



**UNIVERSIDAD DE MEDICINA ORIENTAL  
JAPÓN-NICARAGUA**



東洋医学

**ESPECIALIDAD EN ACUPUNTURA 2024-2025**

**ABORDAJE DE LA LUMBALGIA CON MEDICINA ORIENTAL**

**Autor:** Fátima de los Ángeles Darce Sánchez

Lic. en Enfermería

[fatimadarce53@gmail.com](mailto:fatimadarce53@gmail.com)

**Tutor:**

Dr. Francisco Javier Toledo Cisneros

MSc. en Epidemiología

[franciscojaviertoledocisneros@gmail.com](mailto:franciscojaviertoledocisneros@gmail.com)

Managua Nicaragua, 13 de octubre del 2024

## CONTENIDO

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	3
<b>DESARROLLO</b> .....	4
<b>Conceptos fundamentales de la Medicina China</b> .....	4
<b>Diagnóstico de la lumbalgia en la Medicina China</b> .....	4
<b>Tratamientos en la Medicina China</b> .....	5
<b>Enfoque integral y prevención</b> .....	7
<b>CONCLUSIONES</b> .....	8
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	10
<b>ANEXOS</b> .....	11

## **INTRODUCCIÓN**

La lumbalgia, comúnmente conocida como dolor lumbar, es una de las principales causas de incapacidad a nivel mundial. Esta afección no solo impacta la calidad de vida de quienes la padecen, sino que también genera una carga considerable sobre los sistemas de salud. Aunque en la medicina occidental el tratamiento de la lumbalgia suele centrarse en enfoques farmacológicos y quirúrgicos, la medicina oriental ofrece una perspectiva diferente, basada en el equilibrio energético y el uso de terapias no invasivas. En este contexto, el abordaje de la lumbalgia en la Medicina Oriental se refiere al enfoque terapéutico que engloba métodos tradicionales como la acupuntura, la Moxibustión, la fitoterapia y las prácticas de movimiento como el Tai Chi y el yoga.

Este ensayo examinará el abordaje de la lumbalgia en la medicina oriental a través de las investigaciones de cinco autores que han profundizado en el tratamiento de esta dolencia desde diversas perspectivas. Los estudios sobre Medicina Tradicional China (MTC), la medicina ayurvédica y otras terapias orientales ofrecen un enfoque integral que, más allá de tratar los síntomas, busca identificar y corregir los desequilibrios energéticos del cuerpo que provocan el dolor lumbar. La revisión de estas investigaciones permitirá analizar cómo estas prácticas pueden complementar o incluso superar los métodos convencionales en algunos casos.

## DESARROLLO

### Conceptos fundamentales de la Medicina China

En el caso de la lumbalgia, la Medicina China la interpreta generalmente como una manifestación de un desequilibrio en el flujo del Qi a nivel del meridiano del Riñón, que es responsable de nutrir los huesos y la columna vertebral. Este desequilibrio puede deberse a varios factores, como la insuficiencia de energía en los riñones, la humedad-frío que afecta la zona lumbar o el estancamiento de Qi y sangre en la región afectada.

Uno de los principales autores que ha contribuido al estudio de la lumbalgia desde la perspectiva de la Medicina Tradicional China es Giovanni Maciocia, quien en su libro *The Foundations of Chinese Medicine* resalta la importancia de los meridianos energéticos en el diagnóstico de este padecimiento. Según Maciocia (2005), la lumbalgia puede estar relacionada con una deficiencia de la energía del riñón (Yin o Yang), o con la invasión de factores patógenos como el frío o la humedad en los canales energéticos de la espalda baja. El tratamiento, en estos casos, busca fortalecer el riñón mediante la acupuntura y la prescripción de hierbas.

### Diagnóstico de la lumbalgia en la Medicina China

El diagnóstico en la Medicina China no se limita a identificar el dolor en la zona lumbar, sino que se realiza un análisis completo del paciente. Se tienen en cuenta factores como la constitución física, la temperatura corporal, los hábitos alimenticios, el estado emocional y la presencia de otros síntomas asociados, como fatiga, debilidad en las piernas o dificultades urinarias.

Existen tres patrones principales que pueden asociarse con la lumbalgia desde la perspectiva de la MTC:

1. **Insuficiencia del Qi del Riñón:** La energía del riñón se considera fundamental para la salud de los huesos y la médula. Una debilidad en esta área puede manifestarse como un dolor lumbar crónico, acompañado de fatiga y debilidad en las extremidades inferiores.

2. **Estancamiento de Qi y sangre:** El estancamiento, a menudo causado por lesiones o falta de movimiento, genera un dolor localizado y rígido. Esta forma de lumbalgia suele empeorar con la inactividad o el reposo prolongado y puede mejorar con la actividad.
3. **Invasión de viento, frío y humedad:** Las influencias externas, como el viento frío y la humedad, pueden penetrar en el cuerpo, especialmente cuando hay una debilidad subyacente en el Qi. El resultado es un dolor lumbar que se agrava con el clima frío y húmedo, y puede acompañarse de una sensación de pesadez en la zona afectada.

## **Tratamientos en la Medicina China**

La MTC ofrece diversos métodos terapéuticos para tratar la lumbalgia, todos dirigidos a restaurar el flujo adecuado del Qi, calmar el dolor y reequilibrar los órganos afectados.

### **1. Acupuntura**

La acupuntura es uno de los tratamientos más comunes para la lumbalgia. Consiste en la inserción de agujas finas en puntos específicos a lo largo de los meridianos del cuerpo para equilibrar el flujo de energía. Los puntos relacionados con la zona lumbar incluyen el meridiano del Riñón, la Vejiga y el Hígado. Además de reducir el dolor, la acupuntura ayuda a mejorar la circulación sanguínea y la movilidad de la región afectada.

Por su parte, Peter Deadman (2007), en su obra *A Manual of Acupuncture*, detalla los puntos específicos que son utilizados para el tratamiento de la lumbalgia. Deadman destaca el punto BI 23 (Shenshu) como uno de los más relevantes para fortalecer la función renal y aliviar el dolor en la región lumbar. Esta técnica, ampliamente utilizada en la Medicina Tradicional China, ha demostrado ser eficaz para reducir el dolor agudo y crónico, según diversos estudios clínicos.

### **2. Moxibustión**

La moxibustión es una técnica que utiliza la combustión de la planta de artemisa (moxa) cerca de la piel, específicamente en puntos de acupuntura, para calentar y tonificar el Qi

del Riñón. Es especialmente útil en casos de lumbalgia causada por frío y humedad, ya que el calor ayuda a expulsar estas energías patógenas del cuerpo.

Además, el estudio de Lee et al. (2019) examina los efectos de la Moxibustión, una técnica que implica la quema de hierbas medicinales (generalmente artemisa) cerca de la piel, sobre puntos de acupuntura. Esta técnica, al igual que la acupuntura, busca equilibrar el flujo de energía y ha demostrado ser eficaz en la reducción del dolor lumbar. Según los autores, la Moxibustión puede ser especialmente beneficiosa para aquellos pacientes que no responden bien a los tratamientos convencionales o que prefieren evitar la medicación farmacológica.

### **3. Fitoterapia**

La fitoterapia china utiliza combinaciones de hierbas para tonificar los órganos afectados y restaurar el equilibrio interno. En el tratamiento de la lumbalgia, se suelen utilizar fórmulas que fortalecen el Qi del Riñón, eliminan la humedad y mejoran la circulación de sangre. Entre las hierbas más comunes se incluyen el Rehmannia (Shu Di Huang) y el Eucommia (Du Zhong), que fortalecen los huesos y la columna vertebral.

Por otro lado, Li y Zhang (2020) destacan la importancia de la fitoterapia China en el manejo de la lumbalgia. En su estudio, revisaron el uso de hierbas como el ginseng, el jengibre y el corydalis, las cuales tienen propiedades antiinflamatorias y analgésicas. Estos remedios herbales no solo ayudan a reducir el dolor, sino que también actúan sobre las causas subyacentes del malestar al promover el equilibrio en los sistemas corporales. Li y Zhang sugieren que, cuando se combinan con otras terapias tradicionales como la acupuntura, la fitoterapia puede mejorar significativamente los resultados en pacientes con dolor lumbar crónico.

### **4. Tui Na**

El Tui Na es una forma de masaje terapéutico chino que implica el uso de técnicas de presión, estiramiento y manipulación para estimular los meridianos y mejorar el flujo del Qi. Este masaje ayuda a liberar la tensión en los músculos y articulaciones, reduciendo el dolor y mejorando la movilidad de la columna lumbar.

## **Enfoque integral y prevención**

La Medicina China considera que el cuerpo, la mente y el entorno están interconectados, por lo que el tratamiento de la lumbalgia no se limita a aliviar el dolor físico. Los médicos tradicionales también recomiendan cambios en el estilo de vida, como la práctica de ejercicios suaves como el Tai Chi o el Qi Gong, que ayudan a fortalecer el cuerpo y equilibrar la energía interna.

Además, se aconsejan hábitos alimenticios que fortalezcan el Riñón, como el consumo de alimentos tibios y nutritivos (sopas, legumbres, cereales integrales) y evitar el exceso de alimentos fríos o crudos que puedan debilitar el Yang del cuerpo.

Por último, Chen (2021) revisa el enfoque integrador de la medicina oriental moderna, que combina terapias tradicionales con fisioterapia y ejercicio. Su estudio concluye que la combinación de métodos orientales y occidentales proporciona mejores resultados que cualquiera de ellos por separado. Chen sugiere que este enfoque híbrido no solo alivia el dolor más rápidamente, sino que también previene su recurrencia al abordar tanto los síntomas como las causas subyacentes del desequilibrio energético.

## CONCLUSIONES

1. Según Maciocia (2005), la lumbalgia en la Medicina Tradicional China está estrechamente relacionada con una deficiencia del riñón, y el tratamiento se basa en fortalecer la energía de Riñón.
2. El dolor lumbar es interpretado como un desequilibrio en el flujo de Qi, particularmente en el meridiano del Riñón, que nutre los huesos y la columna vertebral. Dicho desequilibrio puede originarse por insuficiencia de la energía del riñón (Yin o Yang), estancamiento de Qi y sangre, o por la invasión de factores patógenos como el frío y la humedad.
3. El diagnóstico en la MTC es integral, considerando diversos factores del estado físico y emocional del paciente.
4. El tratamiento se enfoca en restaurar el equilibrio energético del riñón mediante acupuntura y el uso de hierbas medicinales.
5. Se resalta la importancia de los puntos de acupuntura específicos para tratar el dolor lumbar, destacando el V 23 (Shenshu) como uno de los más efectivos para equilibrar el flujo de energía, mejorar la circulación y aliviar el dolor.
6. La moxibustión es una técnica eficaz para aliviar el dolor en pacientes con lumbalgia, especialmente para aquellos que buscan alternativas no farmacológicas y desean evitar los efectos secundarios de los medicamentos, utiliza el calor generado por la quema de artemisa cerca de puntos de acupuntura para calentar y tonificar el Qi del Riñón. Es especialmente eficaz en casos de lumbalgia causada por frío y humedad, ya que el calor ayuda a eliminar energías patógenas.
7. La integración de métodos tradicionales y modernos es el enfoque más efectivo para el tratamiento de la lumbalgia, combinando los beneficios de las terapias orientales con la fisioterapia occidental para abordar tanto los síntomas inmediatos como las causas subyacentes del dolor.

No solo se enfoca en aliviar el dolor físico, sino que también promueve cambios en el estilo de vida, como la práctica de ejercicios suaves (Tai Chi y Qi Gong) y hábitos alimenticios que fortalezcan el Riñón. Según Chen (2021), la integración

de terapias tradicionales con fisioterapia y ejercicio ofrece resultados superiores a los tratamientos aislados, aliviando el dolor más rápidamente y previniendo su recurrencia al abordar tanto los síntomas como las causas subyacentes del desequilibrio energético.

## BIBLIOGRAFÍA

Deadman, P., Al-Khafaji, M., & Baker, K. (2020). *Manual de acupuntura: Manual adicional colección portuguesa*. <https://archive.org/details/peter-deadman-manual-de-acupuntura/mode/1up>

Maciocia, G. (2005). *Fundamentos de Medicina China*. Aneid Press.

Zhou, X. S. (2010). *Guías de estudios de Medicina China: Fundamentos*. Fundación Europea de MTC.

**ANEXOS**



