

UNA CARTOGRAFÍA HOLÍSTICA

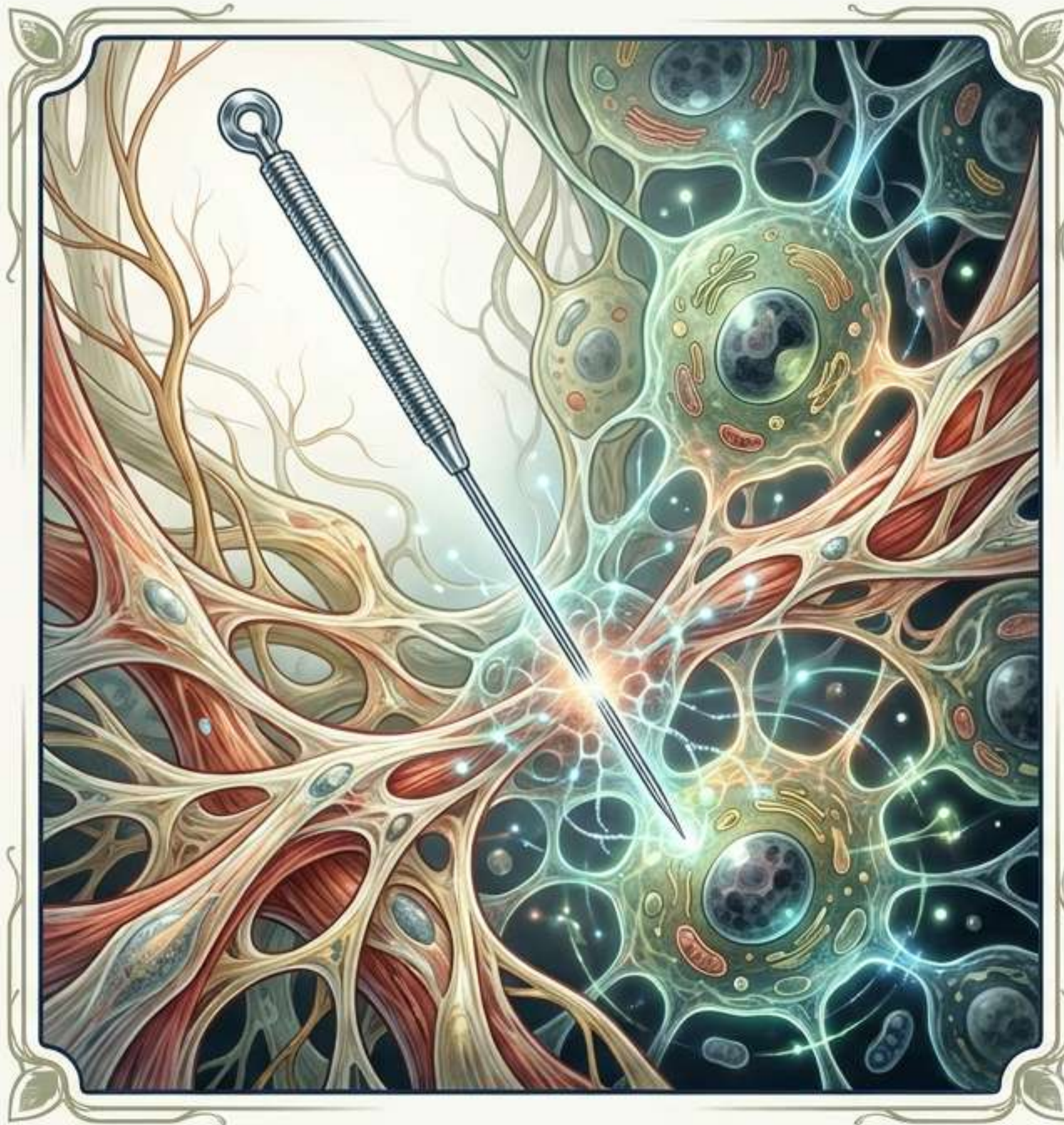
FASCIAS Y MERIDIANOS DE ACUPUNTURA

Integrando anatomía miofascial,
Medicina Tradicional China y los
principios del Yoga.



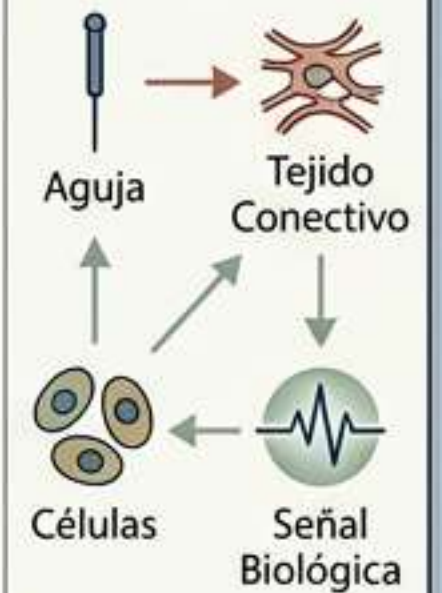
Yoga Terapéutico
Especialización

2002 ➤



El Puente Biológico: Células y Fascias

Posteriormente a Myer, Langevin, H.M. J.A. (2002) demostraron que la introducción y manipulación de agujas de acupuntura produce cambios en las células que se transmiten mediante el tejido conectivo o fascias.





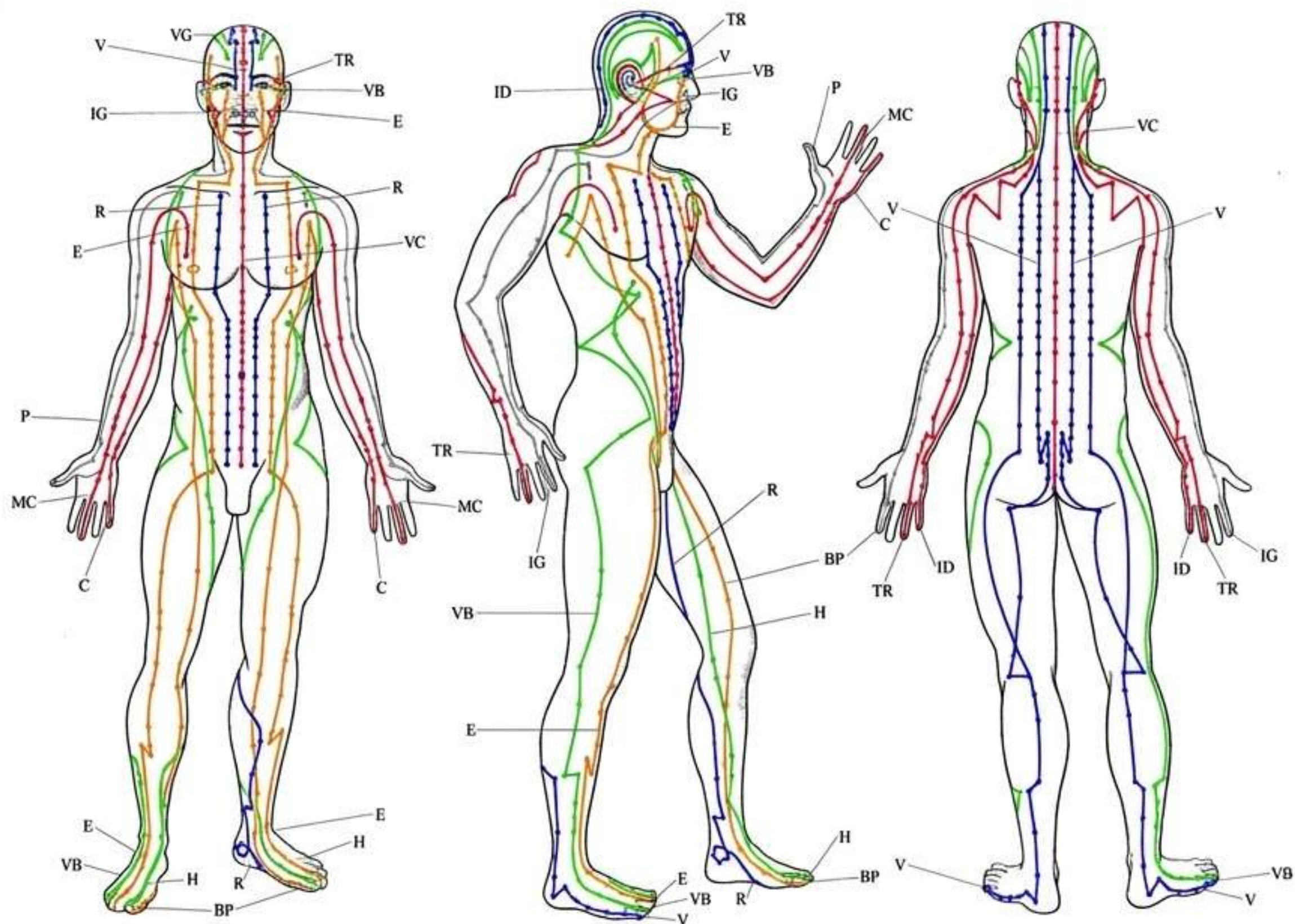
**Ellos consideran que los
meridianos de acupuntura
son equivalentes a los planos
anatómicos del tejido conectivo.**

Una integración clave entre Oriente y Occidente.

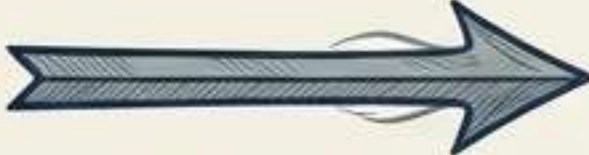


La Asombrosa Coincidencia Anatómica

Más tarde, en el 2009, Peter Dorsher establece que la asombrosa coincidencia de los meridianos de acupuntura con las líneas miofasciales es una prueba de que los meridianos de acupuntura están representados por las fascias del cuerpo humano.

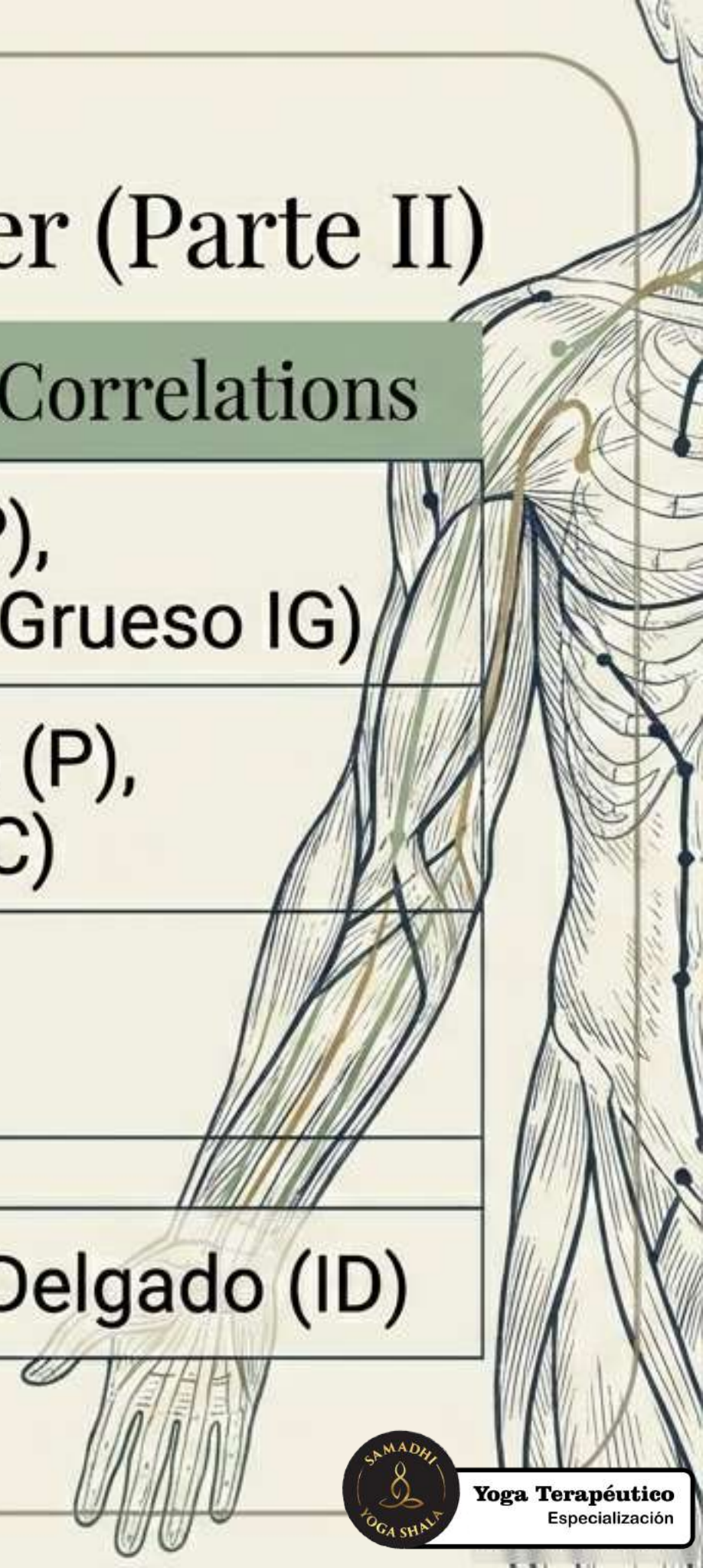


Similitudes Establecidas por Peter Dorsher (Parte I)

Myofascial Lines		Meridian Correlations
Línea Posterior Superficial		Vejiga (V)
Línea Frontal Superficial		Estómago (E), (Bazo BP)
Línea Frontal Profunda		Riñón (R), (Hígado) (H)
Línea Lateral		Vesícula Biliar (VB)
Línea Espiral (anterior)		Estómago (E)
Línea Espiral (posterior)		Vejiga (V)

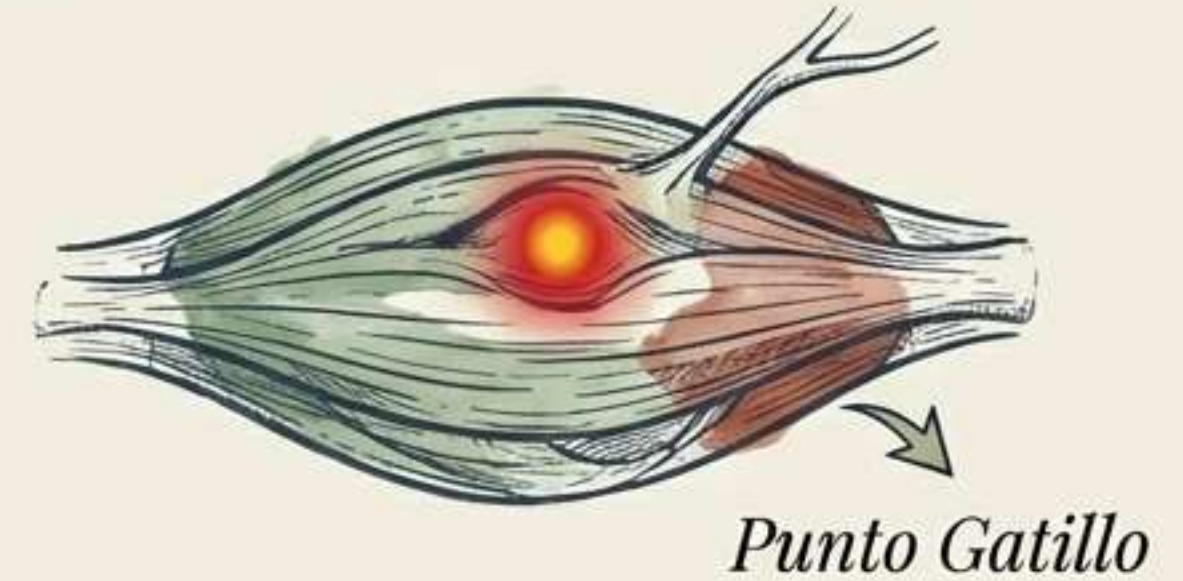
Similitudes Establecidas por Peter Dorsher (Parte II)

Myofascial Lines		Meridian Correlations
Línea Anterior Profunda del Brazo		Pulmón (P), (Intestino Grueso IG)
Línea Anterior Superficial del Brazo		Pericardio (P), (Corazón C)
Línea Posterior Superficial del Brazo		San Jiao
Línea Posterior Profunda del Brazo		Intestino Delgado (ID)



Los “Trigger-Points” Fisioterapéuticos

Además, en las vías anatómicas encontramos lugares o puntos de dolor que en fisioterapia son conocidos como “trigger-point” o puntos gatillos desde mediados de 1800.

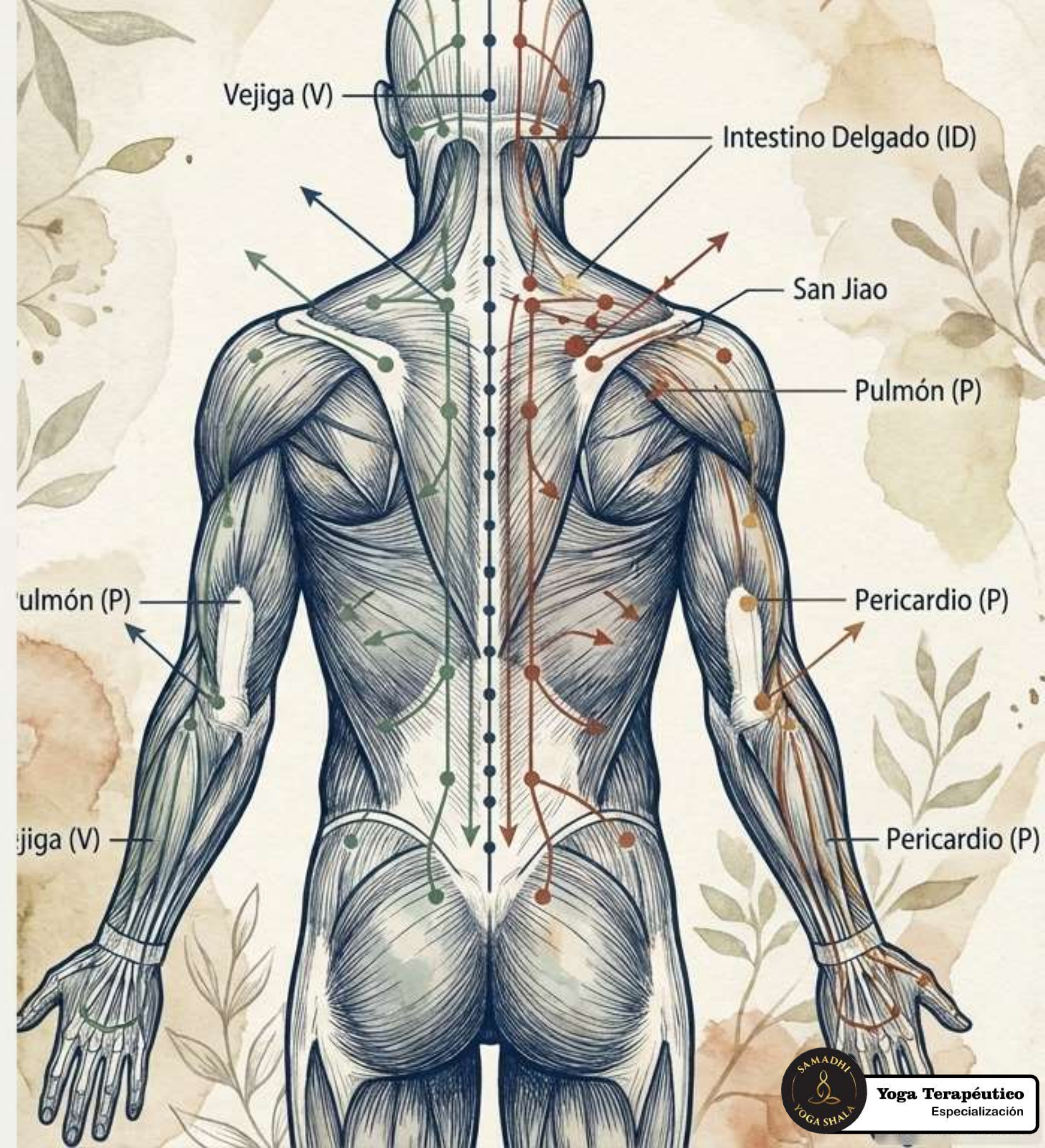


Se reconocen como puntos sensibles formados por tejido blando cuyo dolor es aliviado mediante:

- La presión
- El masaje
- El estiramiento
- La punción seca.

El Redescubrimiento de la Sanación Ancestral

Dorsher analizó estos puntos y concluyó igualmente que existe una asombrosa coincidencia entre los puntos gatillos y los puntos de acupuntura. Concluye diciendo que es justo reconocer que los tratamientos actuales de dolor miofascial son un redescubrimiento independiente de los principios de sanación de la medicina tradicional china.



Meridianos Jīng Jīn: Observación Empírica

La descripción de los trayectos de los meridianos Jīng Jīn se basa en observaciones empíricas realizadas hace más de 2000 años y, aunque se constata mediante registros históricos su posible fundamento anatómico a partir de la **disección de cadáver**, en la actualidad estos trayectos energéticos carecen de una base científica sólida desde el punto de vista biomédico.

Confluencia y Acercamiento Biomédico

No obstante, la comparación del trayecto y función de los *Jīng Jīn* con los nuevos conocimientos acerca de la anatomía y fisiología del sistema fascial aportados desde la medicina occidental, proporciona puntos de confluencia y acercamiento entre ambas vertientes de conocimiento.

Jīng Jīn

Sistema Fascial

Fisiológicamente:

Tanto los *Jīng Jīn* como el sistema fascial participan en funciones comunes estructurales, biomecánicas, integradoras y defensivas.

Anatómicamente:

Así como los *Jīng Jīn* forman una red tridimensional a lo largo de todo el cuerpo, conectando piel, músculos, tendones y huesos, también el tejido fascia.

MEDICINA CHINA

Medicina China y su enfoque en Yoga

La Medicina China es una práctica médica ancestral de China desde hace 2.500 años. La base de la Medicina China se basa en el flujo del Qi (energía) a través de canales llamados meridianos alrededor del cuerpo cada 24 horas.



El Pilar Filosófico: Dào (道)

Confluencia del Pensamiento

El pilar de esta práctica milenaria la encontramos en dos corrientes del pensamiento chino: el **taoísmo** y el **confucionismo**.

Los antiguos chinos concebían al ser humano como parte del cosmos, por lo que si se vivía en **armonía** con el cielo y la tierra, se gozaba de buena salud.



Dào: El Camino a la Armonía

Esta creencia de equilibrio universal recibe el nombre de **dào** (道), que significa 'vía, camino', de ahí taoísmo, que sería el camino o la vía hacia la armonía con las grandes fuerzas naturales.

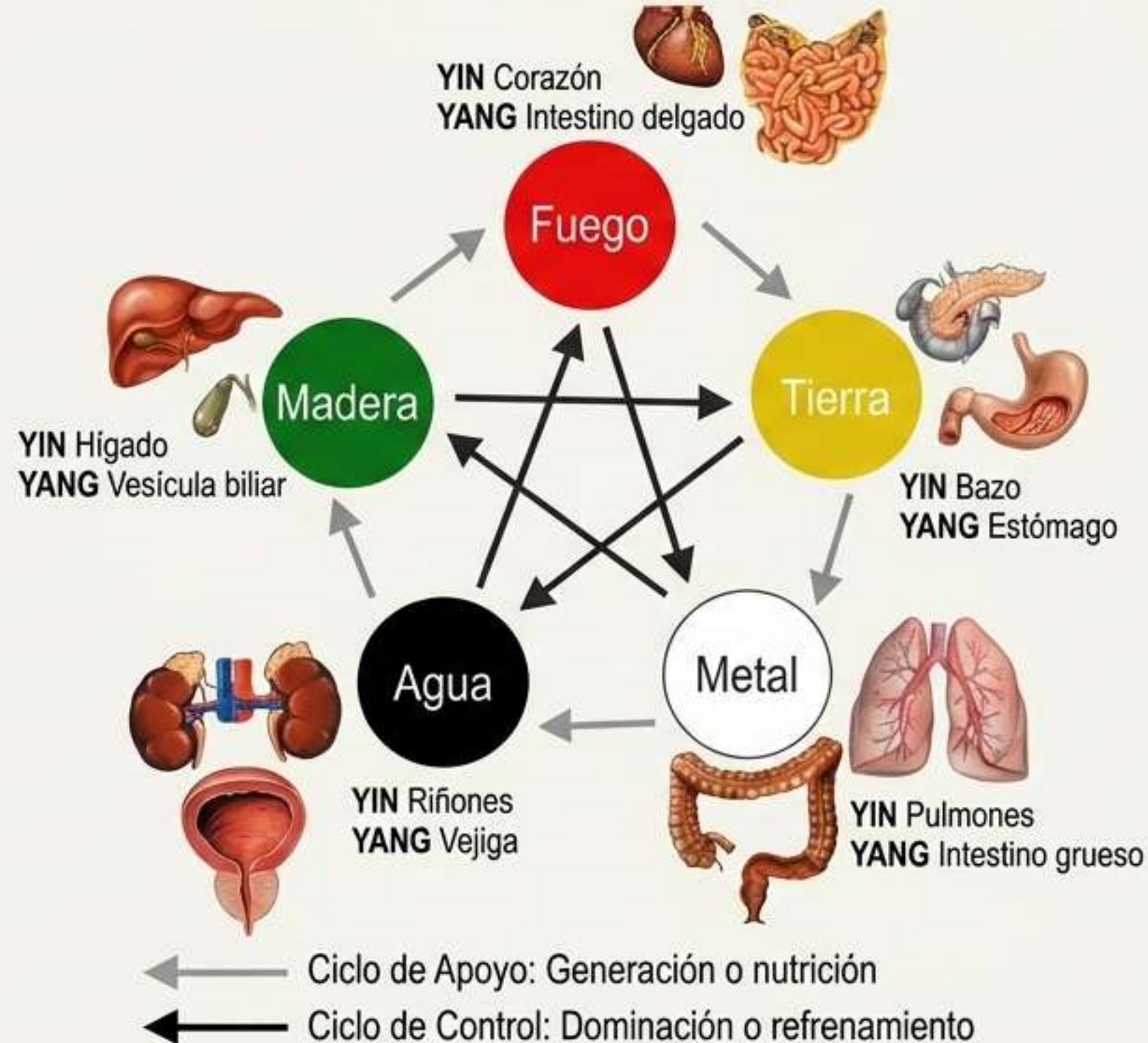
Métodos Higiénicos y Terapéuticos

Este pensamiento cree que la salud necesita ser cultivada mediante diversos métodos higiénicos y terapéuticos que ayuden a prevenir enfermedades o recuperar la salud, tales como:

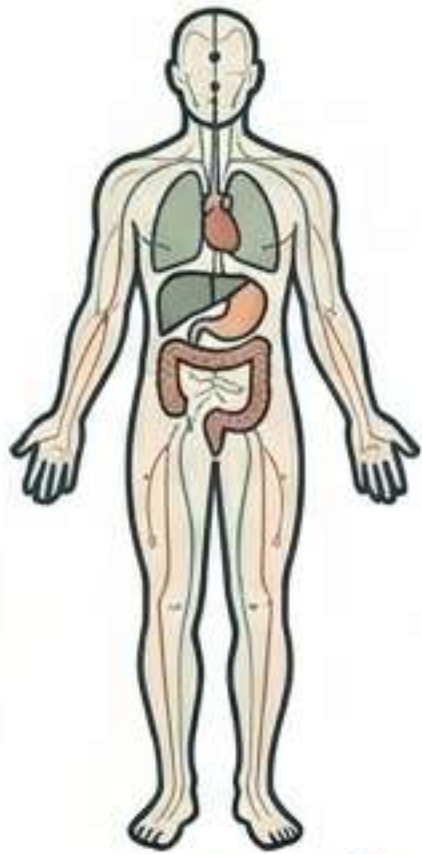


LA TEORÍA DE LOS CINCO ELEMENTOS

La teoría de los 5 elementos plantea que el mundo material puede ser clasificado en cinco categorías simbolizadas por el **fuego, la tierra, el metal, el agua y la madera**. Así la M.T.Ch. utiliza esta teoría para clasificar los fenómenos naturales, la mayoría de los órganos, tejidos emociones humanas, e interpreta las relaciones entre la fisiopatología del organismo humano y la naturaleza. Las 5 relaciones del Yin y el Yang se expresan en la ley de los cinco elementos.



Las Cinco Categorías de las Cosas



El hombre vive en la naturaleza. El medio natural, los cambios climáticos y las condiciones geográficas influyen marcadamente en su actividad fisiológica. Este hecho se manifiesta en la dependencia humana a su medio, pero sobre todo en su adaptabilidad al medio. Esto se conoce como la correspondencia entre el hombre y la naturaleza.

Partiendo de este reconocimiento la M.T.Ch. comprensivamente conectó la fisiología y la patología en cinco categorías sobre la base de cinco elementos. Símbolos y alegorías son utilizados para explicar enlaces entre la fisiología y la patología así como la correlación entre el hombre y el medio ambiente.



Partiendo de este reconocimiento la M.T.Ch. comprensivamente conectó la fisiología y la patología de los órganos Zang Fu y tejidos con importantes factores ambientales naturales. Estos factores se clasificaron en cinco categorías sobre la base de cinco elementos. Símbolos y alegorías son utilizados para explicar los complicados ...

LAS CINCO CATEGORÍAS: En el cuerpo humano

Elemento	ZANG FU	ÓRGANO	TEJIDOS		EMOCIONES
MADERA	H	VB	ojo	tendones	ira
FUEGO	C	ID	lengua	vasos	alegría
TIERRA	B	E	boca	músculo	ansiedad
METAL	P	IG	nariz	piel y pelos	melancolía
AGUA	R	V	oreja	huesos	miedo

LAS CINCO CATEGORÍAS: En la naturaleza

Elemento	ESTACIONES	FACTOR AMBIENTAL	CRECIMIENTO/ DESARROLLO	COLOR	SABOR
MADERA	primavera	viento	germinación	verde	agrio
FUEGO	verano	calor	crecimiento	rojo	amargo
TIERRA	verano tardío	humedad	transformación	amarillo	dulce
METAL	otoño	sequedad	cosecha	blanco	picante
AGUA	invierno	frío	almacenamiento	negro	salado

Diferencias entre prácticas Yin y Yang

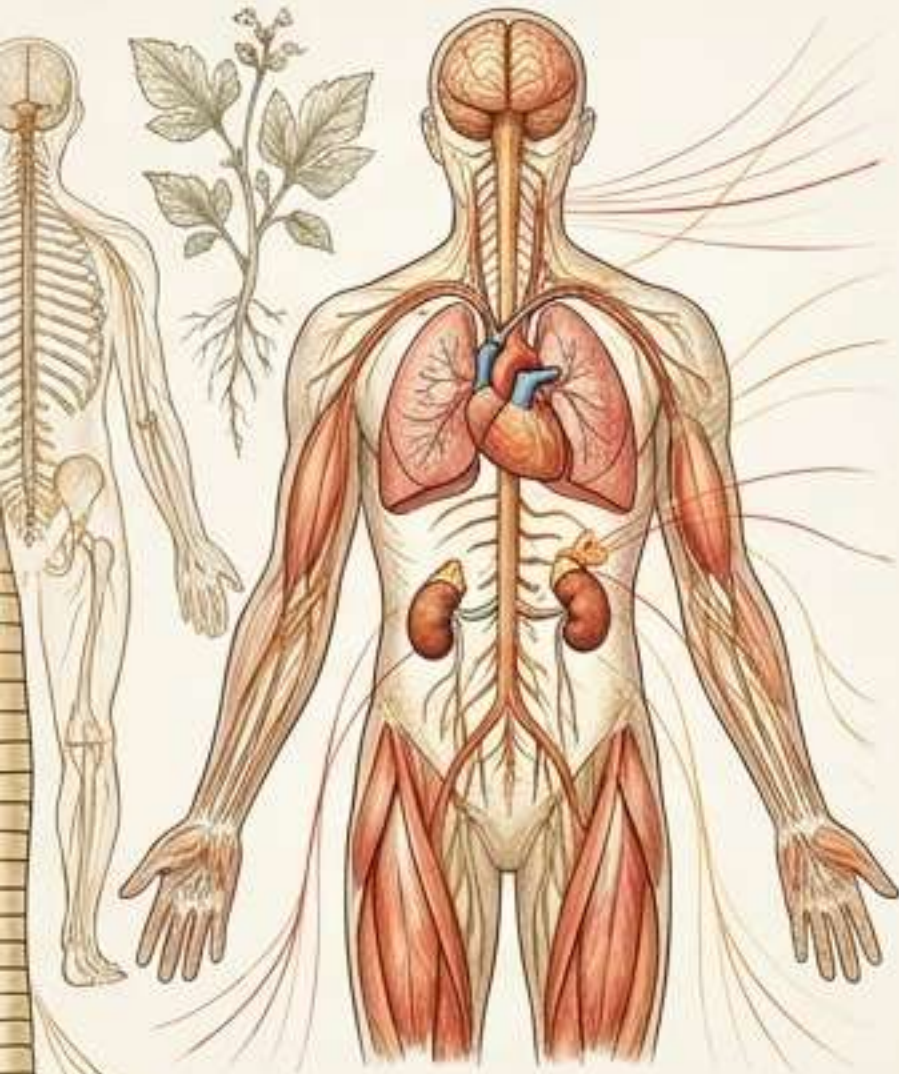
Partiendo desde el concepto taoísta YIN YANG. Dos energías opuestas que se necesitan y se complementan, la existencia de uno depende de la existencia del otro. El yin y yang es un símbolo de armonía debido al equilibrio que produce la interacción de las dos energías. Yin Yang expone dualidad de todo lo que existe en el universo.



Cada objeto o situación se relaciona con estas dos dualidades, un ejemplo de estos dos procesos los podemos observar en el Sistema Nervioso Vegetativo viendo el funcionamiento del simpático y el parasimpático.

El Sistema Nervioso Vegetativo

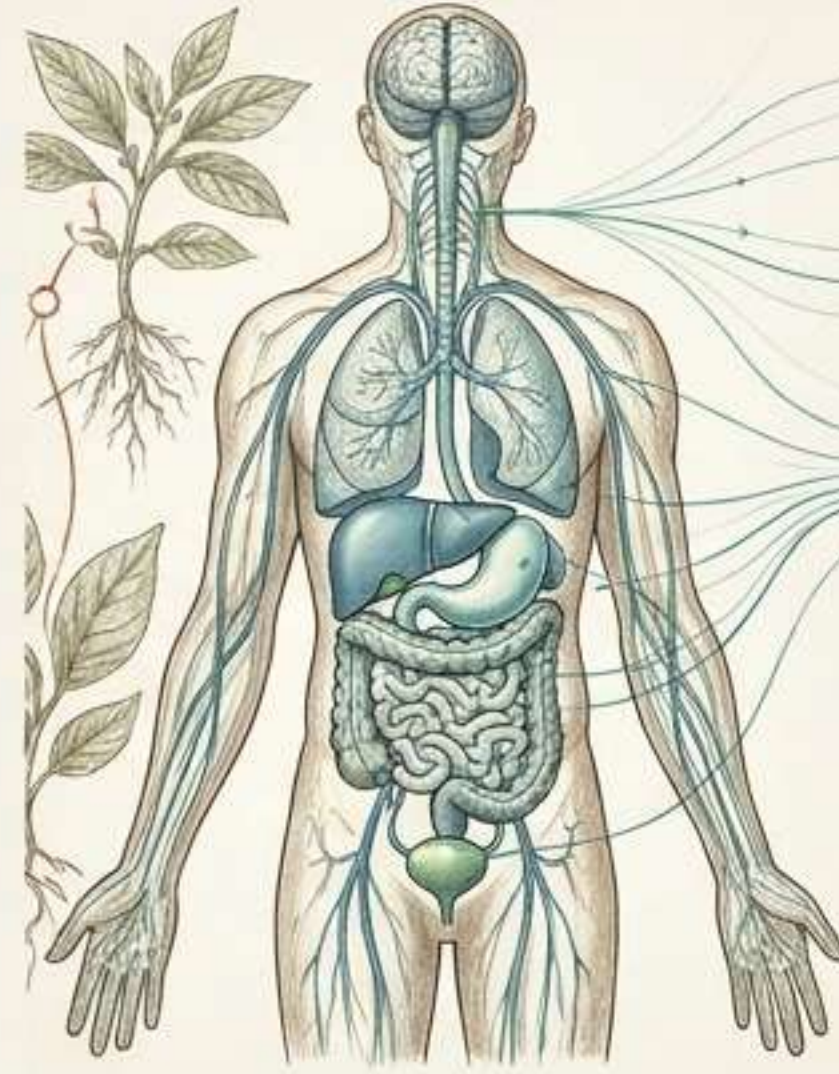
Simpático – Yang



Actúa en casos de urgencia y de estrés provocando diversas reacciones como el aceleramiento del pulso y la respiración, frena la digestión, aumenta la presión arterial y hace que la sangre llegue en mayor cantidad al cerebro, piernas y brazos, también hace que aumente el nivel de azúcar en la sangre.



Parasimpático – Yin



Almacena y conserva la energía y mantiene el ritmo normal de los órganos y glándulas del cuerpo.



Después de un trauma, dolor intenso o cualquier situación especial del cuerpo, el Parasimpático se encarga de que todo vuelva a la calma y normalidad.

De estos dos, obviamente el Parasimpático es el más importante para sobrevivir, porque si no normalizara las funciones, el cuerpo no podría soportarlas.



El Poder de la Exhalación y la Práctica Pasiva

La Exhalación activa el sistema Parasimpático el cual está encargado del funcionamiento estable del cuerpo e induce estados de relajación. También se ocupa de la producción y restablecimiento de la energía corporal.

A partir de estos ejemplos la propuesta de una práctica pasiva enfocada en el permitir y el estado de consciencia aceptiva a los diferentes estímulos a los que el cuerpo es expuesto durante la práctica facilita el ajuste y recuperación de nuestro organismo.