencia de la exploración física

- 6 Exploración física, 86**
  - Técnicas básicas, 86
  - Preparación para la exploración, 87

Principios para la prevención de las infecciones sanitarias, 88

Objetivo de la exploración física, 89

- 7 Valoración del estado nutricional, 92**

Anamnesis, 92

Exploración física, 97

Poblaciones especiales, 100

Correlaciones clinicopatológicas, 104

Comentarios finales, 105

- 8 Piel, 108**

Consideraciones generales, 108

Estructura y características fisiológicas, 109

Repaso de síntomas específicos, 111

Impacto de las enfermedades cutáneas en los pacientes, 112

Exploración física, 112

Descripción de las lesiones, 116

Correlaciones clinicopatológicas, 119

- 9 Cabeza y cuello, 156**

Consideraciones generales, 156

Anatomía y fisiología, 157

Impacto de la enfermedad de cabeza y cuello en el paciente, 160

Exploración física, 160

Correlaciones clinicopatológicas, 163

- 10 Ojo, 167**

Consideraciones históricas y generales, 167

Anatomía y fisiología, 167

Repaso de síntomas específicos, 172

Impacto de la ceguera en el paciente, 174

Exploración física, 175

Correlaciones clinicopatológicas, 204

- 11 Oído y nariz, 228**

Consideraciones generales, 228

Anatomía y fisiología, 228

Repaso de síntomas específicos, 232

Impacto de la hipoacusia en el paciente, 236

Exploración física, 236

Correlaciones clinicopatológicas, 244

- 12 Cavidad bucal y faringe, 249**

Consideraciones generales, 249

Anatomía y fisiología, 250

La faringe, 252

La laringe, 253

Repaso de síntomas específicos, 254

Impacto de las alteraciones vocales en el paciente, 256

Exploración física, 257

Correlaciones clinicopatológicas, 266

- 13 Tórax, 274**

Consideraciones generales, 274

Anatomía y fisiología, 275

- Repaso de síntomas específicos, 277  
 Impacto de la enfermedad pulmonar en el paciente, 282  
 Exploración física, 282  
 Correlaciones clinicopatológicas, 290
- 14 Corazón, 293**  
 Consideraciones generales, 293  
 Anatomía y fisiología, 295  
 Repaso de síntomas específicos, 301  
 Impacto de las cardiopatías en el paciente, 305  
 Exploración física, 305  
 Correlaciones clinicopatológicas, 319
- 15 Sistema vascular periférico, 327**  
 Consideraciones generales, 327  
 Anatomía y fisiología, 328  
 Repaso de síntomas específicos, 328  
 Impacto de la vasculopatía en el paciente, 330  
 Exploración física, 330  
 Correlaciones clinicopatológicas, 337
- 16 Mama, 341**  
 Consideraciones generales, 341  
 Anatomía y fisiología, 342  
 Repaso de síntomas específicos, 344  
 Impacto de las enfermedades de la mama en la mujer, 346  
 Exploración física, 346  
 La mama masculina, 351  
 Correlaciones clinicopatológicas, 352
- 17 Abdomen, 354**  
 Consideraciones generales, 354  
 Anatomía y fisiología, 355  
 Repaso de síntomas específicos, 356  
 Impacto de la enfermedad inflamatoria intestinal en el paciente, 361  
 Exploración física, 361
- 18 Genitales masculinos y hernias, 380**  
 Consideraciones generales, 380  
 Anatomía y fisiología, 381  
 Repaso de síntomas específicos, 384  
 Impacto de la disfunción eréctil en el paciente, 389  
 Exploración física, 390  
 Correlaciones clinicopatológicas, 397
- 19 Genitales femeninos, 404**  
 Consideraciones generales, 404  
 Anatomía y fisiología, 405  
 La historia clínica obstétrica-ginecológica, 409  
 Repaso de síntomas específicos, 410  
 Impacto de la infertilidad en la mujer, 415  
 Exploración física, 415  
 Preparación para la exploración, 416  
 Correlaciones clinicopatológicas, 424
- 20 Sistema musculoesquelético, 429**  
 Consideraciones generales, 429  
 Anatomía y fisiología, 431  
 Repaso de síntomas específicos, 440  
 Impacto de las enfermedades musculoesqueléticas en el paciente, 443
- Exploración física, 443  
 Correlaciones clinicopatológicas, 464
- 21 Sistema nervioso, 473**  
 Consideraciones generales, 473  
 Anatomía y fisiología, 474  
 Repaso de síntomas específicos, 478  
 Impacto de las enfermedades neurológicas crónicas en el paciente, 484  
 Exploración física, 485  
 Correlaciones clinicopatológicas, 507
- 22 Integración de la exploración, 512**  
 Técnicas, 512  
 Informe de la exploración física, 516

## SECCIÓN 4 Evaluación de pacientes específicos

- 23 La paciente embarazada, 520**  
 Consideraciones generales, 520  
 Anatomía y fisiología, 520  
 Repaso de síntomas específicos, 523  
 Valoración de los riesgos obstétricos, 525  
 Cálculo de la fecha del parto, 528  
 Impacto del embarazo en la paciente, 528  
 Exploración física, 528  
 Correlaciones clinicopatológicas, 533
- 24 El paciente pediátrico, 535**  
 Consideraciones generales, 535  
 Historia clínica pediátrica, 537  
 Neonato: menor de 1 mes, 545  
 Infancia: de 1 a 12 meses, 563  
 Primera infancia: de 1 a 4 años, 571  
 Infancia media: de 5 a 10 años, 578  
 La adolescencia: de 11 a 21 años, 582  
 Correlaciones clinicopatológicas, 590  
 Ejemplo de redacción de la historia y el examen físico de un recién nacido, 594
- 25 El paciente geriátrico, 601**  
 Consideraciones generales, 601  
 La evaluación geriátrica, 601  
 Componentes fundamentales de una evaluación geriátrica exhaustiva, 602  
 Objetivos de la asistencia y preferencias de voluntades anticipadas, 605  
 Anatomía y características fisiológicas, 605  
 Principios básicos de la medicina geriátrica, 608  
 Exploración física geriátrica, 608  
 Correlaciones clinicopatológicas, 609
- 26 El paciente con una enfermedad o lesión aguda, 612**  
 Seguridad personal, 612  
 Abordaje del paciente inconsciente, 613  
 Normas de reanimación cardiopulmonar vigentes, 613  
 C-A-B, 613  
 Valoración de reanimación cardiopulmonar, 613  
 Resumen de las normas de reanimación cardiopulmonar para adultos, niños y lactantes, 616  
 Valoración del paciente con una enfermedad aguda, 616  
 La urgencia pediátrica, 621

**SECCIÓN 5 Integración de los datos**

- 27 Precisión, exactitud y pensamiento crítico en la evaluación clínica, 626**
  - Arte, ciencia y observación, 626
  - Razonamiento diagnóstico basado en los síntomas y los signos, 627
  - Pensamiento crítico, 631
  - La exploración clínica racional, 633
- 28 Historial clínico, 634**
  - Unificando la anamnesis y la exploración física, 634
  - Historial médico electrónico, 637
  - Protección del derecho del paciente a la privacidad, 638
  - La dimensión humana, 638
- 29 Anamnesis y exploración física dirigidas, 639**
  - Consideraciones generales, 639
  - Caso ilustrativo, 640
  - Evaluación diagnóstica, 641

**SECCIÓN 6 Análisis de los aspectos éticos de la medicina clínica**

- 30 Ética clínica y profesionalidad, 644**
  - Introducción, 644
  - Principismo, 644
  - Filosofía moral: deontología frente a utilitarismo, 646
  - Casuística, 646
  - Privacidad y confidencialidad, 646
  - Consentimiento informado, 648
  - Capacidad de decisión, 650
  - Voluntades anticipadas, 651
  - Toma de decisiones subrogadas, 651
  - Cuestiones éticas al final de la vida, 653
  - Comités de ética y consultas de ética clínica:
    - dónde encontrar ayuda, 654
  - Observaciones finales, 654

Índice alfabético, 655

Propiedad de Elsevier  
Prohibida su reproducción y venta

Propiedad de Elsevier  
Prohibida su reproducción y venta

# Comprensión de la medicina complementaria y alternativa

Mark H. Swartz

*La fuerza curativa natural dentro de cada uno de nosotros es la mayor fuerza para la recuperación.*

*Hipócrates (460-377 a. C.)*

## CONSIDERACIONES GENERALES

La medicina complementaria y alternativa (MCA) incluye un grupo de diversos sistemas médicos y asistenciales, prácticas y productos, tomados de todo el mundo, que se encuadran fuera del ámbito de la medicina convencional. Muchos aspectos de la MCA están enraizados en antiguos sistemas de curación procedentes de China, el Tíbet, la India, Japón, Corea, Mongolia, África y América. Actualmente se utiliza mucho la MCA, junto con la medicina convencional, para tratar y devolver la salud a los enfermos y para la prevención de la enfermedad en las personas sanas.

¿Qué es la MCA? La **medicina complementaria**, como la aromaterapia, se utiliza *junto con* la medicina convencional, por ejemplo para reducir el dolor postoperatorio de un paciente. La **medicina alternativa**, como algunos remedios de fitoterapia, se utiliza *en lugar de* la medicina convencional para tratar, por ejemplo, el cáncer. Las terapias alternativas incluyen, entre otras, las siguientes disciplinas: medicina popular, fitoterapia (medicina herbal), modas dietéticas, homeopatía, curación por la fe, curación *new age*, quiropráctica, acupuntura, naturopatía, reflexología, masaje y musicoterapia. La **medicina integradora** combina la medicina convencional y las terapias de MCA para las cuales hay algunas pruebas científicas de seguridad y eficacia, independientemente de su origen.

Hay estudios que han demostrado que la frecuencia de uso de los tratamientos de MCA en Estados Unidos es mucho mayor de lo que se había descrito previamente. Se calcula que el 38,3% de la población estadounidense utiliza al menos uno de estos métodos de curación para satisfacer sus necesidades médicas. Los que más utilizan la MCA son personas acomodadas, mujeres, con un buen nivel de estudios, nacidas después de 1950 y preocupadas por el estrés emocional y el medio ambiente. De acuerdo con el estudio National Health Interview Survey (NHIS) de los Centers for Disease Control and Prevention<sup>1</sup>, los tratamientos más utilizados son las técnicas de relajación (18%), los masajes (12%), la fitoterapia (10%) y las megavitaminas (9%). La eficacia percibida de estos tratamientos variaba del 76% (hipnosis) al 98% (curación por energía). El número de visitas a proveedores de

estos métodos es mayor que el número de visitas a todos los médicos de atención primaria en todo el país. Más del 70% de estos pacientes nunca revela a sus médicos el uso de terapias alternativas. El desembolso de 34.000 millones de dólares al año en Estados Unidos dan testimonio de la creencia ampliamente difundida de que las terapias de MCA aportan beneficios que superan a sus costes. Esta cifra contrasta con el gasto de 12.800 millones pagados por los pacientes por todos los ingresos hospitalarios durante 1 año en Estados Unidos.

Una de las causas de que los pacientes busquen tratamientos de MCA puede ser el fracaso de la relación médico-paciente. Los trabajadores sanitarios con frecuencia no comentan el uso de estos tratamientos porque carecen de una información adecuada sobre el tema, y no comprenden bien las culturas y creencias de los que practican la MCA. Para muchos trabajadores sanitarios, «la medicina alternativa» supone la amenaza de desplazar a la medicina convencional en beneficio de terapias de eficacia no demostrada. Pueden carecer de organización y de los estándares científicos rigurosos de la medicina occidental basada en la evidencia. La respuesta de los trabajadores sanitarios varía desde el rechazo abierto a estas prácticas al reconocimiento gradual de que no puede seguir ignorándose su amplia utilización. La falta de comunicación y conocimiento de este tema puede ser perjudicial para el paciente, ya que algunas de estas terapias pueden ser peligrosas si no se supervisan.

El interés por el uso de ingredientes naturales para la salud, especialmente el té, ha aumentado en todo el mundo. El té es la segunda bebida más popular en el mundo, después del agua. Se originó en las provincias del suroeste de China, donde se utiliza como bebida medicinal. El té verde supone aproximadamente el 20% de todo el que se consume. Se ha afirmado que su consumo puede conservar la salud general del cuerpo, especialmente de la cavidad bucal. El té verde es rico en polifenoles, aproximadamente el 30% en peso, incluyendo grandes cantidades de una catequina llamada epigallocatequina-3-galato (EGCG)<sup>2</sup>. La EGCG es uno de los compuestos más potentes del té verde. Se ha estudiado para tratar diversas enfermedades, y puede ser uno de los principales motivos por los que el té verde tiene unas propiedades medicinales tan intensas. Las catequinas son antioxidantes

<sup>1</sup><https://www.cdc.gov/nchs/nhis/index.htm>. Actualizado el 27 de diciembre de 2018. Consultado el 5 de enero de 2019.

<sup>2</sup>Eng QY, Thanikachalam PV, Ramamurthy S. Molecular understanding of epigallocatechin gallate (EGCG) in cardiovascular and metabolic diseases. *J Ethnopharmacol.* 2018;210:296. doi:10.1016/j.jep.2017.08.035. Epub 2017 Aug 31.

naturales que contribuyen a prevenir los daños celulares. También reducen la formación de radicales libres y protegen a las células de las lesiones. Se ha intentado incluir entre estas propiedades antioxidantes el descenso de la presión arterial, el descenso del colesterol, la estabilización de la glucemia, la inhibición del crecimiento bacteriano y el bloqueo de muchos agentes carcinógenos. Este té no está fermentado, por lo que contiene polifenoles *activos*, que se inactivarían en el proceso de fermentación de la producción del té negro. Los científicos han encontrado que las catequinas del extracto de té verde incrementan la capacidad del cuerpo de quemar la grasa como combustible, lo que explica la mejora del rendimiento muscular. Estos antioxidantes podrían ayudar a proteger contra un gran número de cánceres, entre ellos de mama<sup>3</sup>, colon, colorrectales<sup>4</sup>, cutáneos, de pulmón, esófago, estómago, intestino delgado, páncreas, hígado, ovario, próstata<sup>5</sup> y cavidad bucal. Los polifenoles han demostrado también inhibir el crecimiento de *Streptococcus mutans*, la bacteria asociada a caries dental con más frecuencia y *Porphyromonas gingivalis*, asociada a enfermedad periodontal.

En abril de 1995, el National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM) del National Institutes of Health (NIH)<sup>6</sup> definió la MCA como un «vasto dominio de recursos curativos que abarca todos los sistemas de salud, modalidades y prácticas y sus creencias y teorías acompañantes, distintas a las intrínsecas al sistema de salud políticamente dominante de una sociedad o cultura concretas en un periodo histórico determinado». Este grupo de tratamientos no forma parte actualmente de la medicina alopática, aunque algunos profesionales sanitarios convencionales (con doctorado, licenciatura u otras titulaciones del ámbito sanitario) ejercen también la MCA. El mercado de la MCA está valorado actualmente en 24.000 millones de dólares o más, y el crecimiento es del 15% anual. Desde 2010, el Congreso ha aportado más de 2.300 millones de dólares para promocionar la investigación sobre la MCA. En el año fiscal 2018, la financiación para el National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH) fue de 142 millones de dólares<sup>7</sup>.

El objetivo de este capítulo es educar al lector en MCA. Las facultades de medicina de Estados Unidos ofrecen ahora cursos en los que se enseñan los tratamientos de la MCA, pero el 80% de los estudiantes de medicina sondeados ha indicado que les gustaría tener más información. Teniendo en cuenta que varias compañías de seguros sanitarios en Estados Unidos cubren ahora tratamientos de MCA y el 67% de

las organizaciones sanitarias ofrecen al menos una forma de MCA<sup>8,9,10</sup>, es crucial que los trabajadores sanitarios estén al corriente de estos tratamientos. En el futuro existirán estudios mejor diseñados, aleatorizados y controlados que proporcionen respuestas a las preguntas de hoy sobre MCA.

## CLASIFICACIÓN DE LA MEDICINA COMPLEMENTARIA Y ALTERNATIVA

El NCCIH ha clasificado la MCA en cinco categorías principales, pero solapadas:

1. Sistemas médicos alternativos.
2. Intervenciones cuerpo-mente.
3. Tratamientos de base biológica.
4. Métodos manipulativos y basados en el cuerpo.
5. Terapias basadas en la energía.

### Sistemas médicos alternativos

Los **sistemas médicos alternativos** son sistemas completos y complejos de prácticas sanitarias que incorporan productos naturales, elementos espirituales, dieta y otras modalidades. Algunos sistemas, como la medicina homeopática y la medicina naturópata, han evolucionado en Occidente, mientras que otros, como la medicina china y la medicina ayurvédica, se han desarrollado en culturas no occidentales. La *medicina ayurvédica* nació en la India hace más de 5.000 años y es la forma de medicina tradicional india mejor conocida. En este sistema se utilizan remedios herbales y dieta, con énfasis en la mente, cuerpo y espíritu en la prevención y tratamiento de la enfermedad. La *medicina homeopática* se basa en la creencia de que «lo semejante cura a lo semejante»: dosis mínimas de sustancias animales, vegetales y minerales muy diluidas pueden curar síntomas causados por concentraciones más altas de esa sustancia en una persona sana. Se cree que estas dosis mínimas estimulan los mecanismos defensivos del cuerpo para combatir la enfermedad. Estas sustancias naturales son no tóxicas ni adictivas, y no tienen efectos secundarios conocidos. Los medicamentos homeopáticos están regulados por leyes federales, y la mayoría se vende sin receta. La *naturopatía* se basa en el concepto de curación natural utilizando solo tratamientos naturales, suaves y no tóxicos con el fin de que el cuerpo se cure solo. Algunos de los procesos naturópatas incluyen modificaciones de la dieta, suplementos herbales y minerales, ejercicio físico, masaje y acupuntura.

### Intervenciones cuerpo-mente

Las **intervenciones cuerpo-mente** abarcan una amplia variedad de técnicas para mejorar la capacidad mental de afectar a las funciones y síntomas corporales. Son ejemplos comunes de intervenciones cuerpo-mente las terapias cognitivas, la biorretroalimentación, el yoga, la meditación, la hipnosis, las técnicas respiratorias, la oración,

<sup>3</sup>Ogunleye AA, Xue F, Michel KB. Green tea consumption and breast cancer risk or recurrence: a meta-analysis. *Breast Cancer Res Treat.* 2010;119(2):477. doi:10.1007/s10549-009-0415-0. Epub 2009 May 13.

<sup>4</sup>Chen Y, Wu Y, Du M, et al. An inverse association between tea consumption and colorectal cancer risk. *Oncotarget.* 2017;8(23):37367. doi:10.18632/oncotarget.16959.

<sup>5</sup>Kurahashi N, Sasazuki S, Iwasaki M, et al. Green tea consumption and prostate cancer risk in Japanese men: a prospective study. *Am J Epidemiol.* 2008;167(1):71. Epub 2007 Sep 29.

<sup>6</sup>En enero de 2015 se cambió el nombre del NCCAM a National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH). Es la principal agencia del gobierno federal para la investigación científica sobre métodos de medicina complementaria e integradora. Su función es definir, con una investigación científica rigurosa, la utilidad y la seguridad de las intervenciones de medicina complementaria e integradora y su papel para mejorar la salud y la asistencia sanitaria.

<sup>7</sup><https://nccih.nih.gov/about/budget/appropriations.htm>. Consultado el 3 de enero de 2019.

<sup>8</sup>Fan AY: "Obamacare" covers fifty-four million Americans for acupuncture as Essential Healthcare Benefit. *J Integr Med.* 12(4):390, 2014.

<sup>9</sup>Clarke TC, Black LI, Stussman BJ, et al. *Trends in the use of complementary health approaches among adults: United States, 2002–2012.* National Health Statistics Reports, no 79. Hyattsville, MD, 2015, National Center for Health Statistics.

<sup>10</sup>Nahin RL, Barnes PM, Stussman BJ. *Insurance coverage for complementary health approaches among adult users: United States, 2002 and 2012.* NCHS data brief, no 235. Hyattsville, MD, 2016, National Center for Health Statistics.

el Tai-Chi, y las expresiones creativas, como el baile, la música y la pintura. Todas estas intervenciones pretenden acceder al reservorio profundo de la mente como método para conseguir efectos terapéuticos sobre el cuerpo. Se ha visto que las intervenciones corporalmente influyen favorablemente en la práctica de la medicina convencional mediante efectos placebo que se conocen poco.

### Tratamientos de base biológica

Los **tratamientos de base biológica** emplean sustancias que se encuentran en la naturaleza, como hierbas, vitaminas, suplementos dietéticos y alimentos para tratar la enfermedad y mejorar la salud. Estos productos son muy populares en todo el mundo y solo en Estados Unidos se gastan millones de dólares en ellos. Se da por hecho que los productos naturales son más sanos y mejores que los productos químicos sintéticos para tratar la enfermedad. Los suplementos dietéticos se consideran alimentos y no medicamentos; por tanto no están sometidos a las mismas normas reguladoras que impone la U.S. Food and Drug Administration a los productos farmacéuticos. Se pueden comercializar sin ninguna prueba clínica que confirme su eficacia o su seguridad. Al no estar sometidas a esta supervisión reguladora, estas sustancias pueden contener impurezas, como pesticidas y otros productos nocivos.

### Métodos manipulativos y basados en el cuerpo

Los **métodos manipulativos y basados en el cuerpo** incluyen modalidades que manipulan una o más partes del cuerpo para producir diversos resultados de salud. En este grupo están la terapia mediante masajes, la quiropraxia, la osteopatía, la reflexología y las terapias de movimiento, como el método Feldenkrais<sup>11</sup> y la técnica Alexander<sup>12</sup>. La *quiropraxia* se basa en la relación entre la estructura y la función. La estructura primaria es la columna y la función es el sistema nervioso; se cree que esta relación afecta a la recuperación y preservación de la salud. El primer ajuste quiropráctico se llevó a cabo en 1895. El principio básico de la quiropraxia es que cualquier interferencia con la transmisión, recepción o aplicación de los impulsos que viajan por el sistema nervioso produce alteraciones funcionales o enfermedades. Esta interferencia puede ser resultado de una subluxación vertebral. A lo largo de los años se han formulado numerosas definiciones para describir la naturaleza de la subluxación. En todas ellas hay al menos cuatro criterios o características principales:

1. Falta de alineación de la vértebra en relación con las que están por encima o por debajo.
2. Movilidad vertebral anormal.

<sup>11</sup>El método Feldenkrais de educación somática, que se desarrolló en la década de 1950, es un tipo de terapia de ejercicio alternativa que, según sus profesionales, puede reparar las conexiones alteradas entre la corteza motora y el cuerpo, incrementando así la calidad del movimiento corporal y mejorando el bienestar. Este método dirige su atención a los patrones de **movimiento** habituales que se cree que son ineficaces o que están sometidos a tensión, e intenta enseñar nuevos patrones utilizando movimientos repetidos suaves y lentos. Actualmente hay en todo el mundo más de 6.000 profesionales de Feldenkrais.

<sup>12</sup>La técnica Alexander, que se desarrolló en la década de 1890, es un proceso educativo que se creó para reentrenar los patrones habituales de movimiento y postura. La técnica es un método de reeducación y concienciación de uno mismo dirigido a cambiar los hábitos mantenidos durante mucho tiempo que causan una tensión innecesaria. La persona se da cuenta de los hábitos de movimiento, tensión y reacción que interfieren con una coordinación natural y saludable.

3. Falta de movimiento articular.

4. Interferencia con la transmisión de impulsos nerviosos.

La subluxación vertebral puede ser el resultado de cualquiera de las causas siguientes: traumatismos, toxinas (infecciones, intoxicaciones) y autosugestión (factores psicológicos). La subluxación vertebral se trata con manipulaciones quiroprácticas llamadas *ajustes*. El ajuste quiropráctico es una forma concreta de manipulación articular directa caracterizada por un tirón dinámico, vigoroso a alta velocidad, de amplitud controlada. Estos ajustes se pueden hacer manualmente o con instrumentos dirigidos a articulaciones específicas. Se cree que los ajustes quiroprácticos dan energía a la fuerza vital que conecta la columna con el resto del cuerpo para acelerar la curación y recuperar la salud. La quiropraxia ha pasado a ser una de las profesiones curativas no farmacológicas más extendidas. De acuerdo con el estudio NHIS de 2017, que incluyó una completa encuesta del uso de métodos alternativos por los estadounidenses, el uso de tratamientos quiroprácticos por los adultos aumentó del 9,1% en 2012 al 10,3% en 2017. El estudio también encontró que los adultos estadounidenses gastaron 3.900 millones de dólares en visitas a profesionales para manipulaciones quiroprácticas u osteopáticas.

La *osteopatía* se centra en las enfermedades del sistema musculoesquelético. La idea es que todos los sistemas del cuerpo funcionan juntos, y los problemas en un sistema afectan a la función de otros. Este campo implica el conocimiento total del paciente en sus vertientes física, psíquica y emocional para revelar las causas subyacentes de los síntomas. Los profesionales osteópatas utilizan las manipulaciones esqueléticas, recomendaciones sobre dieta y ejercicio y la medicina preventiva general para aliviar el dolor, recuperar la función y fomentar la salud.

La *reflexología*<sup>13</sup> es una terapia basada en el cuerpo, en la que se aplica presión a los pies, orejas, cráneo y manos para tratar varias dolencias y fomentar el bienestar y la mejora de la salud. El terapeuta comprime firmemente con los dedos las zonas del pie o mano del paciente para valorar el estado de salud de cada parte del cuerpo. Las primeras referencias a la reflexología datan del 2700 a.C. y en ella se cree que cada órgano o glándula está representado en un punto reflejo del pie o la mano que está unido a través de una serie de zonas longitudinales y transversas. Las zonas longitudinales discurren a través de los brazos y las piernas hasta el órgano o glándula. Con la manipulación del área refleja, localizada la mayoría de veces en las plantas de los pies, el terapeuta puede tratar esa zona del cuerpo (fig. 3.1A). Se piensa que la reflexología, que no es un simple masaje del pie, puede aliviar la tensión y los bloqueos al estimular receptores sensitivos en los nervios del pie (fig. 3.1B). Como resultado, se crea una energía que se extiende hasta la médula y se dispersa a través de todo el sistema nervioso. La reflexología se ha usado para numerosas situaciones, como mejorar el sistema inmunitario, la parálisis, la artritis, la diabetes y los trastornos del sueño; para reducir la presión arterial y para estimular la circulación. Un metaanálisis<sup>14</sup> de 2015 indicó que el masaje ejerce efectos beneficiosos en el alivio del dolor debido al cáncer. La reflexología podal pareció ser más eficaz que el masaje

<sup>13</sup>McCullough JEM, Liddle SD, Sinclair M, et al. The physiological and biochemical outcomes associated with a reflexology treatment: a systematic review. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* 2014;Article ID 502123, 2014. <https://doi.org/10.1155/2014/502123>.

<sup>14</sup>Lee SH, Kim JY, Yeo S, et al. Meta-analysis of massage therapy on cancer pain. *Integr Cancer Ther*. 2015;14(4):297. doi:10.1177/1534735415572885. Epub 2015 Mar 17.

corporal y la aromaterapia. La American Commission for Accreditation of Reflexology Education and Training (ACARET) establece los criterios formativos necesarios para la profesión de la reflexología. También otorga credenciales a las personas que intervienen en la formación de los estudiantes de reflexología. El American Reflexology Certification Board (ARCB) tiene un proceso de evaluación en tres partes para garantizar que el profesional ha cumplido los criterios de calidad establecidos por el comité.

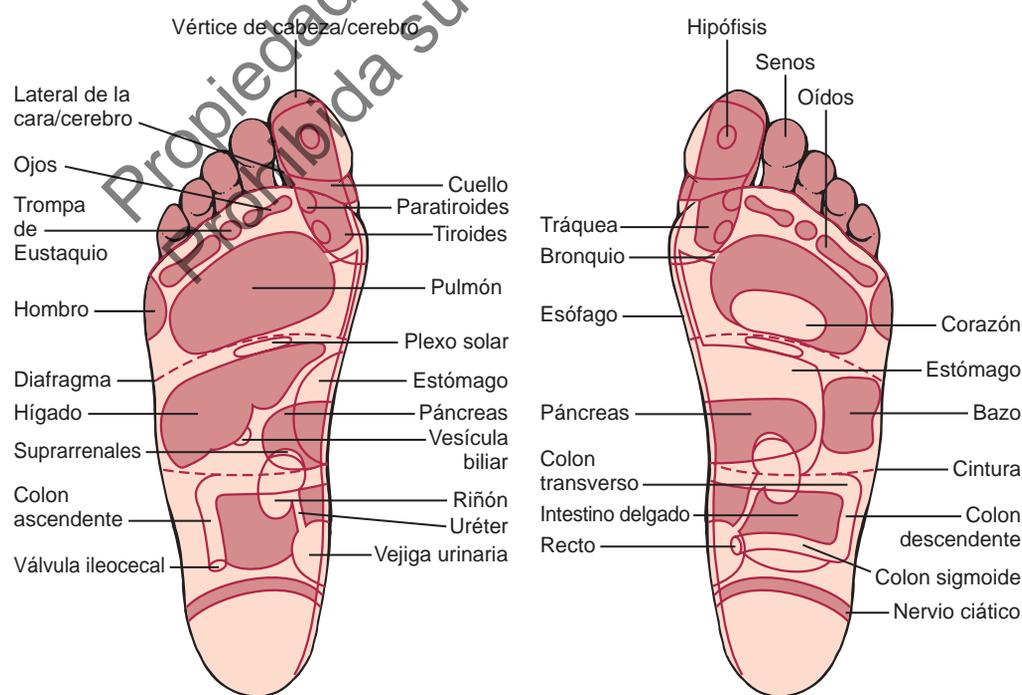
### Terapias basadas en la energía

En las **terapias basadas en la energía** se detectan y utilizan campos de energía con fines terapéuticos. Estas terapias se clasifican en tres tipos: terapias de biocampo, terapias bioelectromagnéticas y acupuntura. El término *biocampo* se acuñó en 1994 en una reunión en el NIH, y la hipótesis del biocampo da a entender que todos los objetos irradian un campo electromagnético. Si un objeto, como por ejemplo parte del cuerpo del sanador, un suplemento nutricional o un campo electromagnético de aplicación externa se llevan cerca o dentro del cuerpo de una persona, las frecuencias que emite este objeto o el campo van a reaccionar con el campo de la persona. Los antiguos indios llamaron tradicionalmente a los biocampos *prana*, los chinos *qi* (o *chi*), los japoneses *ki*, los místicos judíos «luz astral», y los pintores cristianos «halos». Las prácticas actuales con *biocampos* van dirigidas a afectar al campo de energía del paciente por medio de las manos del sanador; la fuerza curativa del terapeuta cura al paciente. Son ejemplos de este tipo de terapia con energía el *Reiki*, *qi gong*, y el toque terapéutico. El *Reiki*, palabra japonesa que significa «energía vital universal» es una antigua forma de curación por contacto y se basa en la creencia de que cuando se canaliza la energía espiritual a través del terapeuta de Reiki, se cura el espíritu del paciente. El modo de canalizar la energía es a través de las manos

permitiendo al cuerpo acelerar su propio proceso curativo. El *qi gong* es una técnica china que combina posturas meditativas lentas, meditación, estiramientos y regulación de la respiración para aumentar el flujo de *qi* en el cuerpo y reforzar la función inmunitaria, mejorar la circulación y alcanzar el bienestar.

Las *terapias bioelectromagnéticas* utilizan los campos electromagnéticos de forma no convencional. Son ejemplos de esta terapia la colocación de campos magnéticos externos cerca o alrededor de la persona, habitualmente poniendo imanes en la ropa o en colchones.

La *acupuntura* es un milenario arte curativo de la medicina tradicional china que utiliza agujas finas colocadas en el cuerpo para que el *qi* (energía) fluya sin obstáculos. Los avances en acupuntura permiten colocar electrodos en las agujas y pasar corrientes. En la medicina china tradicional la forma dominante de terapia es la acupuntura. Para entender la acupuntura, hay que comprender antes el concepto de meridianos. Los meridianos son una parte única de la teoría de la medicina china; son los canales a través de los que el *qi* fluye entre los órganos, ajustando y armonizando su actividad. Los meridianos, que no son vasos sanguíneos, tienen un diámetro de 20 a 50  $\mu\text{m}$  y unen las sustancias y órganos fundamentales. Son bilaterales y están por debajo de la piel. Los puntos en los que las ramas alcanzan la superficie de la piel se llaman lugares de acupuntura. Cada meridiano tiene un punto de entrada y otro de salida; la energía entra por el punto de entrada y discurre hacia el punto de salida. Existen 12 meridianos principales en el cuerpo, situados en posición vertical, que llevan el *qi* y las otras cuatro sustancias esenciales a partes específicas del cuerpo. Ninguna parte del cuerpo está exenta de *qi*; su bloqueo produce un desequilibrio del flujo en la fuerza vital. En la figura 3.2 un modelo masculino muestra dónde están los meridianos y se señalan los lugares de acupuntura. En la figura 3.3A un médico coloca una aguja de acupuntura en las nalgas



A

**Fig. 3.1** (A) Mapas de reflexología en el pie. La concentración más densa de áreas reflejas está en la planta del pie.

# 足部反射区挂图



足部反射区刮压法和足部按摩法是完全不同的两件事。从挂图  
上你可以看到，足部所有的反射区都附着在足骨上，因此使用足部  
反射刮压法必须刮压到肌肉下面的骨头。

有些反射区位于两根骨头的交接处，比如心脑血管区、血压血  
糖点、腰椎区，这些区域容易出现凸起现象，对应的身体部位都为  
容易发生病变的部位；有些反射区位于骨头的中部，比如颈椎区、  
下腹部区、胃区、乳房区、子宫和前列腺区、脚部耳部区，这些区  
域容易出现颗粒或硬块，对应的身体部位都为容易发生老化的部  
位。对于这些区域给予每天刮压如同每天的刷牙洗脸，使之保持不  
出现凸出和硬块，可以有效延缓人体衰老。

如果是足的某些反射区已经出现凸起或者硬块，表明病变已经  
发生。对相应反射区的刮压会出现让你立即全身汗出的刺痛。刚  
痛每一次这样的疼痛都会对其病变产生一次直接的治疗作用。在  
刮压几次之后你会感觉到非常明显的效果。

对急性病症，比如感冒、发烧、头痛、腹泻等等，刮压相  
应反射区时同样会出现让你立即全身汗出的刺痛。病痛承受  
在短暂的刺痛，几分钟之后其病痛就会得到很大的缓解。  
建议使用刮板而不是用手。刮压动作必须缓慢深沉，大概  
为每秒一次。要从上往下、从外向内刮压。建议在袜子外面刮  
压。刮压后24小时内不要刮压。不要在有风的地方刮压。刮压之  
后2小时内足部需要保温。刮压之后多喝水。  
在刮压之后可能会出现一些反应，比如口渴、疲倦、出  
汗或者发热。本来病痛显得更重。刮压部位出现青紫红肿  
等。所有来自刮压的反应都是正常的反应，不用担心，不用治  
疗，只需多喝水、休息，听从身体的需要去做，很快这些反应会  
自己消失，之后你的身体会感觉到非常明显的变化。

有关足部反射刮压法的进一步问题，请读《自助式足部反  
射疗法》一书。

作者：梁军 (1365549163@qq.com)  
责任编辑：梁凤阁  
出版发行：东南大学出版社  
社址：南京四牌楼2号  
邮编：210096  
电话：江苏凤凰新华书店经销  
地址：江苏凤凰新华书店有限公司  
南京：江苏凤凰新华书店有限公司  
邮编：201104 电话：025-83611111  
2011年1月第1次印刷  
印数：1-5000  
ISBN：7-5641-7361-4  
定价：18.00元

B

Fig. 3.1, (cont.) (B) Póster en lengua china de las áreas reflejas del pie. (Artista desconocido.)

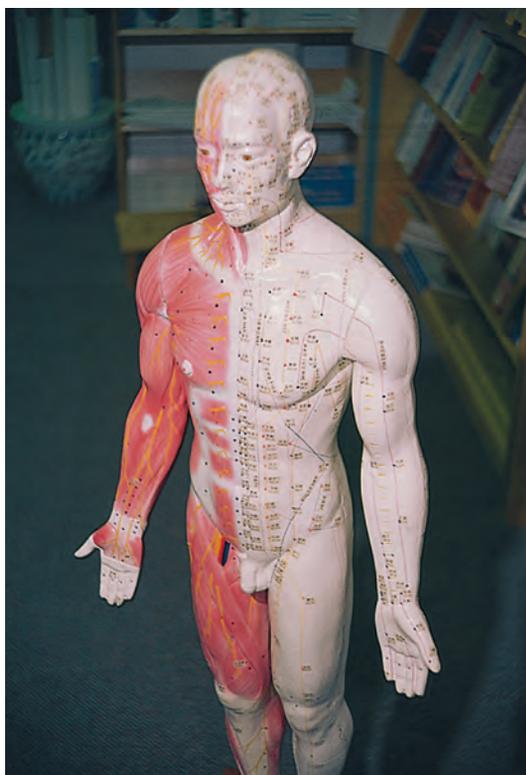


Fig. 3.2 Meridianos y puntos de acupuntura en un modelo masculino.

de un hombre con ciática; en la figura 3.3B se muestran todas las agujas en posición.

*Shen* es la energía, única para la vida humana, responsable del espíritu, conciencia, emociones y pensamientos. Se asocia con la fuerza de la personalidad humana. *Jing* es el fluido base de la reproducción y el desarrollo. *Xue* (pronunciado «schywey») circula en los mismos canales del *qi* y es parecido a la sangre, pero producido por los alimentos, refinado en el bazo y transportado a los pulmones, donde el *qi* nutritivo se transforma en *xue*. *Jin-ye* son todos los fluidos distintos al *xue*. Incluye el sudor, la orina, la saliva, el moco, la bilis y el jugo gástrico. Estas seis sustancias esenciales constituyen la base de la medicina china tradicional.

La acupuntura se utiliza para prevenir y tratar la enfermedad, y para mantener la salud mediante la manipulación del flujo de *qi* y *xue*, o fluidos corporales, a través de los canales corporales. Aunque la mayoría de los médicos occidentales han oído hablar de la acupuntura, pocos la entienden. Los chinos llevan utilizando la acupuntura más de 6.000 años para estimular o despertar el poder natural del cuerpo. Se calcula que en Estados Unidos se practican tratamientos con acupuntura a más de 14 millones de personas al año. Para esto se utilizan nueve tipos de agujas finas, cada una con un propósito concreto. Existen 2.000 puntos específicos, cada uno de 3 mm de diámetro, a lo largo de los meridianos de la piel, en los que se pueden insertar las agujas. La mayoría de los acupuntadores solo utilizan 150 puntos. Los chinos tienen nombres distintos para cada punto de acupuntura. Las agujas de acupuntura se insertan a diversas profundidades en puntos estratégicos del cuerpo. Las agujas son muy finas, por lo que su inserción generalmente produce pocas molestias. El acupuntador puede moverlas suavemente o girarlas después de insertarlas. También se puede aplicar calor o impulsos eléctricos poco intensos a las agujas. Se mantienen colocadas durante unos 15-20 min antes de extraerlas. En general se considera que la acupuntura



A



B

Fig. 3.3 Acupuntura. (A) El profesional está colocando agujas a un paciente con ciática. (B) Agujas colocadas.

es segura cuando la realiza un acupuntor con experiencia y buena formación que utiliza agujas estériles.

En la figura 3.4 se pueden ver agujas de acupuntura clásicas, que también incluyen instrumentos similares a bisturíes y lancetas. Las finas agujas filiformes señaladas con «1» y «2» son las que se utilizan con más frecuencia en Estados Unidos. Estas agujas actúan como antenas para dirigir el *qi* a los órganos del cuerpo. Otras veces, pueden drenar el *qi* excesivo.

La acupuntura se ha utilizado para tratar la enfermedad desde la infancia a la vejez. En la figura 3.5 se observa una bandeja de acupuntura. Cuando estudiaba en Taiwán tuve el privilegio de visitar la Facultad de Medicina China de Taichung, donde existe un departamento especial para pacientes que quieren ser tratados con medicina tradicional china. El niño de la figura 3.6A fue llevado por su madre, que decía que este tenía síntomas de resfriado; el hombre de la figura 3.6B refería sinusitis y la mujer anciana de la figura 3.6C describía cefaleas, y en la figura 3.6D se ve el pie del niño de la figura 3.6A.

La acupuntura de la oreja, llamada *auriculoterapia*, la practican los acupuntadores chinos tradicionales para el diagnóstico y tratamiento de falta de armonía. Sin embargo, esta técnica no es originaria de China. Un médico francés, Paul Nogier, introdujo este concepto en 1958. En la figura 3.7 están marcados los puntos de acupuntura en la oreja. La auriculoterapia se basa en el concepto de que existen partes específicas de la oreja que pueden relacionarse con partes específicas del cuerpo y sus funciones. Aunque nunca se ha

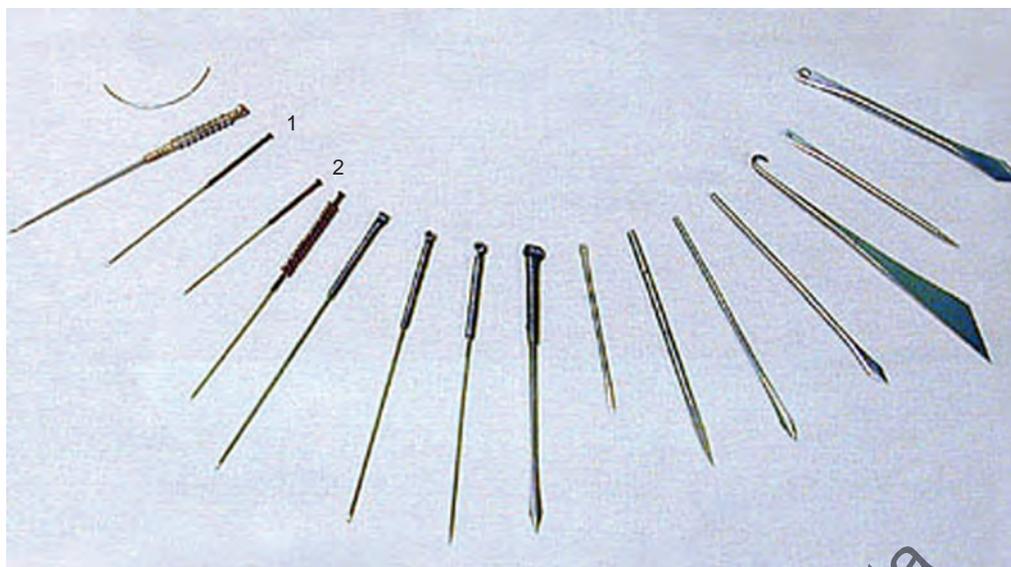


Fig. 3.4 Agujas de acupuntura clásica. Las agujas filiformes 1 y 2 son las más utilizadas en Estados Unidos.



Fig. 3.5 Material de acupuntura.

demostrado con claridad la especificidad de los puntos de acupuntura en la oreja, la mayoría de los acupuntores aceptan que la auriculoterapia tiene un efecto calmante. De hecho, el punto de la oreja citado con más frecuencia en los tratamientos se conoce como *shenmen*, o puerta del espíritu.

La *moxibustión*<sup>15</sup> es una forma concreta de acupuntura en la que se queman hierbas, moxa<sup>16</sup>, para estimular puntos de acupuntura

<sup>15</sup>Deng H, Shen X. The mechanism of moxibustion: ancient theory and modern research. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2013;379291, 2013.

<sup>16</sup>Una sustancia creada con hojas secas de las hierbas artemisa china (*Artemisia argyi*) y ajeno (*Artemisia absinthium*). *Artemisia* es un extenso género de plantas herbáceas con más de 300 especies que pertenecen a la familia de las margaritas. Son conocidas por los potentes componentes químicos de sus aceites esenciales. La artemisa pertenece a este género.

específicos. Se ha utilizado para prevenir y curar enfermedades durante más de 2.500 años. Aún hoy desempeña un papel importante en los sistemas médicos tradicionales de China, Japón, Corea, Vietnam, Mongolia y el Tíbet. Si una enfermedad no responde a la acupuntura tradicional, se utiliza la moxibustión. Las hojas de moxa pueden enrollarse en forma de cigarro o pulverizarse y formar un cono con ellas. El palillo de moxa se prende y el extremo incandescente se sujeta sobre el punto que va a tratarse; el cono se coloca en la piel sobre el punto de acupuntura y se enciende, de forma que se quema lentamente cerca de la piel, como se ve en la figura 3.8A. Muchas veces el cono de moxa enrollado se coloca sobre el extremo de una aguja de acupuntura y se prende para potenciar la acción; esto es lo que se observa en la figura 3.8B en un paciente con dolor lumbar. De acuerdo con los profesionales de medicina alternativa, el calor que se genera durante la moxibustión contribuye a incrementar el flujo de *qi* en todo el cuerpo a través de



**Fig. 3.6** Acupuntura. (A) Niño con infección respiratoria de las vías altas en tratamiento. (B) Hombre con dolor de cabeza de origen sinusal en tratamiento. (C) Mujer con cefalea en tratamiento. (D) Pie del niño mostrado en A con infección respiratoria de las vías altas.

los meridianos. La estimulación de *qi* es esencial para conseguir la salud y el bienestar. La moxibustión se utiliza para tratar una amplia variedad de trastornos en los que hay un exceso de *yin* (frío) y está contraindicada en los desequilibrios por calor y exceso de *yang* (caliente). Un análisis bibliométrico<sup>17</sup> de los artículos publicados de 1954 a 2007 en China mostró que se pueden tratar con moxibustión hasta 364 tipos de enfermedades. Las indicaciones más frecuentes de la terapia con moxibustión son malposición fetal, diarrea, colitis, incontinencia y dismenorrea. También se ha utilizado en la artrosis de rodilla, los trastornos de la articulación temporomandibular, las lesiones de partes blandas, el dolor en el talón, el asma, la retención urinaria y el herpes zóster<sup>18</sup>.

En noviembre de 1997<sup>19</sup>, el NIH reunió una comisión de expertos independientes para revisar los estudios clínicos de todas las formas de acupuntura. La comisión observó que los resultados de varios estudios, muchos de ellos patrocinados por el NIH, eran equívocos debido

al diseño, al tamaño de la muestra y a otros factores, complicado por dificultades inherentes en la utilización de sujetos control adecuados. La comisión reconoció que la acupuntura había ofrecido resultados prometedores para el alivio de los siguientes trastornos:

1. Náuseas y vómitos postoperatorios en el adulto.
2. Náuseas y vómitos secundarios a quimioterapia.
3. Dolor dental postoperatorio.

La comisión determinó que la acupuntura puede ser útil como tratamiento adyuvante, como alternativa aceptable, o como parte de un programa global en adicciones, rehabilitación de ictus, cefaleas, dolores menstruales, codo de tenista, fibromialgia, dolor miofascial, artrosis, dolor lumbar, síndrome del túnel carpiano y asma. Es probable que nuevas investigaciones desvelen otros problemas en los que la acupuntura puede ser útil.

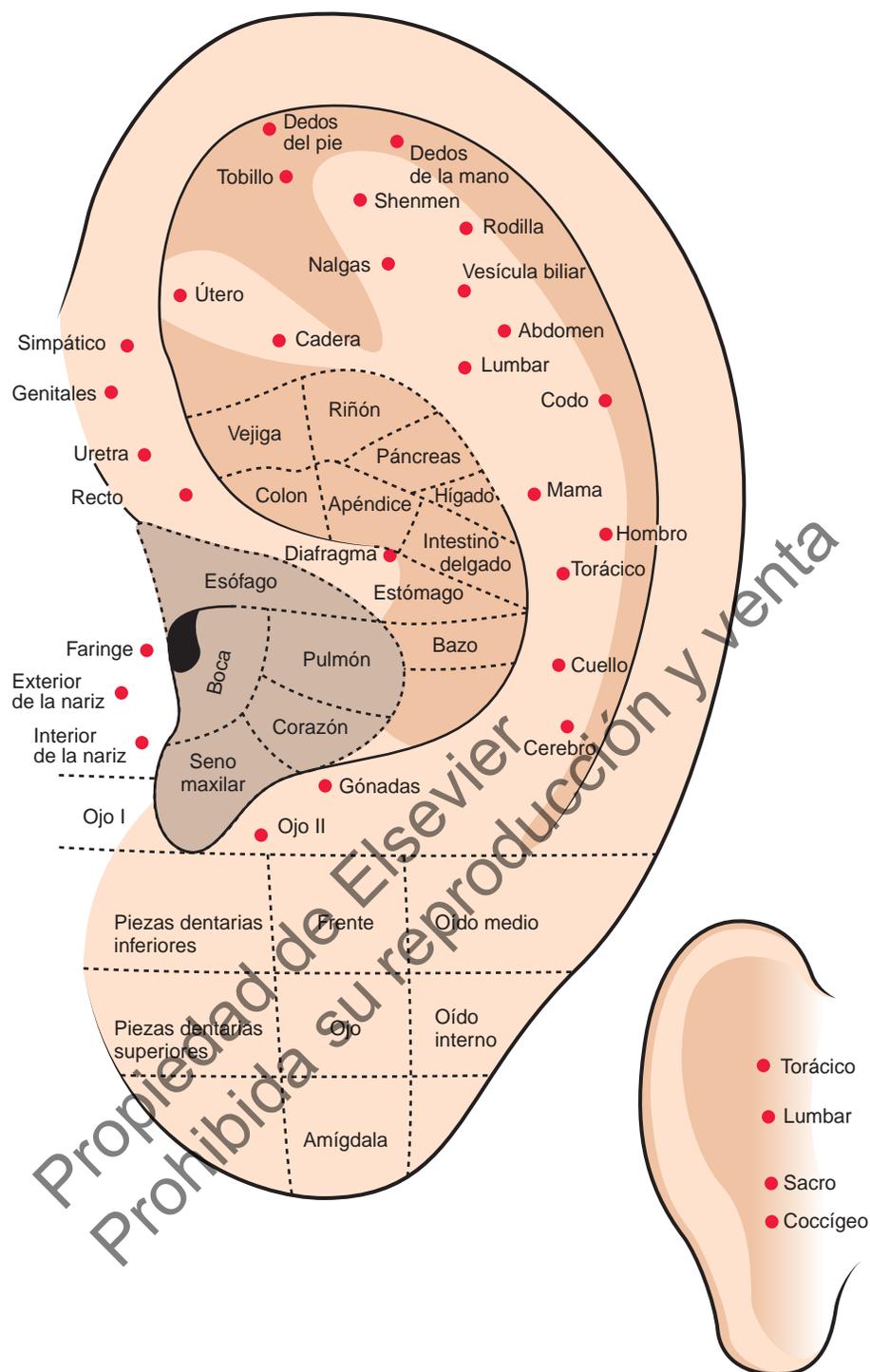
## MEDICINA TRADICIONAL CHINA

Hay muchas prácticas médicas tradicionales. Son dignos de mención los sistemas de curación chino, ayurvédico y griego. Dadas las limitaciones de espacio en este capítulo, se considera solo uno de estos, la medicina china, que ha influido en otros muchos sistemas.

<sup>17</sup>Qinfeng H, Huang W, Jie L, et al. Bibliometric analysis of diseases spectrum of moxibustion therapy. *J Acupunct Tuina Sci.* 2012;10(6):342.

<sup>18</sup>Deng H, Shen X. The mechanism of moxibustion: ancient theory and modern research. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2013;379291, 2013.

<sup>19</sup>NIH Consensus Statement: Acupuncture. *JAMA.* 1998;280(17):1518-1534.



**Fig. 3.7** Puntos de acupuntura en la oreja. (Reproducida de Wensel LO ed. *Acu-puncture in Medical Practice*. Reston, VA, Reston Publishing Co., Appleton & Lange; 1980.)

Con más de 21,4 millones de habitantes, la población procedente de Asia e islas del Pacífico representa el tercer grupo minoritario en Estados Unidos en 2016<sup>20</sup>. El método de curación chino constituye una tradición rica y compleja. Hace hincapié en favorecer el equilibrio y la armonía del cuerpo, mente y espíritu, y ha sido la base de muchos otros sistemas médicos tradicionales. La medicina china tuvo su origen

hace más de 2.500 años y todavía se utiliza para tratar a millones de personas en China y en todo el mundo. Como resultado, para los médicos tradicionales chinos, la medicina alopática es nueva y experimental.

La medicina china se basa en la idea de que el sistema humano es un espejo microcósmico del universo macrocósmico. Esto significa que no puede existir nada sin la existencia de los otros. Todas las personas están sujetas a las mismas leyes que gobiernan las estrellas, los planetas, los árboles y la tierra. El *tao*, traducido en ocasiones como «el origen infinito», es la fuerza única de la que se originan

<sup>20</sup><https://www.census.gov/content/dam/Census/library/visualizations/2018/comm/2018-api.jpg>. Consultado el 3 de enero de 2019.



A



B

**Fig. 3.8** Moxibustión. (A) Cono de moxibustión. (B) Moxibustión y acupuntura en un paciente con lumbago.

todas las formas de vida y el universo entero; es el camino a la realidad final. El que sigue las leyes de la naturaleza será bendecido con buena salud, larga vida y buena suerte. Puesto que la naturaleza es la manifestación del *tao* más duradera, gran parte de la terminología tradicional de la medicina china deriva de los fenómenos naturales, como agua y fuego, viento y calor, y sequedad y humedad. Cuando los elementos del cuerpo humano están equilibrados, se dice que el «buen tiempo» domina en el cuerpo, y la persona está bien tanto física como mentalmente.

### Yin y yang

El *tao* creó dos fuerzas opuestas, *yin* y *yang*, que son los contrarios que se combinan para crear todo en el mundo. El concepto de *yin* y *yang* permea todo el pensamiento chino, y es fundamental para comprender la medicina china. Son dos fuerzas contrapuestas. Todos los fenómenos del mundo derivan de la confrontación y las interacciones de estas fuerzas. El *yin* es una fuerza de oscuridad y se asocia con características como tierra, luna, noche, agua, parte interior del cuerpo, feminidad,

frío, quietud, pasividad, vacío, introversión y energía negativa. El *yang* es una fuerza de resplandor y se asocia con cielo, sol, luz diurna, fuego, parte exterior del cuerpo, masculinidad, calor, estimulación, actividad, excitación, vigor, plenitud, extraversión y energía positiva. El *yin* y el *yang* deben estar equilibrados correctamente y ser armoniosos para alcanzar el estado de salud. Se produce una enfermedad cuando no están equilibrados. Por ejemplo, si se reconoce que una enfermedad es caliente (*yang*), entonces los medicamentos y tratamientos deben ser fríos (*yin*) para restaurar la armonía y la salud.

Los términos generales para describir las enfermedades del *yang* incluyen «templado», «caliente», «inflamado», «espasmo», «lleno» y «agudo». Los cánceres sólidos, los cálculos renales, la artritis y la bursitis son ejemplos de enfermedades del *yang*. Las palabras para definir las enfermedades del *yin* son «frialidad», «laxitud», «agotamiento», «vacío», «deficiencia», «debilidad», «energía baja» y «estasis». La osteoporosis, el hipotiroidismo, la insuficiencia suprarrenal, la anemia ferropénica y la depresión son ejemplos de enfermedades del *yin*. Un exceso de *yin* (frío) puede causar enfermedades como el insomnio y la sequedad de boca. Por el contrario, una deficiencia de *yang* (caliente) puede causar frialdad de las extremidades y una complexión enfermiza. En la tabla 3.1 se enumeran los aspectos de la polaridad *yin* y *yang*. En la tabla 3.2 se enumeran algunos signos de *yin* y *yang* importantes en el cuerpo.

### Conceptos importantes de la medicina china

En la medicina tradicional china hay otros dos conceptos importantes. El primero es que la aparición de la enfermedad representa un fracaso de los cuidados preventivos. El segundo es que la salud es una responsabilidad compartida por el paciente y el médico a partes iguales. Según un proverbio chino, «El mejor médico enseña a sus pacientes cómo mantenerse sanos». En la medicina china tradicional, el médico trata al paciente más como un todo que como una suma de partes, como es habitual en la medicina occidental. Una creencia importante es que la mente es responsable de controlar y guiar la energía para curar y reparar el cuerpo. La medicina china es un sistema de preservación de salud y curación de enfermedad que trata la mente, el cuerpo y el espíritu como un todo.

Mientras que el médico occidental empieza por un síntoma e intenta buscar la causa de una enfermedad concreta, el médico chino tradicional dirige su atención al paciente en conjunto y forma una «pauta de falta de armonía». Esta pauta describe la situación de «desequilibrio» en el cuerpo del paciente. En medicina china tradicional no se pregunta «¿cómo A causa B?», sino «¿cómo se relacionan A y B?». Las pautas de falta de armonía proporcionan el esquema para el tratamiento. En medicina china, una persona no contrae la gripe; desarrolla una falta de armonía. Si un paciente necesita un antibiótico, pueden utilizarse hierbas o acupuntura para disipar la falta de armonía. Independientemente de la enfermedad, debe tratarse como un todo el cuerpo, la mente y el espíritu. La curación se consigue reequilibrando el *yin* y el *yang* y restaurando la armonía en toda la persona.

El médico chino tradicional explora al paciente en cuatro fases: mira, escucha o huele, pregunta y palpa. La inspección de la lengua (*diagnóstico por la lengua*) y la palpación del pulso (*diagnóstico por el pulso*) son las dos exploraciones más importantes. Se cree que la lengua es el indicador más claro de la naturaleza de la falta de armonía. Los chinos reconocen más de 100 formas distintas de desequilibrio de energía interna basadas en las características de la

**TABLA 3.1 Aspectos de la polaridad yin y yang**

Aspecto	Yin	Yang
Cuerpos cósmicos	Luna	Sol
	Tierra	Cielo
Forma de energía	Pasiva	Agresiva
	Mentalmente activa	Físicamente activa
	Dormida	Despierta
	Débil	Fuerte
	Vacía	Llena
	Deficiente	Excesiva
	Fría	Caliente
Hora del día	Noche	Día
Estación	Otoño	Primavera
	Invierno	Verano
Polo magnético	Negativo	Positivo
Velocidad	Lenta	Rápida
Parte del cuerpo	Interior	Exterior
	Tronco inferior	Tronco superior
	Extremidades inferiores	Extremidades superiores
	Pies	Cabeza
	Lado derecho	Lado izquierdo
	Espalda	Frente
Sexo	Femenino	Masculino
Número	Par	Impar
Distancia	Cercano	Lejano
Humedad relativa	Muy húmedo, saturado	Seco
Característica de la luz	Oscura	Luminosa
Ácido/base	Alcalino	Ácido
Velocidad	Lenta	Rápida
Metabolismo	Anabolismo	Catabolismo
Tipo psíquico	Contemplativo	Activo
	Introverso	Extroverso
	Dulce	Resistente
Movimiento	Contracción	Expansión
Posición	Descendente	Ascendente
	Inferior	Superior
	Reposo	Actividad

**TABLA 3.2 Signos de yin y yang en el cuerpo**

Signos corporales	Signos de yin	Signos de yang
Cara	Pálida, ánimo bajo, se nota fría, extremidades frías, cansada y débil	Roja, fiebre, sensación de calor, agitada
Voz	Baja y suave	Fuerte
Apetito	Reducido	Aumentado
Orina	Abundante y clara	De color amarillo oscuro
Intestino	Estreñimiento	Diarrea
Lengua	Pálida e hinchada	De color rojo brillante
Pulso	Lento, débil y frágil	Rápido e intenso

lengua: el color, la forma, la humedad, el revestimiento, el grosor, las grietas y la textura de la «piel» de la lengua. La situación de los cinco sistemas orgánicos principales se valora según las áreas correspondientes de la lengua. Estos sistemas son los riñones, el hígado, el bazo, los pulmones y el corazón.



Fig. 3.9 Descripción china ancestral del diagnóstico por pulso.

**Diagnóstico por el pulso**

En la medicina china tradicional, el diagnóstico por el pulso es uno de los principales métodos de diagnóstico clínico. Su uso se basa en la creencia de que la falta de armonía del cuerpo deja una impresión específica en el pulso. En la figura 3.9 se observa una representación antigua de diagnóstico por el pulso. En la medicina tradicional china el pulso radial se divide en tres posiciones en cada una de las muñecas. El primer pulso más próximo a la muñeca es la posición *cun*, el segundo es la posición *guan* y la tercera posición del pulso, la más alejada de la muñeca, es el *chi*. La intensidad y la debilidad de estas posiciones se evalúan a tres profundidades diferentes. El médico chino tradicional puede valorar los pulmones, el bazo y el yang del riñón en la muñeca derecha, y el corazón, el hígado y el yin del riñón en la muñeca izquierda.

Los chinos llevan utilizando las bolas de acero para la salud desde la dinastía Ming (1368-1644). Las bolas, sólidas originariamente, actualmente son huecas, con una placa que suena dentro. Cada par consta de una bola que produce un tono alto y otra que emite un tono bajo. Se cree que las bolas de acero refuerzan la salud y el bienestar de quien las utiliza. Al mover las bolas de acero con los dedos, se estimulan varios puntos de acupuntura en la mano, que producen un aumento de circulación de energía vital y sangre a los órganos internos. Quienes usan las bolas creen que, con la utilización diaria, se puede mantener la buena salud del cerebro y mejorar la memoria, aliviar el cansancio y prolongar la vida.

**Teoría de los cinco elementos**

Otro concepto importante en medicina china tradicional es la teoría de los cinco elementos, conocida también como las cinco fases (*wu xing*). Esta teoría es un intento de clasificar los fenómenos en cuanto a procesos por excelencia representados por la madera, el fuego, la tierra, el metal y el agua. Cada fase tiene características y funciones que describen los distintos procesos que tienen lugar en el cuerpo y sus interacciones con el ambiente. Las fases son:

TABLA 3.3 Asociaciones somáticas de las cinco fases

	Madera	Fuego	Tierra	Metal	Agua
Sabor	Agrio	Amargo	Dulce	Picante	Salado
Órgano <i>yin</i>	Hígado	Corazón	Bazo	Pulmones	Riñones
Órgano <i>yang</i>	Vesícula	Intestino delgado	Estómago	Colon	Vejiga
Orificio	Ojos	Lengua	Boca	Nariz	Oídos
Tejido	Tendones	Vasos sanguíneos	Músculos	Piel	Huesos

- **Madera:** verdadera y recta, caracteriza al hígado, vesícula biliar, ira, sabor agrio y tiempo ventoso.
- **Fuego:** ascendente y floreciente, caracteriza al corazón, intestino delgado, alegría, sabor amargo y tiempo cálido.
- **Tierra:** sólida y callada, caracteriza al bazo, estómago, melancolía, sabor dulce y tiempo húmedo.
- **Metal:** sólido y fuerte, caracteriza al pulmón, colon, tristeza, sabor picante y tiempo seco.
- **Agua:** interior y clara, caracteriza al riñón, vejiga urinaria, miedo, sabor salado y tiempo frío.

Los curanderos chinos tradicionales utilizan esta teoría para diagnosticar y tratar la enfermedad. Trazadas con frecuencia en un círculo, las cinco fases muestran una unidad en el mundo y en el cuerpo. Muchos trastornos corresponden a las cinco fases. En la tabla 3.3 se enumeran algunas de las asociaciones somáticas médicamente relevantes de las cinco fases.

### Acupresión y masaje

Además de la acupuntura, la acupresión y el masaje también son aspectos importantes del arte curativo tradicional chino. La acupresión, o *dian hsueh*, es la precursora de la técnica japonesa conocida como *shiatsu*. La acupresión es la técnica de transferir energía desde el cuerpo del terapeuta directamente en el sistema del paciente mediante la presión del primer dedo y las manos en zonas vitales del paciente. La acupresión implica la aplicación de presión profunda en los mismos puntos a lo largo de los canales utilizados en acupuntura. Una vez localizado un punto, se aplica una presión rotatoria durante 10-15 s, se libera y se repite con la frecuencia que el terapeuta considere necesaria. Por el contrario, el masaje (*tui na*), se centra sobre todo en las masas musculares, oreja, abdomen, pie y columna. El masaje proporciona la energía de la acupuntura, la serenidad de la meditación y la renovación espiritual. El *tui na* estimula la circulación y la energía dentro del cuerpo, activa y drena la linfa, tonifica los músculos y refuerza la función neurológica.

### Tratamiento con *tui na*

El tratamiento con *tui na* se acompaña con los vasos, técnica llamada *ba guan*, en la que se aplican copas de cristal o bambú con pequeñas cantidades de alcohol a las zonas de enfermedad, y se enciende el alcohol creando un vacío. El tejido subyacente se hincha y la presión del vacío extrae calor, humedad y energía de viento. Muchos otros grupos étnicos han adaptado esta técnica. En la figura 3.10 vemos las ventosas de cristal y un dispositivo de succión moderno para su aplicación.

### Fitoterapia china

La fitoterapia china abarca ocho acciones: sudar, vomitar, purgar, armonizar, calentar, extraer, suplementar y reducir. Se conocen más

Fig. 3.10 Dispositivos *ba guan* (ventosas).

de 5.500 remedios herbales en la medicina china tradicional, de los que se utilizan menos del 10%. Se utilizan diferentes partes de las plantas, como las hojas, las raíces, los tallos, las flores y las semillas, además de algunos productos de origen animal y mineral. Por experiencia clínica, la medicina china admite que cada remedio herbal tiene afinidad por un meridiano u órgano concreto. Si una enfermedad está producida por calor, se puede usar el enfriamiento con hierbas; si está producida por una deficiencia, se utilizan remedios que recuperan. En un manual de remedios herbales chinos tradicionales, cada hierba se enumera por la parte de la planta usada (P), el sabor y naturaleza (TyN), el meridiano u órgano afectado (M), la acción (Act), la cantidad y forma de uso (AyF), y las precauciones y contraindicaciones (CyC). Por ejemplo<sup>21</sup>:

- *Acorus gramineus* (junco japonés enano).
- Shichangpu.
- P: rizoma.
- TyN: acre, discretamente caliente.
- M: corazón, hígado, bazo.
- Act: abre orificios y conduce, elimina esputo, regula *qi*, moviliza sangre, dispersa viento, excreta humedad.
- AyF: 3 a 6 g (fresco 9 a 24 g) en cocción, píldora o polvo.
- CyC: altibajos en *yin* y *yang*, intranquilidad con diaforesis, tos, vómitos de sangre, emisión espontánea de semen.

La fotografía de la figura 3.11 fue tomada en una herboristería tradicional china en Chinatown de San Francisco. Observe la receta

<sup>21</sup> Adaptada de Fan WJW. *Manual of Chinese herbal medicine: principles and practice for easy reference*. Boston, 2003, Shambhala Publications.



Fig. 3.11 Hierbas medicinales chinas, con receta abajo a la izquierda.

escrita en chino, necesaria para comprar esta medicación herbal. La figura 3.12 muestra la herboristería moderna de la Facultad de Medicina China en Taichung, Taiwán. La figura 3.13 muestra una receta para hierbas medicinales generada por un sistema informático.

La utilización de hierbas medicinales es muy frecuente y está en aumento. El trabajador sanitario debe conocer las hierbas utilizadas más a menudo, y sus beneficios y limitaciones. Algunas hierbas pueden interferir con el tratamiento farmacológico y con la cirugía. La hemorragia es un problema frecuente. Algunos antioxidantes pueden interferir con la quimioterapia. El consumo de hierbas medicinales en Occidente vuelve a los días de Paracelso (1493-1541), quien dijo: «La dosis determina el veneno». Es necesario realizar muchos ensayos clínicos para evaluar la eficacia y seguridad de las hierbas medicinales y mejorar la comprensión de sus ingredientes activos y acciones.

### COMENTARIOS FINALES

Los tratamientos de MCA llevan mucho tiempo desempeñando una función clave en la asistencia sanitaria. La mayor parte de los proveedores de salud no ha reconocido la magnitud de estas formas de curación. Muchos de estos tratamientos, sin embargo, no están basados en ningún conocimiento médico sólido. Algunos han derivado de tradiciones étnicas y populares, cultos semi-religiosos, movimientos metafísicos y grupos sanitarios que se rebelan contra la tecnología y la impersonalidad que se percibe en la atención sanitaria del siglo XXI. Por desgracia, los términos mercantilistas como «cura milagrosa», «nuevo descubrimiento» y «satisfacción garantizada» atraen a pacientes que buscan cura para enfermedades que no la tienen. «Purificar», «desintoxicar» y «dar energía» impresionan, pero con frecuencia se utilizan para disfrazar la falta de pruebas científicas de eficacia. Por último, los médicos deben advertir a sus pacientes que la palabra *natural* no siempre significa que el tratamiento sea seguro, y que estos productos tienen efectos similares a los de los fármacos que pueden perjudicar la salud e interactuar con la medicación recetada. Por tanto, los médicos deben buscar estudios científicos sólidos. La falta de pruebas consistentes no siempre significa que



A



B

Fig. 3.12 (A) y (B) Farmacia de hierbas moderna en la Facultad de Medicina China de Taichung, Taiwán.



Fig. 3.13 Receta de hierbas medicinales emitida por ordenador.

estos tratamientos no funcionan, sino que no se ha demostrado que sean eficaces.

En este capítulo se ha presentado al trabajador sanitario la riqueza de varios de estos tratamientos de MCA. Lo mejor sería que el trabajador sanitario estuviera mejor preparado ahora para tratar a pacientes de distintas procedencias que utilizan la MCA y con los retos de atender a estos pacientes en la sociedad esta-

dounidense. El profesional no debe tener prejuicios hacia estos tratamientos y debe ser capaz de incorporar la MCA en la medicina occidental. Todos los trabajadores sanitarios deben familiarizarse con estas prácticas, su eficacia y los riesgos y beneficios potenciales de su uso.

La bibliografía de este capítulo está disponible en [StudentConsult.com](http://StudentConsult.com).

Propiedad de Elsevier  
Prohibida su reproducción y venta