

Hablemos Acerca De...

Medicina china tradicional

La medicina china tradicional (TCM, por sus siglas en inglés) se compone de muchas prácticas médicas diferentes. Su filosofía se basa en escrituras chinas y costumbres familiares transmitidas de generación en generación. Hoy en día, la TCM y la medicina occidental se practican conjuntamente en muchos hospitales y clínicas a nivel mundial.

La TCM se basa en el concepto de que el cuerpo es un conjunto y sus partes se encargan de cosas diferentes, pero funcionan juntas. Los practicantes de la TCM creen que hay una fuerza o energía vital llamada **chi**, que fluye por el cuerpo a través de canales energéticos llamados **meridianos**.

El objetivo de los tratamientos de la TCM es regular y fomentar el flujo adecuado del chi a través del cuerpo.

¿Cómo funciona la TCM?

Piense en un río que fluye libremente. El agua se agita y no fluye tan fácilmente a medida que el río pasa por piedras y ramas. El agua se puede acumular y estancar si hay demasiadas piedras y ramas en el río.

Los proveedores de TMC creen que el chi fluye por el cuerpo como el agua lo hace por el río. Las tensiones internas y externas son como las piedras, los palos y las ramas. Un poco de estrés es normal, pero, cuando el cuerpo se sobrecarga, entonces el chi se altera y se desequilibra. Si el chi se estanca por completo, podría causar graves problemas de salud.

Los practicantes de la TCM usan herramientas, agujas y hierbas para activar el chi, evitar que se estanque y regular el flujo del mismo a través de los meridianos del cuerpo.



¿Cuáles son los diferentes tipos de tratamiento de la TCM?

- **Acupuntura:** se insertan agujas delgadas como un cabello en puntos de acupuntura en los meridianos del cuerpo.
- **Acupresión:** se usan los dedos o herramientas pequeñas para hacer presión sobre puntos de meridianos del cuerpo.
- **Acutonics:** se coloca un diapasón sobre los puntos de acupuntura en los meridianos del cuerpo.
- **Terapia de ventosas:** se colocan pequeñas ventosas en puntos de acupuntura en los meridianos del cuerpo.
- **Gua Sha:** se frota o raspa la piel con herramientas especiales de la TCM.
- **Shoni Shin:** se colocan herramientas especiales de la TCM en los meridianos para estimular o relajar el cuerpo.
- **Tui Na:** son movimientos suaves y fluidos sobre la piel. Esto promueve el flujo adecuado del chi por el cuerpo.
- **Chi Gong:** movimientos específicos para hacer fluir la energía a través del cuerpo.
- **Medicina herbaria china:** tés personalizados o fórmulas para equilibrar la química del cuerpo y favorecer la curación.

