



**Experiencia teórico-clínica en el manejo de
pacientes con masaje Tuina en el Hospital de
la Universidad de Medicina Tradicional China
de Tianjin.**

Monografía

Diana Alexandra Rojas Maldonado

**Director: Doctor Eduardo Humberto Beltrán Dussán,
Médico Familiar-Pediatra-Oncohematólogo-Magister en
Medicina Alternativa**

Coordinador División de Oncohematología Pediátrica

Coordinador Grupo Académico de Medicina Alternativa

Profesor Titular Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Colombia

Universidad Nacional de Colombia

Facultad de Medicina Maestría en Medicina Alternativa

Área Medicina Tradicional China y Acupuntura

Bogotá, Colombia 2017

Experiencia teórico-clínica en el manejo de pacientes con masaje Tuina en el Hospital de la Universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin.

Monografía

Diana Alexandra Rojas Maldonado

Monografía presentada como requisito para optar el título de:

Magister en Medicina Alternativa, con énfasis en Medicina Tradicional China y Acupuntura

Director: Doctor Eduardo Humberto Beltrán Dussán, Médico Familiar-Pediatra-
Oncohematólogo-Magister en Medicina Alternativa
Coordinador División de Oncohematología Pediátrica
Coordinador Grupo Académico de Medicina Alternativa
Profesor Titular Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Colombia

Universidad Nacional de Colombia

Facultad de Medicina Maestría en Medicina Alternativa

Área Medicina Tradicional China y Acupuntura

Bogotá, Colombia 2017

Agradecimientos

A Dios por bendecirme y guiarme en cada paso, permitiéndome cumplir mis sueños día a día.

A mi madre, quien me apoya en cada etapa y decisión de mi vida.

Al Doctor José Fernando Ordúz Sánchez, quien poniendo su confianza en mis capacidades prendió la llama para hacer esto una realidad.

Al Doctor Eduardo H. Beltrán Dussán, por su liderazgo, apoyo y consejería a largo de la maestría.

A mis compañeros y ahora grandes amigos, por permitirnos vivir esta experiencia tan enriquecedora para nuestras vidas.

Resumen

Tuina es uno de los pilares terapéuticos de la Medicina Tradicional China que se usa desde hace miles de años, basado en teorías como lo son el flujo adecuado del Qi (la energía universal) a través de los meridianos, que mediante la aplicación de técnicas de manipulación y masaje permite que el movimiento del Qi fluya de manera armoniosa devolviéndole al cuerpo el equilibrio.

En el hospital de la universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin, en el departamento de Tuina, asiste un promedio de 420 pacientes al día aproximadamente entre la población pediátrica y adulta; las patologías más frecuentes en pediatría corresponden al sistema gastrointestinal, respiratorio y problemas musculares. En cuanto a la población adulta las patologías tratadas con mayor frecuencia pertenecen al sistema musculo esquelético, siendo más prevalente el compromiso en la región cervical, lumbar y rodillas.

Las patologías que con mayor frecuencia se tratan con masaje Tuina corresponden al sistema muscular y osteoarticular; sin embargo, también es una técnica útil en el manejo de patologías del sistema circulatorio, respiratorio y digestivo.

Este trabajo tiene como objetivo mostrar que el masaje Tuina, es una técnica terapéutica manual muy útil para diversas patologías tanto en niños como en adultos, teniendo resultados satisfactorios.

Palabras clave: Tuina, masaje, Qi, Meridianos.

Abstract

Tuina is one of the therapeutic pillars of Traditional Chinese Medicine that has been used for thousands of years, based on theories such as the appropriate flow of Qi (universal energy) through the meridians, which through the application of techniques of manipulation and massage allows to establish that the movement of the Qi flows in a harmonious way keeping to the body balance.

At the Tianjin University of Traditional Chinese Medicine Hospital in Tuina department, an average of 420 patients a day approximately are seen between the pediatric and adult population; the most frequent pathologies in pediatrics are fitting correspond to the gastrointestinal system, respiratory and muscular problems. As for the adult population the most frequently treated pathologies belong to the skeletal muscle system, being more common pains in cervical, lumbar area, and knees.

The pathologies that are most frequently treated with Tuina massage correspond to the muscular and osteoarticular system; however, it is also a useful technique in the management of circulatory, respiratory and digestive system pathologies.

This work aims to show that Tuina massage is a very useful manual therapeutic technique for various pathologies in children and adults, with satisfactory results.

Keywords: Tuina, massage, Qi, meridians.

Contenido

	Página
Resumen.....	V
Introducción.....	VII
1. Definición.....	1
2. Historia.....	2
3. Concepto de Qi desde la Medicina Tradicional China.....	4
4. Teoría de los Meridianos.....	5
5. Fisiología.....	7
6. Mecanismo de acción.....	8
6.1 Equilibrio Yin y Yang.....	8
6.2 Mejora deficiencias y reduce excesos.....	9
6.3 Activa la circulación de la sangre resolviendo el estancamiento.....	9
6.3.1 Promueve el flujo de sangre.....	9
6.3.2 Reduce la resistencia al flujo sanguíneo.....	10
6.3.3 Mejora las funciones del corazón.....	10
6.3.4 Promueve la estabilidad de la microcirculación.....	10
6.4 Relaja tendones y drena colaterales.....	11
6.5 Regula la reparación de los tendones.....	11
7. Beneficios en el organismo.....	12
7.1 Sistema músculo esquelético.....	12
7.2 Sistema circulatorio.....	12
7.3 Sistema respiratorio.....	13
7.4 Sistema nervioso.....	13
7.5 Sistema digestivo.....	13
7.6 Sistema endocrino y la piel.....	13
7.7 Emocional.....	14
8. Técnicas de manipulación más usadas.....	15
8.1 Gu Fa.....	15
8.2 Yi Zhi Chan Fa.....	15
8.3 Rou Fa.....	15

8.4 Mo Fa.....	15
8.5 Ca Fa.....	15
8.6 Tui Fa.....	15
8.7 Dian Fa.....	16
8.8 Na Fa.....	16
8.9 Tan Bo Fa.....	16
8.10 Pai Fa.....	16
8.11 Zhen Fa.....	16
9. Abordaje de los pacientes en el departamento de Tuina.....	17
10. Conclusiones.....	20
11. Bibliografía.....	22

Introducción

La Medicina Tradicional China como uno de los sistemas médicos complejos más antiguos y reconocidos a nivel mundial, se fundamenta en una práctica coherente y holística que se ha desarrollado durante miles de años; basándose en textos antiguos como resultado de un amplio y continuo proceso de observación y experiencia; desde entonces se ha dado a conocer su percepción del cuerpo, la salud y la enfermedad.

Desde sus orígenes, ha demostrado su gran valor en el tratamiento de múltiples afecciones agudas y crónicas basándose en restablecer el equilibrio al ser, entendiendo los procesos de salud-enfermedad desde un enfoque holístico; para lograrlo es fundamental conocer la fisiopatología revelada por la Medicina Tradicional China hace miles de años.

Tuina es uno de los pilares terapéuticos de la Medicina Tradicional China (MTC); siendo un tratamiento holístico basado en los principios de esta medicina oriental, mediante la aplicación de técnicas manuales busca establecer un flujo armonioso de Qi (energía vital) a través del sistema de meridianos, devolviéndole al cuerpo el equilibrio.

Una de las causas de enfermedad desde la MTC, se debe a una interrupción del flujo normal de Qi y sangre; el principal objetivo del tratamiento con Tuina es eliminar cualquier bloqueo restaurando de esta manera su flujo armonioso.

Se ha demostrado que el sistema muscular ejerce una función como canal de comunicación entre la mente y el cuerpo; razón por la cual el masaje Tuina a través de sus técnicas, permite un equilibrio que va más allá del plano físico, produciendo efectos favorables en el binomio cuerpo-mente. En su terapéutica, combina de forma ordenada, varios métodos que obtienen desde el exterior efectos beneficiosos en todo el organismo, por medio de técnicas de acupresión; que influyen directamente sobre el flujo de Qi.

El objetivo de este trabajo es evidenciar el manejo a través del masaje Tuina que se realiza a los pacientes con diversas patologías tanto en la población pediátrica como en adultos, en el hospital de la universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin.

Actualmente existen diversas instituciones a nivel mundial en donde se imparte conocimiento acerca de la Medicina Tradicional China; la universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin, es una de las universidades e instituciones más antiguas de la República Popular China, ubicada en esta ciudad portuaria, que se encuentra a 33 minutos de Beijing (en tren de alta velocidad), la cual se destaca por tener los mayores centros hospitalarios de este país y cuenta con 40 instituciones de educación superior, siendo la universidad con mayor cantidad de estudiantes extranjeros; sus cursos de Acupuntura, Moxibustión y Tuina son referentes a nivel mundial con la posibilidad de estudiar vivenciando la bases fundamentales de la MTC directamente desde su cultura;

profundizando de esta manera la experiencia en cuanto al diagnóstico y manejo terapéutico.

En el hospital de la universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin, en el departamento de Tuina, donde son reconocidos los Drs. Hu Xiu Zhang y An Chun Ru por haber implementado la técnica de masaje Tuina abdominal; asiste un promedio de 2.500 pacientes semanales entre población pediátrica y adulta, siendo las patologías osteomusculares las más comunes.

El abordaje de los pacientes desde el inicio se hace de manera integral, si es pertinente se solicita apoyo con imágenes diagnósticas tales como radiografías, resonancia magnética y ultrasonografía. Cuando es necesario se hace un manejo conjunto con acupuntura.

Tuina siendo un masaje terapéutico, es una gran herramienta no solo para el sistema osteoarticular, a su vez ayuda a resolver patologías del sistema circulatorio, respiratorio, digestivo y endocrino.

1. Definición

Tuina es un método terapéutico de la Medicina Tradicional China, que expresa el sistema de curación con las manos. “Etimológicamente significa Tui: presionar y desplazar simultáneamente y Na: agarrar, empujar y traccionar.” (1)(2)(3)(4)

“Presionar se refiere a ejercer fuerza hacia abajo y traccionar significa hacer maniobra de forma circular sobre la superficie corporal”; técnica que trabaja sobre los músculos y las articulaciones influyendo de esa manera en niveles más profundos, interviniendo en el flujo del Qi. (1)(2)(3)(4)

Este masaje terapéutico, se basa completamente en los principios generales de la Medicina Tradicional China, es decir, tonifica Xue (sangre) y dispersa Qi (energía vital), estimulando la energía anti-patógena y eliminando la patógena, facilitando la recuperación de la armonía circulatoria, tanto del Qi como de Xue manteniendo el equilibrio entre el Yin y el Yang. (2)(3)(4)

A través de métodos que incluyen el uso de técnicas manuales para masajear tejidos blandos y realinear el aparato locomotor, influye directamente sobre el flujo de Qi y mejora la circulación de la sangre; actuando sobre la piel logra relajación de músculos y tendones, de esta manera actúa en el alivio del dolor. (2)(3)(4)

Con el masaje terapéutico Tuina, que se aplica desde el exterior del organismo se obtiene efectos beneficiosos en el interior, lo cual lleva a restablecer el equilibrio en el plano físico, mental y energético. (2)(3)(4)

Como rama de la Medicina Tradicional China, el masaje Tuina se apoya en la teoría de los meridianos; canales por los que circula el Qi en el cuerpo; y el objetivo es ayudar al paciente a lograr un equilibrio mental, físico y emocional. Esto se obtiene estimulando y armonizando el flujo de su energía por medio de la acción que ejercen las manos sobre la piel del cuerpo.

2. Historia

Desde la antigüedad en China, cuando se presentaba algún tipo de lesión o daño por trabajos físicos, ejercían presión de manera natural en su cuerpo sobre el área afectada, lo cual aliviaba el dolor. De esta manera se empezaron a descubrir técnicas manuales que posteriormente recibieron el nombre de Tuina 推拿. (1)(2)

“La terapia Tuina se originó en Luoyang, la provincia de Henan en la región central de China. Las técnicas de Tuina se desarrollaron mucho antes de la acupuntura”, sin embargo más adelante la teoría de meridianos permitió que Tuina evolucionara aún más. (1)(2)

El masaje Tuina tiene sus orígenes en la Dinastía Shang alrededor de 1700 A.C. donde inicialmente fue utilizado para tratar enfermedades en la población pediátrica y problemas digestivos en los adultos. (1)(2)

“En 600 C.E. se incluyó en la Facultad de medicina como un departamento separado; floreció en toda China hasta la dinastía Qing, donde fue suprimido junto con otras artes culturales chinas. Después de la revolución comunista, Tuina fue restaurado junto con otras artes médicas tradicionales y se incluyó en la creación del actual sistema de universidades de medicina tradicional. Fue descrito en el clásico de Medicina Interna del Emperador Amarillo. En torno a 700 DC, Tuina se había desarrollado en un curso de estudio por separado, y por el 1600 se había convertido en una opción de tratamiento popular para los lactantes y los ancianos”. (1)

El masaje chino primero fue conocido como "Un wu", después "Un Mo" que significa empujar y amasar. Hoy en día, el término Tuina ha sustituido la palabra original de "An Mo" en toda China y Occidente, aunque "An Mo" todavía se usa en algunos países asiáticos vecinos como Japón. (1)(2)

En la antigua China, los tratamientos médicos se clasificaban como de naturaleza interna o externa; Tuina fue uno de los tratamientos externos y como arte de masaje desarrollado se extendió a través de otros países asiáticos como Corea y Japón.

(2)

Actualmente, Tuina se enseña dentro de las áreas de estudio de las principales Universidades Médicas Tradicionales Chinas como pilar terapéutico de la MTC.

3. Concepto de Qi desde la Medicina Tradicional China

Qi es la sustancia fundamental que conforma el cuerpo, es la fuerza motriz de las actividades vitales del cuerpo y del ser. Es la materia más fundamental que constituye todos los elementos del universo y el resultado de su movimiento y su transformación. (5)(6)(7)

El Clásico de las Dificultades dice: “Qi es la raíz de un ser humano”. Hay muchos tipos diferentes de Qi que afectan al cuerpo y la mente, que van desde lo sutil hasta lo más denso. Todos los tipos de Qi, son en última instancia un Qi, manifestándose en diversas formas. Por ejemplo, Qi Nutritivo (Ying Qi) existe en el interior del cuerpo, su función es nutrir y es más denso que Qi defensivo (Wei Qi), que está en el exterior y protege el cuerpo. El desajuste de Qi defensivo o nutricional dará lugar a diferentes manifestaciones clínicas y requerirá diferentes tipos de tratamiento. (5)(6)

La mala circulación puede resultar en una “agregación” o “condensación” excesiva de Qi, lo que significa que Qi se vuelve patológicamente denso, formando grumos, masas o tumores. Los diversos estados de agregación de Qi también explican sus manifestaciones en un nivel físico y emocional-espiritual simultáneamente. (6)(7)

“En la medicina china, el término “Qi” se usa de dos maneras principales. En primer lugar, indica la energía refinada producida por los órganos internos que tiene la función de nutrir el cuerpo y la mente. Esta energía refinada toma varias formas dependiendo de su ubicación y función. En segundo lugar, Qi indica la actividad funcional de los órganos internos”. (6)

4. Teoría de meridianos y colaterales

Según la MTC, la teoría de los meridianos postula que los jing-luo (canales y colaterales) se distribuyen por todo el cuerpo y relacionan internamente los zang-fu (órganos y vísceras) y externamente los diversos tejidos y órganos formando así un todo integral. Los jing son troncos principales que pertenecen a los órganos zang-fu respectivos mientras los luo son ramas de jing y se distribuyen por todo el cuerpo. (8)

El sistema de canales está compuesto por doce canales regulares, 8 extraordinarios y quince colaterales. Los doce regulares junto con el Canal Ren y el Canal Du de los 8 extraordinarios forman "los catorce canales", a lo largo de los cuales se hallan los puntos de acupuntura. (8)(9)(10)

Los 8 canales extraordinarios son Du, Ren, Chong, Dai, Yangqiao, Yinqiao, Yangwei y Yinwei. Estos no pertenecen ni conectan directamente con los órganos Zang-Fu, y sus trayectos son diferentes a los doce canales regulares. (8)(9)(10)

El nombre de cada uno de estos 8 canales incluye un sentido especial: Du significa gobernar, el Canal Du gobierna todos los canales Yang. Ren significa "estar encargado de", el Canal Ren es responsable de todos los canales Yin. Chong significa "vital", el Canal Chong es el canal vital que comunica con todos los demás canales. El Canal Dai es el cinturón que ata a todos los canales. Qiao significa talón, los Canales Yinqiao y Yangqiao se originan en el pie y le dan la agilidad. Wei denota conexión, los Canales Yinwei y Yangwei conectan respectivamente con todos los canales Yin y Yang. (8)(9)(10)

Los doce canales regulares se distribuyen por todo el cuerpo. Qi y Xue circulan en los canales según un orden definido, empezando por el Canal del Pulmón Taiyin de la Mano y corriendo hacia los otros canales hasta llegar al Canal del Hígado

Jueyin del Pie, donde completa un ciclo, luego vuelve al Canal del Pulmón Taiyin de la Mano para comenzar otro ciclo, cada ciclo dura 24 horas. (8)

La función de los canales y colaterales es transportar Qi y Xue, calentar y nutrir los tejidos y conectar a todo el cuerpo de manera que se mantenga completa la estructura y se coordinen las diversas funciones de los órganos haciendo que el cuerpo humano sea una unidad orgánica integral. (8)(9)

Los canales y colaterales son responsables de la ocurrencia y transmisión de las enfermedades. Cuando la función de los canales y colaterales es anormal, el cuerpo está expuesto al ataque de los factores patógenos exógenos. Una vez afectado el organismo, estos factores se transmiten del exterior al interior del cuerpo de lo superficial a lo profundo por medio de los canales y colaterales. (8) Razón por la cual las técnicas de tratamiento de masaje Tuina benefician a todo el organismo desde su aplicación en la parte externa del cuerpo.

5. Fisiología

Tuina, es una terapéutica manual y como tal aparte de su acción local en lesiones musculoesqueléticas, proporciona un aumento de energía en los órganos y vísceras, actuando de igual manera sobre los órganos sensoriales y la mente, produciendo un estado y sensación de bienestar integral.

Dentro de las acciones y beneficios que Tuina produce en el organismo se encuentra: restablecimiento del flujo sanguíneo, regulación de las funciones de los órganos internos, relajación muscular, regenerar tejidos cicatrizados. (1)(2) Favoreciendo el bienestar físico, mental y emocional.

Las técnicas se aplican en series presionando y traccionando; la localización a lo largo del meridiano y la velocidad de los movimientos están diseñados para eliminar bloqueos a lo largo del meridiano, estimular el Qi y el flujo de Xue, devolviéndole el equilibrio energético al organismo. (2)(3)

Este masaje permite liberar las fibras nerviosas atrapadas por desequilibrios mecánicos en las articulaciones y en los tejidos blandos que la rodean al relajar las áreas de tensión. Mediante una presión mantenida, durante el masaje se estimulan los mecanorreceptores, esto genera un bloqueo del ascenso por la médula espinal de los impulsos dolorosos, transmitidos por los receptores de dolor, en su camino hacia el encéfalo. (3) De esta manera el masaje Tuina es útil para resolver el dolor.

6. Mecanismo de acción

El masaje Tuina se basa íntegramente en los principios generales de la Medicina Tradicional China; su mecanismo de acción se fundamenta en mantener el equilibrio Yin-Yang, mejorar deficiencias y reducir excesos, activar la circulación de la sangre resolviendo el estancamiento y relajar tendones drenando los meridianos.

(1)

6.1 Equilibrio Yin y Yang

La interacción dentro del cuerpo puede explicarse debido a la relación entre Yin y Yang. Las desarmonías entre Qi y sangre, la inestabilidad entre Qi nutritivo y Qi defensivo, pueden causar desequilibrio entre Yin y Yang lo que producirá cambios patológicos y diversas enfermedades. (1)

Una enfermedad ya sea causada por un factor interno o externo es exclusivamente debido a una predominancia o una disminución de Yin o Yang. En el momento de usar Tuina en la terapéutica, es indispensable tener claro el estado de Yin y Yang para equilibrarlo y normalizar la fisiología del organismo.

(1)

Los meridianos cumplen un rol fundamental en las actividades fisiológicas del organismo, el equilibrio Yin y Yang se puede mantener a través de los meridianos, los cuales están distribuidos sobre todo el cuerpo y conectan todas las vísceras, relacionando la parte interna y externa del cuerpo. Por lo tanto cuando se realiza una manipulación con Tuina en alguna parte específica del cuerpo, se produce un efecto en otros órganos o regiones, promoviendo el flujo de Qi y Xue, limpiando meridianos y colaterales, reforzando tendones y huesos.

(1)

6.2 Mejora deficiencias y reduce excesos

La manipulación con Tuina puede ayudar en casos de deficiencia o exceso por medio de su mecanismo de normalizar el flujo de Qi y Xue. “Clínicamente los pacientes con deficiencia de Bazo y Estómago pueden ser efectivamente tratados por medio de masaje suave en puntos de acupuntura como Pishu (Vejiga 20), Weishu (Vejiga 21) y Qihai (Ren 6) con un dedo”. (1)

“Los pacientes con hipertensión causada por hiperactividad de Yang de Hígado, pueden ser tratados con maniobras de Tuina presionado sobre la región conocida como Qiaogong para armonizar el Hígado”. (1)

“La hipertensión debida a flema o humedad interna puede ser tratada mediante masaje con estimulación por tiempo largo en Pishu (Vejiga 20) y Shenshu (Vejiga 23)”. Este tratamiento fortalece el Bazo y resuelve la humedad. De esta manera Tuina es un tratamiento efectivo estimulando partes del cuerpo promoviendo funciones deficientes o inhibiendo hiperfunciones de órganos y tejidos. (1)

6.3 Activar la circulación de la sangre resolviendo el estancamiento

La estasis de sangre es una condición en la cual el flujo de sangre es muy lento, debido a varias condiciones patológicas; independientemente de la causa el tratamiento con Tuina es muy efectivo. (1) Esto lo hace mediante las siguientes funciones:

6.3.1 Promueve el flujo de sangre

La terapia con Tuina permite mantener una presión sanguínea adecuada entre la circulación venosa y arterial, lo cual es un factor para mantener un flujo sanguíneo adecuado evitando de esta manera el estancamiento de sangre. (1) Las técnicas de manipulación de Tuina actúan en las paredes de los vasos y permiten vigorizar el flujo de la sangre lo cual es beneficioso tanto en la

circulación venosa como en la arterial, evitando de esta manera la estasis sanguínea. (1)

6.3.2 Reduce la resistencia al flujo sanguíneo

El masaje Tuina relaja el músculo liso y dilata el diámetro de los vasos sanguíneos; estudios muestran que la manipulación con Tuina reduce la excitación del nervio simpático y promueve la descarga de noradrenalina y la dilatación del diámetro de las pequeñas arterias reduciendo la resistencia del flujo de sangre. (1)

6.3.3 Mejora las funciones del corazón

“Los estudios muestran que la manipulación en puntos como Neiguan (Pericardio 6), Xinshu (Vejiga 15), puede disminuir el ritmo cardiaco, extender la fase diastólica, aumentar el suministro de oxígeno y reforzar la función de contracción del ventrículo izquierdo”. (1)

6.3.4 Promueve la estabilidad de la microcirculación

La terapia con Tuina promueve que se abran los capilares en una determinada región. “Experimentos en animales indican que la aplicación de terapia Tuina puede aumentar la apertura de capilares sanguíneos en un 32% entre conejos después de suturar el tendón de Aquiles. Estos experimentos muestran que las manipulaciones con Tuina promueven la reparación del tendón de Aquiles por la formación de nueva red vascular”. (1)

6.4 Relaja tendones y drena colaterales

El tratamiento con Tuina es usado para síntomas de contractura vascular, tensión, espasmos, entumecimiento y dolor, debido a que relaja tendones y drena colaterales. (1)

“Cuando un tejido se daña produce dolor y el dolor lleva a restricción del movimiento de las extremidades. El masaje Tuina promueve la reparación de los tejidos afectados y puede prevenir secuelas”. (1)

“De acuerdo con la descripción en el Huang Di Nei Jing, la elevación de la temperatura en regiones de tejidos dañados, puede aliviar el espasmo y la tensión muscular. Los experimentos han mostrado que después de la manipulación con Tuina la temperatura en el área se eleva de manera significativa.” (1)

Los estudios han probado los efectos terapéuticos de Tuina, por electromiografía la cual muestra disminución del tono muscular después de las manipulaciones en regiones como cuello, cintura y piernas. (1)

6.5 Regula la reparación de los tendones

La terapia con Tuina es comúnmente usada para articulaciones dislocadas; por ejemplo la “articulación del hombro es tratada con tracción en posición sentada, la articulación sacroiliaca puede ser tratada con tracción oblicua estiramiento y flexión de la rodilla”. (1)

7. Beneficios de Tuina en el organismo

Los beneficios que Tuina provee al organismo no solo son a nivel físico, pues al ser una terapéutica holística también favorece al ser humano en el ámbito mental y emocional.

Por medio de masaje Tuina se pueden tratar numerosos trastornos como dolores debido a lesiones de tejidos blandos, también es útil para muchas alteraciones del sistema respiratorio, circulatorio, digestivo, ginecológico y problemas emocionales. Dentro de los beneficios del masaje Tuina se encuentra: mejorar la circulación sanguínea y energética, incrementar la eliminación de toxinas dentro de los músculos, armonizar la dispersión de la energía vital en el cuerpo. (1)(2)(3)

7.1 Sistema músculo esquelético:

Fundamentados en las teorías de la Medicina Tradicional China, donde se considera que el dolor es resultado de un bloqueo del libre movimiento del Qi, y siendo uno de los objetivos de Tuina restaurar la circulación de Qi; es de gran utilidad para lesiones agudas o crónicas de los tejidos blandos, síndrome de fatiga crónica, fibromialgia, adherencias postquirúrgicas, rigidez articular post-traumática, contracturas musculares, dolores causados por artritis y artrosis, cervicalgias, artritis, hernia discal, esguinces, epicondilitis, codo de tenista, lumbociática, lumbalgias, reduciendo el cansancio y el dolor en las articulaciones. (1)(2)(3)(11)(12)(13)

7.2 Sistema circulatorio

Las técnicas de masaje Tuina, activan la propulsión de la sangre en las venas y los vasos linfáticos; la presión realizada en las paredes de las venas precipita su vaciado resolviendo el estancamiento de sangre; beneficiando de esta manera la circulación localmente y produciendo un estímulo del flujo sanguíneo generalizado,

aumenta también los glóbulos blancos, rojos y la hemoglobina, lo cual mejora la nutrición y el metabolismo. (1)

7.3 Sistema respiratorio

Los ejercicios de Tuina permiten consumir más energía ayudando al intercambio de oxígeno, mejorando la respiración y la capacidad vital, produciendo una respiración más profunda y eficiente, y por tanto más relajada. (1)

7.4 Sistema nervioso

“Los ejercicios de Tuina mejoran la función de regulación del sistema nervioso central y el equilibrio de las acciones del sistema nervioso y los órganos internos”. (1)

7.5 Sistema digestivo

“Tuina promueve la producción de jugos gástricos, el peristaltismo, la digestión y absorción de los alimentos, ampliando el rango de movimiento del diafragma y de los músculos abdominales, mejorando de esta manera la circulación sanguínea en el estómago y los intestinos” (1). Resolviendo problemas de diarrea, constipación y reflujo.

7.6 Sistema endocrino y la piel

Las técnicas de Tuina “mejoran el metabolismo de proteínas, grasas y agua; promueven el metabolismo celular acelerando la síntesis de proteínas y el crecimiento de huesos a través de la somatotropina; y estimula la secreción de insulina”. (1)

“El masaje Tuina también mejora la adaptación de la piel a los cambios de frío y calor y promueve la circulación de oxígeno”. (1)

7.7 Emocional

Como sistema médico complejo, la MTC tiene en cuenta siempre la parte emocional del ser humano; es importante saber que para condiciones como estrés, cansancio, fatiga crónica, insomnio, dificultad para concentrarse, ansiedad, migrañas y bajo nivel energético es útil un tratamiento acompañado de masaje Tuina debido a la importancia de restablecer la libre circulación de Qi para restaurar el equilibrio mental y emocional. (1)(2)(3)

8. Técnicas de manipulación más usadas

8.1 Gun Fa 棍法: “Rodar con el puño”. Esta manipulación relaja el músculo y activa la circulación de Qi Xue. (1)(14)(15)(16)

8.2 Yi Zhi Chan Fa (一指禅): “Empujar con la yema del pulgar”. Esta manipulación activa la energía de los puntos de acupuntura desbloqueando el meridiano. (1)(14)(15)(16)

8.3 Rou Fa (揉): “Estrujar”. Es un movimiento circular sin desplazamiento, hay movimiento relativo debajo de la piel. No se frota. Esta manipulación deshace contracturas y adherencias, aliviando el dolor. (1)(14)(15)(16)

8.4 Mo Fa (摩): Son movimientos en círculo, curva o línea recta, hay desplazamiento; casi no hay movimiento relativo debajo de la piel, son movimientos ligeros, frotamientos que no producen calor. Esta manipulación alivia la distensión abdominal, activan la circulación de Qi Xue y relaja los músculos superficiales. (1)(14)(15)(16)

8.5 Ca Fa (擦): “Restregar”. El movimiento es en línea recta, ida y vuelta, rápido. Son frotamientos que producen calor. Esta manipulación elimina el frío y activa la circulación. (1)(14)(15)(16)

8.6 Tui Fa (推): “Empujar”. Es un movimiento en línea recta, velocidad lenta, estable y relativamente fuerte. Esta manipulación desbloquea meridianos, alisa músculos y tendones y resuelve las contracturas. (1)(14)(15)(16)

8.7 Dian Fa (点按): “Apretar u oprimir con la palma de la mano, con el dedo o con el codo”. El Dian se realiza en forma puntual y la fuerza es continua. Estimula los puntos de acupuntura y puntos sensibles. Esta manipulación relaja el músculo, calma el dolor, y tonifica el Qi Xue. (1)(14)(15)(16)

8.8 Na Fa (拿): “Coger con las yemas de los dedos”. Esta manipulación relaja el músculo, activa la circulación, desbloquea el meridiano y dispersa el viento frío. (1)(14)(15)(16)

8.9 Tan Bo Fa (扞): “Tocar la cuerda”. Esta manipulación resuelve contracturas, nudos musculares y separa adherencias. (1)(14)(15)(16)

8.10 Pai Fa (拍): “Golpear o Percutir”. Esta manipulación activa el Qi Xue local o del meridiano, mejora la circulación, relaja los músculos y tendones. (1)(14)(15)(16)

8.11 Zhen Fa (振): “Movimiento de vibración” Esta manipulación se utiliza para calmar la mente, aclarar los ojos, calentar el jiao medio, promover el flujo de Qi, armonizar el estómago y promover el peristaltismo. (1)(14)(15)(16)

9. Abordaje de los pacientes en el departamento de Tuina

En el departamento de Tuina ubicado en el tercer piso del hospital de la Universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin, asiste un promedio de 10.000 pacientes mensuales aproximadamente entre población pediátrica y adultos.

En la consulta de pediatría, la edad de pacientes que asisten oscila entre 6 meses y 7 años; las patologías que se tratan con mayor frecuencia corresponden al sistema digestivo y respiratorio; siendo diarrea, constipación, prolapso, vómito, dolor abdominal, tos, fiebre, enuresis, convulsiones, problemas de malnutrición, contracturas musculares y dislocaciones los motivos de consulta más frecuentes.

Comúnmente se usan puntos de los 12 meridianos, algunos puntos extraordinarios, y puntos especiales ubicados en la cabeza y extremidades especialmente en las manos. (17)

La manipulación se hace suavemente con las manos, empezando en áreas y puntos de la cabeza, luego miembros superiores, tórax, abdomen, espalda, y finalmente miembros inferiores. Se usa talcos en polvo para suavizar la piel lo cual mejora la eficacia del masaje. (17)

El tiempo de cada sesión terapéutica es aproximadamente de 15 a 20 minutos, las sesiones se realizan una vez al día, durante 5 días a la semana; en patologías agudas como fiebre se recomienda 2 veces al día.

Para cada sesión se debe tener en cuenta que sea una hora después de haber comido y no tener el estómago lleno.

Es importante tener en cuenta con cada paciente los siguientes factores: constitución es decir Yin- Yang, alimentación, hábito intestinal y urinario, patologías de base, si es estadio agudo o crónico, cooperación del paciente y sus familiares y si tiene otros tratamientos diferentes.

Las manipulaciones más usadas en Tuina pediátrica en puntos de la cara son: Tui Fa, Rou Fa, Mo Fa, Zhen Fa; los principales efectos son eliminar el viento, regular el Yin y el Yang, calmar la mente, aliviar la congestión nasal, mejorar la audición y la visión. Es indispensable en cada sesión realizar Tuina abdominal para mejorar la circulación del Qi y sangre. (17)

En cuanto a los pacientes adultos, las patologías que con más frecuencia se tratan diariamente son: cervicoespondilosis, dolor lumbar, y dolor en rodillas. Siendo más frecuente en mujeres que en hombres.

Posterior a la anamnesis, se procede al examen físico, haciendo énfasis en el área comprometida de acuerdo al motivo de consulta, evaluando con detalle cada movimiento de flexión, extensión, rotación, fuerza, sensibilidad y puntos dolorosos. Cuando es pertinente se solicitan ayudas diagnósticas como radiografías, resonancia magnética o ultrasonografías.

El periodo de tratamiento se establece por ciclos, cada ciclo consta de 12 sesiones, se realizan 3 sesiones cada semana; en cada sesión las técnicas de manipulación tiene una duración de 15 a 20 minutos en cada área comprometida. En promedio cada paciente recibe un tratamiento de 2 a 3 ciclos, dependiendo la gravedad de la patología.

Las técnicas de manipulación más usadas en adultos para cervicoespondilosis son: Gun Fa, Rou Fa, y Ta Bo Fa para relajar los músculos y Dian Fa en puntos de acupuntura; también es importante realizar en cada sesión Tuina abdominal, debido al beneficio que tiene al favorecer la circulación de Qi, armonizando de esta manera los órganos y nutriendo músculos, tendones, ligamentos y huesos.

En los casos de patología lumbar en adultos, las manipulaciones más usadas son: Tui Fa, Mo Fa, Ca Fa, Rou Fa, Zhen Fa, Na Fa y Dian Fa; los puntos de acupuntura que con mayor frecuencia se utilizan para estas patologías son: Shenshu (Vejiga 23), Dachangshu (Vejiga 25), Chengfu (Vejiga 36), Yinmen (Vejiga 37), Weizhong (Vejiga 40), Chengshan (Vejiga 57), Kunlun (Vejiga 60). (1)

Posterior a terminar cada sesión terapéutica, se recomienda a cada paciente realizar ejercicios de estiramiento y fortalecimiento muscular durante cuarenta minutos dos veces al día evitando así contracturas musculares. De igual manera, se hace énfasis en higiene postural, pausas activas y rutinas de ejercicio para evitar lesiones o daño a nivel muscular y articular.

10. Conclusiones

El masaje Tuina, originado en China hace más de 1.000 años, es una técnica terapéutica manual muy eficaz de la Medicina Tradicional China, que proporciona principalmente alivio del dolor de origen osteomuscular; de igual manera es útil para tratar patologías digestivas, respiratorias y circulatorias tanto agudas como crónicas.

La relación entre la piel y los músculos subyacentes gracias a los sistemas sensoriales explica los efectos analgésicos inducidos por el masaje Tuina, debido a que los impulsos se transmiten de manera sensorial de la piel al sistema nervioso central; generando de esta manera efectos en el interior del organismo a partir de una intervención desde el exterior.

Desde la visión de la MTC, la obstrucción de Qi y de la circulación sanguínea es una causa de dolor; el principal objetivo terapéutico de Tuina es eliminar estos bloqueos, resolviendo el estancamiento y permitiendo una circulación adecuada de Qi y sangre, ayudando de esta manera a eliminar el dolor.

En Tuina como parte terapéutica de la MTC, es fundamental hacer un manejo integral de cada paciente recordando el holismo característico de este sistema médico complejo.

Las estrategias de intervención con Tuina se fundamentan en la individualidad de cada paciente de acuerdo a sus manifestaciones clínicas, relacionándolas con los principios de la Medicina Tradicional China.

La experiencia teórico-clínica adquirida en las diferentes rotaciones durante la pasantía en el hospital de la universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin, me permitió ampliar y fortalecer las competencias y habilidades adquiridas durante la maestría.

Para los estudiantes es enriquecedor que la universidad permita realizar pasantía como modalidad de trabajo de grado, apoyando el contacto y la interacción del maestrante con profesionales e investigadores en un ámbito internacional lo cual brinda un crecimiento académico al profundizar los conocimientos dados en la maestría.

Bibliografía

1. Hongzhu. The Eleven Five-Year, Plan Textbooks of the Ministry of Health of P.R.C, Chinese-English Bilingual Textbooks for International Students of Chinese TCM Institutions, Science of Tuina. 2ª ed; People Medical Publishing House. China 2007.
2. Pritchard S. A Manual of Chinese Massage Therapy. London College of Traditional Acupuncture and Oriental Medicine. 1ª ed. Elsevier; London 2010.
3. Sun W, Kapner A. Práctica del tratamiento Tuina Atlas de tratamiento de adultos y niños, libro de texto oficial de la Deutsche Tuina-Akademie (Academia Alemana de Tuina). 2ª ed. Paidotribo; Alemania 2011.
4. Tabares MC. Manual de Masoterapia China. ESsalud Programa Nacional de Medicina Complementaria; Lima 2000.
5. Urrego DZ, Vega JA. La Medicina Tradicional China: un abordaje desde los sistemas médicos complejos. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Medicina. Bogotá 2013.
6. Maciocia G. The Foundations of Chinese Medicine, A Comprehensive Text. 3ª ed. Elsevier; London 2015.
7. Yuan H, Ma L, Qi D, Zhang P, Li C, Zhu J. The Historical Development of Deqi Concept from Classics of Traditional Chinese Medicine to Modern Research: Exploitation of the Connotation of Deqi in Chinese Medicine. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine. [Revista on-line] Noviembre de 2013 [consultado 20 de abril de 2017]. Disponible en <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3835614/>

8. Instituto de la Medicina Tradicional China de Beijing, Instituto de la Medicina Tradicional China de Shanghai, Instituto de la Medicina Tradicional China de Nanking e instituto de Investigación de Acupuntura y Moxibustión de la Academia de la Medicina Tradicional China. Fundamentos de Acupuntura y Moxibustion de China. 1ª ed. Recopilación Instituto de Medicina Tradicional China de Beijing; Beijing 1980.
9. Ping L. El gran libro de la Medicina China: Manual práctico de diagnóstico y tratamiento con acupuntura. 2ª ed. Martínez Roca; España 2002.
10. Kaptchuck TJ. Medicina China: Una Trama sin Tejedor. 1ª ed. Lo libros de la liebre de Marzo; Barcelona1995.
11. Yang M, Feng Y, Pei H, Deng S, Wang M, Xiao X, Zheng H, Lai Z, Chen J, Li X, He X, Liang F. Effectiveness of Chinese massage therapy (Tui Na) for chronic low back pain: study protocol for a randomized controlled trial. BioMed Central [Revista on-line] Octubre 2014 [consultado 20 de abril de 2017]. Disponible en <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4228121/>
12. Gutiérrez M, Sánchez O, De la Concepción. Treatment of bursitis in shoulders with auriculotherapy and tuina. Revista Archivo Médico de Camagüey. [Revista on-line] Marzo 2002. [consultado 22 de abril de 2017]. Disponible en http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552002000200005.
13. Zúñiga B, Caballero A, Suárez O, Mesa M. Effectiveness of the acupunctural therapy combined with massage in patients with acute unspecific low back pain. MEDISAN. [Revista on-line] Marzo 2016. [Consultado 23 de abril de 2017]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192016000300009

14. Técnicas de manipulación. Masaje Tuina. Instituto Qigong. [Recurso on-line] [consultado 20 de abril de 2017] Disponible en: http://www.weboteca.net/qigong/index.php?option=com_content&view=article&id=7&Itemid=46.
15. Song J, Guan Y. Clinical Research and Application of Acupuncture and Tuina. 1ª ed. People Medical Publishing House; Beijing 2008.
16. Masaje Tui-na (chino), Xia Ying, masajes orientales. [Recurso on-line] [consultado 18 de abril de 2017]. Disponible en: <https://www.masajes-xiaoying-madrid.com/masaje/masaje-tui-na-chino>.
17. Mei-fei G, Dai-qing G, Xiao Y. Chinese-English Edition of Pediatric Tuina, Shanghai Scientific and Technical Publishers. Managing Editor Shan Bao-zhi. Shanghai; 2010