



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Especialista costarricense habla sobre la medicina tradicional china y la acupuntura

1 JUN 2012 Salud



La OMS desde 1979 reconoce la acupuntura y sus variantes como eficaz para el tratamiento de al menos 49 enfermedades. En el 2010 la UNESCO declaró la acupuntura como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad (foto tomada de: <http://taichi-cordoba.blogspot.com>).

La medicina tradicional de China, con un legado de 500 años de historia se fundamenta en el concepto de salud **“mantener el orden en vez de corregir el desorden”**. En esta tesis sustentó su conferencia la Magister Zarella Castellanos Villanueva, fisio terapeuta costarricense especialista en el tema, graduada en Beijing, China.

Un nutrido grupo de estudiantes y público en general atraídos por el tema de la conferencia, impartida en la biblioteca Carlos Monge Alfaro, y promovida por el [Programa](#)

[de Difusión de la Cultura China](#), de la Universidad de Costa Rica (UCR), compartieron con la especialista sus inquietudes sobre la filosofía de la medicina tradicional china y las diferentes técnicas de la acupuntura como opciones curativas.

Durante su exposición, la especialista destacó que la **medicina tradicional china**, en sus diferentes manifestaciones, reduce los costos del tratamiento médico; tiene muy pocos efectos secundarios; y como forma parte del sistema de salud de aquel país, se practica en el 95% de sus hospitales.

La especialista explicó que la medicina tradicional china tiene **términos básicos que se ligan directamente con la idea de vida y de mundo de esa cultura**. El Qí (chi) que se refiere a la energía vital, un principio activo que forma parte de todo ser vivo y que podría denominarse como **flujo vital que se relaciona con la salud, con el equilibrio, con la armonía**. La interrupción de su libre flujo en el cuerpo es la base de los trastornos físicos y psicológicos.



Diferentes órganos del cuerpo humano pueden verse beneficiados con la medicina tradicional china, aseguró la especialista Zarella Castellanos (foto Anel Kenjekeeva).

Otro concepto trascendental para la cultura china, es el **Yin y Yang, o teoría de los opuestos complementarios**. Según esta concepción, la armonía anatómica se relaciona directamente con un **equilibrado estado de salud**. El Yin es el principio femenino, la tierra, la oscuridad, la pasividad y la absorción. El Yang es el principio masculino, el cielo, la luz, la actividad y la penetración.

Según el Yin y Yang, agregó la fisioterapeuta, **cada ser posee un complemento del que depende para su existencia y que a su vez existe dentro de él mismo**, se concibe un patrón de: sonido/silencio, movimiento/quietud, vida/muerte, mente/cuerpo, etc. Con base en esa relación la medicina china con frecuencia contrarresta determinados síntomas con tratamientos regidos por el concepto opuesto.

Acupuntura: algo más que agujas

Entre el espectro de la legendaria medicina tradicional china la conferencista pormenorizó sobre la acupuntura, y dejó claro que es una técnica que abarca, entre otras variantes, **la inserción y la manipulación de agujas en el cuerpo con el objetivo de restaurar la salud y el bienestar en el paciente**. Las técnicas de la acupuntura son indicadas en el tratamiento de trastornos digestivos, músculo esqueléticos y respiratorios, entre otros.



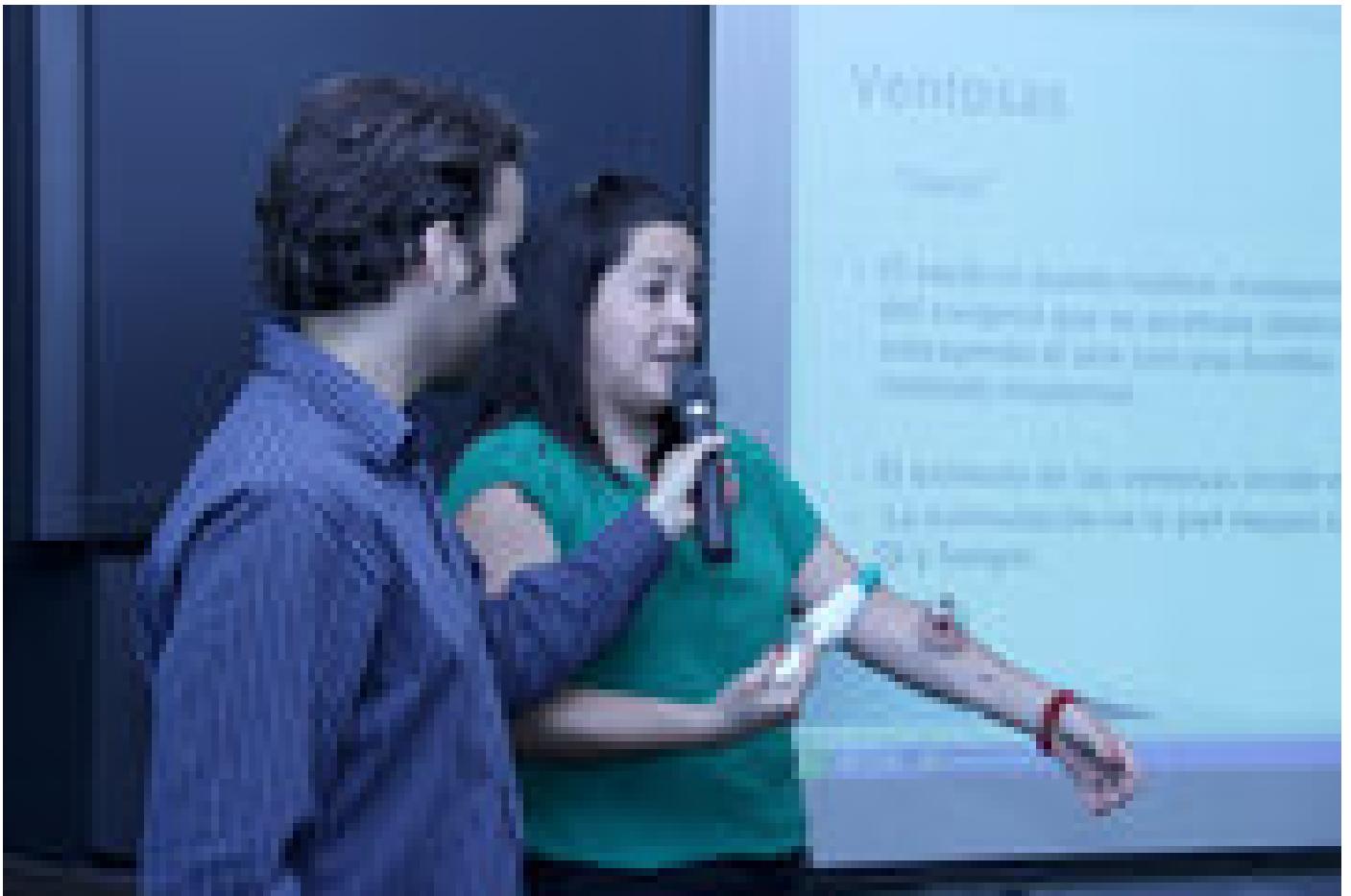
El público que asitió a la conferencia pudo conocer algunos productos que se usan en la moxibustión, una técnica que potencializa el efecto de la acupuntura tradicional (foto Anel Kenjekeeva).

Para la medicina tradicional china a cada órgano del cuerpo corresponde un meridiano, en el cual están los puntos acupunturales, son 361 puntos en los que se puede trabajar. Cada uno de esos puntos tiene su acción terapéutica cuando son correctamente estimulados.

Destacó Castellanos que **la definición y la caracterización de estos puntos acupunturales está estandarizada actualmente por la Organización Mundial de la Salud (OMS)** mediante una nomenclatura estandarizada que agrupa a las grandes tradiciones de la acupuntura.

Entre las variantes de la acupuntura Castellanos detalló **la moxibustión**. Una técnica que consiste en aplicar calor a los puntos acupunturales, por medio de **la combustión de hierbas medicinales**, como la artemisa, muy efectiva en el tratamiento de la debilidad, artrosis y problemas musculares crónicos.

en todo el cuerpo y sobre las áreas asociadas al punto que está siendo tratado.



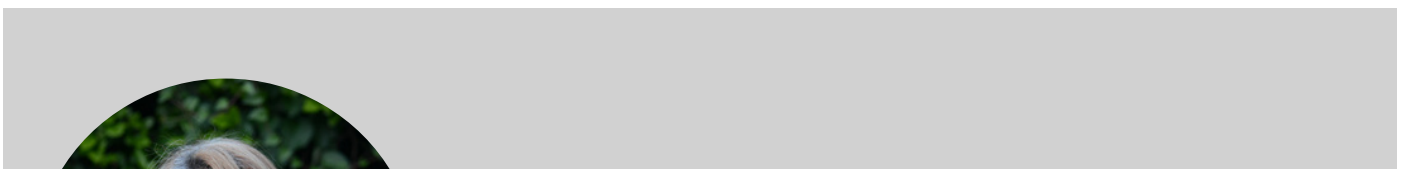
La Magister Castellanos demostró el uso de algunas técnicas de acupuntura con elementos traídos por ella desde China (foto Anel Kenjekeeva).

La electro acupuntura, fue otra técnica destacada por Castellanos. Consiste en el uso de las agujas y la estimulación eléctrica, enviando **una pequeña corriente eléctrica a través de la aguja**, después de su inserción en el punto acupuntural. Se refuerza así la estimulación de los puntos meridianos de acupuntura, lo cual produce un efecto analgésico en el paciente. Incluso ha sido utilizada durante el parto y como anestésico en cesáreas.

Entre el público llamó mucho la atención la explicación dada por la especialista sobre **las ventosas**. Una técnica de acupuntura suplementaria que consiste en **succionar la piel haciendo vacío con un frasco, vasija o recipiente**, con el fin de estimular una región del cuerpo y obtener un efecto terapéutico.

La obtención del vacío se realiza generalmente con la ayuda de fuego para consumir el oxígeno dentro del recipiente. Los principales efectos de la aplicación de ventosas son la **activación de la circulación de sangre y energía y la relajación muscular**.

Comentó Castellanos que la OMS ha publicado documentos y guías para animar los estudios clínicos de esta disciplina médica como **un camino para validar la acupuntura**. Añadió que la aceptación de esta técnica por parte de la medicina moderna podría extender su uso dentro del sistema de salud costarricense, con la ventaja de ser una opción simple, barata y efectiva.





[María Encarnación Peña Bonilla](#)
Periodista Oficina de Divulgación e Información.
Destacada en: educación y estudios generales
maria.penabonilla@ucr.ac.cr

Etiquetas: [terapia](#), [medicina](#), [salud](#), [acupuntura](#), [china](#), [programa de difusion de la cultura china](#), [zarella castellanos villanueva](#).