

# AAU

AMERICAN ANDRAGOGY  
UNIVERSITY



# La sabiduría de los antiguos maestros

## La medicina en el mundo durante la época clásica

*Donde se ama el arte de la medicina, también se ama a la humanidad.*

HIPÓCRATES

### La paleomedicina y la medicina primitiva

Nos llevaríamos una sorpresa si supiéramos que la medicina es un descubrimiento moderno o que los antiguos eran, en el mejor de los casos, curanderos inexpertos. La medicina es tan antigua como la vida misma. Tenemos pruebas arqueológicas que demuestran que los animales más primitivos, como los dinosaurios y los cocodrilos prehistóricos, sufrían de inflamaciones en las articulaciones, fracturas y tumores benignos. Partiendo de los fósiles, descubrimos que hace unos quinientos millos de años ya existían bacterias muy similares a las actuales. Y cuando finalmente aparecieron los primeros hombres, hace un millón de años, sufrían de enfermedades que no eran muy diferentes de las actuales, como el resfriado común, la fiebre, la neumonía y las piedras en el riñón.

El hombre prehistórico aprendió a partir de la experiencia que determinadas plantas servían para curar determinadas enfermedades. Es probable que comenzaran aplicando el método del ensayo y el error, pero con el tiempo reunieron una información valiosa sobre las plantas medicinales. La trepanación, es decir, la perforación del cráneo como medida terapéutica, como supone el hombre moderno, era una práctica muy extendida en la prehistoria. Tenemos pruebas arqueológicas que demuestran que en el neolítico se hacían trepanaciones con buenos resultados, y también que el nivel de la cirugía era muy elevado, sobre todo para reducir fracturas. Seguramente, esto extrañará a quienes piensan que la paleopatología era sólo sobrenatural o, en el mejor de los casos, que consistía en el uso de algunos medicamentos primitivos, y que la cirugía apareció relativamente tarde en la historia de la medicina.

Pero cuando la paleopatología se incorporó a la medicina primitiva, lo sobrenatural era el elemento predominante. Cuando hablamos de paleopatología nos referimos a la medicina de la edad de piedra, mientras que la medicina primitiva es la práctica médica de los hombres primitivos, que estaban a punto de salir de la cultura de la edad de piedra para entrar en la era de la civilización, y que todavía se encuentran en algunas zonas remotas del mundo actual.

Para el hombre primitivo, las enfermedades las provocaban un espíritu maligno o alguien que había sido ofendido. El médico brujo o el curandero eran partidarios de sacrificios, rituales o amuletos, y de vez en cuando administraban algún medicamento sencillo pero eficaz para inducir el vómito o para purgar. En ocasiones también recomendaban terapias físicas, como masajes y baños. En general obtenían buenos resultados, que se suelen atribuir a la eficacia de sus drogas y de la terapia física, así como también al valor psicológico de su autoridad espiritual, aunque

tanto el curandero como los propios pacientes creían en la intervención de alguna fuerza incorpórea.

## La medicina en el Antiguo Egipto y en la India

La medicina del Antiguo Egipto alcanzó un nivel muy elevado y tuvo mucha influencia en la de los antiguos griegos. En su *Historia*, Herodoto consideraba a los médicos egipcios los mejores del mundo.

Los egipcios, de los cuales se podría considerar herederos a los griegos, tenían la noción de los cuatro elementos básicos: fuego, agua, aire y tierra, que, según ellos, tenían mucha influencia en la salud de la persona. Sus conocimientos de anatomía eran bastante similares a los de los chinos en muchos sentidos, y su fisiología se basaba en la existencia del corazón, cuarenta y cuatro vasos y el papel vivificador de la respiración, similar al concepto chino del *chi*.

Los egipcios eran muy buenos en cosmética y fabricaban aceites y cremas excelentes para suavizar la piel, a pesar del sol del desierto. Se anticiparon varios miles de años a los ingleses que, en la época isabelina, todavía creían que el hígado era el órgano principal del hombre. Una característica interesante de la medicina egipcia era su especialización, aunque es probable que se deba más a la insuficiencia de conocimientos que a la profundización. Si el lector cree que la cirugía plástica es un invento moderno que sólo es posible gracias al desarrollo tecnológico del siglo XX, se sorprenderá al saber que los indios antiguos fueron unos de los mejores cirujanos plásticos del mundo.

La medicina india clásica se puede dividir en dos períodos: el período védico, anterior al 800 AEC<sup>†</sup> (antes de la era común), en el cual los Vedas eran grandes textos religiosos y filosóficos, pero también explicaban tratamientos médicos de forma detallada, y el período brahmánico, del 800 AEC al 1000 EC (de la era común), durante el cual la práctica de la medicina, así como todas las cuestiones religiosas, estaban en manos de los poderosos brahmanes.

La materia médica india era extensa, aunque consistía fundamentalmente de medicamentos de origen vegetal. Dos drogas notables adoptadas en Occidente, pero que proceden de India, son el cardamomo y la canela. La farmacopea india incluía descripciones detalladas de elixires, afrodisíacos, cosméticos y antidotos. Para diagnosticar se utilizaban los cinco sentidos, y se prestaba mucha atención al tipo de respiración del paciente y a sus cambios de voz. Los médicos indios también aplicaban al diagnóstico la teoría de los pulsos, que es fundamental para los chinos. Los principales métodos terapéuticos eran la inducción del vómito, las purgas, los estornudos y la introducción de agua o aceite en el intestino.

Los dos grandes maestros de la medicina india fueron Charaka (alrededor del siglo I EC) y Susruta (alrededor del 500 EC), cuyos libros, basados en la práctica védica anterior, se consideraban textos médicos fidedignos. La teoría básica de la medicina india se basaba en el concepto del *prana*, similar al *chi* chino, o energía.

Uno de los logros más destacados de los clásicos indios era el nivel excepcionalmente elevado de la cirugía. Hace siglos, los cirujanos indios practicaban con éxito la extirpación de tumores, la eliminación de depósitos de pus, la extracción de cuerpos extraños, las punciones de líquidos acumulados en el abdomen y la sutura de heridas utilizando como pinzas cabezas de hormigas. La operación para la extracción de piedras de la vesícula era notable, y su cirugía plástica era una de las mejores del mundo.

En cuestiones de salud pública, los indios ofrecían algunos ejemplos excelentes. En las ciudades antiguas de Mohenjodaro y Harappa, hace tres mil años, ya había baños públicos y

complejos sistemas subterráneos de alcantarillado. Y durante el imperio Maurya, en el siglo III AEC, el benévolo emperador Asoka el grande construyó en todo el país no sólo hospitales para personas, sino también para animales, mil años antes de que en Occidente se conocieran los hospitales organizados.

## **La medicina en otras civilizaciones antiguas**

Los antiguos habitantes de Mesopotamia, México y Perú tenían una extensa materia médica. Los aztecas de la civilización mexicana conocían más de mil plantas medicinales y tenían profundos conocimientos sobre los narcóticos en particular.

La cirugía estaba muy desarrollada, sobre todo en México y en Perú, donde, al igual que en la antigua India, se utilizaban cabezas de hormigas como pinzas en las suturas. En Perú se practicaban interesantes ritos de magia que consistían en pasar las enfermedades de los seres humanos a los animales, sobre todo a conejillos de Indias. Es probable que éste fuera el origen de la prolongada carrera de estas pobres criaturas en la medicina experimental. En Perú también había un alto grado de salud pública, y se ocupaban de la atención médica de los ancianos y los discapacitados.

El nivel de la cirugía en Mesopotamia también era muy elevado. Un intenso documento de piedra que presenta el código del rey Hammurabi, que data aproximadamente del 1700 AEC, indica que la negligencia en la práctica quirúrgica podía ser duramente castigada, pero este castigo no se aplicaba cuando no se recurría a la cirugía, ya que los mesopotámicos consideraban que uno mismo era el responsable de provocar su propia enfermedad. La civilización mesopotámica también aportó al mundo el concepto de los días regulares de descanso, del contagio y de la cuarentena de los leprosos, ideas que los judíos transmitieron a Occidente.

## **La medicina en la Antigua Grecia**

Los griegos, que sentaron las bases de la medicina occidental, también seguían dos tendencias fundamentales: la de Asclepio o Esculapio y la de Hipócrates.

Asclepio fue un gran médico que vivió en torno al 1200 AEC y que posteriormente fue divinizado como dios de la medicina. Sus terapias principales eran los baños, el descanso y los ejercicios correctivos. Se construyeron numerosos templos en su honor y se extendió la práctica conocida como incubación, o pernoctar en el templo, que consistía en que el paciente durmiera en el templo de Esculapio para que el dios de la medicina lo visitara mientras dormía y lo curara de sus dolencias.

Es posible que esta práctica parezca excéntrica a muchos lectores modernos y que se rían de ella por considerarla supersticiosa. Sin embargo, el auge actual de la conciencia de la Nueva Era, que reconoce niveles más profundos de la conciencia y la experiencia trascendental, nos hace pensar que en esa costumbre de dormir en el templo tal vez hubiera una fuerza mayor que la que comprendemos a nivel superficial. También deberíamos recordar que la incubación debió de ser eficaz, porque de lo contrario no se habría extendido tanto ni los intelectuales griegos habrían convertido a Asclepio en el dios de la medicina. Su bastón, con una serpiente enroscada, es el que utilizan los médicos actuales como símbolo de su profesión.

El auge de Hipócrates (alrededor del 460-377 AEC) marcó el comienzo de la medicina occidental científica. A menudo se considera a Hipócrates el padre de esta medicina porque contribuyó a sacarla de sus trasfondo sobrenatural y por haberle dado una base científica firme.

Los dos legados más importantes de Hipócrates fueron el *Corpus Hippocraticum*, una voluminosa colección que comprende alrededor de setenta libros de medicina, y el código hipocrático, que sigue siendo la base de la ética profesional de los médicos actuales.

Es posible que Hipócrates escribiera algunos de los libros que componen el *Corpus Hippocraticum*, si bien la mayoría fueron escritos por médicos que seguían su tradición. Las cuatro características principales de la tradición hipocrática eran que la enfermedad se debía a agentes naturales y no sobrenaturales; que había que poner el énfasis en la prognosis, más que en la diagnosis; que el médico tenía que tratar al enfermo y no sólo la enfermedad, y que el tratamiento tenía que atender a la persona en su conjunto, y no sólo a una parte. Estas características presentan notables semejanzas con las de los chinos, salvo que éstos también destacan mucho la importancia de la diagnosis. También vale la pena destacar que muchos médicos modernos parecen haber olvidado los dos últimos principios hipocráticos.

El código hipocrático, entre otras cosas, prohibía que el médico prescribiera drogas mortales, por más que así se lo solicitaran; tampoco podía favorecer el aborto, aceptar sobornos ni inducir a la seducción ni de hombres ni de mujeres. Además, el médico estaba obligado a mantener en secreto los detalles del paciente que a éste le dieran vergüenza, así como también a practicar la medicina según su capacidad y su criterio. Desde cualquier punto de vista, no cabe duda de que este código contiene unos valores morales muy elevados.

## La época alejandrina y la romana

Con la expansión de la cultura helenista, Alejandría se convirtió en un centro de la medicina. Dos médicos famosos del período alejandrino fueron Herófilo de Calcedonia (alrededor del 300 AEC) y Erasístrato de Quío (alrededor del 330 AEC).

Herófilo realizó algunas aportaciones importantes en anatomía: describió los ojos, los vasos sanguíneos, los órganos genitales, el cerebro y el duodeno, al cual fue él quien le puso el nombre. En la práctica, sus terapias principales eran la sangría y la polifarmacia.

Erasístrato, por su parte, era contrario a las sangrías y la polifarmacia, y partidario de una alimentación correctiva, el masaje y el ejercicio. Se dio cuenta de que existían nervios sensoriales distintos de los motores, y efectuó descripciones detalladas de la anatomía del cerebro y el cerebelo, el corazón, las venas y las arterias. Todo esto ocurrió hace dos mil doscientos años; tuvieron que pasar más de mil ochocientos años hasta que Harvey realizara el sensacional descubrimiento de la circulación sanguínea.

Posteriormente, surgió un grupo de médicos conocidos como los empiristas, contrarios a las especulaciones filosóficas así como a los experimentos científicos, que basaban su conocimiento y tratamiento de la medicina tan sólo en sus observaciones. Los empiristas realizaron algunas aportaciones valiosas a la sintomatología, la cirugía y la farmacología.

La aportación médica de los romanos, incluso en el apogeo de su imperio, se vio eclipsada por la de los griegos, aunque obtuvieron excelentes logros en salud pública. Tenían unos gimnasios y unos baños públicos impresionantes, un sistema eficaz para el tratamiento de las aguas residuales y unas condiciones de salubridad doméstica admirables. El suministro de agua no tenía punto de comparación, y los hospitales eran increíblemente modernos. Los romanos incluso designaban médicos públicos para que se ocuparan de los pobres. Sus grandes logros en salud pública, en comparación con las consecuciones médicas de los griegos, permiten apreciar las diferencias de mentalidad entre los intelectuales griegos y los espléndidos romanos.

Uno de los principales médicos de su tiempo fue Asclepiades (alrededor del 130 AEC), que sostenía que la enfermedad se debía a la condición de restricción o relajación de las partículas sólidas que supuestamente constituyen el cuerpo. Sus métodos para restablecer el equilibrio de las partículas eran los típicos remedios griegos: masaje, aire puro, alimentación correctiva y una

cuidadosa selección de ejercicios. Fue uno de los primeros en la historia de la medicina que liberó a los locos de las oscuras celdas donde los confinaban y les recetó terapia ocupacional, somníferos, música relajante y ejercicios para aumentar la capacidad de atención y la memoria; fue un paso valiente que precedió en casi dos mil años a la famosa supresión de las cadenas de los locos que estableció Pinel en París.

Una escuela de médicos denominados metodistas insistió en que la causa de la enfermedad era o bien la apertura excesiva o el excesivo cierre de los poros internos; quisieron reducir los principios y la práctica de la medicina a unos pocos métodos muy sencillos. Otra escuela, la de los pneumáticos, sostenía que la enfermedad se debía a un trastorno del pneuma, una forma de energía similar al *chi* chino. Esto es un ejemplo significativo de la fecundidad y la creatividad de las mentes griegas que, incluso bajo el dominio romano, se negaban a aceptar a los antiguos maestros, a pesar de sus grandes aportaciones, como autoridades definitivas. Esta actitud contrasta con la de la Edad Media, que acepta sin cuestionar a autoridades como Galeno.

Galeno de Pérgamo (130-200 EC) trató de sintetizar las diversas escuelas de pensamiento que lo precedieron, aunque en términos generales se basó en la patología humoral de Hipócrates. Sus diagnósticos y su terapéutica guardan increíbles coincidencias con las de los chinos. Destacó la importancia del número de pulsaciones en su diagnóstico y empleó un sistema de remedios «fríos» contra enfermedades «calientes» y viceversa.

Sin embargo, Galeno destaca sobre todo en anatomía y fisiología. A partir de sus disecciones de cerdos y monos (en esa época estaban prohibidas las disecciones de seres humanos), Galeno proporcionó a la medicina un conocimiento de los huesos y los músculos como no se había visto hasta entonces en el mundo. Ofreció una descripción anatómica del cerebro y demostró las funciones de los nervios recurrentes, la médula y las arterias.

## La Edad Media

Galeno marcó el cenit de la medicina griega, que a partir de entonces se volvió improductiva. El peso de la medicina recayó sobre los sacerdotes eruditos durante la prolongada Edad Media, que comenzó con la caída de Roma, en 476 EC y duró hasta el siglo xv.

Los estudiosos de la medicina solían ser monjes cristianos enclaustrados en sus monasterios. Se concebía la enfermedad como un castigo al pecado, como una posesión del demonio o como obra de la brujería. Las principales terapias eran la oración, el arrepentimiento y la invocación a los santos. Las curaciones se solían considerar milagrosas. Se desarrolló el culto a las terapias de los santos, a partir de la costumbre de invocar a santos concretos para curar enfermedades específicas. Por ejemplo, se invocaba a san Erasmo para las enfermedades abdominales, a san Blas para los pulmones y la garganta y a san Vito para los temblores.

Sin embargo, la principal actividad médica de estos monjes no era la práctica clínica, sino la elaboración de textos médicos en el interior de los monasterios. Sin duda, estos escritos estaban teñidos de filosofía y religión y, en el mejor de los casos, eran una copia de los clásicos griegos. El más conocido de estos centros de trabajos médicos fue el de Montecassino, donde los conocimientos médicos escritos en árabe se traducían al latín.

Además de estos escritos médicos cristianos, los eruditos árabes también ejercieron gran influencia. Pero ellos no escribían en los monasterios, sino en las universidades recién fundadas, en la más importante de las cuales, en Salerno, estuvo la primera facultad de medicina que se creó en Europa. Uno de estos grandes escritores fue un persa de nombre Avicena (980-1037), cuya obra principal, el *Canon de Medicina*, fue un libro de texto fidedigno durante muchos siglos. Avicena partía a menudo de fuentes chinas, como en la teoría de los pulsos y la rica materia médica china. Como tanto las creencias cristianas como las musulmanas prohibían los derramamientos de sangre, la cirugía se redujo al mínimo durante este período.

Aunque la Edad Media también fue la edad oscura de la medicina, este período no estuvo exento de aportaciones. Los árabes enriquecieron la medicina con su materia médica y sus conocimientos de química. Impulsados desde el comienzo por el emperador romano Constantino, en Europa se construyeron hospitales a gran escala. La práctica médica occidental recibió su primera legislación en 1140 del rey Roberto II de Sicilia, que establecía la obligación de superar un examen estatal antes de poder practicar la medicina. Sin embargo, la principal aportación de la Edad Media fue la conservación y la transmisión de los conocimientos médicos de los griegos, sin los cuales las épocas posteriores hubieran tenido que empezar otra vez de cero. Vamos a hablar de su reactivación y del nacimiento de la medicina occidental en el próximo capítulo.

# 2

## Nos dieron una vida más sana y más larga

### **La medicina desde el Renacimiento hasta la actualidad**

*No hay nada incurable, sólo hay trastornos para los cuales el hombre no ha encontrado cura.*

BERNARD M. BARUCH

#### **El Renacimiento**

Quienquiera que estudie la historia de la medicina mundial quedará impresionado ante la increíble sabiduría médica que poseían los antiguos maestros. No obstante, durante los mil años que duró la oscura Edad Media, esta riqueza de conocimientos prácticamente no estuvo al alcance de los europeos. Lo que hoy conocemos como la medicina científica occidental no comenzó a germinar hasta después del Renacimiento.

El Renacimiento, que comenzó en 1453, marcó el regreso de la medicina al consultorio y a la cama del enfermo, obligándola a salir de su enclaustramiento en los monasterios y las universidades. La cirugía, encabezada por cirujanos tan destacados como Ambroise Pare, recuperó su antigua gloria. Éste también fue el período de la identificación de las enfermedades, durante el cual se describieron por primera vez algunas como la varicela, la sífilis y el tifus, diferenciándolas de la masa ambigua de «pestes» y «fiebres».

En esta época destacaron tres grandes figuras: Fracastoro, Paracelso y Andreas Vesalius, que no sólo representan tres avances clásicos en medicina, sino que además caracterizan tres lecciones fundamentales en la historia de los avances de esta ciencia.

El veronés Fracastoro (1478-1552) expuso el concepto del contagio, atribuyendo la causa de una enfermedad a ciertas partículas imperceptibles que se transmiten por el aire o por contacto. Si en ese momento la sociedad hubiera hecho más caso de la teoría de Fracastoro, la medicina habría avanzado cuatro siglos y se habrían salvado muchas más vidas. Los pioneros no sólo no solían ser bien recibidos sino que, además, un hostil conservadurismo los maltrataba y se burlaba de ellos. Por ejemplo, cuando Miguel Servet (en el siglo XVI) sugirió la idea de la circulación pulmonar, lo quemaron por hereje. Como premio a las protestas de Pierre Brissot (en el siglo XVIII) contra el abuso de las sangrías, fue condenado al ostracismo y murió en el exilio. Al observar la historia de la medicina (o la de cualquier ciencia o arte, lo mismo da), el lector sensible no podrá menos que preguntarse cuando aprenderá la humanidad y por qué no podríamos ser un poco más amables con los hombres y las mujeres valientes que se atreven a adelantarse a su tiempo.

Sin embargo, a pesar de tanta hostilidad, la verdad siempre triunfa. Paracelso (alrededor de 1490-1541) dio comienzo a sus cátedras en Basilea quemando las obras de Galeno y Avicena, mas no como protesta contra estos dos maestros, sino por oposición a la actitud servil y al aprendizaje

pasivo a través de los libros propios de la época. Durante siglos, Galeno y Avicena habían sido considerados las máximas autoridades, con las cuales nadie se atrevía a disentir. La búsqueda, por parte de Paracelso, de remedios específicos para enfermedades específicas también caracterizó la práctica moderna de la quimioterapia.

Andreas Vesalius (1514-1564) rompió la tradición del saber libresco de Avicena y demostró que ni siquiera Galeno era el *súmmum* en anatomía. Su obra trascendental, *De humani corporis fabrica*, dilucidó muchos de los errores de Galeno, como el hígado de cinco lóbulos y el útero con cuernos, y sentó las bases de la anatomía moderna. El notable ejemplo de Vesalius, que dejó de lado la especulación y la sustituyó por la observación directa en la mesa de disección, asestó el mazazo definitivo al conservadurismo basado en los textos y colocó a la medicina en una posición firme, dándole una base cada vez más científica.

## El siglo XVII y el XVIII

El espíritu científico comenzó a dar frutos en los siglos XVII y XVIII. Con el descubrimiento del microscopio compuesto, se abrió a la humanidad un nuevo mundo de microorganismos. Por primera vez, el hombre pudo estudiar los agentes patógenos con precisión, partiendo de la observación directa, en lugar de depender de la especulación.

Poco después se produjo el descubrimiento de la circulación sanguínea por parte de William Harvey (1578-1657), que en 1628 publicó *Sobre el movimiento del corazón*. Su obra demuestra también, significativamente, que aquel excepcional descubrimiento fue el resultado de experimentos objetivos, y no de la especulación imaginativa. Del descubrimiento de Harvey enseguida surgieron dos ideas importantes: la de la inyección y la de la transfusión de sangre que, no obstante, no se practicaron con éxito hasta más tarde, cuando se superaron ciertas complicaciones, como las embolias y los grupos sanguíneos.

Otros logros importantes del siglo XVII fueron el descubrimiento de los conductos y las glándulas, del sistema linfático, de que la orina de los diabéticos es dulce, de la histeria como enfermedad del sistema nervioso y de la hemorragia cerebral como causa de la apoplejía. Se dieron a conocer la fisiología de la respiración, la digestión y el sistema nervioso, y aparecieron nuevos campos, como las dolencias ocupacionales, las enfermedades tropicales, la patología quirúrgica y la obstetricia.

Hubo también algunos intentos exóticos de búsqueda de un sistema global que abarcara todos los problemas médicos. Para los iatrofísicos, el cuerpo era una máquina, mientras que los iatroquímicos consideraban que la vida era una serie de procesos químicos. Pero estos intentos no tuvieron éxito, y al poco tiempo los médicos volvieron al antiguo sistema hipocrático de la observación clínica, defendido con entusiasmo por Thomas Sydenham (1624-1689), llamado, con razón, el Hipócrates inglés.

A pesar de los notables logros que se obtuvieron durante este siglo, siguieron apareciendo numerosas prácticas extrañas. Muchos creían en las curas magnéticas de Greatrake, la medicina astrológica de Culpeper y el polvo fantástico de Digby, que decía que curaba las heridas colocando el polvo sobre las armas que las habían ocasionado. Se creía también que la escrofulosis se curaba si un rey tocaba la herida.

La búsqueda de un sistema global prosiguió durante el siglo XVIII. Algunos consideraban que el cuerpo era una máquina hidráulica; para otros, la causa de la enfermedad era una «fuerza nerviosa», mientras otros la atribuían a una falta o un exceso de estimulación. Sin embargo, los principales métodos terapéuticos de este siglo siguieron siendo las abundantes sangrías, grandes dosis de drogas tóxicas, la inducción del vómito y las purgas. De todos modos, también si hicieron innegables progresos.

Se identificaron muchas enfermedades nuevas, como la difteria, la fiebre tifoidea y la pelagra. A los setenta y nueve años, con la publicación de su obra *De sedibus et causis morborum*, Giovanni Morgagni (1682-1771) estableció las bases de la patología moderna. El énfasis de la explicación de la enfermedad pasó de la deliberación sobre el estado general y los humores al estudio de los cambios localizados en los órganos.

Uno de los principales científicos médicos de la época fue Lazaro Spallanzani (1729-1799), que se tragó un paquete de comida sujeto con una cuerda larga, y cada poco tiempo tiraba de la cuerda para extraer la comida del estómago y estudiarla cuidadosamente. Practicó este método de forma constante: no durante días, ¡sino durante muchos años! Spallanzani también practicó la inseminación artificial en animales y aclaró la cuestión de la respiración de los tejidos.

La viruela causaba grandes mortandades, sobre todo entre los niños. Durante este siglo, Edward Jenner (1749-1823) hizo las primeras demostraciones de la vacuna antivariólica, un método que hacía siglos que se practicaba en China. Mientras tanto, la nueva filosofía de la Ilustración contribuyó a acabar con algunas supersticiones, y dejó de considerarse que los enfermos mentales estaban poseídos por el demonio. Este cambio de actitud lo puso en práctica Philippe Pinel (1745-1826) cuando liberó a los locos de sus grilletes y cadenas.

Una figura controvertida fue Franz Anton Mesmer (1734-1815), que expuso una terapia que utilizaba lo que él llamaba el «magnetismo animal». Mesmer había triunfado como médico utilizando métodos ortodoxos, pero tuvo más éxito todavía cuando desarrolló su método «magnético»; entre su clientela figuraba la nobleza. En realidad, la terapia de Mesmer era muy similar al arte esotérico chino de los canales de la energía. Sin embargo, fue muy atacado (sobre todo por otros médicos, que le tenían envidia), pero no por sus prácticas, eficaces sin duda, sino por su teoría.

El mesmerismo se transformó posteriormente en el hipnotismo médico, cuyos comienzos también fueron difíciles. Mucho después, en 1829, cuando Cloquet informó a su academia médica de que había utilizado el hipnotismo como único método para anestesiarse a una paciente durante una operación en la cual le extirpó un tumor en la mama, la academia fue tan ingenua o tan ridícula como para sugerir que la paciente fingía que no sentía dolor. Cuando grandes médicos, como John Elliotson (que introdujo el estetoscopio en Gran Bretaña) y James Esdaile (que realizó más de trescientas operaciones mayores en India utilizando la hipnosis como anestesia), informaron sobre el uso eficaz del hipnotismo en la década de 1840, los acusaron de curanderos e impostores.

## **El siglo XIX**

El siglo XIX fue una época crucial en la que se alcanzaron notables logros en muchos campos, como la histología, la epidemiología, la endocrinología y la farmacología, unos logros que marcaron las pautas de la medicina clínica actual. El énfasis patológico pasó de unos órganos determinados a unos tejidos determinados, que se convirtieron en la unidad básica de la fisiología. La teoría biológica fundamental de que la célula es la unidad básica de la vida también tuvo su origen en este siglo. Esta teoría celular, junto con la patología localista, pusieron fin al humoralismo tradicional.

Los dos logros principales del siglo XIX tuvieron lugar en bacteriología y en cirugía. Aunque el primero en ver las bacterias fue Anton von Leeuwenhoek (1632-1723), en el siglo anterior, quien estableció la bacteriología como ciencia fue Louis Pasteur (1822-1895), que demostró que la fermentación era obra de unos microorganismos. Lo que aumentó la grandeza de Pasteur fue el hecho de que no era médico de profesión, sino un químico que logró establecer una tendencia sin precedentes en cuestiones médicas, en medio del tradicional escepticismo conservador.

La grandeza de Ignaz Semmelweis (1818-1865), no obstante, fue trágica, aunque su descubrimiento fue igualmente significativo. Uno de los mayores peligros que rondaban las mesas de operaciones en esa época no eran las deficiencias técnicas de la operación en sí, sino el gran riesgo de sufrir una infección. Es triste reflexionar que la cirugía antigua, como se demuestra en el capítulo anterior, era mucho más segura que la del siglo XIX. A Semmelweis le preocupaba el elevado índice de mortalidad que había en la clínica de ginecología de la Universidad de Viena y, tras un estudio cuidadoso, llegó a la conclusión de que la causa principal eran las manos contaminadas de los médicos y los estudiantes de medicina que salían de la sala de disección. Su recomendación de que siempre se lavaran las manos con una solución de cloro redujo considerablemente la mortalidad. Semmelweis trató de difundir su descubrimiento salvador, pero no le hicieron ningún caso. Mientras tanto, miles de personas morían innecesariamente por un conservadurismo pertinaz. En sus esfuerzos desesperados y airados por salvar vidas, Semmelweis encontró tanta oposición hostil que se burlaba de él y lo ridiculizaba que se volvió loco y murió a una edad relativamente temprana en un centro para enfermos mentales.

Pero la verdad y el bien siempre han triunfado. Sorprendido por la gran diferencia del índice de mortalidad entre las fracturas simples y las abiertas, Joseph Lister (1827-1912) protegía las heridas en estas últimas con ácido fénico. Este principio de la antisepsia pronto se extendió a todos los campos de la cirugía. Al conocer la tragedia de la heroica lucha de Semmelweis, el gran Lister tuvo la generosidad de concederle el honor de ser el fundador de la asepsia.

No obstante, tanta generosidad altruista no fue la característica más destacada de los fundadores de la anestesia occidental. Hubo amargas controversias acerca de quién fue realmente su fundador. El papel del éter en cirugía se confirmó en una famosa operación experimental que se llevó a cabo en el Hospital General de Massachussetts en 1846. Al año siguiente se introdujo el cloroformo, aunque en realidad los cirujanos habían utilizado la anestesia con éxito en la antigüedad.

Con la eficaz aplicación de la asepsia y la anestesia, la cirugía siguió avanzando. Algunas partes del cuerpo que antes se consideraban prohibidas porque implicaban grandes riesgos, como el abdomen, la cabeza y la columna vertebral (a pesar de que los antiguos los operaban con éxito), quedaron al alcance de los cirujanos. En poco tiempo, comenzaron a practicarse operaciones de vesícula, apéndice, riñones y ovarios, y se operaban tumores cerebrales y la médula espinal.

Aparecieron muchas especialidades nuevas, como la pediatría, la obstetricia, la ginecología, la ortopedia y la oftalmología. La neurología se convirtió en una especialidad aparte. Posteriormente, como muchas enfermedades mentales bastante difundidas no presentaban síntomas anatómicos ni fisiológicos, la psiquiatría se estableció como una ciencia independiente. El psiquiatra que defendió el psicoanálisis fue Sigmund Freud (1856-1939); para él, la represión sexual era el tema central de la psicopatología. Sin embargo, en la actualidad se cuestionan la eficacia e incluso la validez de los métodos freudianos, y muchos psicoterapeutas actuales prefieren los métodos conductistas o humanísticos.

Se ha avanzado mucho también en temas de salud pública y medicina preventiva, sobre todo después de que asolaran Europa las epidemias de cólera, malaria y tuberculosis, que no perdonaron a ricos ni a pobres. El principal impulsor de los nuevos movimientos sanitarios contrarios al hacinamiento de la población en las viviendas, el mal sistema de tratamiento de las aguas residuales, la contaminación del agua, así como contra el trabajo infantil, no fue un médico sino un abogado, Edwin Chadwick (1800-1890), y es probable que se salvaran más vidas con sus propuestas sanitarias que con la medicina de todos los médicos de su época juntos. El cuidado de los enfermos, que antes se encomendaba a monjas compasivas o a ayudantes sin instrucción, se convirtió en una actividad sistemática y respetable gracias al admirable esfuerzo de Florence Nightingale (1823-1910).

## El siglo XX

En el siglo XX se aprecian cinco grandes tendencias, a saber; la quimioterapia, la inmunología, la endocrinología, la nutrición y la geriatría. La quimioterapia, es decir, la aplicación de drogas químicas específicas para el tratamiento de enfermedades conocidas es, tal vez, el avance médico más importante de este siglo. La inauguró Paul Ehrlich (1854-1915) cuando encontró un compuesto químico para tratar la sífilis. Poco después se descubrieron la sulfonamida, la penicilina, la estreptomina y otros antibióticos.

Mientras la quimioterapia brinda curas efectivas para numerosas enfermedades, la inmunología ayuda a impedir que se produzcan. Después del descubrimiento de los virus en la década de 1930, el alcance de la inmunología se extendió a numerosas enfermedades virales, como la fiebre amarilla, la gripe y la poliomielitis.

El logro más significativo en endocrinología fue el descubrimiento de la insulina en 1921, que brindó nuevas esperanzas a los enfermos de diabetes. Ya en 1902, Ernest Starling (1866-1927) descubrió las secreciones internas de las glándulas endocrinas. A estas secreciones las llamó «hormonas» y, según su teoría, regulaban la actividad fisiológica de nuestro cuerpo; esta teoría revivió la patología humoral, que fue sustituida por la patología localista en el siglo anterior.

La medicina avanzaba a pasos agigantados y en el siglo XX su finalidad principal pasó de salvar vidas a procurar un buen estado físico. Por consiguiente, la nutrición adquirió una importancia sin precedentes. En el siglo XIX tuvo lugar un avance claro cuando Justus von Liebig (1803-1873) clasificó los alimentos básicos en proteínas, grasas e hidratos de carbono. Un avance notable del siglo XX fue el descubrimiento de las vitaminas, que contribuyeron a resolver los problemas previos de las enfermedades causadas por su insuficiencia, como el raquitismo, el escorbuto y el beriberi.

Durante este siglo se utilizó por primera vez el término «geriatría», aunque desde la Antigüedad se practicaba la medicina de la vejez. Los dos ámbitos principales de la geriatría son las enfermedades cardiovasculares y el cáncer, las dos causas esenciales de muerte en Occidente hoy día, incluso por encima de los accidentes automovilísticos.

Todavía no se conoce del todo la causa del cáncer, y los tres métodos terapéuticos habituales siguen siendo la quimioterapia, la cirugía y la radioterapia. En la actualidad se llevan a cabo muchos trabajos de investigación sobre el cáncer, y podemos estar seguros de que muy pronto el hombre eliminará esta enfermedad asesina, como ha ocurrido con otras antes que ella, como la tuberculosis, el cólera y la difteria.

En realidad, se han curado muchos casos de cáncer por medios poco ortodoxos, como la meditación y el curanderismo, tanto en Occidente como en Oriente. Yo mismo he ayudado a muchos pacientes a librarse de su cáncer mediante la práctica del chi-kung, el antiguo arte chino del desarrollo de la energía, que tiene un valor terapéutico tremendo.

Si bien las enfermedades cardiovasculares han ocasionado muchos problemas en los círculos médicos occidentales, los métodos tanto preventivos como curativos de estas enfermedades se han aplicado con éxito durante mucho tiempo en China a través del chi-kung. Tanto el «juego de los cinco animales» de Hua Tuo como los «ocho ejercicios de brocado o las ocho joyas» de los ermitaños taoístas, las artes pugilísticas del kungfú de Shaolin y la calistenia del tai chi chuan tienen efectos beneficiosos para prevenir o curar las enfermedades cardiovasculares. Dichos logros no sólo están documentados en los textos clásicos chinos, también se conocen las experiencias reales de muchas personas que padecen enfermedades cardiovasculares y aprenden chi-kung conmigo.

La creciente insatisfacción con la forma en que la medicina convencional trata las dolencias cardiovasculares y muchas otras hace que numerosos occidentales busquen terapias alternativas, como la naturopatía, la homeopatía, la acupuntura, la quiropraxia, el shiatsu, la reflexología y la fitoterapia. Algunas de estas terapias alternativas, como la acupuntura y la fitoterapia, en

realidad forman parte de la medicina convencional en muchas sociedades de Oriente, donde se practican con éxito desde hace siglos. Andrew Stanway, un médico que es además escritor, expresa el problema de forma sucinta: «Siempre hemos querido formas alternativas de terapia médica a las que teníamos a nuestro alcance, pero parece que hoy en Occidente la necesidad es mayor que nunca [...] aunque prácticamente hemos erradicado las enfermedades infecciosas de la infancia y la edad adulta, no hemos conseguido prevenir los procesos degenerativos ni los tumores malignos, las enfermedades más comunes en la edad adulta y la ancianidad».<sup>3</sup>

Evidentemente, estas declaraciones se hacen de buena fe, y ningún médico convencional debe sentirse menospreciado. No se puede negar que la medicina occidental convencional ha contribuido muchísimo al bienestar de la humanidad en el mundo entero. Por otra parte, las terapias alternativas tienen mucho que ofrecer, sin duda, y burlarse de ellas antes de realizar una investigación seria, sobre todo cuando su eficacia es tan evidente, es una señal clara de inseguridad.

Afortunadamente, ahora hay muchas personas en Occidente que son partidarias de la medicina alternativa o complementaria. Dice Fulder que, según una encuesta de opinión realizada en 1985, el 78 por ciento de la población británica quería que los médicos alternativos estuvieran autorizados por el estado. La tendencia es incluso más pronunciada en otros países europeos. «Según una encuesta realizada entre los médicos de medicina general en el condado de Avon, nada menos que tres cuartas partes de ellos enviaban pacientes suyos a terapeutas. Más de la mitad de los ciento cuarenta y cinco médicos querían que la medicina alternativa fuera costeadada por la Seguridad Social, y más de la mitad opinaba que la acupuntura y la hipnosis eran útiles o muy útiles. ¿Por qué los médicos de cabecera están haciendo ahora, masivamente, algo que habría sido impensable hace quince años? ¿Qué les ha hecho cambiar de opinión? La respuesta, según el estudio de Avon, y según publicó The Times el 13 de marzo de 1985, es sencilla: los propios médicos reciben tratamiento de médicos alternativos y están satisfechos.»<sup>4</sup>

Recientemente, ha aparecido la amenaza aterradora del sida, o el síndrome de inmunodeficiencia adquirida, que en la actualidad es incurable y fatal. Pero la investigación nos ha dado algún atisbo de esperanza. Esa expectativa de combatir y, en última instancia, de vencer el sida aumentará en buena manera si también contemplamos de forma sistemática la posibilidad de la curación dentro de la medicina alternativa. En teoría, el chi-kung es un medio eficaz para contrarrestar el sida porque, al ser un arte que desarrolla nuestra energía intrínseca, es excelente para aumentar la inmunidad. En este sentido, conviene tener en cuenta que muchos grandes descubrimientos, tanto en medicina como en otros ámbitos, comenzaron en un plano teórico.

La historia de la medicina es larga e interesante, y nos permite observar la evolución que han tenido a lo largo de los siglos los conceptos de remedio y enfermedad. La próxima vez que el facultativo nos recete un comprimido o algún método terapéutico, sabremos que representa varios miles de años de conceptos y experimentos médicos.

Pero lo más importante es que la historia nos muestra el esfuerzo infatigable de grandes hombres y mujeres, médicos o no, cuyo valor y devoción no sólo nos libran de muchas enfermedades mortales, sino que también hacen que vivamos más sanos y durante más tiempo. Debemos estarles agradecidos, y la fuerza moral que nos brinda su grandeza debe servirnos de inspiración para emularlos, para seguir construyendo sobre los inestimables cimientos que nos han legado, para que también nosotros podamos dejar a nuestros hijos un mundo más sano y más luminoso. Con esta inspiración escribo este libro, para compartir el valioso conocimiento médico que se practica en China desde hace milenios, con la esperanza de que grandes hombres y mujeres sigan investigando a partir de este conocimiento. Con que uno solo de los numerosos datos médicos que contiene el libro resulte beneficioso para la humanidad, el tiempo y el esfuerzo dedicados a este intento sincero se verán plenamente recompensados.

3. Doctor Andrew Stanway, *Alternative Medicine*, Ridby Ltd., Adelaida, 1979, pp. 9-10.

4. Stephen Fulder. *The Handbook of Complementary Medicine*, Coronet Books, Londres, 1989, p. 16.

# 3

## De la acupuntura a Bodhidharma

### La historia de la medicina china hasta la dinastía Tang

*El sistema de curación cuyos principios teóricos transfirieron los conceptos sociopolíticos del confucionismo a la esfera médica se basaba en una doctrina sincrética influida, como ya se ha indicado, por conceptos de la medicina demoníaca, las teorías del yin y el yang y las cinco frases, la magia homeopática, los conceptos de las influencias de la materia más fina como base de la vida, así como por los elementos estructurales relacionados con la unificación del imperio.*

PROFESOR PAUL ULRICH, *La medicina en China*, 1985

### El sistema médico que más ha perdurado en el mundo con éxito

Debido a numerosos factores, como las diferencias filosóficas, culturales y lingüísticas, y también a la distorsión semántica derivada de la lectura de traducciones de los textos originales, es fácil que los occidentales malentiendan los principios y la práctica de la medicina china. Stephan Palos, que ha estudiado el tema con mayor profundidad, afirma lo siguiente:

Todo el mundo conoce los logros de la cultura china antigua [...] La gran experiencia en el arte de la curación, acumulada a lo largo de miles de años, le ha permitido obtener resultados notables también en ese campo, y la ciencia médica moderna reconoce cada vez más su importancia. [...] Hasta la última década, no se habían conseguido textos médicos modernos escritos en chino [...] con frecuencia existen grandes discrepancias entre las fuentes chinas y las occidentales. Los libros occidentales a menudo contienen deducciones u opiniones personales que suelen representar una revalorización más que una interpretación, del arte tradicional chino de la curación.<sup>5</sup>

Una forma razonable de conocer la medicina china y, espero, de obtener de ella algunos beneficios, consiste en consultar a los propios maestros chinos, sobre todo a los que son capaces de explicar los conceptos médicos utilizando un vocabulario y unas imágenes que los lectores occidentales puedan comprender fácilmente. Este libro pretende ser un modesto esfuerzo en tal sentido.

Conviene recordar al lector que no conozca la materia y que considere que la medicina china es curanderismo supersticioso que, si bien el sistema médico chino no es el más antiguo, sí que es el que más ha durado, sin interrupciones, y que durante milenios ha servido a la población más numerosa del mundo, que ha disfrutado de un nivel de civilización muy elevado. Al leer su historia, en este capítulo y el siguiente, el lector verá que los chinos curaron las enfermedades contagiosas mucho antes que en Occidente se descubrieran los antibióticos, que llevaron a cabo

5. Stephan Palos, *The Chinese Art of Healing*, Bantam Books, Nueva York, 1971, pp. x-xi.

con eficacia grandes operaciones quirúrgicas antes de que gran parte de Europa y la totalidad de América y Australia figuraran en el mapa, y que trataron con éxito las enfermedades psiquiátricas mucho antes de que los occidentales pensaran que las provocaban los espíritus malignos. También verá que muchos descubrimientos médicos acogidos en Occidente como notables avances ya se conocían en China, a menudo unos cuantos siglos antes.

Desde luego, al mencionar todo esto no pretendo crear ninguna controversia con la medicina occidental convencional. Es posible que muchas personas, incluso en la propia profesión médica convencional, hayan manifestado su insatisfacción con ciertos aspectos de la medicina occidental, como su enfoque tan reduccionista y su incapacidad para hacer frente a las enfermedades degenerativas, pero, que yo sepa, ni un sólo médico chino ni ningún terapeuta alternativo se ha burlado nunca de la medicina convencional, porque todos aprecian su valor.

También cabe destacar que, a lo largo de su larga historia, la medicina china se ha distinguido por estar al margen del control de una clase sacerdotal. Muchos chinos han buscado la ayuda de la divinidad en cuestiones médicas (y lo siguen haciendo), pero esta práctica pertenece al terreno de la religión y el misticismo más que al de la medicina china. De hecho, si dijéramos que la medicina china era supersticiosa porque en la antigua dinastía Shang (siglos XVIII al XII AEC) la gente consultaba a los oráculos acerca de sus enfermedades, lo mismo y más se podía decir de la medicina occidental, cuyos métodos terapéuticos habituales, durante la Edad Media, comprendían las oraciones, el arrepentimiento y la invocación o, en el mejor de los casos, las sangrías y las ventosas para eliminar la sangre mala, incluso hasta el siglo XIX.

Hemos de tener cuidado si calificamos de supersticiosos a los antiguos chinos, o a los antiguos egipcios, mesopotámicos, indios, griegos o romanos, porque bien podría ser que los ignorantes resultáramos ser nosotros, ya que los últimos descubrimientos en física, psicología y otras ciencias sugieren que la adivinación y otras prácticas metafísicas de estos pueblos antiguos en realidad eran medios para acceder a niveles más profundos de sabiduría intuitiva. Deberíamos recordar que esas personas de la antigüedad que consultaban oráculos no solían ser personas comunes, sino los poderosos, como generales y emperadores, que siempre estaban asesorados por los hombres más sabios de su tiempo.

Otra característica única de la historia de la medicina china es la coherencia de su concepción fundamental a lo largo de los siglos. Aunque parezca sorprendente, no se han producido cambios drásticos ni revolucionarios en los aspectos filosóficos, patológicos ni terapéuticos de la medicina china desde la antigüedad hasta ahora. Mientras que las nociones de las enfermedades causadas por microorganismos y de la quimioterapia que están vigentes en este siglo son completamente diferentes de las nociones de los humores y de las sangrías y las ventosas de la fase primitiva de la medicina occidental, los principios del yin y el yang y de los distintos métodos terapéuticos de los chinos se aplican en la actualidad de una forma muy similar a la de antaño. Pero esto no significa que la medicina china no haya progresado, ni que su concepción de la enfermedad esté estancada. Por el contrario, el progreso médico y la evolución conceptual han sido notables, y muchos descubrimientos y teorías están muy adelantados con respecto a Occidente.

## **La medicina prehistórica**

La historia de la medicina china es la más extensa del mundo, sin interrupciones. Se sabe que hace por lo menos quinientos mil años vivían hombres en el valle del Huang He, el río Amarillo, en China, y lo han seguido haciendo, de forma continuada, hasta el día de hoy. En cuanto apareció el hombre, surgió la medicina. En China, la medicina prehistórica tenía un nivel increíblemente elevado, porque los primeros chinos no sólo establecieron una amplia tradición de plantas curativas, sino que alcanzaron grandes logros en cirugía y acupuntura. No sirve de consuelo pensar que hasta la edad moderna, muchos miles de años después de que su aplicación en China

diera excelentes resultados, el mundo occidental en general no ha valorado la eficacia de la acupuntura.

Los descubrimientos arqueológicos realizados en China revelan gran cantidad de agujas de bambú y de piedra, confeccionadas por expertos, que se utilizaban en acupuntura, lo cual demuestra lo difundida que estaba esta práctica durante la época prehistórica. Otro aspecto especial y muy eficaz de la medicina china que practicaban los chinos prehistóricos era la terapia de chi-kung, que consiste en utilizar el *chi*, o bio-energía, para curar enfermedades. Aunque el chi-kung sigue siendo, en comparación, relativamente desconocido en Occidente, por paradójico que parezca, es probable que sea el mejor aspecto de la medicina china actual para ayudar a los occidentales a resolver muchos de sus problemas de salud.

Hay quien cree que los dos primeros emperadores de la prehistoria china, Shen Nong y Huang Di (o Hwang Ti), fueron los fundadores de la medicina china, y a menudo se les atribuye, respectivamente, la autoría de los primeros textos sobre farmacología y medicina: el *Ben Cao Jing* [Gran clásico de las plantas medicinales] y el *Nei Jing* [Clásico interno de medicina del Emperador Amarillo]. En realidad, estos nombres no son más que la personificación del esfuerzo colectivo de toda la sociedad prehistórica.

## Las dinastías Xia y Shang

El comienzo del período dinástico en China, con las dinastías Xia (2205-1765 AEC) y Shang (1764-1121 AEC), marcó el comienzo de la historia china escrita. Lo sobrenatural proliferó en este período, y también la medicina se entremezcló con los patrones sobrenaturales de la época. Pero es importante destacar que la medicina china, desde sus inicios y a lo largo de toda su historia, es racional y científica, y que este breve período aislado de influencia sobrenatural, que tuvo lugar durante el período Shang, fue consecuencia del entorno y no de sus principios médicos intrínsecos. A pesar de esto, el conocimiento médico durante el período Shang tuvo un nivel increíblemente elevado.

Por entonces, la escritura Shang había evolucionado mucho, y su vocabulario demostraba que los chinos conocían ya los microorganismos de la sangre y los parásitos de los intestinos. Por ejemplo, el vocablo Shang 𠄎 (conocido así en chino moderno) significa «microorganismos en la sangre». Mil años antes de la aparición del microscopio, no cabe duda de que semejante descubrimiento resulta asombroso.

Los chinos primitivos tenían un nivel elevado de higiene personal y salud pública. La palabra 𠄎 (en chino moderno) que representa a una persona bañándose en una bañera, significa «darse un baño», y también 𠄎 ( ), que quiere decir «pocilga» o «corral», demuestra que ya sabían que había que usar un recinto aparte de la vivienda para criar a los animales.

## La época clásica de la dinastía Zhou

La dinastía siguiente, la Zhou (1027-256 AEC), conocida a menudo como la era clásica, fue testigo de la aparición de numerosas escuelas de pensamiento, que incluyen la filosofía del yin y el yang y los cinco principios elementales. Se incorporaron a la medicina china muchos términos filosóficos para representar ciertos conceptos médicos. Gracias al perfeccionamiento del calendario lunar, los médicos chinos pudieron asociar ciertas enfermedades con determinadas estaciones; además, designaron seis condiciones climáticas (frío, calor, viento, lluvia, humedad y sol) como causas naturales de las enfermedades.

La higiene personal y la salud pública mantuvieron un nivel elevado durante la dinastía Zhou. En *Los ritos del Zhou* se mencionaban varios métodos para acabar con las plagas, y en el *Libro de los ritos* se recomendaba bañarse a menudo, lavarse las manos antes de comer y se prohibía escupir en el suelo. Este libro registra, asimismo, muchos siglos antes que en Occidente, la clasificación de los médicos de la época en cuatro grupos: médicos generales, cirujanos, dietistas y veterinarios.

En este período aparecieron los dos clásicos más antiguos y más venerados de la medicina china: el *Huang Di Nei Jing* [Clásico interno de medicina del Emperador Amarillo] y el *Shen Nong Ben Cao Jing* [Gran clásico de las plantas medicinales de Shen Nong]. En realidad, estos libros no fueron escritos por individuos, se trata de recopilaciones de todo el conocimiento médico previo, reunido por infinidad de seres anónimos desde el comienzo de la existencia humana en China. En sus ediciones revisadas actuales, estos dos clásicos contienen, además, los logros médicos alcanzados en períodos Qin y Han posteriores.

El *Clásico interno de medicina* abarca todos los aspectos de la medicina china, desde la filosofía médica y la ecología, hasta los principios terapéuticos y la acupuntura. Por lo tanto, a mi entender, es erróneo traducir el *Nei Jing* como el *Clásico de medicina interna*, como se suele hacer, porque la medicina interna es apenas una parte de esta obra tan amplia.

Llama la atención que este *Clásico interno* registrara muchos datos médicos que Occidente sólo descubrió bastante tiempo después. Un ejemplo notable es la descripción de la circulación sanguínea en el cuerpo humano como un circuito interminable, descubrimiento que tuvo lugar por lo menos dos mil quinientos años antes de William Harvey. El *Clásico interno* es más explícito todavía, ya que describe dos tipos diferentes de sangre: la sangre yin, de color oscuro, y la sangre yang, de color claro. Otro adelanto notable con respecto a Occidente es la implicación de los nervios autónomos en el origen de la enfermedad, que se expresa en el equilibrio del yin y el yang; este principio ayuda a los terapeutas chinos a curar muchas de las enfermedades degenerativas, consideradas incurables.

El *Gran clásico de las plantas medicinales*, que explicaba los fundamentos de la farmacología china y es, probablemente, la farmacopea más antigua del mundo, se ha venido revisando y utilizando de forma permanente hasta la actualidad. Describe en detalle 365 drogas naturales, clasificadas en tres categorías: una superior, que incluye ciento veinte drogas de naturaleza primitiva; una intermedia, con ciento veinte drogas con un valor terapéutico general, y una categoría inferior, que comprende ciento veinticinco de naturaleza antitóxica y antibiótica. El clásico analiza también las cuatro clases, los cinco sabores y los siete grupos de drogas medicinales, e incluye valiosos consejos sobre la forma de obtener, preparar y conservar las drogas. Recomienda ciento setenta tipos de remedios para enfermedades, incluidas las propias de la medicina interna, la ginecología, la cirugía, la oftalmología y la otología, y en la actualidad la ciencia encuentra válidos sus valores terapéuticos.

Uno de los principales médicos de este período fue Bian Que (o Pien Chueh), que vivió en el siglo V AEC y es probable que fuera contemporáneo de Hipócrates. Destacó en muchos ámbitos, como la teoría de los pulsos, la fitoterapia, la acupuntura y la terapia de masaje. Un día, al pasar por el estado de Fu, sanó al príncipe moribundo de una extraña enfermedad. La gente, sorprendida, pensó que Bian Que era un santo y que tenía poderes mágicos, pero el modesto médico explicó con énfasis que lo que curó al príncipe fue la medicina racional. Su gran obra, *Los ochenta y un tópicos difíciles de Huang Ti*, es un tratado sobre el diagnóstico, la anatomía y la acupuntura.

Otra obra destacada de este período fue el *Clásico del elixir*, de Wei Po Yang, un ermitaño taoísta. Aunque por fuera parece un libro de alquimia, en realidad es un texto secreto, escrito en un lenguaje simbólico, sobre el chi-kung para la salud y la longevidad. Los taoístas hicieron grandes aportaciones a la medicina preventiva, que para los chinos ha sido siempre superior a la curativa.

## La edad de oro de las dinastías Han y Tang

Durante el período Han (202 AEC al 221 EC) y el Tang (618-906) la medicina china alcanzó su edad de oro, como anunciaron dos médicos destacados: Hua Tuo y Zhang Zhong Jing, contemporáneos de Galeno.

Hua Tuo (c. 208-118 AEC) fue, probablemente, la primera persona que se sabe que utilizó la anestesia en cirugía, nada menos que unos dos mil años antes que Occidente. Se lo suele representar en una pintura raspando el omóplato de Guan Yu, un famoso guerrero chino al que posteriormente se adoró como el dios de la guerra, para quitarle la carne infectada a causa de una flecha envenenada, mientras Guay Yu jugaba al ajedrez con un amigo. La pintura pretende representar el valor y la estoica resistencia del guerrero, pero quien haya experimentado siquiera un ligero corte sabrá lo doloroso que es. Ahora sabemos que la verdad reside en el eficaz uso de la anestesia por parte de Hua Tuo. En la *Crónica del Han tardío* consta que Hua Tuo también practicaba con éxito operaciones de abdomen.

Hua Tuo fue un médico ejemplar. El señor de Wei, Cao Cao, le ofreció oro en abundancia para que fuera su médico personal en la corte, pero él se negó para poder servir a la gente común. Más adelante, cuando oyó hablar de los extraños dolores de cabeza de Cao Cao, se ofreció a atenderlo sin cobrar nada. Hua Tuo, cuyas ideas y logros fueron avanzados para su época, sugirió la cirugía craneal, pero Cao, suspicaz, pensando que Hua Tuo quería perjudicarlo, envió al gran médico a prisión.

Hua Tuo destacó también la importancia incuestionable de la medicina preventiva y la ciencia de la salud. Ideó un sistema de ejercicios de chi-kung llamado el «juego de los cinco animales», que expresa el movimiento y el espíritu del tigre, el ciervo, el oso, el mono y el pájaro. Los discípulos que practicaban estos ejercicios a diario no sólo vivieron hasta los noventa años, sino que conservaron una dentadura fuerte y los sentidos despiertos hasta una edad muy avanzada.

Zhang Zhong Jing (150-219 EC), conocido a veces en Occidente como el Hipócrates oriental, insistió en que al enfermedad se debía a causas naturales, no sobrenaturales. En su tiempo, una epidemia acabó con buena parte de la población Han. Entonces la gente recurrió a la superstición, en lugar de a la medicina racional, en un esfuerzo desesperado por combatir la enfermedad. Frente a una posición tan conservadora, Zhang Zhong Jing luchó incansablemente por salvar vidas y educar a la población en temas médicos y de higiene.

Tuvo gran influencia su otra titulada *Shang Han Za Bing Lun* [Tratados sobre fiebres y enfriamientos epidémicos], el primer libro de medicina escrito en China, basado en la aplicación real de las teorías médicas y no en especulaciones. Zhang Zhong Jing formuló los seis síndromes, partiendo del yin y el yang como principios básicos para explicar las enfermedades infecciosas. Este concepto se sigue usando todavía. También escribió otros tratados, entre los que figuran uno sobre la respiración artificial y otro sobre las enfermedades de la mujer.

Muchos occidentales a menudo se quedan perplejos ante el diagnóstico por medio del pulso. Uno de los grandes textos sobre el pulso, el *Mai Jing* [Clásico del pulso] fue escrito por Wang Shu He en el siglo III. El autor distinguía veinticuatro tipos de pulsos y explicaba su significado. Más o menos por la misma época Wang Po Yi escribió el primer libro especializado sobre acupuntura: *Los fundamentos de la acupuntura*.

También fue notable el estudio de la patología. Al finalizar el período de las seis dinastías, aproximadamente al comienzo del siglo VII, el profesor de medicina imperial Chao Yuan Feng y sus colegas editaron una obra trascendental en cincuenta volúmenes: *Patología de la enfermedad*. Esta inmensa colección analizaba la patología, los síntomas, el diagnóstico y la terapéutica de mil setecientos tipos de enfermedades distintas, que abarcaban la medicina interna, la cirugía, la ginecología, la pediatría y la medicina de los órganos de los sentidos. Señalaba que los parásitos y otros microorganismos son los responsables de las enfermedades contagiosas, que otras enfermedades no son contagiosas y que algunos trastornos de la piel se deben a determinados

déficit en la alimentación. Es increíble lo avanzados que estaban los chinos con respecto a Occidente en estos conocimientos. Pero lo más extraordinario es que la cura que recomendaban en esta obra inmensa para tratar la enfermedad no consistía en remedios a base de plantas medicinales, como era habitual, sino en ejercicios de la terapia del chi-kung.

Los chinos también fueron los primeros en elaborar una farmacopea oficial. Por encargo del gobierno Tang, un grupo de médicos, encabezado por Su Jing, editó los cincuenta y cuatro volúmenes de la *Nueva farmacopea de plantas medicinales* en el 657, más de ocho siglos antes que el *Nuovo Receptaris* florentino, la primera farmacopea occidental. Setenta años después de su publicación, llegó a Japón, donde el emperador decretó que a ningún médico se le permitiera practicar la medicina si no había estudiado esta farmacopea con detenimiento.

La cirugía alcanzó un nivel excepcional durante la dinastía Tang. *Las Fórmulas mágicas heredadas* de Gong Qing Xuan, a pesar de su nombre tan sobrenatural, ofrecían muchos métodos racionales y eficaces para remediar la gangrena y distintas enfermedades de la piel, detener hemorragias y eliminar el dolor, tratar conmociones y eliminar la toxicidad de los venenos. Es probable que sea el primer libro del mundo que trate de la cirugía como especialidad.

Otra gran obra de la dinastía Tang que los no iniciados podrían confundir fácilmente con medicina mística era la *Terapia de lesiones y fracturas según los santos*, de un sacerdote taoísta llamado Lin. Aunque mencione a los «santos», este clásico no recurría a la religión ni a lo sobrenatural, sino que trataba las lesiones y las fracturas de forma racional y científica. Destacaba el movimiento constante de las articulaciones como precaución contra la rigidez después del tratamiento, recomendaba el uso de tablillas para inmovilizar sólo cuando era estrictamente necesario e insistía en que había que lavar escrupulosamente las heridas abiertas antes de coserlas, para evitar infecciones. Todas estas medidas importantes no llegaron a Occidente hasta mucho más tarde.

La odontología y la oftalmología también se convirtieron en especialidades que obtuvieron logros destacados. Los dentistas Tang ya obtenían resultados notables en la extracción y el empaste dentario. En oftalmología, impresiona saber que hace más de mil años los chinos ya llevaban a cabo operaciones en los ojos para extraer el exceso de líquido.

Para mantener el alto nivel de la medicina, el gobierno Tang estableció la Escuela Imperial de Medicina, doscientos años antes de la creación de la primera escuela de medicina de Occidente, en Salerno. Había tres facultades principales con cátedras profesionales: medicina interna, acupuntura y cirugía (que incluía la terapia de masaje). También se establecieron escuelas en las provincias, siguiendo el mismo modelo. Sin embargo, la forma habitual de formación y enseñanza de la medicina siguió siendo el antiguo sistema del maestro y el discípulo.

Durante las dinastías Han y Tang, la medicina china se extendió a otros países a gran escala. La influencia médica china en Japón había sido permanente y significativa. Los emperadores japoneses enviaban a sus médicos reales a estudiar a China, mientras que muchos médicos chinos también iban a Japón a enseñar. Un ejemplo notable fue el monje budista Jian Zhen que no sólo enseñaba medicina china, sino que también difundió el budismo en Japón. Actualmente se conserva una estatua suya de madera en el Museo de Tokio, como un tesoro nacional.

También fue significativa la difusión de la medicina china en Corea del Norte y en Vietnam. Los principales clásicos médicos chinos, como el *Clásico interno*, el *Gran clásico de las plantas medicinales* y *Los fundamentos de la acupuntura*, eran textos indispensables y reconocidos oficialmente en Corea del Norte. En Vietnam, un destacado médico chino llamado Shen Guang Xun utilizó los métodos terapéuticos chinos para curar a infinidad de vietnamitas de una enfermedad respiratoria crónica. La medicina china llegó incluso a India y al imperio árabe. En la India se adoptó parte de la materia médica china, como el *dang gui* (*Radix angelicae sinensis*), el *fu ling* (*Poria cocos*), el *wu tou* (*Radix aconiti*), el *ma huang* (*Herba ephedrae*) y el *xi xin* (*Herba asari*). Los árabes aprovecharon muchos conocimientos de los chinos, como la teoría de

los pulsos, la alquimia y también su materia médica, y posteriormente difundieron la alquimia en Europa, en el siglo VIII.

Por su parte, los chinos también aprendieron mucho de otros países. De Corea del Norte adquirieron muchas plantas medicinales, como el *wu wei zi* (*Fructus schisandrae*), el *ting hu su* (*Corydalis*), el *kun bu* (*Thallus laminariae seu eckloniae*) y el *wu yi* (*Macrocarpa*); de Vietnam, el *ding xiang* (*Flos syzygii aromatici*), el *chen xiang* (*Lignum aquilariae resinatum*) y el *su he xiang* (*Resina liquidambaris Orientalis*), y del imperio árabe el *mo yao* (*Resina commiphorae myrrhae*), el *ru xiang* (*Resina pistacia*) y el *xue jie* (*Resina draconis*). La aportación india a China estuvo muy relacionada con el budismo, y la influencia india en oftalmología también fue sustancial.

En 527, un patriarca indio, el venerable Bodhidharma, fue a China a enseñar el budismo. En el famoso monasterio de Shaolin creó un sistema de ejercicios conocido como las «dieciocho manos de Lohan», que posteriormente evolucionó hasta convertirse en el kungfú de Shaolin, una práctica de artes marciales muy apreciada. Bodhidharma también introdujo la Escuela de Meditación del Budismo, o budismo Chan, que posteriormente se difundió en Japón y en el mundo entero como budismo Zen. La meditación budista ha contribuido mucho a la medicina preventiva, así como también a numerosos sistemas de curación alternativos, que han ayudado a curar distintas enfermedades consideradas incurables por la medicina occidental convencional.

Por consiguiente, la medicina china tiene una historia de notables logros. Aprendió y se benefició de otros sistemas médicos y tuvo influencia no sólo en la vecina Corea y en Japón, sino hasta en las lejanas tierras árabes y en Europa. ¿Por qué, entonces, la medicina china es relativamente poco conocida en el siglo XXI? Esto se debe a que también experimentó una edad oscura, aunque breve, y ahora está en pleno renacimiento. Hablaremos de esta edad oscura y este renacimiento en el próximo capítulo, así como de otros logros notables, para poder tener cierta perspectiva histórica al estudiar sus fascinantes principios y prácticas, tan diferentes de las de la medicina occidental convencional, y que tal vez nos ofrezcan modos de pensar alternativos que nos ayuden a resolver los problemas médicos actuales.



# 4

## La inspiración y la esperanza que nos ofrecen los maestros chinos

### La medicina china desde la dinastía Song

*Los chinos se adelantaron tanto a la bioquímica moderna que antes del siglo II a. de C. ya podían aislar hormonas sexuales y pituitarias de la orina humana y usarlas con fines medicinales.*

ROBERT TEMPLE

#### Una medicina que se anticipa a Occidente

La medicina china es el sistema médico conocido por el hombre que más ha durado de forma ininterrumpida. Al final de la dinastía Tang, en el siglo X, cinco siglos antes del nacimiento de la medicina occidental, los chinos ya habían desarrollado un corpus sumamente completo de conocimientos y métodos chinos, muchos de los cuales estaban bastante más avanzados que los occidentales, como ya hemos visto en el capítulo anterior.

Durante la dos dinastías siguientes, la Song (960-1279) y la Yuan (1280-1368), continuaron los logros médicos. En 1026, Wang Wei Yi publicó su *Clásico ilustrado de la acupuntura de la estatua de bronce*, en tres volúmenes. También encargó dos estatuas de bronce del cuerpo humano, con los puntos de acupuntura perforados por expertos, de las cuales posteriormente se hicieron numerosas copias. Una de las estatuas originales se conserva en la actualidad en una cámara subterránea especial en el Museo de Tokio.

No cabe duda de que la ortopedia china es una de las mejores del mundo. En el siglo XIV, Wei Yi Lin mencionaba el uso de *man tuo luo* (*Datura alba*) y de *wu tou* (*Radix aconiti*) como anestésicos, y los traumatólogos chinos los siguen usando todavía. Él fue el primero en utilizar la suspensión en el aire como medio terapéutico para las fracturas de columna, algo que no se sugirió en Occidente hasta 1927, seiscientos años después, cuando así lo hizo Davis.

La teoría china de la patogenia se enriqueció con la incorporación de las «siete emociones» y los «seis males» como los agentes que provocan las enfermedades, que Chen Wu Ze expuso en el siglo XII. Estos conceptos demuestran que los chinos conocían con claridad la diferencia entre las causas internas, las «emociones», y las externas, los «los males», así como la enorme importancia que atribuían a los factores psicológicos y ambientales al tratar de comprender la enfermedad.

Los chinos también fueron pioneros en el mundo en cuanto a la medicina forense. La primera publicación sobre el tema de la autopsia fue la *Colección de prisioneros sospechosos*, publicada en 951. En 1247, Song Ci, un famoso funcionario encargado de investigar las causas de las muertes violentas, repentinas o sospechosas, publicó una obra monumental, *Registros de la*

*justicia en autopsia*, que fue el primer libro de texto completo sobre medicina forense del mundo, ya que apareció 348 años antes que su equivalente occidental: *De morbis veneficis*. Describía con precisión la anatomía humana, explicaba las autopsias de forma profesional y analizaba con maestría las causas de la muerte, indicando con claridad la diferencia entre homicidio y suicidio. Es increíblemente completo y profesionalmente fiable. Por ejemplo, explicaba con todo detalle que un médico forense, si examinaba con atención el color, el lugar y el aspecto de una lesión, podía determinar si la víctima había muerto como consecuencia de una acción directa del homicida y cuál había sido el agente causante, o si había muerto por otras causas posteriores que la hubieran afectado de forma indirecta.

En Japón, la versión revisada de esta obra fue muy apreciada no sólo por los médicos, sino también por los guerrero samuráis, ya que daba descripciones detalladas de varios puntos letales en el cuerpo humano. Este texto médico forense de tanto peso ha sido traducido al japonés, coreano, ruso, inglés, alemán, francés, neerlandés y otras lenguas.

Mucho antes de que la tuberculosis se convirtiera en la causa de gran cantidad de muertes en Occidente, los chinos ya habían encontrado métodos efectivos para controlar y curar esta enfermedad. El libro especializado en tuberculosis, *Diez curas maravillosas*, publicado en 1348, recomendaba diez grupos de terapias contra la tuberculosis, remedios para toser y vomitar sangre, por ejemplo, y regímenes alimenticios correctivos para aumentar la resistencia del cuerpo. Posteriormente, durante la dinastía Qing, un gran médico, Ye Tian Si, aplicó estas terapias para curar a innumerables enfermos de tuberculosis.

Resulta perturbador pensar que, si hubiera habido un mayor intercambio de conocimientos médicos entre China y Occidente, esta enfermedad espantosa, que se suele asociar con la pobreza y los barrios bajos, no seguiría ocasionando muertes en Europa ni en aquellos países asiáticos que estuvieron bajo el dominio europeo hasta principios del siglo XX. Sin embargo, justo en los inicios del siglo XXI, cuando se creía que la medicina occidental había vencido a la tuberculosis, asistimos a un rebrote de la enfermedad, y no sólo en algunos países en vías de desarrollo, sino también en países avanzados, como Estados Unidos, con una forma que parece inmune a los antibióticos convencionales. Según informes de la Organización Mundial de la Salud, ocho millones de personas al año desarrollan la tuberculosis en el mundo, de las cuales mueren tres millones. ¿Los expertos occidentales se molestarán en aprender algo de los chinos para salvar vidas? ¿O es posible que haya gente tan engreída que siga considerando que otros sistemas médicos son inferiores, a pesar de las numerosas pruebas de su eficacia?

## **Aprovechemos su experiencia**

La medicina china resulta más beneficiosa todavía en el ámbito de las enfermedades degenerativas, el principal problema médico que tiene Occidente en la actualidad. Algunos métodos terapéuticos chinos, sobre todo la terapia de chi-kung, se han aplicado con éxito a las enfermedades degenerativas durante siglos, y en este libro explicaremos sus principios y su práctica. Tanto Occidente como cualquier otro pueblo tienen el privilegio de poder decidir si quieren utilizar estos métodos, suficientemente probados, para librarse de las enfermedades degenerativas o si prefieren soportarlas con una medicación de apoyo convencional.

La ginecología y la pediatría china también alcanzaron un nivel notablemente elevado. Es posible que el libro más influyente sobre los problemas médicos de las mujeres sea la *Enciclopedia médica de la mujer* de Chen Zi Ming, publicada en 1237, que trataba de ginecología, así como de obstetricia. Entre los logros notables que se mencionan en el *Canon de Salud infantil*, publicado en 1224, figuran unas descripciones del examen de las líneas de los dedos como método de diagnóstico y las operaciones quirúrgicas que se practicaban para corregir deformaciones en los niños. En 1981, el pionero occidental en este campo, el doctor James Miller, del Hospital

Infantil de Vancouver, en Canadá, recomendó que el examen de las huellas dactilares formara parte del examen médico de rutina de todos los niños, porque la información que revela la mano puede ser decisiva para el diagnóstico de anomalías físicas y mentales.

El período Song se caracterizó también por disputas académicas entre diversas escuelas de pensamiento. Había cuatro escuelas representativas: la de los remedios fríos, la purgativa, la de la nutrición y la de la nutrición yin. Todas coincidían en la filosofía médica fundamental, pero se diferenciaban por el énfasis en los enfoques terapéuticos de la medicina interna. Cabe destacar que los médicos de una escuela no dudaban en utilizar los métodos de otra si les parecía que eran adecuados en una situación determinada. Los principios más destacados de estas escuelas antagónicas se consideran correctos según los criterios actuales, y los médicos chinos los siguen aplicando en la actualidad. Una analogía aproximada de las diferencias entre escuelas, en términos occidentales, sería el tratamiento mediante antibióticos, la naturopatía, los suplementos nutricionales y el fortalecimiento fisiológico.

Para el gobierno Song, la medicina era un aspecto esencial de sus deberes para con el pueblo. En el 1057, el gobierno estableció un Centro Imperial de Edición Médica para revisar y publicar los libros médicos anteriores y también los nuevos. En 1076 se estableció el Dispensario Imperial para facilitar la preparación y distribución de medicamentos, y posteriormente se crearon dispensarios provinciales. Las tres facultades de la Universidad de Medicina Imperial se ampliaron a trece, incluidas las de obstetricia, pediatría, ortopedia y oftalmología.

En la actualidad, quien investigue los sistemas médicos de las dinastías Song y Yuan debe de quedar impresionado por los elevados niveles «modernos» de esa época. En un tiempo en que Europa era saqueada por los bárbaros, los chinos disfrutaban de medidas sanitarias tan envidiables como el tratamiento de aguas residuales y el alcantarillado, condiciones de salubridad adecuadas y barrenderos públicos. Numerosos libros de la época dan fe de un sólido conocimiento de la salud personal. Por ejemplo, en el *Conocimiento esencial para los niños* se menciona la necesidad de cepillarse los dientes antes y después de las comidas, de lavarse las manos después de ir al lavabo y de mudarse de ropa con frecuencia para no tener piojos ni chinches. En el *Manual económico* se menciona la importancia de hacer comidas regulares, los peligros de comer en exceso o demasiado poco y la manera de evitar la contaminación del agua.

La mención de las enfermedades de las manos, frecuentes entre los mineros, de las oculares de los obreros de los hornos y las respiratorias de los picapedreros que aparecen en el libro *Conversaciones generales* demuestran su profundo conocimiento de la medicina laboral. Fue también durante la dinastía Song, a comienzos del siglo XI, cuando los chinos descubrieron la inmunización contra la viruela, un método que no llegó a Occidente hasta mucho más tarde.

Los principios médicos chinos y su práctica siguieron difundiendo hacia otros países. Desde 1103, se enviaron a Corea del Norte médicos imperiales para enseñar medicina, a petición del gobierno de aquel país. A su vez, los chinos conocieron gracias a Corea algunas plantas medicinales importantes, como el maravilloso *Panax ginseng*.

La influencia de la medicina china en el mundo árabe se podría reflejar en obras como el *Canon de medicina*, de Avicena. Durante el período Yuan, la acupuntura se extendió al mundo árabe. En sus *Viajes*, Marco Polo registró que los barcos chinos transportaban medicamentos chinos, como el *da huang* (*Radix et rhizoma rhei*), el *she xiang* (*Moschus moschiferus*) y el *rou gui* (*Cortex cinnamomi*), de la costa malabar a Adén, desde donde se transportaban a Alejandría. Los árabes, por su parte, hicieron valiosas aportaciones a la medicina china. Muchos textos médicos árabes se tradujeron al chino, enriqueciendo aún más sus conocimientos médicos.

## La época moderna

Durante el período Ming y principios del Qing (1368-1840) se publicaron numerosas obras médicas destacadas. *Las Historias de caos médicos* (1549), el libro más antiguo de este tipo, era una revisión de dos mil años de curación y prevención de enfermedades, desde la dinastía Han hasta la Yuan. *La Enciclopedia de medicina antigua y moderna* (1556), en cinco volúmenes, describía los conceptos y las prácticas de las principales escuelas médicas. *El Clásico de la cirugía*, de Chen Shi Gong, en 1617, mencionaba todos los métodos quirúrgicos efectivos desde la dinastía Tang hasta la Ming.

La sífilis, antes desconocida en China, llegó a través de Cantón con los extranjeros. En *Los registros secretos de la sífilis*, el primer libro especializado sobre este tema que se publicó en chino, Chen Si Cheng describía las diversas etapas de la enfermedad y recomendaba la aplicación de drogas como el *pi shuang* (arsénico), el *qing fen* (calomelanos) y el *shui yin* (mercurio). En oftalmología, Chuan Ren Yu registró ciento nueve enfermedades oculares en su completa *Enciclopedia de oftalmología*. En laringología, se explicaron los aspectos fisiológicos, patológicos y de diagnóstico de las enfermedades de la laringe, como la difteria, y se registraron numerosos remedios efectivos, como la acupuntura y las operaciones quirúrgicas.

El mayor logro médico de la dinastía Ming es, sin duda, la *Gran farmacopea*, de Li Shi Zhen (1518-1593). Para compilar esta obra monumental, Li Shi Zhen revisó más de ochocientos trabajos sobre el tema y viajó a muchos lugares donde crecían las plantas medicinales para poder estudiar su hábitat y sus propiedades más de cerca. Entrevistó a infinidad de personas, entre ellas a las que recogían las plantas, a agricultores, pescadores y labradores, que llegaron a ser sus amigos y maestros. En total, tardó veintisiete años, durante los cuales volvió a escribir todo el libro tres veces, hasta que finalmente, en 1578, publicó el mejor trabajo sobre farmacología china, y puede que sobre la farmacología en general.

En esta obra maestra de cincuenta y dos volúmenes se describen en detalle 1.892 tipos diferentes de materia médica, con más de mil ilustraciones y más de diez mil prescripciones o recetas médicas. Para cada materia médica, explica con maestría su aspecto, hábitat, propiedades, recolección, preparación, conservación, valores terapéuticos, posibles consecuencias y las prescripciones médicas correspondientes. Ha sido traducida al japonés, coreano, alemán, francés, inglés y muchas otras lenguas. Sin duda, Li Shi Zhen fue uno de los científicos médicos más grandes de todos los tiempos. La sinceridad con que sirvió a la humanidad, su humildad en la búsqueda de conocimiento y su perseverancia y devoción en su trabajo sirve como una fuente constante de inspiración para las generaciones posteriores.

Las fiebres se convirtieron en una especialidad durante el período Ming. Los chinos establecieron una clara distinción entre los enfriamientos y las fiebres. En sus *Recuerdos de los clásicos médicos*, Wang Fu Dui explicaba que mientras que el nombre de los enfriamientos deriva de la causa patológica de la enfermedad, el nombre de las fiebres deriva de sus síntomas. Y mientras que los enfriamientos evolucionan de lo externo o lo interno en su prognosis, las fiebres evolucionan de lo interno a lo externo.

Durante el período Ming, los chinos también exploraron más allá de sus fronteras y exportaron muchas plantas medicinales importantes, además de ideas. En el siglo XVI, muchos dispensarios ingleses vendían hojas de té chino para curar enfriamientos y fiebres. Numerosos médicos extranjeros acudieron a China para aprender medicina, y muchos libros de medicina china se llevaron a Europa para ser traducidos. Por ejemplo, los rusos enviaron médicos a China para aprender la inmunización contra la viruela. Hervien tradujo los *Secretos del pulso* en París, en 1735.

También en este período se difundió en Occidente la acupuntura china. Rhyne (1684) y Kampfer (1692) fue de los primeros que introdujeron la acupuntura en Europa, aunque la acogida inicial fue fría y despertó sospechas. Además, el conocimiento que tenían en Europa sobre

acupuntura era insuficiente, y la práctica no solía ser exacta. Sólo mucho después, gracias al decidido esfuerzo de algunos brillantes científicos médicos franceses y alemanes, y tra el regreso de Morant Saulie de China en 1929, con su conocimiento auténtico de la acupuntura, esta útil práctica médica llegó a ser un método terapéutico significativo en Occidente.

Durante la dinastía Qing, Zhao Xue Min reunió los métodos terapéuticos de los curanderos itinerantes, también llamados «doctores descalzos», y los compiló en los ocho volúmenes de las *Buenas colecciones* (1759). Debido a factores ambientales, los «doctores descalzos» solían ser analfabetos, aunque sus métodos terapéuticos, transmitidos de forma oral durante generaciones, no sólo eran eficaces sino también económicos.

La guerra del opio de 1824 marcó el oscurantismo no sólo de la historia dinástica china, sino también de la medicina china. Tras la humillante derrota infligida por la superioridad de las armas de fuego occidentales, los chinos pasaron de una política de puertas cerradas a una ciega adoración de todo lo occidental.

No obstante, se produjeron algunas obras notables, como la *Disertación sobre las fiebres*, de Wang Meng Ying (1852); el *Manual de diagnosis*, de Zhou Xue Hai (1895), y las *Historias clínicas de los médicos famosos de China*, de He Lian Chen (1927). También aparecieron muchos libros especializados sobre la peste, la disentería, el cólera y la difteria.

## El oscurantismo y el Renacimiento

Puede que la mayor ironía de la historia de la medicina china tuviera lugar en 1929 y fuera responsable de ella el gobierno del Guomindang. El Comité Central para la Salud, formado exclusivamente por médicos educados según la tradición occidental, recomendó la abolición de la medicina china para adoptar la medicina occidental. La población protestó de inmediato, con vehemencia, y una apelación encabezada por Chen Cun Ren hizo que el gobierno retirara la resolución; desde entonces, el 17 de marzo se celebra el día de la medicina china. Estremece pensar en las consecuencias trascendentes que habría tenido esta medida del Guomindang.

La política médica del gobierno comunista contrastó con todo lo anterior. Además de aprender mucho de la medicina occidental, el gobierno comunista alentó el estudio y el desarrollo de la medicina china de una forma progresista y científica. El éxito obtenido en el tratamiento de la poliomielitis, en la reimplantación de extremidades amputadas y en la anestesia mediante la acupuntura no sólo resulta impresionante, sino, sobre todo, prometedor de unos avances médicos más brillantes en el futuro.

Por primera vez en esta generación, de forma más significativa que nunca, los médicos de otros países conocen de forma directa la eficaz combinación de medicina china y medicina occidental. Por primera vez en esta generación, sobre todo después de la histórica visita a China del presidente Nixon, la acupuntura se ha popularizado en todo el mundo, y los pueblos de otros países, independientemente de su raza o su religión, se pueden beneficiar a gran escala de una práctica médica que hasta entonces, durante muchos milenios, había estado reservada a los chinos de forma exclusiva.

Pero la acupuntura no es más que uno de los aspectos de la medicina china. Otro aspecto destacable, que sólo ahora empieza a surgir de detrás de la cortina de bambú que lo ocultaba, y del cual sin duda Occidente obtendrá enormes beneficios, es la terapia de chi-kung, el antiguo sistema esotérico que ha demostrado su eficacia en el tratamiento de las enfermedades degenerativas.

Sin duda, resulta tentador, aunque justificable, creer que en este siglo podemos beneficiarnos de lo que habían descubierto los antiguos médicos chinos, que podemos seguir ampliando y mejorando sus descubrimientos, para legar así a nuestros hijos el rico conocimiento médico que les permita vivir una vida más plena y más sana. La historia de la medicina china demuestra que

ha habido muchos casos en los que los chinos han precedido a Occidente en descubrimientos decisivos. Cabe entonces preguntarse: ¿hay otros grandes descubrimientos chinos en medicina de los cuales Occidente todavía no tenga todavía noticia y que sean cruciales para nuestra salud y nuestro bienestar? Evidentemente, en lugar de avanzar a tientas en experimentos hechos al azar, con la esperanza de tener un golpe de suerte y hacer un descubrimiento que resuelva problemas de salud tan apremiantes como el cáncer, el sida y las enfermedades degenerativas, sería más significativo, además de económico, poner a prueba o investigar las correspondientes manifestaciones tradicionales de los logros médicos chinos para comprobar si son válidas y, en este caso, si vale la pena aplicarlas en Occidente.

Un aspecto prometedor es la profunda comprensión que tienen los chinos del *chi*, o la energía, y su aplicación, durante siglos, para la curación de enfermedades degenerativas. No baso esta afirmación sobre el uso del *chi* para curar enfermedades degenerativas sólo en documentos históricos, sino en mi experiencia personal para ayudar a centenares de pacientes, literalmente, a aliviar estas enfermedades llamadas incurables.

Con este espíritu y el deseo de compartir escribo este libro, pues albergo la sincera esperanza de que algunos lectores encuentren en esta humilde presentación de la medicina china los materiales que los estimulen a seguir estudiando e investigando de un modo que algún día resulte beneficioso para la medicina en todo el mundo. Tal vez sea adecuado pensar en la medicina a escala mundial como una sola disciplina integral; términos como medicina china, o la medicina de cualquier otro pueblo, no son más que nombres convencionales para indicar las aportaciones de estos pueblos a una medicina de alcance mundial.

# 5

## Dos aspectos de una misma realidad

### El yin y el yang en la medicina china

*La medicina china todavía no es demasiado conocida. Debido a la falta de glosarios técnicos, algunas obras clásicas resultan difíciles de interpretar, incluso para los estudiosos de chino, y su traducción a las lenguas occidentales plantea numerosas dificultades.*

PIERRE HUARD y MING WONG

#### Superar las primeras dificultades

Es frecuente cometer el error de pensar que, para comprender la medicina china, es fundamental conocer la filosofía china. El hecho de conocer la filosofía china resulta útil, pero no es imprescindible, porque los principios y la práctica de la medicina china se basan en la ciencia y en la experiencia, y no en la filosofía ni en la metafísica, como suelen pensar erróneamente en Occidente, incluso personas que son muy sabias en otros aspectos. Muchos chinos cometen el mismo error.

¿A qué se debe este error tan frecuente? Vamos a examinar el siguiente principio básico de la medicina china, que puede resultar ridículo para los no iniciados:

El yang solitario no deja vivir, el yin solitario no deja crecer.

Ésta es una afirmación médica, no cosmológica ni metafísica. El yin y el yang son símbolos. La expresión significa que, si sólo tenemos uno de los dos aspectos complementarios de la realidad, la salud o el desarrollo natural no son posibles. Por ejemplo, por más que nuestras funciones fisiológicas se realicen de manera correcta, si los órganos respectivos sufren daños estructurales nos faltará la salud. Por el contrario, aunque los órganos estén intactos físicamente, si no funcionan bien, tampoco es posible la salud. En este ejemplo, el yin simboliza la estructura y el yang, la función. Después de leer acerca del yin y el yang en este capítulo, el lector podrá encontrar más ejemplos por sí mismo.

#### El concepto del yin y el yang

Yin y yang son los dos términos que más se utilizan en la medicina china, y también los que con mayor frecuencia se comprenden mal. Prácticamente todos los libros sobre medicina china mencionan el yin y el yang aunque, por desgracia, casi ninguno explica lo que significan en realidad. El mero hecho de repetir que el yin hace referencia a lo femenino, oscuro, blando,

retrógrado, etcétera, y el yang a todo lo contrario, no sólo es inadecuado sino que además desconcierta al no iniciado, que no comprende qué tiene que ver todo esto con la salud.

El equilibrio del yin y el yang es fundamental para la salud. Casi todos lo hemos oído decir, pero ¿qué significa realmente? ¿Por qué y cómo resulta perjudicial para la salud la falta de equilibrio entre el yin y el yang?

Cuando me puse a estudiar medicina china, me imaginaba que algunas partes del cuerpo eran yin y otras partes eran yang. Suponía que no era necesario que exactamente la mitad del cuerpo fuese yin y la otra mitad, yang; ni siquiera era necesario que las distintas partes yin y yang estuvieran distribuidas de forma simétrica por el cuerpo, pero para conservar la salud había que lograr algún tipo de equilibrio entre estas partes. Evidentemente, todo esto es ridículo, y no es cierto.

El yin y el yang no hacen referencia a partes concretas ni a aspectos del cuerpo. En realidad, no tienen un significado específico ya que no son términos absolutos, sino meros símbolos que resultan prácticos para representar dos aspectos opuestos y, al mismo tiempo, complementarios, de la medicina y de todos los demás ámbitos. La significación y las manifestaciones del yin y el yang a veces pueden ser profundas y numerosas, pero en sus formas más sencillas el yin y el yang se refieren al concepto de dos aspectos opuestos y, sin embargo, complementarios de la realidad, con independencia de que la realidad se exprese en forma de objetos o de ideas.

En el campo de la medicina ambiental, por ejemplo, los médicos chinos se dieron cuenta hace mucho tiempo de la enorme importancia de las condiciones ambientales para la salud. El hombre debe ser capaz de adaptarse en armonía a los cambios climáticos porque si no podría enfermar. Los médicos chinos explican esta relación utilizando el yang para representar la infinidad de sutiles cambios ambientales y el yin para representar al hombre y su capacidad de adaptación. Si uno no consigue adaptarse a un cambio climático repentino y cae enfermo, esto se describe como desequilibrio del yin y el yang.

En anatomía y fisiología, el yin se usa en relación al estado estructural de los órganos del cuerpo y el yang, para sus respectivas funciones. Por ejemplo, hay desequilibrio entre el yin y el yang cuando un órgano deja de funcionar bien, aunque mantenga intacta su estructura.

También se utilizan el yin y el yang para indicar la situación respectiva de cada órgano, su aspecto y otras características. Por ejemplo, al describir el cuerpo como un todo, la parte superior es yang y la inferior, yin; la parte dorsal es yang y la ventral, yin. Por ejemplo, si en un accidente la parte superior y la inferior de un brazo quedan desalineadas, se produce un desequilibrio del yin y el yang.

Al describir los órganos internos, el yin se refiere a los cinco órganos que «almacenan»: corazón, hígado, bazo, pulmones y riñones, mientras que el yang se refiere a los seis órganos que «transforman»: intestino delgado, vesícula, estómago, intestino grueso, vejiga y triple calentador. Estos órganos están íntimamente conectados mediante un conjunto complejo de meridianos o canales energéticos. Por ejemplo, si una enfermedad del intestino delgado interrumpe el flujo de la energía que va al corazón, se produce un desequilibrio del yin y el yang en el corazón.

La diferenciación de las enfermedades en yin y yang es un factor importante en la diagnosis china. El yin se refiere a las enfermedades con síntomas como tener frío, heces líquidas, orina clara, respiración débil y pulso lento. Las enfermedades yang presentan síntomas como fiebre, sed constante, heces duras, orina amarillenta, lengua oscura y pulso rápido. Esta clasificación proporciona al médico una manera muy práctica y cómoda de comprender al paciente y su enfermedad.

En la prognosis, el yin se utiliza para enfermedades de desarrollo interno que manifiestan debilidad y empeoramiento, mientras que las enfermedades yang son de desarrollo externo y se caracterizan por excitabilidad y estado febril. Si un médico ha diagnosticado que la enfermedad de su paciente es yin, pero la prognosis presenta características yang, algo no está bien, y el médico tendrá que volver a plantearse el caso.

En farmacología y terapéutica, la medicina yin suele ser fresca, fría, salada, agria y amarga; en cambio, la medicina yang es tibia, caliente, insulsa, ácida y dulce. Si el desequilibrio de la enfermedad de un paciente se debe a una insuficiencia de yang, por ejemplo, el médico utilizará un tipo de medicamento y unos métodos terapéuticos yang para disolverle el equilibrio. Por ejemplo, para un paciente que sufre de una disfunción estomacal (insuficiencia de yang), el médico utilizará unos métodos que aumenten el yang, y medicamentos que proporcionen «calor» al estómago. De cómo se consigue esto hablaremos más adelante, en otros capítulos.

## **Interdependencia e intercambio**

Por lo tanto, el yin y el yang son conceptos abstractos; no son objetos materiales en sí mismos. Si bien el yin y el yang son contrarios, también son complementarios e interdependientes: dos aspectos opuestos que se unen en una sola entidad.

Por ejemplo, el pulmón es un órgano estructural, material, y por lo tanto se representa como yin. La respiración no tiene forma, es funcional, y se representa como yang. La materialidad y la función son dos aspectos complementarios e interdependientes del pulmón. Si la materia yin no tiene una función yang, el pulmón, sin su proceso respiratorio, resulta inútil. Por lo contrario, si no hay una materia yin, la función yang no puede realizarse.

Además, el yin y el yang están en permanente cambio, y esta variabilidad surge de su naturaleza complementaria y de su interdependencia. Los alimentos que consumimos tienen forma y, por lo tanto, se expresan como yin. La materia yin depende de la función yang del estómago para digerir los alimentos y convertirlos en nutrientes adecuados para nuestro cuerpo. Y en la estructura yin del estómago, esta nutrición se convierte en energía yang para que el estómago siga funcionando.

## **El equilibrio del yin y el yang**

El intercambio entre el yin y el yang debe ser armonioso. Si bien en determinados momentos es posible que uno de ellos destaque sobre el otro, hay que mantener un equilibrio global. Si este equilibrio se ve perturbado de forma permanente, entonces aparecen las enfermedades o la salud se vuelve precaria.

En este apartado vamos a hablar de algunos términos importantes que se suelen usar para describir brevemente algunos conceptos fundamentales para la medicina china. Aunque son términos básicos, es probable que el lector que no esté familiarizado con la teoría médica china los encuentre frustrantes o fascinantes, según su actitud. Para comprender y apreciar mejor este apartado, conviene estudiar con atención la información siguiente:

El desequilibrio del yin y el yang provoca enfermedades. Este desequilibrio se puede deber a:

1. Una deficiencia de yin, o a
2. Una deficiencia de yang.

La deficiencia de yin se puede deber a:

- a) insuficiencia de yin, o a
- b) exceso de yang.

La deficiencia de yang se puede deber a:

- a) insuficiencia de yang, o a
- b) exceso de yin.

Este esquema sirve para facilitar el estudio. En la práctica, los factores se superponen mucho.

Si hay demasiado yin o muy poco yang, se produce una deficiencia de yang y aparece la enfermedad. Por ejemplo, si en el estómago hay demasiados alimentos (es decir, demasiado yin) o si la función digestiva del estómago no se desarrolla adecuadamente (muy poco yang), la persona cae enferma, por más que un examen médico indique que no hay «nada malo» en la estructura (yin) del estómago. Este desequilibrio del yin y el yang que provoca la enfermedad se debe a una deficiencia de yang.

La enfermedad también se puede deber a una deficiencia de yin. La deficiencia de yin puede ser resultado de una insuficiencia de yin o de un exceso de yang. Nuestra resistencia natural se considera yin. Por algunos motivos, como el exceso de preocupación o de cansancio, esta resistencia se debilita y se puede producir una deficiencia de yin, como consecuencia de la cual no podemos hacer frente a los microorganismos patógenos que nos rodean. Este desequilibrio del yin y el yang que provoca la enfermedad se debe a una deficiencia de yin, que a su vez se debe a una insuficiencia de yin.

Hay que tener en cuenta que en este caso la cantidad o la potencia de los microorganismos patógenos sigue siendo la misma. En circunstancias normales, estos microorganismos, que se representan como yang, no nos perjudican. Sin embargo, en esta situación en concreto enfermamos, pero no porque se haya producido un cambio en la cantidad ni en la potencia de los microorganismos, sino porque ha disminuido nuestra propia resistencia yin.

Por otra parte, la deficiencia de yin también es fruto de un exceso de yang. En otras palabras, nuestro yin sigue siendo el mismo, nuestra resistencia natural contra las enfermedades no ha variado, pero hay demasiado yang, es decir, se ha producido un incremento tremendo en la cantidad o la potencia de los microorganismos patógenos. Esto puede ocurrir cuando sufrimos una herida, que permite la entrada en el cuerpo de una cantidad excesiva de bacterias, o cuando consumimos demasiados alimentos contaminados o hemos inhalado bacterias de una cepa muy potente. Entonces nos ponemos enfermos por una deficiencia de yin que, en este caso, se debe a un exceso de yang.

Este principio de la deficiencia de yin y la deficiencia de yang se aplica a todo tipo de enfermedades: las contagiosas, las orgánicas y las psiquiátricas. Por ejemplo, en medicina ambiental, si alguien viaja a otro país y experimenta un cambio repentino en las condiciones climáticas, si no se puede adaptar lo suficiente al cambio puede caer enfermo, por más que un examen médico demuestre que físicamente se encuentra bien y que no hay demasiados microorganismos patógenos en su torrente sanguíneo. Éste es un ejemplo de deficiencia de yin como consecuencia de un exceso de yang: la incapacidad de adaptarse a unas condiciones ambientales que han cambiado demasiado (exceso de yang).

En cambio, si una persona se queda en el mismo lugar, en condiciones climáticas normales, pero, por algún motivo (como un exceso de estrés o de ansiedad) se debilita su capacidad de adaptación, puede caer enfermo en un ambiente al cual, en situaciones normales, se adaptaría perfectamente. Éste es otro ejemplo de deficiencia de yin, pero que en este caso es debido a una insuficiencia de yin, mientras que el yang se mantiene constante.

## **La deficiencia de yin y la deficiencia de yang**

En la medicina china, la deficiencia de yin y la deficiencia de yang son dos términos importantes que se utilizan popularmente para explicar y clasificar las causas de las enfermedades.

La deficiencia de yin se suele manifestar en forma de estados febriles, sensación de irritabilidad y angustia, mucho sudor, un metabolismo rápido y un funcionamiento excesivo de otros procesos fisiológicos.

Las manifestaciones o los síntomas de la deficiencia de yang son la sensación de frío, el nerviosismo, un sudor incesante, la pasividad, un metabolismo lento y un funcionamiento deficiente de los demás procesos fisiológicos.

Como la enfermedad es el resultado del desequilibrio del yin y el yang, el método de curación principal consiste en recuperar el equilibrio, asegurándose de lo que representan el yin y el yang en esa situación en concreto. La deficiencia se puede remediar mediante métodos como «aumentar» y «tonificar», mientras que el exceso se puede reducir mediante métodos como «limpiar» y «dispersar». Por ejemplo cuando se produce una deficiencia de yin, es posible recuperar el equilibrio aumentando el yin y/o limpiando el yang. Hablaremos más al respecto en otros capítulos, más adelante.

Debemos recordar que, si bien este desequilibrio del yin y el yang es el principio general que se utiliza para el diagnóstico y también en terapéutica, no pretende ser una doctrina absoluta, que todo lo abarque, que simplifique las casusas y los remedios de todas las enfermedades, reduciéndolos a un solo método sencillo, un error en el que suelen caer muchos profanos y algunos estudiantes mal informados. El principio del yin y el yang se puede comparar con una fórmula matemática, porque es capaz de expresar de forma sucinta ideas muy complejas.

Este desequilibrio del yin y el yang que provoca enfermedades tiene muchas manifestaciones distintas. Se puede manifestar como una insuficiencia yin de las defensas de la sangre frente a un exceso yang por virus, como ocurre con el sarampión y la gripe. También, como un funcionamiento yang excesivo de los procesos fisiológicos, por ejemplo, el desarrollo exagerado de la glándula tiroides que provoca el bocio. El desequilibrio puede manifestarse en forma de una insuficiencia de la materia yin, como los defectos estructurales de los órganos del cuerpo. Puede ser el desequilibrio del *shen* (espíritu) o de las «siete emociones», que ocasiona trastornos neurológicos o psiquiátricos.

## El uso convencional del yin y el yang

El siguiente esquema muestra la convención en el uso del yin y el yang para referirse a los diversos aspectos de los fenómenos. ¿Podemos, por ejemplo, usar el yang para la parte «frontal» o la «materia», en lugar del yin, como se hace habitualmente? Claro que sí, pero es probable que provoquemos muchos malos entendidos, como si llamásemos «mono» o «mona» a nuestra cónyuge, afectuosamente quizás, en lugar de utilizar los términos esposo o esposa.

Posición:

Yin: frontal, inferior, interna.

Yang: posterior, superior, externa.

Anatomía:

Yin: material, estructural, sangre, los seis órganos «excretorios».

Yang: sin forma, funcional, *chi*, los cinco órganos de «almacenamiento».

Diagnóstico:

Yin: frío, sin sed, heces líquidas, orina clara, pasivo, pulso lento, lengua clara, respiración débil.

Yang: febril, sed, heces duras, orina amarillenta, pulso rápido, lengua oscura, respiración profunda.

Prognosis:

Yin: lento, tranquilo, frío, aparente, controlado, con pérdida funcional, débil, interno, inferior, descendente.

Yang: rápido, activo, caliente, real, irritable, con incremento funcional, potente, externo, superior, ascendente.

Farmacología:

Yin: salado, agrio, amargo, fresco, frío, descendente, que se hunde.

Yang: insulso, ácido, dulce, tibio, caliente, ascendente, que flota.

El lector no debe preocuparse si algunos de los términos le parecen desconcertantes, ya que se explicarán a lo largo de los demás capítulos.

## El enfoque holista de la medicina china

Ahora que ya sabemos algo sobre el yin y el yang, vamos a divertirnos con la siguiente cita:

El cielo tiene cuatro estaciones y cinco cambios elementales, a saber: germinación, crecimiento, recolección y almacenamiento, que dan lugar al frío, el calor, la sequedad, la humedad y el viento. El hombre tiene cinco vísceras que generan cinco energías, a saber: alegría, ira, tristeza, preocupación y temor. La alegría y la ira perjudican el espíritu. El frío y el calor perjudican la forma. El exceso de ira perjudica el yin y el exceso de alegría perjudica el yang. Las energías negativas suben; el ritmo de las pulsaciones pierde su estructura. Si la alegría y la ira están descontroladas, el frío y el calor son excesivos, esto afecta la salud.

NEI JING

La cita anterior en realidad es uno de los pasajes fundamentales del *Nei Jing, el Clásico interno de medicina*, que expresa con mucha concisión la esencia del pensamiento médico chino. Pero el lector que no esté familiarizado con la teoría médica china quedará perplejo, y no es extraño que piense que se basa en la filosofía o en la metafísica.

Se podría evitar tanto desconcierto si tuviéramos en cuenta que el chino clásico, el idioma en el cual están escritos la mayor parte de estos conocimientos, es muy conciso. Por ejemplo, en la cita anterior, la expresión «frío y calor» no se refieren tan sólo al frío y el calor, sino que es una expresión idiomática que significa los «seis males» que, en realidad, son seis grupos generalizados de causas externas de enfermedades, es decir, el frío, el calor, la humedad, la sequedad, el viento y el fuego, que, por supuesto, no se deben interpretar sólo en su sentido literal. Por ejemplo, el frío se refiere no sólo a un descenso de la temperatura, sino también al debilitamiento de las funciones del cuerpo.

La cita anterior, con sus notas aclaratorias, quedaría así:

Hay cuatro estaciones y cinco procesos elementales en la naturaleza. Las cuatro estaciones son la germinación, en primavera; el crecimiento, en verano; la recolección de la cosecha, en otoño; y el almacenamiento de las provisiones, en invierno. Los cinco procesos elementales que describen simbólicamente todos los cambios fenomenológicos de la naturaleza son los procesos del metal, el agua, la madera, el fuego y la tierra, que pueden ocasionar las condiciones climáticas de sequedad, frío, viento, calor y humedad.

El hombre tiene cinco órganos internos de «almacenamiento» y seis de «transformación». Los cinco órganos de «almacenamiento», o *zang*, son el corazón, el hígado, el bazo, los pulmones y los riñones, y los seis órganos de transformación, o *fu*, son el intestino delgado, la vesícula, el estómago, el intestino grueso, la vejiga y el triple calentador. Estos órganos generan energías para sus funciones respectivas; por ejemplo, el corazón genera energía para el funcionamiento del

corazón, el intestino delgado genera energía para el funcionamiento del intestino delgado, y así sucesivamente.

El hombre tiene además siete emociones, que son la alegría, la ira, la aflicción, la preocupación, el temor, la angustia y el susto. Si la «alegría y la ira» (que es la forma breve de hacer referencia a las siete emociones) están en desequilibrio, perjudican el espíritu. Esto significa que las siete emociones son las causas internas de la enfermedad. Si el «frío y el calor» (que es la forma breve de referirse a los seis males, es decir, el frío, el calor, la sequedad, la humedad, el viento y el fuego)<sup>6</sup> están en desequilibrio, perjudican el cuerpo. Por lo tanto, los seis males son las causas externas de la enfermedad.

Por ejemplo, el exceso de ira perjudica el hígado, porque cuando una persona se enfada mucho, el desequilibrio de energía que produce actúa contra este órgano. Como el hígado es el encargado de regular la sangre, esto a su vez afecta la resistencia natural que nos proporciona la sangre para combatir la enfermedad. La resistencia natural se simboliza con el yin, en contraste con los agentes patógenos externos, que son yang. Por lo tanto, el exceso de ira afecta la defensa yin, y se produce así un desequilibrio del yin y el yang.

El exceso de alegría perjudica el corazón, porque el desequilibrio de energía que produce reacciona contra este órgano, que, en chino clásico, suele significar la mente. El corazón, o la mente, controla diversas funciones fisiológicas y, como las funciones se representan como yang, el exceso de alegría perjudica las funciones yang, y también produce un desequilibrio del yin y el yang.

Cuando se produce un desequilibrio del yin y el yang, aparecen diversas energías negativas. Esto altera el flujo normal de la energía y de la sangre, y se puede detectar en forma de pulsaciones irregulares. Por lo tanto, cuando uno pierde el control de sus siete emociones, o no puede contener los seis males, su salud se verá afectada.

El lector verá lo concisa que era la primera cita y es probable que lo impresione el conocimiento profundo de los antiguos maestros con respecto a la salud. Más adelante hablaremos de los términos médicos chinos, como los cinco procesos elementales, los seis males y las siete emociones, y de qué modo afectan la salud.

Los chinos consideran la salud desde un punto de vista holista, que comprende no sólo la lucha contra los microorganismos agresores y el correcto funcionamiento de los órganos, sino también la relación armoniosa con uno mismo, con los demás, con las condiciones climáticas y medioambientales y con todo el universo. Y cuando se produce una enfermedad, el médico chino no examinará la causa desde un punto de vista localizado, reduccionista, sino que intentará relacionarla con todos los factores relevantes, tanto internos como externos.



# 6

## Las interacciones arquetípicas de infinitud de fenómenos

### Los cinco procesos elementales

*Las estanterías de las librerías europeas y estadounidenses están tan llenas de informaciones erróneas que es muy necesaria una versión china.*

NATHAN SIVIN

#### Los procesos son arquetípicos, los ingredientes no

El segundo concepto que más se utiliza en la medicina china, después del yin y el yang, es, probablemente, el de los «cinco procesos elementales», que se suele traducir como los «cinco elementos».

Pero los llamados «elementos» no lo son en realidad; no tienen nada que ver con los cuatro elementos —aire, agua, fuego y tierra— de los griegos y los indios. Los términos chinos madera, fuego, tierra, metal y agua no pretenden describir los componentes fundamentales que constituyen el universo, sino procesos o cambios arquetípicos. Por consiguiente, prefiero traducirlos como los «cinco procesos elementales». También se conocen como los «cinco movimientos».

El concepto de los «cinco procesos elementales» no se utiliza sólo en la medicina china, sino también en disciplinas tan diversas como la metafísica, la química y la estrategia militar. Los antiguos filósofos observaron que el universo está compuesto por infinitas combinaciones de cambios o movimientos. Evidentemente, hay innumerables tipos de cambios o movimientos distintos, pero todos se pueden clasificar en cinco procesos arquetípicos, cada uno con sus propias características comunes.

Algunos procesos tienen la cualidad de ser maleables; sin embargo, en sus miles de transformaciones son capaces de conservar su carácter esencial original. Los antiguos maestros daban a estos procesos arquetípicos el nombre de «procesos del metal».

Algunos procesos presentan la característica de la fluidez y suelen ser beneficios para otros procesos. Los antiguos les daban el nombre de «procesos del agua».

El «proceso de la madera» es el arquetipo de aquellos procesos que tienen la cualidad de crecer, son alargados por naturaleza y poseen el potencial de seguir desarrollándose.

El «proceso del fuego» hace referencia al arquetipo de los procesos que consumen o transforman otros procesos. Se caracterizan por subir, y son calientes o activos por naturaleza.

Los procesos que están arraigados, que presentan características de confianza y estabilidad, pertenecen al arquetipo del «proceso de la tierra», que también tiene la cualidad de centrarse o de estar en el centro.

Por consiguiente, metal, agua, madera, fuego y tierra son los términos simbólicos que se utilizan para describir los cinco procesos elementales. No es la sustancia de los cinco elementos, sino la naturaleza de su comportamiento característico lo que resulta vital para la conceptualización de estos procesos. En otras palabras, cuando los antiguos filósofos mencionaban la madera, por ejemplo, no hacían referencia a la madera como sustancia sino a una clase de procesos que tenían las cualidades o las características de la madera.

## La intercreatividad de los cinco procesos

Partiendo de la observación, los antiguos filósofos descubrieron que estos cinco procesos arquetípicos se creaban y se destruían mutuamente sin parar, y generalizaron este ciclo perenne de acciones y reacciones de los fenómenos en los principios de intercreatividad y interdestructividad.

El principio de intercreatividad hace referencia a las acciones y reacciones mutuas de los procesos elementales que producen un crecimiento o una evolución posterior. La analogía que se utiliza habitualmente para explicar el principio de intercreatividad es la siguiente:

Si regamos una planta, crecerá hasta convertirse en un robusto árbol. Éste es el principio del agua que crea la madera. Esta madera se puede usar como combustible para quemar, de modo que la madera crea el fuego. La materia quemada nutre el suelo; por lo tanto, el fuego crea la tierra. De la tierra podemos extraer el metal, de donde se desprende el principio de que la tierra crea el metal. Cuando el metal se calienta, se vuelve líquido, lo cual se simboliza como agua; por lo tanto, el metal produce agua. Y cuando regamos una planta, obtenemos madera, de modo que el principio de intercreatividad prosigue hasta el infinito.

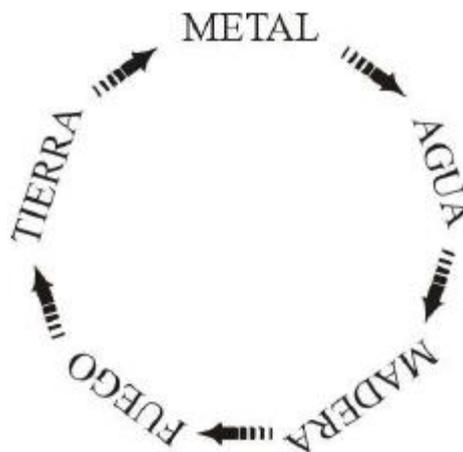


Figura 6.1: El ciclo de intercreatividad

Para casi todo el mundo, incluidos los chinos, el problema comienza cuando se acaba esta analogía. Bueno, ¿y qué?, nos preguntamos entonces. ¿Qué tiene que ver con la medicina este asunto de que el agua crea la madera que crea el fuego? Lo veremos cuando examinemos algunos procesos reales.

Una suave brisa primaveral nos brinda un ejemplo del proceso del agua, que alegra nuestro espíritu y contribuye a nuestro desarrollo mental o espiritual, que pertenece al proceso de la madera. Éste es el principio del agua que crea la madera. Por lo tanto, cuando le recomendamos a una persona que está deprimida que busque un ambiente montañoso, con paisajes bonitos y,

después de tonificarse con el aire fresco y puro, poco a poco se vuelve más alegre, podemos describir simbólicamente este proceso curativo como el agua que nutre la madera.

El proceso de la madera que crea el fuego se ilustra cuando digerimos unas hortalizas bien cultivadas (el proceso de madera) que nos proporcionan más energía (el proceso del fuego).

Cuando un médico manifiesta cariño y preocupación por su paciente (el proceso del fuego), lo cual ayuda al paciente a estar tranquilo y sentirse seguro (el proceso de la tierra), tenemos un ejemplo del fuego que crea la tierra.

Cuando el paciente está tranquilo, tiene más apetito (el proceso de la tierra), con lo cual está más abierto a los amigos, el ambiente y las actividades (el proceso del metal). Éste es un ejemplo del proceso de la tierra que crea el metal.

En consecuencia, su energía y su circulación sanguínea mejoran (el proceso del agua), lo cual contribuye a mejorar su salud (el proceso de la madera). Éstos son los procesos del metal que crea el agua y el agua que crea la madera.

Cabe destacar que los ejemplos pueden cambiar, y que los cambios son infinitos, pero la esencia es que unos procesos de características típicas producirán procesos arquetípicos con sus propias características.

## Intercreatividad e interdestruibilidad

Aparte de provocar reacciones los unos en los otros, para crearse entre sí, los procesos también se destruyen mutuamente en un ciclo permanente. La madera destruye la tierra, como un árbol absorbe la esencia del suelo. La tierra destruye el agua, como absorbe agua cuando la echan sobre ella. A su vez, el agua apaga el fuego; por lo tanto, el agua destruye el fuego. El fuego puede fundir el metal; por lo tanto, el fuego destruye el metal. El metal destruye la madera, como el hacha que usamos para talar un árbol.

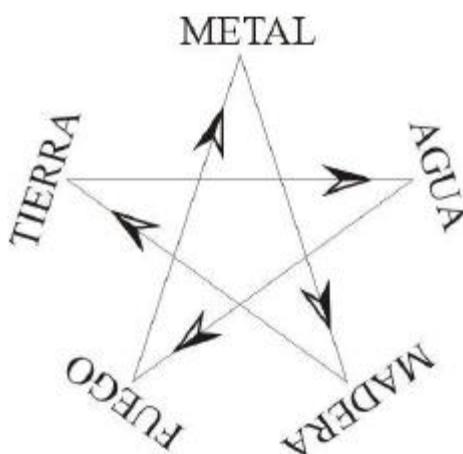


Figura 6.2: La interdestruibilidad de los cinco procesos

Un niño que crece (madera) como mucho (tierra), lo cual pone de manifiesto el proceso de que la madera destruye la tierra. Después de una comida pesada (tierra), sentimos pereza y la circulación sanguínea se hace más lenta (agua): es el proceso en que la tierra destruye el agua. Sin embargo, si descansamos un poco (agua), podemos superar la ira (fuego), lo cual es un ejemplo del proceso de que el agua destruye el fuego. Cuando una persona se enfada (fuego), es probable que no se abra a los demás (metal), lo cual demuestra que el fuego destruye el metal. Un paciente que consume su energía en demasiadas actividades (metal) en lugar de descansar, tarda más en

recuperarse de su enfermedad (madera), lo cual expresa el proceso de que el metal destruye la madera.

Los principios de intercreatividad e interdestruibilidad no se limitan a actuar entre un proceso elemental y otro, sino que actúan como una metamorfosis interrelacionada en toda la gama de procesos. Por ejemplo, mientras destruye el metal, al mismo tiempo es destruido por el agua. Y el metal, al mismo tiempo que es destruido por el fuego, destruye la madera.

Estas fuerzas idénticas de intercreatividad e interdestruibilidad son necesarias para mantener las constantes transformaciones que se producen de manera permanente tanto en el hombre como en el cosmos. Si sólo hubiera intercreatividad sin interdestruibilidad, o viceversa, sería imposible mantener el equilibrio del hombre o del cosmos.

Las transformaciones se producen constantemente, tanto en la escala infinita del universo como en la infinitesimal de la partícula subatómica. En la salud y la medicina, estas transformaciones se pueden producir a cualquier nivel: medioambiental, corporal, orgánico, de los tejidos, celular e incluso en el nivel «inmaterial» de la energía.



Figura 6.3: Intercreatividad e interdestruibilidad

## La reacción extraordinaria y las correspondencias mutuas

Si algún proceso es insuficiente o excesivo, tanto en potencia como en cantidad, es posible que sus reacciones con otros procesos provoquen situaciones anómalas. Por ejemplo, cuando nuestra energía vital y nuestra sangre fluyen de forma armoniosa (el proceso del agua), los microorganismos patógenos (fuego) que hayan penetrado en nuestro cuerpo serán destruidos por nuestro propio sistema de defensas. Éste es el proceso del agua que destruye el fuego.

Si nuestra energía vital y nuestra sangre son abundantes, no sólo será más fácil destruir los microorganismos perniciosos (se intensifica el proceso del agua que destruye el fuego) y será mejor el crecimiento (se intensifica el proceso del agua que crea la madera), sino que no nos sentiremos somnolientos después de una comida pesada y digeriremos los alimentos con mayor rapidez (se invierte el proceso del agua que destruye la madera).

Los principios de intercreatividad e interdestruibilidad de los cinco procesos elementales se producen en todos los fenómenos y a todos los niveles. A lo largo de muchos años de observación y estudio, los antiguos filósofos y científicos descubrieron que podían clasificar estos procesos arquetípicos en grupos, entre los cuales existe una relación estrecha. Esta relación se conoce como «las correspondencias mutuas de los cinco procesos».

A los maestros chinos les interesaba más averiguar cómo se podían aprovechar con fines prácticos estas correspondencias de los cinco procesos elementales que especula por qué se producían. El primer paso que dieron en este sentido fue tabular las correspondencias para ver la relación entre ellas, como muestra el diagrama de la página siguiente.

El conocimiento relacionado con los cinco procesos elementales es fruto de la experiencia y la observación, no de la especulación imaginativa, lo cual, por cierto, es otra diferencia entre el concepto chino de los cinco procesos y el concepto griego de los cuatro elementos.

## El equilibrio a través de las correspondencias

Los antiguos sabios creían que, para alcanzar el equilibrio perfecto, conviene seguir escrupulosamente las correspondencias. En los anuarios de primavera y de otoño consta que hasta el propio emperador respetaba estas correspondencias y que se vestía con prendas de los colores adecuados y permanecía en las zonas correspondientes del palacio durante las distintas estaciones. Por ejemplo, en primavera, el emperador permanecía en la cámara oriental de palacio, se vestía de verde y llevaba joyas de jade verde.

Cinco procesos	Estaciones	Direcciones	Órganos de almacenamiento	Órganos de transformación	Cuerpo	Aberturas
Metal	Otoño	Oeste	Pulmones	Colon	Piel y pelo	Nariz
Agua	Invierno	Norte	Riñones	Vejiga	Huesos	Oídos
Madera	Primavera	Este	Hígado	Vesícula biliar	Tendones	Ojos
Fuego	Verano	Sur	Corazón	Intestinos	Sangre	Lengua
Tierra	Verano largo	Centro	Bazo	Estómago	Carne	Boca

Cinco procesos	Emociones	Condiciones climáticas	Secreciones	Sabores	Sonidos	Colores	Casas
Metal	Pena	Sequedad	Moco	Acre	Llanto	Blanco	Psiquis
Agua	Temor	Frío	Saliva	Salado	Suspiros	Negro	Intelecto
Madera	Ira	Viento	Lágrimas	Agrio	Gritos	Verde	Alma
Fuego	Alegría	Calor	Sudor	Amargo	Risa	Rojo	Espíritu
Tierra	Preocupación	Humedad	Linfá	Dulce	Canto	Amarillo	Alerta

Figura 6.4: Las correspondencias mutuas

Si el lector siente la tentación de pensar que estas correspondencias eran supersticiones viejas o ridículas, has de tener en cuenta que la practicaba un pueblo que había alcanzado un nivel de civilización muy elevado en una época en la que todavía no se conocían, siquiera, buena parte de Europa y la totalidad del continente americano. Y si al lector le parece que el emperador era tonto, no debe olvidar que, aunque lo fuera, contaba con el asesoramiento de algunos de los hombres más sabios de su tiempo.

Los descubrimientos recientes de destacados científicos occidentales demuestran que tanto nuestra salud como nuestro comportamiento y nuestra inteligencia reciben una influencia enorme, aunque sutil, de fuerzas cósmicas antes desconocidas, procedentes del espacio exterior. El profesor Gino Picardi observó que una fuerza cósmica desconocida producía unas reacciones químicas idénticas en lugares diferentes. El doctor Maki Takata descubrió que el índice sanguíneo variaba

según la actividad de las manchas solares. El doctor Kurt Koeller destacó que el índice de accidentes industriales aumentaba al menos un 10 por ciento el día después de una erupción solar. El doctor Albert Abrams descubrió que siempre obtenía una nota de percusión sorda golpeando una zona determinada del abdomen de un paciente con cáncer sólo cuando el paciente miraba hacia el oeste.

Todo esto debería estimularnos a formular como mínimo dos preguntas. ¿Es posible que los chinos tuvieran razón con sus correspondencias? ¿Podemos permitirnos pasar por alto esta información tan valiosa si tuvieran razón? En realidad, no es difícil emprender una investigación para averiguar las respuestas, si las personas adecuadas se sienten lo bastante motivadas.

## **La aplicación de los procesos en medicina**

Los médicos chinos encontraron las respuestas hace mucho tiempo. No necesitaban una investigación formal y controlada porque hace siglos que utilizaban las correspondencias de los cinco procesos elementales en su práctica clínica.

Los cinco procesos elementales se utilizan para explicar los órganos internos y sus funciones fisiológicas. La función de los pulmones se simboliza mediante el metal, por su resonancia. La función del hígado se simboliza mediante la madera, ya que el hígado posee las propiedades de crecimiento de la madera, porque nutre y regula la sangre. La función de los riñones se simboliza mediante el agua, ya que los riñones se encargan de difundir la energía vital por todo el cuerpo. La función del corazón la simboliza el fuego, ya que el corazón es responsable de las actividades fisiológicas y psicológicas del cuerpo. La función del estómago se simboliza mediante la tierra, que es la fuente de la cual se obtienen los nutrientes. Una vez más, cabe señalar que los términos chinos, como «fuego» y «madera», son simbólicos y que, si al lector le parecen ridículas las descripciones anteriores es debido al prejuicio, consciente o no, de aplicar el paradigma de la medicina occidental a un sistema totalmente diferente, como el chino.

En el pasado, los médicos chinos observaron que la interrelación entre los órganos internos guardaba una estrecha correspondencia con la de los cinco procesos elementales. Cuando uno está sano, todos los órganos funcionan correctamente, en una coordinación equilibrada. Pero cuando un órgano está enfermo, afecta a otros órganos, de forma directa o indirecta.

Por ejemplo, la ira y la preocupación pueden perjudicar el hígado. El hígado lesionado puede afectar al estómago y provocar una pérdida de apetito. Esto se expresa diciendo que la madera (el hígado) destruye la tierra (el estómago). De este modo, esta secuencia de causa y efecto, de la ira o la preocupación a la pérdida de apetito, es una manifestación del principio de interdestruibilidad.

Por su parte, cuando un órgano está enfermo (deficiencia de yin) o no funciona adecuadamente (deficiencia de yang), puede volver a la normalidad si se nutre su órgano afín. Tomemos como ejemplo la tuberculosis. Como un paciente tuberculoso suele estar muy débil y las bacterias de esta enfermedad son muy resistentes, no es recomendable recetar antibióticos.

De modo que un médico chino utiliza un método distinto, aprovechando el principio de intercreatividad: nutre el estómago del paciente con los alimentos apropiados, ricos en nutrientes, aumenta su apetito y mejora su digestión con las recetas médicas adecuadas. Todo esto ayuda al paciente a hacer un buen acopio de energía, que fluye a los pulmones y los fortalece, haciendo que la resistencia natural de los pulmones sea capaz de vencer a las bacterias que los invaden. En esto consiste el principio de que la tierra (el estómago) crea el metal (los pulmones). De hecho, un equipo de médicos chinos enviado por el emperador aplicó este principio de intercreatividad y salvó miles de vidas durante una epidemia de tuberculosis en Vietnam, que entonces estaba bajo el protectorado de la dinastía Ming.

El uso de los cinco procesos elementales en la diagnosis es una manera concisa y simbólica de explicar síntomas y cambios complejos. Por ejemplo, los mareos, los ojos llorosos, la irritabilidad, la ira y el llanto incesante son «síntomas de la madera», relacionados con enfermedades del meridiano del hígado. El rostro enrojecido, un sentimiento fogoso y un exceso de sudor son «síntomas del fuego», relacionados con el meridiano del corazón. (De los meridianos hablaremos en otro capítulo). Es evidente que, cuando diagnostica a un paciente, el médico no depende sólo de estas clasificaciones, ni estas clasificaciones son rígidas, pero le sirven como pautas útiles.

Un paciente que sufre de una enfermedad del meridiano del corazón suele perder el apetito; es decir, que la función de su estómago se ve afectada por la enfermedad del meridiano del corazón. Este estado se puede expresar como que el fuego (el corazón) no puede crear la tierra (el estómago). Hay que tener en cuenta que en este caso no le ocurre nada al estómago, físicamente, aunque parezca que los síntomas se localicen allí. Si tratamos el estómago, no podremos resolver el problema, sino que es probable que lo agravemos. El problema reside en el desequilibrio en el meridiano del corazón. Una vez recuperado el equilibrio, el fuego podrá crear la tierra, y el paciente recuperará el apetito.

## **El tratamiento de enfermedades psicósomáticas y psiquiátricas**

Los médicos chinos reconocen, desde muy antiguo, el papel de los factores emocionales en medicina. De hecho, los chinos tenían tratamientos excelentes para las enfermedades psicósomáticas y las psiquiátricas. Es posible que nuestros psiquiatras modernos puedan aprender de ellos un par de cosas. Sin embargo, la psiquiatría nunca fue una especialidad en la medicina china, porque los médicos chinos siempre han creído que la mente y el cuerpo forman una unidad inseparable.

La intercreatividad y la interdestructividad de los cinco procesos se utilizan con frecuencia para expresar la interrelación de los factores emocionales. Por ejemplo, las personas que suelen estar tristes por lo general tienen los pulmones débiles. El médico chino lo expresa diciendo que la tristeza afecta los pulmones, ya que ambos pertenecen al proceso del metal. ¿Cómo se hace para curar a un paciente que tiene los pulmones tan débiles?

Un médico mediocre tal vez recete una medicación que fortalezca los pulmones. Un médico más informado, en cambio, reforzará el estómago, ya que un mayor apetito proporcionará más energía para nutrir los pulmones, aplicando el principio de intercreatividad de que la tierra crea el metal. Sin embargo, un médico experto no hará ninguna de las dos cosas, porque el verdadero problema no está en los pulmones, sino que se trata de un problema emocional.

Fortalecer los pulmones con medicación provocará otros problemas. Los pulmones están débiles estructuralmente (yin inadecuado); si fortalecemos su rendimiento (incremento del yang), provocaremos un desequilibrio del yin y el yang en los pulmones.. Este tipo de tratamiento refuerza el yang, es decir, fortalece su función, lo cual no es adecuado en este caso, porque en ese momento la estructura yin de los pulmones no puede asumir un funcionamiento yang excesivo. (Si el lector se está preguntando qué significa eso del yin y el yang, tal vez se haya perdido alguna información importante del capítulo anterior).

Es mejor fortalecer los pulmones de forma indirecta, a través del estómago, aunque esto no elimina la causa fundamental de la enfermedad. Se produce un fortalecimiento del yin, es decir, se reconstruyen los tejidos pulmonares que se han desgastado por la energía negativa de la tristeza. Este enfoque puede aliviar en parte el sufrimiento del paciente, ya que al menos sus pulmones no estarán tan débiles; pero en cuanto deje de comer bien, reaparecerá el síntoma de la debilidad pulmonar.

El médico experto trata la causa, no el síntoma. ¿Cómo se trata la tristeza? Según un proverbio chino, «la mejor manera de superar una enfermedad emocional es mediante el uso de

las emociones». Los principios de los cinco procesos son sumamente útiles para tratar enfermedades provocadas por las emociones.

La tristeza corresponde al proceso del metal. El metal se puede destruir con el fuego, y la emoción que le corresponde al fuego es la alegría. De modo que si el médico consigue alegrar al paciente, éste podrá superar su tristeza y los síntomas de debilidad de sus pulmones desaparecerán poco a poco. Esto es aplicar el principio de la interdestructividad de que el fuego destruye el metal. La teoría proporciona el principio; hasta qué punto el médico consiga alegrar a su paciente dependerá de su habilidad.

Los problemas emocionales a menudo se manifiestan en forma de verdaderas dolencias físicas. Aplicando los principios de los cinco procesos elementales, los médicos a menudo pueden ayudar a sus pacientes a recuperarse de una enfermedad sin recurrir a ninguna receta médica. Se conservan por escrito muchos ejemplos interesantes de casos así en la historia de la medicina china.

He aquí una anécdota esclarecedora de lo bien (desde el punto de vista del paciente, no del médico) que se puede aplicar la teoría. El emperador estaba enfermo y los médicos imperiales no podían curarlo. (A posteriori, podemos preguntarnos si no podían o si, simplemente, no lo curaron). Aunque los mejores cocineros le preparaban los platos más exquisitos, el emperador nunca tenía apetito. Hasta que un día un médico famoso, que tiempo antes se había negado a trabajar para el emperador para poder atender al pueblo, le ofreció sus servicios.

—Me alegro de que por fin te hayas decidido a servir en palacio.

—Será mi última oportunidad de manifestar mi lealtad a su majestad —respondió el médico con voz lastimera—. Pero suplico a su majestad que me conceda un deseo.

—Mil deseos te concederé si me curas de mi dolencia.

—Uno solo basta, majestad, y quedaréis curado de vuestra dolencia. ¿Me permitiréis pasear libremente por vuestro palacio?

—Por supuesto —respondió el emperador—. Espero que el palacio sea lo suficientemente amplio para tus paseos.

[De hecho, esta última frase me la he inventado yo. No es probable que un emperador dijera algo así. El lector adivinará por qué, cuando acabe de leer la historia].

Pero cuando el emperador fue a ver a su concubina favorita, a su hora favorita, se puso furioso al comprobar que el médico estaba tratando de violarla.

—¡Llévaoelo de aquí y cortadle la cabeza de inmediato! —gritó el emperador, con una furia incontrolable.

¡Y así el emperador se curó! Su pérdida de apetito se debía a un exceso de preocupación. La preocupación corresponde al proceso de la tierra, y lo que la destruye es el proceso de la madera. La emoción que corresponde a la madera es la ira. Por lo tanto, aplicando el principio de que la madera destruye la tierra, el leal médico utilizó un exceso de ira para superar la preocupación, curando así al emperador de su aparentemente extraña enfermedad.

Hablaremos de la psiquiatría china con más detalle en los capítulos 25 y 26. Mientras tanto, si el lector quiere usar la interrelación de los cinco procesos elementales para resolver sus propios problemas emocionales o los de sus pacientes, la siguiente relación le será de utilidad. La ira perjudica el hígado, pero la tristeza supera la ira; la alegría perjudica el corazón, pero el temor supera la alegría; la preocupación perjudica el bazo, pero la ira supera la preocupación; la tristeza perjudica los pulmones, pero la alegría supera la aflicción; el temor perjudica los riñones, pero la preocupación supera el temor.

Si al lector esto le resulta confuso, como suele ocurrir, el diagrama siguiente le será de utilidad. Dibujar el diagrama para mostrar la relación de las emociones o de otros factores suele ser bastante sencillo. Hay que unir los cinco procesos en un círculo, trazar las líneas para indicar el sentido de la intercreatividad y de la interdestructividad (figura 6.3), y colocar los factores

relevantes en los procesos correspondientes (figura 6.4) para obtener un diagrama como la figura 6.5.



Figura 6.5: La relación entre las emociones

Los conceptos de los cinco procesos elementales y del yin y el yang no sólo han permitido a los investigadores en medicina y a los filósofos expresar de forma concisa unas ideas complejas y profundas, sino que también han proporcionado un marco teórico útil para buena parte de la investigación y el desarrollo en la larga historia del pensamiento y la práctica de la medicina china. Con un conocimiento básico de estos conceptos, estamos mejor preparados para estudiar y apreciar el sistema de pensamiento y la práctica médica que han servido con éxito a la nación más poblada del mundo durante milenios. Tenemos la esperanza de que nos brinden también conocimientos e inspiración que resulten beneficiosos para nuestras propias sociedades.

En el próximo capítulo hablaremos de la visión que tienen los chinos sobre el funcionamiento de los órganos internos. Si el lector piensa que esto no es más que una revisión de lo que ha aprendido en anatomía y fisiología, es posible que se lleve una sorpresa. Los médicos chinos tienen una concepción muy diferente del funcionamiento interno del hombre. El lector verá, por ejemplo, que mirando la lengua de un paciente, el médico se puede hacer una idea de cómo está su corazón. De modo que le recomiendo que pase la página para sumergirse en una dimensión totalmente nueva del cosmos interno del hombre.



# 7

## Nuestro cosmos interno

### La anatomía y la fisiología chinas

*Dicen los clásicos que el hombre obtiene energía de los cereales. Los cereales llegan al estómago, y la energía se transmite a los cinco órganos de almacenamiento y a los seis órganos de transformación. Lo puro se conoce como gloria; lo que no está filtrado, como defensa. La gloria se transporta dentro de los vasos; la defensa, fuera. La circulación es infinita. Se encuentran cincuenta veces. El yin y el yang son complementarios en ciclos sin fin. Por eso, la gloria y la defensa trabajan juntas.*

BIAN QUE (SIGLO V AEC)

### Los órganos de almacenamiento y de transformación

Es probable que esta cita de Bian Que, uno de los médicos chinos más importantes de todos los tiempos, deje perplejos a muchos lectores. Deliberadamente, he hecho una traducción literal de esta cita para hacer hincapié en dos problemas habituales en el estudio de estos textos. En primer lugar, que está escrita en chino clásico, muchos siglos antes que nosotros. Por lo tanto, incluso los estudiosos del chino moderno pueden tropezar con dificultades lingüísticas. En segundo lugar, la información se transmite en términos médicos muy concisos, que a veces no entienden ni los propios estudiosos de chino clásico, a no ser que también sean expertos en la filosofía médica china.

Por fortuna, disponemos de su comentario, que explica la cita de la forma siguiente:

Dicen los clásicos médicos que la energía vital del hombre surge de diversos tipos de comidas y bebidas. La comida y la bebida llegan al estómago, donde el proceso de la digestión, con ayuda del sistema del bazo, transforma la comida y la bebida en energía vital. Esta energía vital a su vez se transmite a los cinco órganos de almacenamiento, que son el corazón, el hígado, el bazo, los pulmones y los riñones, y los seis órganos de transformación, que son el intestino delgado, la vesícula, el estómago, el intestino grueso, la vejiga y el triple calentador. La energía más ligera, purificada, formada por nutrientes microscópicos, se conoce como «energía de gloria» y la transporta la sangre por los vasos sanguíneos. La energía más pesada, sin purificar, se conoce como «energía de defensa» y circula fuera de los vasos sanguíneos, bañando y protegiendo todas las células. La circulación de esta energía vital (que comprende tanto la «energía de gloria» como la «energía de defensa») es incesante en todas las partes del cuerpo. Después de dar cincuenta vueltas completas en un día, la energía vital se acumula en el «meridiano yin de la mano que corresponde al pulmón». La función de la «energía de gloria» es nutrir el cuerpo. Por lo tanto, es interna y su símbolo es el yin. La función de la «energía de defensa» es defender el cuerpo contra los agentes patógenos externos. Por lo tanto, es externa y su símbolo es el yang. El yin y el yang son complementarios en su flujo incesante, lo cual significa que la «energía de gloria» y la «energía de defensa» no tienen por qué estar situadas, necesariamente, dentro o fuera de los vasos sanguíneos, sino que son dos aspectos de la energía vital: donde hay «energía de gloria» también

hay «energía de defensa», y viceversa. La mención del interior o el exterior de los vasos es relativa, y se refiere a la función interna de la nutrición y a la función externa de la defensa.<sup>7</sup>

Después de esta larga explicación, podemos comprobar los profundos conocimientos de fisiología humana que tenían los antiguos médicos chinos. Lo más impresionante es que ya sabían todo esto en el siglo V AEC. Y lo más significativo es que demuestra lo fácil que resulta que muchos estudiosos modernos, tanto occidentales como chinos, malinterpreten dicho conocimiento y piensen, equivocadamente, que la medicina china apenas presta atención a la fisiología.

Es fácil que se dé un error de concepción similar en el estudio de la anatomía china. La mayoría de los libros de medicina china no contienen ilustraciones sobre la forma ni la estructura de los órganos humanos, y los pocos diagramas que aparecen tienen un aspecto tan elemental que incluso parecen deformes, en comparación con las ilustraciones detalladas de la anatomía occidental. Pero, en realidad, los chinos tenían conocimientos avanzados de anatomía incluso en la Antigüedad. Por ejemplo, el *Clásico de los ochenta y un tópicos difíciles* de Bian Que, del cual está tomada la cita anterior, ofrecía una descripción precisa del tamaño, el peso y el volumen de los órganos internos. Asimismo, los chinos diseccionaban cadáveres humanos para estudiarlos con detenimiento, mientras que los anatomistas occidentales tenían que sacar conclusiones a partir de las disecciones de animales, porque la disección humana estuvo prohibida en Occidente durante mucho tiempo.

Entonces, ¿por qué rara vez aparecen ilustraciones detalladas de los órganos internos en los libros de medicina china? Probablemente, porque a los médicos chinos les interesaban más sus funciones que su estructura, como revela el estudio realizado en este capítulo sobre la manera en que los médicos chinos conciben el funcionamiento interno del hombre, que resulta completamente diferente del conocimiento anatómico y fisiológico occidental.

## La anatomía y la fisiología desde otra perspectiva

Resulta útil tener en cuenta los siguientes puntos al estudiar la anatomía y la fisiología chinas. Cuando los médicos chinos aluden a un órgano, no se refieren sólo a su estructura, sino a todo el sistema relacionado con él, que incluye sus funciones y otros órganos que tienen que ver con él. Por lo tanto, palabras como «corazón», «bazo» y «riñón» tienen distintos significados en chino y en español. Técnicamente, tal vez resulta más apropiado utilizar los respectivos términos chinos, como *xin*, *pi* y *shen*. Por ejemplo, cuando los chinos hablan de *xin*, que por lo general se traduce como «corazón», no se refieren tan sólo a ese órgano tan resistente que tenemos en el pecho y que bombea sangre, sino también a todo el aparato circulatorio y aun al sistema nervioso, ya que *xin* también significa «mente». No obstante, para evitar la dificultad de tener que recordar estos términos chinos, en este libro usaremos su traducción al español.

Es erróneo pensar que esta variación semántica causaría muchos problemas en chino. Para los que comprenden el idioma, resulta tan fácil distinguir el uso de *xin* con el significado de «corazón» o con el de «mente», como para los lectores españoles distinguir el uso de «hombre» como «ser humano adulto de sexo masculino» o como «ser humano de sexo masculino o femenino, de cualquier edad».

Resulta útil considerar la siguiente descripción del cosmos interno del hombre desde el punto de vista de la medicina china, sin imponer, ya sea consciente o inconscientemente, los puntos de vista médicos occidentales, al menos de momento. Como el objeto de este capítulo es hacernos una idea del concepto chino de la anatomía y la fisiología humanas para apreciar mejor la

7. Nanjing Chinese Medical College, *Commentary and Explanation on the Classic of Difficult Topics*, People's Health Publishing House, Pekín, pp. 77-79. En chino.

medicina china, con la esperanza de obtener de ello alguna ventaja, será útil que estudiemos esta explicación como si no tuviéramos ningún conocimiento previo de anatomía ni de fisiología. De este modo, después de dejar de lado, de momento, los conceptos occidentales como, por ejemplo, que los riñones y la vejiga de la orina no son más que filtros, no nos quedaremos perplejos al descubrir que los médicos chinos hace mucho que consideran (y así lo aplican con éxito) que los riñones son órganos fundamentales para la vitalidad sexual y que la vejiga puede tener consecuencias directas en el funcionamiento de los músculos. Cuando estemos dispuestos a dejar de lado nuestras anteojeras culturales y nuestra arrogancia de que el punto de vista occidental sobre la salud y la enfermedad es el único acertado, veremos que muchas de las explicaciones que ofrecía la filosofía médica china para unas curas increíbles son lógicas y razonables, después de todo.

Los médicos chinos clasificaban las vísceras en dos grandes grupos: cinco *zang* y seis *fu*. Según la bibliografía médica clásica, *zang* son los órganos que almacenan la energía y *fu* los que transforman en energía la comida y la bebida. Los cinco órganos *zang* o de almacenamiento son el corazón, el hígado, el bazo, los pulmones y los riñones. Los seis órganos *fu* o de transformación son el intestino delgado, la vesícula, el estómago, el intestino grueso, la vejiga y el triple calentador.

El triple calentador, que para los chinos es un órgano *fu* o de transformación, hace referencia a los tres niveles de cavidades del cuerpo que son el pecho y la parte superior y la inferior del abdomen, donde se llevan a cabo la respiración y las funciones de la digestión y la urogenital. El triple calentador es una de las principales fuentes de energía para la mayor parte del cuerpo humano. Si nos resulta extraño que los chinos lo consideren un órgano, es probable que se deba a que estamos condicionados por nuestra concepción occidental de la medicina. De hecho, tanto desde el punto de vista anatómico como desde el fisiológico, el triple calentador tiene más derecho a ser un órgano que muchas otras partes del cuerpo que la medicina occidental tradicionalmente considera órganos, como la piel y el apéndice.

## El emperador y sus ministros

Comencemos nuestro viaje por la anatomía y la fisiología chinas por el que los chinos suelen considerar el órgano más importante: *xin*, o el corazón. El corazón no sólo controla los vasos sanguíneos, sino también el espíritu. Como sede del espíritu humano, el corazón es la fuente de la conciencia y la inteligencia, además de ser la fuente que proporciona la energía para la circulación de la sangre. Por su enorme importancia, a menudo se describe al corazón, de forma figurada, como el «emperador» que controla los demás órganos.

Cuando el aspecto espiritual del corazón está enfermo, son habituales este tipo de síntomas: taquicardia, temor, angustia, insomnio, pérdida de la capacidad intelectual y pérdida del control emocional. Por otra parte, los síntomas provocados por el aspecto «sangre-carne» del corazón (es decir, el corazón como órgano físico) son, entre otros, el rostro verdoso u oscuro, la tez sin brillo, el cabello opaco, la lengua pálida y el pulso débil y hundido. Estos dos aspectos del corazón están interrelacionados.

Es posible que el lector se haya preguntado alguna vez por qué los médicos chinos no necesitan instrumentos complejos para examinar los órganos internos de los pacientes. El motivo es que disponen de métodos más sencillos y, sin embargo, mejores. Por ejemplo, observando el rostro, la piel y la lengua de un paciente, el médico chino se hace una idea aproximada del estado real de su corazón. Si el corazón y el aparato circulatorio son normales, tendrá el rostro iluminado y sonrosado. Si el corazón o el aparato circulatorio tiene deficiencia de yin (es decir, que tienen una enfermedad estructural), el rostro se vuelve amarillento y sin brillo. Si tienen una deficiencia de yang (una enfermedad funcional), el rostro se vuelve oscuro y opaco. Los maestros clásicos

describían esta relación entre el corazón y el rostro de la siguiente manera: «El corazón que hay dentro del cuerpo es el aparato circulatorio; su gloria se manifiesta en el rostro».

El estado del corazón se aprecia también en la lengua. Si la energía del corazón (su función fisiológica) es excesiva, la lengua será de un rojo brillante; si es insuficiente, la lengua será de un rojo pálido. Si el aspecto espiritual del corazón está enfermo, la lengua será lenta y perezosa, y al paciente no le gustará hablar. Los maestros clásicos describían esta relación de la siguiente forma: «El corazón se manifiesta en la lengua».

Alrededor del corazón y protegiéndolo está el *xin bao*, o pericardio, que los antiguos maestros describían, de forma figurada, como el «embajador», que representaba y servía al «emperador». Como el corazón es el órgano más importante, no deben atacarlo los «males externos» (los agentes patógenos externos); todo ataque será interceptado por el pericardio, que soportará la enfermedad en lugar del corazón. Cuando esto ocurre, es posible que el paciente esté semiconsciente, inconsciente o que delire. El pericardio también se considera el sexto órgano *zang* o de almacenamiento.

El corazón está conectado directamente con el *xiao chang*, o intestino delgado, en el sistema de los meridianos que describiremos en el próximo capítulo. La función principal del intestino delgado es recibir del estómago los alimentos y las bebidas digeridos, y separar lo «puro» de lo «impuro». Por lo tanto, el intestino se describe, en sentido figurado, como el «ministro de recepción». La «esencia pura» se absorbe y se envía a los cinco *zang* para que la almacenen. Las impurezas líquidas se envían a la vejiga urinaria, mientras que las sólidas se envían al intestino grueso.

El exceso de «calor» (del cual hablaremos en otro capítulo) en el intestino se manifiesta en forma de lengua gris y úlceras en la boca, y a veces también por una expulsión breve o dolorosa de la orina. Este exceso de calor puede tener origen en el corazón, ya que éste y el intestino delgado están conectados directamente por sus meridianos correspondientes. Interesa destacar que, mientras que la medicina occidental no tiene muy clara la causa de las úlceras bucales y las trata de forma sintomática, la medicina china comprende que su causa fundamental se encuentra en el sistema del intestino delgado o el del corazón, de modo que, aparte del tratamiento localizado, los médicos chinos también eliminan el exceso de calor en el origen.

El pericardio se relaciona directamente con el *san jiao*, o triple calentador, cuya existencia sin duda será una novedad muy esclarecedora para los lectores occidentales y los dejará perplejos. Así como el pericardio protege el corazón, el triple calentador protege todas las vísceras.

El triple calentador es un órgano amplio y muy influyente, que se describe, en sentido figurado, como el «ministro de transporte». Su superficie estructural abarca toda la zona que ocupan los *zang* y los *fu*, y su funcionamiento afecta todas sus funciones fisiológicas.

El triple calentador consta de tres niveles. El primer nivel o calentador superior se extiende desde la lengua hasta la parte superior del estómago y corresponde a la cavidad torácica. Sus funciones principales son facilitar la transmisión de la energía vital y la esencia de los nutrientes, mantener el calor corporal, nutrir la piel, nivelar la cantidad adecuada de grasa y permitir la difusión armoniosa de la «energía de defensa».

El calentador intermedio se extiende desde el diafragma hasta la cintura y corresponde a la parte superior de la región abdominal. Sus funciones principales son digerir los alimentos y las bebidas, absorber su esencia, producir la sangre y otros fluidos y facilitar el transporte de nutrientes a todo el cuerpo.

El calentador inferior se extiende desde la cintura hasta el ano y corresponde a la parte inferior de la región abdominal. Sus principales funciones son separar lo puro de lo impuro, excretar las impurezas y facilitar la orina y la defecación. Por eso decían los antiguos maestros que «el calentador superior fundamentalmente recibe, el calentador intermedio fundamentalmente procesa y el calentador inferior fundamentalmente excreta».

## El general, el juez y los intendentes

Pasemos ahora al «general» que tenemos en el cuerpo, el *gan*, o sea el hígado. Si nos causa gracia esta imaginería china de órganos internos, y nos parece ridícula y «poco científica», no olvidemos que esta analogía en realidad es más profunda que el concepto occidental del corazón como una bomba, los pulmones como sacos de aire, o la vesícula biliar como un saco de almacenamiento.

¿Por qué llamamos «general» al hígado? Porque controla el sistema de defensa y es fuerte, diligente y resistente. Decían los antiguos maestros que «en el cuerpo, el hígado supervisa los músculos y los tendones, su gloria reside en las uñas y su expresión se manifiesta en los ojos». De modo que si alguien quiere tener ojos bonitos, tiene que cuidar la salud de su hígado.

La función principal del hígado es almacenar y regular el suministro de sangre a todas las partes del cuerpo. Cuando estamos dormidos o descansamos, hay mucha sangre almacenada en el hígado. Cuando estamos activos, el hígado regula el volumen del flujo sanguíneo en función de nuestras necesidades. Si el flujo sanguíneo es sano, nuestros músculos y tendones estarán bien nutridos y tendremos las uñas de las manos y los pies fuertes y brillantes. Observando la fuerza, el grosor, el color y el brillo de las uñas del paciente, el médico chino se forma una buena idea de cómo tiene el hígado.

Si al lector le falla la vista, le conviene prestar atención al estado de su hígado, ya que ambos están íntimamente conectados por los meridianos. La abundancia o la carencia de energía del hígado se manifiesta en el brillo o no de sus ojos.

Cuando una persona es impaciente, intolerante, agresiva y propensa a enfadarse, la energía del hígado aumenta demasiado, con lo cual puede tener dolores de cabeza, mala visión e hipertensión. Así resulta fácil comprender que cuando una persona que tiene una visión perfecta se enfada, no pueda ver con claridad. Por otra parte, entre los síntomas de una energía insuficiente del hígado cabe mencionar los mareos, un zumbido en los oídos, sequedad en la boca, dolor de garganta, el rostro enrojecido y no dormir bien.

La contrapartida del hígado en el sistema de los meridianos es el *dan*, o la vesícula biliar, que en sentido figurado se describe como el «juez». Según la filosofía médica china, la vesícula es mucho más que un pequeño saco para almacenar bilis y segregar mucosidad; se considera la sede del coraje. En chino, la expresión idiomática «tener una vesícula biliar grande» quiere decir «ser muy valiente».

Las funciones principales de la vesícula son purificar mas la esencia de los nutrientes y después almacenarla en el hígado, y nivelar las cantidades y los tipos de esencia para usarla en distintas partes del cuerpo. La vesícula y el hígado están muy relacionados, y los síntomas de enfermedad son bastante parecidos en ambos.

Mientras que para la biología occidental, las principales funciones del bazo son la fabricación, el almacenamiento y la destrucción de las células sanguíneas, según la filosofía médica china el *pi*, que corresponde al bazo como unidad estructural, guarda una estrecha relación con el aparato digestivo. Cuando un paciente dice que no tiene apetito, el médico chino suele fijarse más en su bazo que en su estómago. Los documentos médicos demuestran que, cuando hubo epidemias de tuberculosis que afectaron a grandes segmentos de la población, los médicos chinos consiguieron salvar innumerables vidas nutriendo el bazo de los pacientes para mejorar su apetito y fortalecerlos, para que pudieran superar la enfermedad mediante sus propios recursos. Lo increíble y lamentable es que esto ocurrió unos cuantos siglos antes de que la tuberculosis se convirtiera en una gran causa de mortandad en las sociedades occidentales.

La función principal del bazo, sin embargo, es recibir y almacenar la esencia de los nutrientes procedente del estómago y transmitir la energía de los nutrientes (conocida como «energía de gloria» en la bibliografía médica antigua) a todas las partes del cuerpo. Por eso el bazo se describe, de forma figurada, como el intendente interno.

Cuando el bazo está sano, tenemos la carne bien formada y los labios redondeados. Por el contrario, cuando los labios no están bien nutridos y les falta brillo, indican que la energía del bazo es insuficiente. Esto también se manifiesta en la falta de apetito y en que la comida nos parezca insípida.

El bazo también es muy importante para controlar la calidad y el suministro de sangre. Según la filosofía médica china, los ingredientes que forman la sangre proceden de la esencia de los nutrientes que se obtiene de la comida y la bebida. Si la energía del bazo es insuficiente, la calidad y el suministro de la sangre se verán afectados.

Una energía insuficiente del bazo puede afectar la capacidad para regular el flujo armonioso de la sangre en los vasos sanguíneos, lo cual puede provocar que la sangre salga de los vasos, un trastorno que se conoce como «flujo desordenado por el calor de la sangre». Es posible que el paciente vomite sangre, tosa sangre, sangre por la nariz, pierda sangre en la defecación o en la micción, o tenga hemorragias excesivas durante la menstruación o el parto, trastorno que, por desgracia suele ser fatal. Mientras que la concepción occidental de la medicina se queda perpleja ante estos problemas, los chinos han comprendido su causa y han desarrollado métodos efectivos para controlarlos y también para curarlos. Espero que los científicos occidentales investiguen este valioso conocimiento descubierto por los chinos (que rara vez se conoce en Occidente, debido a las diferencias lingüísticas y culturales) y que realicen avances decisivos que les ayuden a salvar vidas.

El bazo está conectado directamente, a través de un meridiano principal, con el *wei*, o estómago. La función principal del estómago es recibir alimentos y bebidas y transformarlos en esencia de los nutrientes. Es el «intendente externo» del hombre.

La esencia de los nutrientes se transmite al bazo para que la almacene y la distribuya, mientras que el resto, la «masa calentada de las comidas y bebidas», pasa al intestino delgado, donde continúa su purificación y su absorción. Como el estómago es el órgano principal donde se provoca la primera reacción para obtener de los alimentos y las bebidas los nutrientes para nuestras necesidades cotidianas, a veces se lo llama la «fuente de energía posnatal». Para producir los nutrientes, el estómago trabaja en estrecha relación con el bazo.

Cabe destacar que los médicos chinos han conseguido curar numerosas enfermedades crónicas, como las infecciones hepáticas, el endurecimiento del hígado, las infecciones de los pulmones y la hinchazón del riñón, pero en lugar de hacerlo tratando directamente los órganos afectados o las partes enfermas, lo han hecho a través de los sistemas del bazo-estómago. El principio fundamental es fortalecer a los pacientes mejorando su apetito, para que su propio cuerpo pueda superar la enfermedad. El equivalente occidental es el suplemento alimenticio o la nutrición curativa.

## **Los nutrientes y la energía, el trabajo y las vías navegables**

El pulmón, llamado *fei* en chino, es el «primer ministro» que controla la energía vital y la sangre. De acuerdo con la concepción china de la medicina, lo que produce y mantiene la vida es la energía vital. Esta energía procede de la combinación de la «energía del cielo», que se obtiene del aire fresco que respiramos, con la «energía de la tierra», que se obtiene de la esencia de los alimentos y las bebidas.

Al pulmón entra la «energía del cielo», o energía cósmica, en forma de aire fresco, y de él salen los productos de desecho en estado gaseoso, el aire viciado. El pulmón está estrechamente relacionado con el corazón, donde se encuentra la «energía de la tierra», en forma de esencia de los nutrientes.

Cuando tenemos energía vital en abundancia, la piel está radiante y sana, lo cual indica que el pulmón funciona de manera correcta. Cuando la piel está seca y arrugada, indica que el pulmón no funciona bien.

Las enfermedades pulmonares se manifiestan a través de la nariz, en forma de nariz tapada, secreción nasal abundante y pérdida del sentido del olfato. Las enfermedades pulmonares se pueden deber a una insuficiencia de la energía del pulmón, con síntomas como la falta de aire, la voz floja, miedo al frío, cansarse fácilmente, la piel seca, la lengua de color pálido y el pulso débil, o al «calor en el pulmón», que significa que el sistema pulmonar recibe el ataque de agentes patógenos externos, con síntomas de fiebre, tos, flema amarilla, orina amarilla oscura, heces sólidas, la punta de la lengua roja y una saburra amarilla sobre la lengua.

En el sistema de los meridianos, la contrapartida del pulmón es el *da chang*, o el intestino grueso, que en sentido figurado se describe como el «conductor», ya que su función principal es conducir los productos de desecho que ha recibido el intestino delgado para expulsarlos del cuerpo a través del ano, absorbiendo agua al mismo tiempo. Para funcionar, el intestino grueso obtiene energía de los pulmones. Por lo tanto, si el intestino grueso no funciona adecuadamente, a menudo esto se debe a una debilidad pulmonar.

Las enfermedades del intestino grueso se pueden deber a la «humedad» y al «calor», lo cual significa que ha sido atacado por agentes patógenos externos. Entre los síntomas habituales figuran el dolor abdominal, la sensación de calor en el ano, la orina escasa y rojiza, el pulso débil, las evacuaciones frecuentes y la fiebre.

Según la filosofía médica china, el órgano más importante para la vitalidad de una persona es el *shen*, o sea, los riñones. Muchos problemas sexuales, como la impotencia masculina y la esterilidad de las mujeres, que han dejado perplejos a los médicos occidentales, se han solucionado tratando el sistema renal de los pacientes. Éste es un aspecto muy rico, en el cual la ciencia médica occidental puede obtener grandes beneficios de los conocimientos médicos de los chinos.

Aparte de tener que ver con los placeres carnales y las actividades físicas, el riñón también se encarta del rendimiento mental. Los antiguos maestros describían al riñón, en estado figurado, como el «ministro de trabajo», el responsable tanto del trabajo físico como del mental.

La función más importante del riñón es almacenar y nivelar la esencia y la energía. Hay dos tipos o aspectos de la esencia: la esencia de los nutrientes, para las actividades cotidianas, y la esencia sexual, para la procreación.

También hay dos tipos o aspectos de la energía: la energía prenatal y la posnatal. La energía prenatal es la energía primordial, la primera que desarrolla la persona, y deriva del espermatozoide del padre y el óvulo de la madre. Por lo tanto, el resto del feto se desarrolla a partir del riñón, y la energía inicial (o lo que quede de ella) sigue alojada allí. A veces se llama al riñón la «fuente de energía prenatal». La energía posnatal es la energía vital que se produce por la reacción de la «energía del cielo» (el aire fresco) con la «energía de la tierra» (los alimentos).

El riñón también está relacionado con la memoria, la inteligencia y otras actividades mentales, porque la energía del riñón se usa para producir el *sui*, que es la médula. Según la concepción china de la medicina, la médula fluye de forma permanente por los huecos de los huesos y a través de las vértebras hasta llegar al cerebro, para nutrirlo, como hace la circulación sanguínea para nutrir otras partes del cuerpo. Por lo tanto, la energía del riñón afecta directamente la cantidad y la calidad de la médula, que a su vez afecta el rendimiento del cerebro.

Insisto en que, si al lector esta información le parece extraña, es debido a los prejuicios de la perspectiva occidental de la medicina, que todavía no conoce esta información. La experiencia clínica china demuestra que los médicos chinos han conseguido aplicar este saber para mejorar la memoria de los pacientes, curar mareos y superar el insomnio, nutriéndoles los riñones para fortalecer la médula.

El estado de nuestros riñones se refleja en nuestros huesos. Si los huesos están secos y quebradizos, por ejemplo, eso significa que los riñones no nos funcionan bien. Afortunadamente,

no hace falta extraerle a nadie los huesos para conocer el estado de sus riñones, porque «la gloria del riñón se manifiesta en el cabello y se expresa en las orejas». De modo que, por el brillo y el estado general del cabello de una persona, uno puede hacerse una idea de su vitalidad sexual y general. La insuficiencia de la energía del riñón suele producir dificultades de audición o un zumbido en los oídos. Si uno empieza a oír ruidos, es posible que el problema no proceda de los oídos, sino de los riñones.

El riñón está estrechamente relacionado con el *pang guang*, o vejiga urinaria. La principal función de la vejiga es extraer la esencia de los nutrientes del fluido corporal y descargar el líquido impuro en forma de orina. La esencia de los nutrientes se envía al riñón, y de ella obtiene éste la energía necesaria para funcionar. Por lo tanto, la debilidad de la vejiga puede indicar una debilidad del riñón. Los antiguos maestros describían la vejiga urinaria como el «ministro de vías navegables».

El meridiano que rige la vejiga urinaria abarca una amplia zona que se extiende desde la cabeza hasta la parte posterior de las piernas. Este meridiano está muy relacionado con el sistema muscular; por consiguiente, una insuficiencia de energía en la vejiga afecta directamente los músculos y trae como consecuencia que el cuerpo no se pueda desprender adecuadamente de los desechos tóxicos de los músculos.

## Los órganos extraordinarios

El concepto chino de los órganos internos considera que hay «cinco *zang*, seis *fu*», es decir, cinco órganos de almacenamiento, que son el corazón, el hígado, el bazo, los pulmones y los riñones, y seis órganos de transformación, que son el intestino delgado, la vesícula, el estómago, el intestino grueso, la vejiga y el triple calentador. Un *fu* es el lugar donde los alimentos y las bebidas se transforman en energía nutriente y donde se excretan los productos de desecho. Un *zang* es el lugar donde la energía nutriente se almacena, se regula y se distribuye a todas las partes del cuerpo, para distintos usos. El pericardio también se considera un *zang*, con lo cual tenemos doce órganos internos. Estos doce órganos internos están conectados mediante una compleja red de doce meridianos primarios, de los cuales hablaremos en el próximo capítulo.

Aparte de estos órganos principales, existen los *ji-heng-zhi-fu*, es decir, los «órganos extraordinarios», que incluyen el cerebro, la médula, los huesos, los vasos, la vesícula y el útero. Se llaman «extraordinarios» porque, aunque estructuralmente y por su situación parecen *fu*, funcionan como *zang*. A excepción de la vesícula biliar, estos «órganos extraordinarios» no están conectados directamente con los doce meridianos principales.

La vesícula es especial. Aunque se considera un órgano principal y está conectada a uno de los meridianos principales, también se incluye entre los órganos extraordinarios porque es el único de los seis órganos *fu* que sólo transforma, pero no excreta.

Es posible que algunos lectores se sorprendan al comprobar que para los médicos chinos el cerebro no merece el tipo de atención especial que suelen darle los médicos occidentales. Tanto es así, que ni siquiera lo consideran un órgano principal. Sin embargo, lo consideran el «mar de la médula», donde se acumula la médula de todo el cuerpo. La médula, que es muy rica en energía nutriente, fluye por los huecos de los huesos, y su producción depende de la energía de los riñones.

Los huesos constituyen la estructura ósea del cuerpo. Además, almacenan y regulan la médula para nutrir el cerebro. Hay dos tipos de *mai*, o vasos: aquellos por los cuales circula la sangre y aquellos por los cuales fluye la energía, llamados meridianos. Estos vasos llevan sangre y energía a todas las partes del cuerpo, y retiran los productos de desecho para su eliminación.

Las dos funciones principales del útero, que sólo se encuentra en el sexo femenino, son supervisar el ciclo menstrual y prepararse para el embarazo. El útero está conectado por el *du mai* (el meridiano de la concepción) y el *chong mai* (el meridiano vital o penetrante), que regulan el



ciclo menstrual antes de la concepción y nutren el feto cuando se ha formado. Es posible que las mujeres que no tienen un ciclo menstrual regular, o que tienen dificultades para concebir (a pesar de que su ginecólogo les haya confirmado que no sufren de ningún trastorno clínico), puedan solucionar sus problemas limpiando los bloqueos que tengan en cualquiera de los dos meridianos y nutriendo la energía que circula por ellos.

No es extraño, en nuestros días, que los médicos occidentales no encuentren ningún trastorno clínico en sus pacientes, aunque tanto unos como otros son conscientes de que la dolencia o la enfermedad no son imaginarios. En lugar de echarle la culpa al estrés o a cualquier otro factor psicológico, y limitarse a recomendarle al paciente que se relaje, convendría volver a examinar estos casos teniendo en cuenta la nueva información (por más que los médicos chinos la conocen y la ponen en práctica con éxito desde hace mucho tiempo) que se menciona en este capítulo y en otros.

Toda la relación interesante entre los diversos órganos es posible debido a la energía vital. De hecho, la energía vital, o el *chi*, es el factor más importante de la medicina china, independientemente de que lo analicemos desde la perspectiva de la fisiología, la patología, la diagnosis, la prognosis o la terapéutica. En el próximo capítulo, estudiaremos la compleja red de flujo de energía en nuestro cuerpo y descubriremos que muchas cosas que hasta ahora parecen increíbles en medicina china sobran sentido, después de todo.



# 8

## La vida es un intercambio significativo de energía

### El *chi* en la medicina china

*El concepto de la energía biológica se desarrolla en mayor o menor medida en distintas terapias, pero es probable que su expresión más sofisticada se encuentre en la medicina china tradicional, donde la energía recibe el nombre de chi [...] Sorprende comprobar que la medicina convencional es el único sistema médico que ha conocido el hombre en el cual no existe el concepto de energía biológica.*

DOCTOR JULIAN N. KENYON

### La increíble sabiduría de los antiguos chinos

Mucho antes de que los científicos occidentales descubrieran que tanto la partícula del átomo como el universo infinito están compuestos de energía, los chinos ya lo sabían. Lao Tzu, el patriarca taoísta que vivió en el siglo VI AEC, dijo:

El Tao crea el uno. El uno crea el dos.  
El dos crea el tres. El tres crea todos los fenómenos.

Lo que quería decir Lao Tzu era lo siguiente:

El Tao, que es un nombre convencional para la realidad suprema, crea el cosmos. En el cosmos hay dos aspectos: el yin y el yang. Del yin y el yang derivan la energía positiva, la energía negativa y la energía neutra.<sup>8</sup> Estos tres tipos de energía fundamentales reaccionan de forma interminable para producir todos los fenómenos.<sup>9</sup>

Sería un error pensar que un conocimiento tan profundo estuviera limitado a apenas unos cuantos filósofos. De hecho, el concepto de energía como ingrediente tanto de la partícula subatómica como del universo ha sido un aspecto de gran importancia en la filosofía china, y se conoce como «la teoría de la energía primordial». El gran neo-confuciano de la dinastía Song, Zhang Dai (1020-1077), dijo de forma explícita:

El cosmos es un conjunto de energía. La energía tiene yin y yang. Cuando se dispersa, lo impregna todo; cuando se une, se vuelve nebulosa. Cuando adopta una forma, se convierte en materia. Cuando se desintegra, vuelve a su estado original.<sup>10</sup>

8. La ciencia moderna los llama protón, electrón y neutrón.

9. Lao Tzu, *Tao Te Ching* [El clásico del camino y la virtud], capítulo 42. En chino.

10. Chang Yi Shan, *Ancient Chinese Philosophies on Energy*, Hupei People's Publication, 1986, p. 111. En chino.

Antes de que los astrónomos y físicos nucleares actuales redescubrieran estos hechos, muchos pensaban que Zhang Dai decía tonterías.

Los científicos modernos deben de estar atónitos con lo que afirmaba un científico clásico chino, Fang Yi Zhi, en su *Comprender la física*:

Cuando la energía se integra, se vuelve forma; cuando irradia, se convierte en luz; cuando vibra, se vuelve sonido. Todas éstas son diversas formas de energía. La mayor parte de la energía existe en los estados de pre-integración, pre-irradiación y pre-vibración. Por eso, la energía, la forma, el sonido y la luz son fundamentales.<sup>11</sup>

La energía es el aspecto fundamental de la medicina china. En chino moderno romanizado, la energía se escribe *qi*, y se pronuncia *chi*. No exageramos al afirmar que en todos los aspectos de la medicina china (en fisiología, psicología, patología, farmacología, diagnosis y también en terapéutica) se tiene en cuenta el *chi*, o la energía. De hecho, toda la medicina china pretende asegurar el flujo significativo y armonioso de la energía en el ser humano, desde el nivel celular y de los tejidos, pasando por el nivel de los órganos y los sistemas, hasta llegar al nivel ecológico y el cósmico, lo cual es lógico si recordamos que la energía no sólo es el ingrediente fundamental del hombre, sino también de la partícula infinitesimal y del cosmos infinito.

## Lo que dicen los clásicos sobre la energía

Veamos lo que opina sobre la salud y la energía el Nei Jing, o el Clásico interno de medicina, el texto más antiguo, que muchos siguen considerado la máxima autoridad en medicina china:

El hombre nace de la tierra; obtiene su vida del cielo; el cielo y la tierra se unen para producir energía; la vida resultante es el hombre.

Como ya hemos dicho muchas veces en este libro, tanto el idioma chino clásico como los términos médicos chinos son muy concisos. Es muy fácil que los lectores occidentales, aunque sepan mucho de medicina o sean expertos en otras áreas, interpreten mal la sabiduría oculta en una descripción que suele ser poética. La cita anterior podría ampliarse de la siguiente manera:

El lugar adecuado para el hombre es la superficie de la tierra, de la cual depende para muchas cosas, incluidos los alimentos. Pero lo que le suministra la tierra, aunque es esencial, no es suficiente; también necesita energía cósmica (que, para simplificarlo, se suele traducir como aire fresco) para los procesos de la vida. Esta energía cósmica reacciona con la energía que obtiene de la tierra (de los alimentos) para producir la energía vital. Esta energía vital es fundamental para todas las actividades internas y externas de la vida del hombre.

¿Podemos decir que la explicación anterior es una cuestión de interpretación? ¿Alguna otra persona interpretaría los términos concisos de la cita de una forma diferente? ¿Podría interpretar «nacer de la tierra» como «está hecho de los mismos elementos que componen la tierra», y «obtiene su vida del cielo» como «es capaz de vivir por la gracia de Dios o de algunos seres celestiales»? No, esto no es una cuestión de interpretación personal. Cualquier médico chino con sólidos conocimientos de la filosofía médica china interpretará la cita como lo acabamos de explicar, porque este sentido se manifiesta de forma inconfundible en otras partes importantes del mismo libro.

11. *Ibidem*, p. 20. En chino.

Esta concisión de los escritos médicos chinos tiene dos aspectos: no sólo los términos son compactos, sino que a menudo no se menciona la información que aparece en otras partes del libro y que se supone que los lectores entendidos ya saben. Por ejemplo, en la cita anterior, basta con mencionar la «energía»; los lectores entendidos sabrán que se trata de la energía vital, y no de otros tipos de energía, y este significado se confirma en otras partes del libro. Muchos errores sobre el saber médico chino entre los estudiosos occidentales se deben a esta mala interpretación, sobre todo cuando se citan las obras chinas fuera de contexto y sin la información de fondo esencial.

Un ejemplo de este laconismo es la que dice el *Clásico* acerca de la energía y la patogénesis. Invito al lector a que se entretenga interpretándolo, antes de leer la explicación que lo acompaña.

Cuando las energías son adecuadas, no hay ninguna causa de enfermedad.  
Si entre el mal, seguro que la energía es débil.

Esta expresión resume toda la patología china. Pero cometeríamos un grave error si pensáramos que los chinos tienen una filosofía muy simplista sobre las causas de las enfermedades. Brevemente, la cita anterior se puede ampliar de la siguiente manera:

Las energías que fluyen dentro de nuestro cuerpo y se encargan de todas nuestras funciones fisiológicas y psicológicas se clasifican en seis tipos, según nuestros seis órganos *zang*, que son la energía del corazón, la energía del hígado, la energía del bazo, la energía de los pulmones, la energía de los riñones y la energía del pericardio. Incluyen también su contrapartida *fu*, que consiste en la energía del intestino delgado, la de la vesícula, la del estómago, la del intestino grueso, la de la vejiga urinaria y la del triple calentador. Cuando estas energías son abundantes y fluyen de forma armoniosa, las funciones fisiológicas y psicológicas funcionan bien. No aparecerán causas de enfermedad.

Si entra en el cuerpo la energía mala, que es una expresión figurada y colectiva que incluye todos los agentes externos que provocan enfermedades, no cabe duda de que la energía vital se ha debilitado. Si la energía vital es fuerte, como suele ocurrir en una persona sana, los sistemas propios de autodefensa, regenerativo, inmunitario y los demás sistemas del cuerpo vencerán a la energía mala. Por lo tanto, si una persona está enferma, superará la enfermedad cuando recupere el flujo adecuado de su energía vital; si está sano, no contraerá la enfermedad.

El *Clásico interno de medicina* formula una pregunta retórica: «Si la energía fluye de manera armoniosa por todos los meridianos, ¿de dónde puede venir la enfermedad?»

La energía del corazón es similar a la energía del pericardio. Por consiguiente, las energías de los seis órganos *zang* y sus respectivos órganos *fu* corresponden a los cinco procesos elementales, y esto se expresa en el principio de los «cinco movimientos y las seis energías». Este principio también es de aplicación al cosmos, ya que las distintas energías del cosmos se pueden generalizar en seis tipos principales. Por lo tanto, el hombre es un microcosmos del universo.

## Los distintos tipos de energía

Los chinos han clasificado la energía, como se utiliza en medicina, de muchas formas. La energía cósmica procede del cielo, mientras que la energía terrestre procede de la tierra, a través de los alimentos y las bebidas; las dos reaccionan para formar la energía vital, que es esencial para la vida. La energía original que procede del padre y de la madre que dieron vida al feto, así como la energía que proporciona la madre dentro del útero, se denominan energía prenatal, mientras que toda la energía que el niño recibe después del nacimiento es energía posnatal.

La energía que es buena para el cuerpo es energía buena (a menudo denominada energía vital), mientras que la energía que es perjudicial para la salud es la energía mala. La energía que se

encuentra en los órganos internos (que hace que desempeñen sus funciones fisiológicas) se llama energía de los órganos, y se divide en energía *zang* y energía *fu*, y a su vez se clasifica de acuerdo con los órganos respectivos, como energía del hígado, energía del estómago, etcétera. La energía que nutre el cuerpo se conoce como energía nutriente, mientras que la que lo defiende de las interferencias externas se llama energía de defensa. La energía que fluye por los meridianos es la energía de los meridianos, mientras que la que un maestro transmite a otro es la energía externa.

Esta clasificación es una convención, y los términos coinciden a menudo. Por ejemplo, la esencia de los nutrientes que circula por un meridiano se llama energía de los meridianos; cuando penetra en el intestino grueso para contribuir a su funcionamiento forma parte de la energía del intestino grueso, pero si nutre las células del intestino grueso se denomina energía nutriente. Si al lector le causan gracia los términos chinos, como «energía buena» y «energía mala», esto se debe a la diferencia lingüística entre su lengua y el chino, porque en este idioma los términos resultan poéticos y están cargados de sentido.

El flujo de la energía, tanto en el ser humano como en el universo, es sistemático y ordenado. Zhu Xi (Chu Hsi), un científico que vivió en el siglo XII, llegó a la conclusión de que todos los fenómenos se basan en el *li* y el *chi*, es decir, el principio y la energía. Mucho antes de que William Harvey demostrara en Occidente, en el siglo XVI, que la circulación de la sangre es sistemática, los chinos conocían y aprovechaban el complejo sistema de los meridianos del flujo de la energía (incluida la sangre) en el hombre.

## La teoría de los meridianos

Incluso en fechas tan recientes como a principios del siglo XX, mucha gente se reía de la acupuntura y se preguntaba cómo era posible curar una enfermedad clavando agujas en el cuerpo del paciente. En la década de 1970, los científicos médicos occidentales se quedaron perplejos al ver a los médicos chinos utilizando la acupuntura, y nada más, como anestesia en intervenciones quirúrgicas importantes, mientras los pacientes conversaban con el cirujano durante la operación, y comprobaban que su capacidad de recuperación era mucho mayor. Pero lo más asombroso no se había visto todavía: por ejemplo, en operaciones abdominales, la agujas anestésicas del acupuntor no se colocaban en el abdomen, ni cerca de él, sino más lejos, en los codos y las rodillas del paciente. Después de leer acerca del sistema de los meridianos, en este capítulo y el siguiente, el lector comprenderá cómo es posible realizar una hazaña tan increíble.

La teoría de los meridianos es una de las más importantes en la medicina china. Cuesta comprender la acupuntura y las demás ramas de la medicina china si no se comprende esta teoría. Sin embargo, por diversos motivos, muchos occidentales, y hasta los propios chinos, no la conocen bien. Merece la pena dedicar un poco de esfuerzo al estudio de los meridianos y su importancia, no sólo para apreciar mejor los principios y la práctica médica de los chinos, sino también porque la teoría de los meridianos puede abrir algunas vías insospechadas que conduzcan a adelantos médicos decisivos en el noble esfuerzo del hombre por salvar y prolongar la vida, independientemente de las filosofías médicas o las prácticas de los investigadores.

Cuando hablamos aquí de «teoría» no nos referimos a una especulación, sino a una explicación. Los meridianos no son meras ideas especulativas, sino hechos de los cuales los chinos se vienen sirviendo con eficacia desde la Antigüedad. En 1960, en una conferencia celebrada en Gorki, unos médicos soviéticos afirmaron que sus experimentos demostraban la existencia de meridianos y puntos de energía justamente donde los chinos los conocían desde hacía siglos. En 1963, el doctor Kim Bong Lan, de Corea del Norte, ganó un premio internacional por su descubrimiento de que las células de la piel situadas a lo largo de los meridianos tienen una estructura diferente de la de otras células del mismo tipo. Lo que los chinos saben desde la Antigüedad es mucho más profundo y útil que estos «descubrimientos». Sin duda es una gran

pena que, por un problema de comunicación o por cualquier otro motivo, un conocimiento tan profundo no se pueda utilizar ampliamente en beneficio de toda la humanidad.

Los meridianos son canales por donde fluye la energía dentro del cuerpo. En chino, los meridianos se conocen como *mai*, una palabra que también designa a los vasos sanguíneos. Pero mientras que los vasos sanguíneos son como tubos con límites definidos, los meridianos son como corrientes, cuya forma depende del flujo real de la energía. Los límites y la situación de los meridianos varían según el volumen y el sentido del flujo de la energía; en la práctica, los cambios son tan insignificantes que los meridianos en realidad conservan siempre la misma forma y situación, si bien durante un período su volumen puede crecer al mejorar la salud de la persona.

Los meridianos (o, más correctamente, la energía de los meridianos) fluyen en lo profundo de nuestro cuerpo, y por lo general no se pueden tocar con el dedo. No obstante, existen puntos determinados de la piel donde podemos tener acceso a este flujo de energía con un dedo, y éstos son los llamados puntos de energía o puntos vitales, *xue*, en chino romanizado. Como estos puntos se utilizan en acupuntura y en la terapia de masaje, también reciben los nombres de puntos de acupuntura y puntos de presión.

En chino romanizado, la sangre también se escribe *xue*. Cuando *xue* se utiliza en el sentido de los puntos vitales se pronuncia en el segundo tono, mientras que cuando se utiliza con el significado de sangre se pronuncia en el cuarto tono; pero como los valores tonales no se suelen indicar en la escritura, el lector tiene que prestar atención para no confundirlos.

## Canales, colaterales y extensiones

La compleja red del flujo interno de energía que conecta literalmente todas las partes de nuestro cuerpo se conoce como el sistema de los meridianos, que comprende lo siguiente:

1. Doce meridianos principales.
2. Ocho meridianos extraordinarios.
3. Doce meridianos-extensiones.
4. Doce meridianos tendino-musculares.
5. Quince meridianos colaterales.

Los doce meridianos principales, los más importantes del sistema, son los principales canales de energía, fluyen de las manos a los pies, y viceversa, y atraviesan los doce órganos internos del cuerpo; reciben el nombre de los órganos respectivos, como el meridiano del pulmón, el del intestino grueso, etcétera. Son como grandes autopistas que conectan las principales regiones de un país. Hablaremos en más detalle de estos meridianos principales en el próximo capítulo.

En realidad, a los meridianos principales se los llama *jing*, o canales, y a los meridianos colaterales se los llama *luo*, o derivados. Por ejemplo, el meridiano del pulmón y el del intestino grueso se llaman canal del pulmón y del intestino grueso. Pero como en Occidente tradicionalmente se ha utilizado la palabra «meridiano» en vez de «canal», para evitar confusiones en este libro vamos a respetar este uso convencional de la palabra «meridiano».

Los ocho meridianos extraordinarios o canales secundarios no fluyen a través de los órganos internos, sino que parecen «redes de energía» verticales que protegen el cuerpo, y también trabajan como depósitos para almacenar la energía. Parecen carreteras principales que recorren los límites de todo el país, sin tocar ninguna de las regiones principales. Dos de los ocho meridianos son muy importantes: el meridiano *ren* (o meridiano de la concepción) y el *du* (el meridiano gobernador), que recorren todo el cuerpo, por la parte anterior y la posterior.

Los doce meridianos-extensiones se extienden a partir de los meridianos principales, cuyo nombre reciben, como el meridiano-extensión del pulmón, el meridiano-extensión del intestino

grosso, etcétera. Recorren todo el cuerpo a gran profundidad, y son importantes para conectar un meridiano con otro, o con un órgano interno. Son como las carreteras de enlace que conectan una autopista con otra o con una región importante.

Los doce meridianos tendino-musculares son extensiones continuadas de los doce meridianos principales y los doce meridianos-extensiones. Como suelen ir a los músculos y a los tendones, se llaman meridianos tendino-musculares. Se encuentran principalmente en las extremidades y en la cabeza, y están situados en la superficie del cuerpo, nunca dentro de los órganos internos. Son como carreteras más pequeñas que se bifurcan de la autopistas o de las carreteras principales en dirección al campo.

Los quince meridianos derivados, o colaterales, salen de cada uno de los doce meridianos principales y de los meridianos *ren* y *du*, y además incluyen una red de colaterales en el bazo. Reciben el nombre del meridiano principal del cual salen, como el meridiano-colateral del pulmón, el meridiano-colateral ren, etcétera. Los colaterales del bazo se conocen como los «grandes colaterales del bazo», y no hay que confundirlos con los meridianos-colaterales del bazo. Los colaterales pueden introducirse en lo más profundo del cuerpo, hasta alcanzar los órganos internos. Son como los caminos rurales. Los colaterales se subdividen en colaterales cada vez más pequeños, llamados *sun lou*, o subcolaterales, que llegan hasta cada una de las células del cuerpo. Son como pequeños senderos que conducen a cada una de las casas del país.

Según la concepción china de la medicina, la salud y la vida sólo son posibles si la energía vital fluye de forma armoniosa. La enfermedad se produce cuando la energía se bloquea, y si el flujo se detiene, la vida se acaba. Es interesante destacar que muchos biólogos modernos, después de sentirse defraudados con tantas definiciones del pasado, ahora definen la vida como un intercambio significativo de energía. Seguiremos hablando de este intercambio significativo de energía y de sus inevitables consecuencias para la salud en el capítulo siguiente.

# 9

## El universo en nuestro interior

### La red del flujo de energía

*Cuando logres el flujo de la energía del microuniverso, eliminarás cientos de enfermedades; cuando logres el flujo de la energía del macrouniverso, vivirás cien años.*

PROVERBIO DE CHI-KUNG

### El flujo de la energía universal

El «flujo de la energía del microuniverso», o simplemente el «microuniverso», es un término que se utiliza en chi-kung para indicar el flujo permanente de la energía vital por los meridianos *ren* y *du*. El chi-kung es el arte, esotérico en la Antigüedad, de desarrollar la energía vital, y sus aspectos relevantes se han utilizado para promover la salud y curar la enfermedad. Los meridianos *ren* y *du* son los dos meridianos principales que recorren todo el cuerpo, por la parte anterior y la posterior, respectivamente.

El «flujo de la energía del macrouniverso», o «microuniverso», hace referencia a un flujo constante de energía vital a lo largo de nuestros doce meridianos primarios, que son aquellos que atraviesan los doce órganos internos principales.

La cita que aparece al principio del capítulo no es una exageración, sino una constancia de algo que se ha observado durante siglos. Si alguien quiere eliminar cientos de enfermedades y vivir cien años (¿y quién no lo quiere?), tiene que practicar chi-kung, siguiendo las indicaciones de un maestro. No es conveniente aprender chi-kung avanzado leyendo un libro, por un motivo de salud, como haremos más adelante. La finalidad de este capítulo, por lo tanto, no es dar instrucciones para practicar el microuniverso ni el macrouniverso, sino brindar información sobre el sistema de meridianos a lo largo de los cuales fluye la energía, una información que revelará algunos de los secretos desconcertantes de la medicina china.

Los meridianos se clasifican en dos grupos: los *zheng jing*, o meridianos principales, y los *ji jing*, o meridianos extraordinarios o secundarios. Los meridianos principales fluyen directamente a los grandes órganos internos, no así los extraordinarios. Hay doce meridianos principales y ocho extraordinarios, de los cuales derivan los meridianos-extensiones, los meridianos tendino-musculares, los colaterales y los subcolaterales.

### Los doce meridianos principales

Algunos lectores encontrarán bastante impresionantes los nombres de los meridianos principales, como el «meridiano del pulmón *tai yin* de la mano», y cuando ven en un diagrama el lugar donde están situados estos meridianos, a veces se preguntan cómo puede ser que un meridiano que lleva

el nombre de un órgano determinado se encuentre en otro órgano distante; por ejemplo, por qué el meridiano del pulmón se encuentra en el dedo índice o en el intestino grueso. En este apartado vamos a responder tanto a ésta como a otras preguntas fascinantes.

En su forma abreviada, estos doce meridianos primarios reciben el nombre de los seis órganos de almacenamiento y los seis órganos de transformación, de la siguiente manera:

1. Meridiano del corazón
2. Meridiano del pericardio
3. Meridiano del hígado
4. Meridiano del bazo
5. Meridiano del pulmón
6. Meridiano del riñón
  
7. Meridiano del intestino delgado
8. Meridiano del triple calentador
9. Meridiano de la vesícula
10. Meridiano del estómago
11. Meridiano del intestino grueso
12. Meridiano de la vejiga

Los seis primeros meridianos de esta lista se conocen como meridianos yin, porque están relacionados directamente con los órganos *zang*, que son yin; los seis últimos son meridianos yang, porque están relacionados con los órganos *fu*, que son yang. Por lo general, los meridianos yin recorren la parte anterior del cuerpo o las extremidades, mientras que los meridianos yang van por la parte posterior.

Todos los meridianos principales son pares, y están dispuestos en el cuerpo de forma simétrica, de modo que en realidad los meridianos principales son veinticuatro, aunque para mayor comodidad sólo hablaremos de uno de cada par.

Los extremos de los meridianos principales se encuentran en las manos o en los pies. Hay seis (pares de) meridianos de la mano y seis (pares de) meridianos del pie. En cada mano y en cada pie hay tres meridianos yin que recorren la parte anterior y seis meridianos yang por la parte posterior. Por lo tanto, los doce meridianos se pueden clasificar de la siguiente manera:

1. Tres meridianos yin de la mano
2. Tres meridianos yang de la mano
3. Tres meridianos yang del pie
4. Tres meridianos yin del pie

En la figura 9.1 aparece, en forma de diagrama, la posición y el sentido normal del flujo de los doce meridianos principales.

Obsérvese que los tres meridianos yin de la mano fluyen desde los órganos internos hacia los dedos, donde se unen con los tres meridianos yang de la mano, que fluyen de los dedos hacia la cabeza, mientras que sus meridianos-extensiones se ramifican para conectarse con sus órganos respectivos. Para simplificar, en el diagrama anterior no aparecen los órganos ni los meridianos-extensiones, aunque aparecerán después en otros diagramas en los que se muestre cada meridiano por separado.

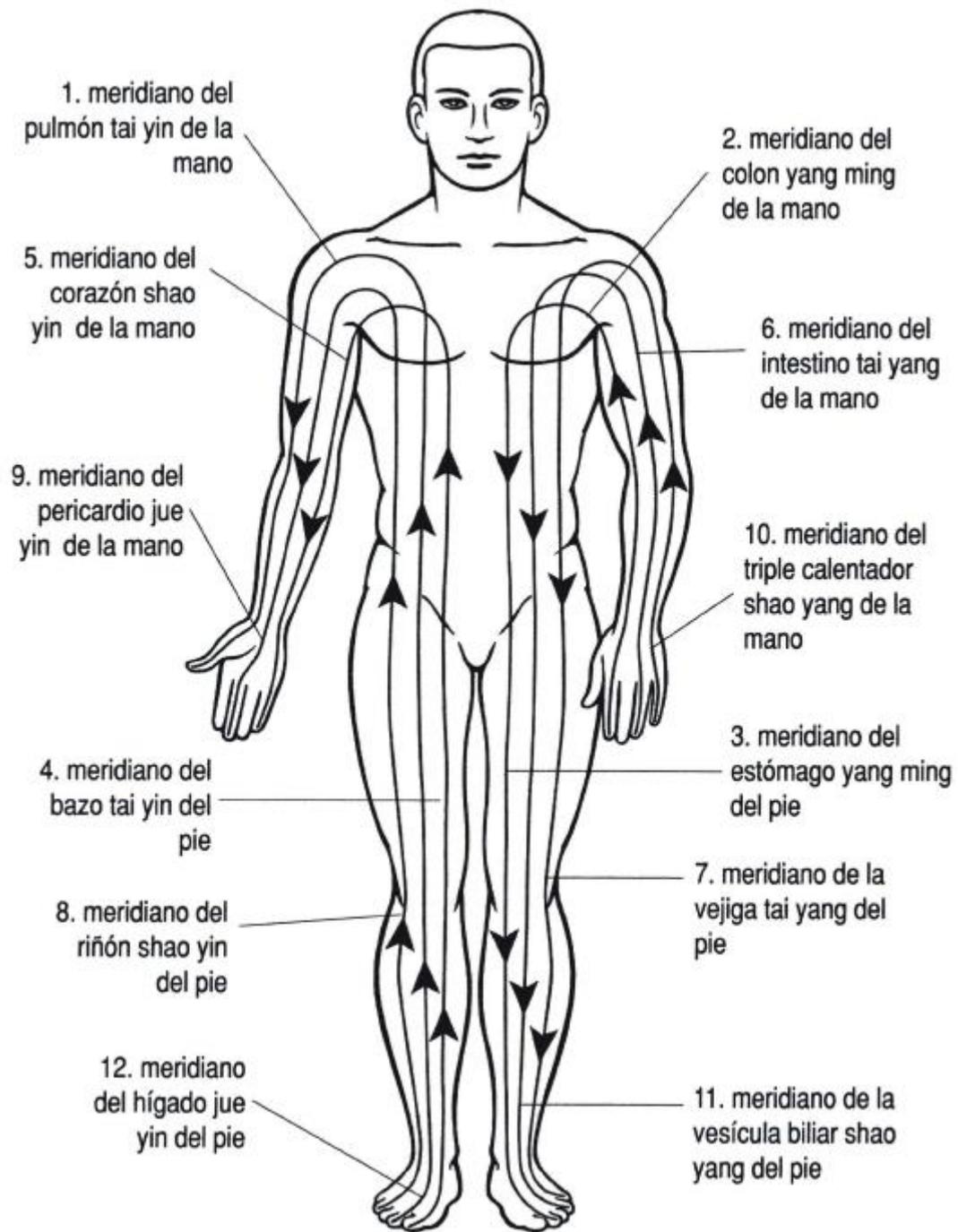


Figura 9.1: La posición y el sentido del flujo de los doce meridianos principales

En la cabeza, los tres meridianos yang de la mano se unen con los tres meridianos yang del pie, que bajan por el cuerpo, atravesando sus órganos respectivos, y por las piernas hasta llegar a los dedos de los pies, donde se unen con los tres meridianos yin del pie, que suben por las piernas y el cuerpo hasta sus órganos respectivos. Los correspondientes meridianos-extensiones conectan estos órganos yang con los órganos yin que continúan el flujo hasta los tres meridianos yin de la mano, repitiendo de este modo el ciclo interminable. El sentido normal del flujo, por lo tanto, es el siguiente: del yin de la mano al yang de la mano al yang del pie al yin del pie y otra vez al yin de la mano.

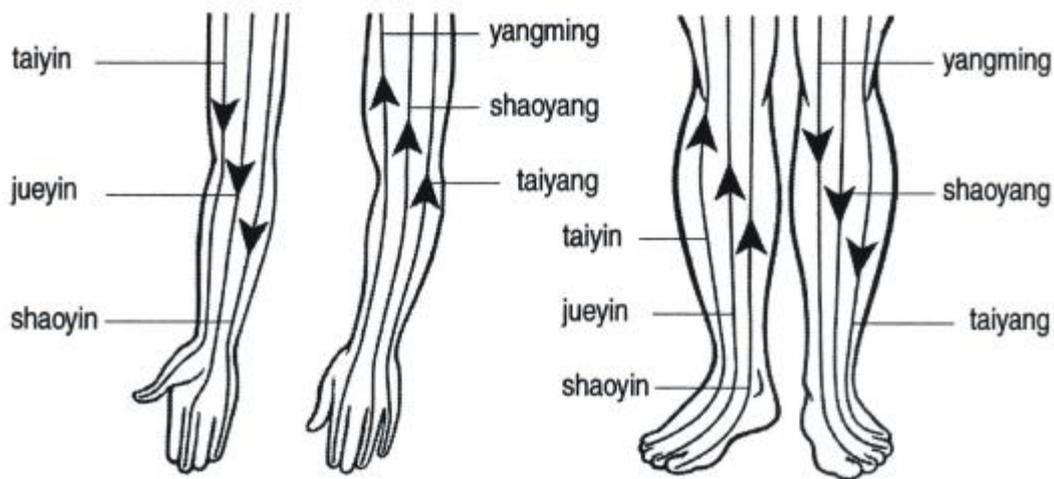


Figura 9.2: La posición de los tres yin y los tres yang

De modo que, en cada brazo y en cada pierna, y en la parte anterior al igual que en la posterior, hay tres meridianos principales, como se muestra, en forma de diagrama, en la figura 9.2.

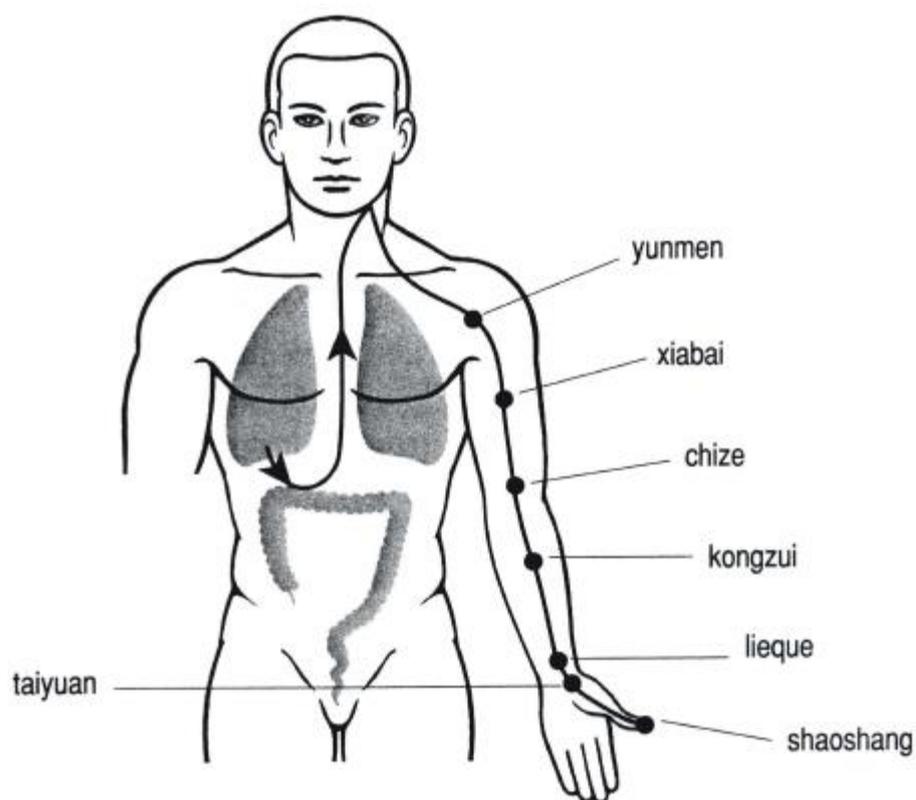
Vamos a examinar los tres meridianos yin de la mano y del pie. El meridiano yin interno (el del meñique o el dedo pequeño del pie) se llama *shao yin*, o yin menor, en el sentido de que la energía yin está empezando. El meridiano yin externo se llama *tai yin*, o yin mayor, en el sentido de que la energía yin está en su punto culminante. El meridiano yin intermedio se llama *jue yin*, o yin final, en el sentido de que la energía yin está en su etapa final, a punto de convertirse en la primera etapa de yang. Obsérvese que en el diagrama se ha simplificado la posición de los meridianos yin. En realidad, mientras que las tres posiciones yin de los meridianos de la mano son claras, las de los meridianos del pie son bastante complejas.

Fijémonos ahora en los meridianos yang de los brazos y las piernas. El meridiano yang interno (el del pulgar o el dedo gordo del pie) se llama *yang ming*, o yang brillante, e indica que la energía yang se encuentra en su última etapa. El meridiano yang externo se llama *tai yang*, o yang mayor, en el sentido de que la energía yang está en su punto culminante. El meridiano yang intermedio se llama *shao yang*, o yang menor, en el sentido de que la energía yang está en su comienzo.

De modo que cuando alguien habla del «meridiano *tai yin* de la mano» sabemos que se refiere al meridiano situado en la parte externa de la cara anterior del brazo. Sabemos también que la energía que fluye por este meridiano procede de un órgano de almacenamiento yin y que la energía es muy fuerte. El «meridiano *shao yang* del pie» es el meridiano intermedio que se encuentra en la parte posterior de la pierna, cuya energía procede de un órgano de transformación yang y comienza a generar fuerza. Sin embargo, si el lector todavía se siente desconcertado por los nombres y el lugar donde se hallan los meridianos, tal vez lo consuele saber que hasta los estudiantes de medicina china los encuentran difíciles.

## El meridiano del pulmón y el del intestino grueso

Lo más fácil es referirnos a los doce meridianos principales con el nombre de los órganos que los controlan, como el meridiano del pulmón, el del intestino grueso, etcétera. La siguiente es una descripción simplificada de los doce meridianos principales, aunque basta para darnos alguna idea de nuestro fascinante flujo interno de energía. Los principales puntos de energía de los meridianos aparecen también en la siguiente ilustración.



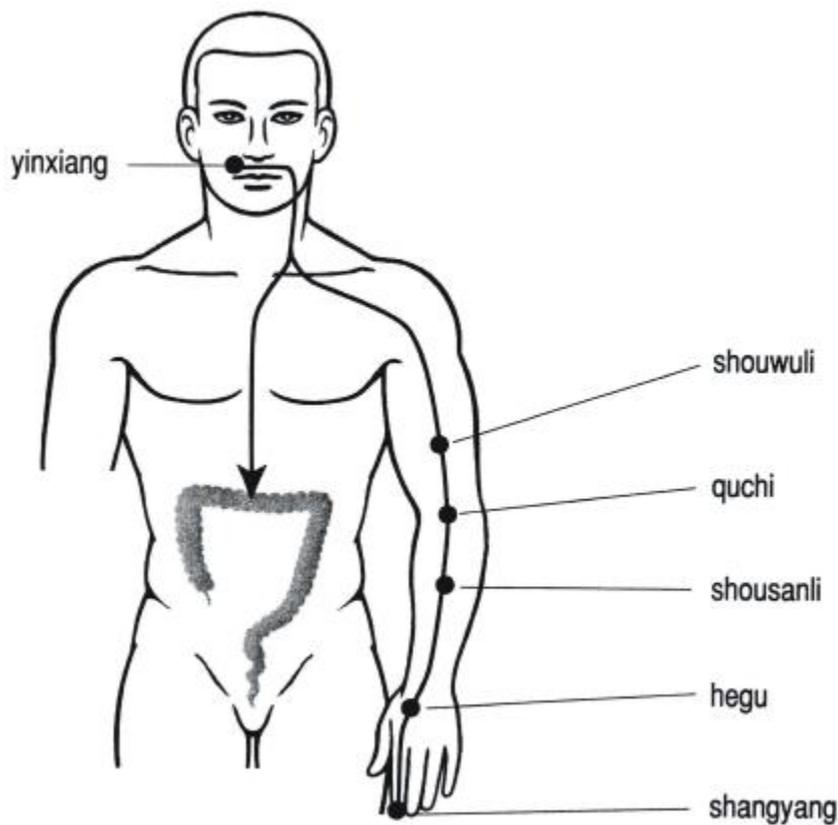
9.3: El meridiano del pulmón tai yin de la mano

El meridiano del pulmón (figura 9.3) nace en el triple calentador, donde recibe energía procedente del meridiano del hígado. Su meridiano-extensión baja hasta el intestino grueso, mientras que el meridiano principal sube hasta la garganta. En el pecho, sus extensos colaterales se extienden por encima de los pulmones. En la garganta, el meridiano del pulmón pasa por debajo de la clavícula hasta el brazo, baja por el brazo a lo largo del lado *tai yin* (la cara anterior externa) hasta la punta del pulgar. En la muñeca, un meridiano derivado fluye hasta la punta del dedo índice, donde se une con el meridiano del intestino grueso.

El meridiano del pulmón es lo mismo que el «meridiano *tai yin* de la mano». De modo que ya sabemos que el meridiano del pulmón se encuentra en el dedo índice y que transmite energía vital al meridiano del intestino grueso; a pesar de encontrarse lejos del intestino grueso, el otro extremo del meridiano del pulmón transmite la energía del pulmón al intestino grueso para que funcione. Por lo tanto, el pulmón está estrechamente relacionado con el intestino grueso. No hemos de olvidar que el meridiano del pulmón y todos los demás meridianos principales son pares y simétricos.

Cuando a uno le duele la cabeza o la garganta, no oye bien o se le hincha la cara, a veces puede aliviar este problema actuando sobre el punto de energía *hegu*, situado en el meridiano del intestino grueso. Muchos se preguntan cómo es posible que precisamente el meridiano del intestino grueso afecte estas dolencias. La siguiente descripción de este meridiano les dará las respuestas.

El «meridiano del intestino grueso *yang ming* de la mano» comienza en la punta del dedo índice y continúa desde un colateral del meridiano del pulmón. El meridiano del intestino grueso sube por el brazo, del lado *yang ming* (la cara posterior interna), y en el cuello su meridiano-extensión gira hacia abajo, atraviesa el pulmón y entra en el intestino grueso, donde sus colaterales cubren todo el intestino grueso. Otro meridiano-extensión baja desde el intestino grueso hasta la pierna, donde se une con el meridiano del estómago.



9.4: El meridiano del intestino grueso yang ming de la mano

En el cuello, el meridiano del intestino grueso sube hasta acabar en la base de la nariz. Los colaterales que salen del meridiano del intestino grueso se conectan con otros colaterales relacionados con muchas partes de la cabeza. Por lo tanto, estimulando adecuadamente el meridiano del intestino grueso, un sanador puede actuar sobre diversas partes de la cabeza, y un punto de energía muy adecuado para llevar a cabo esta estimulación es el *hegu*. En la base de la nariz, un meridiano-extensión une el meridiano del intestino grueso con el meridiano del estómago.

## El meridiano del estómago y el del bazo

El «meridiano del estómago *yang ming* del pie» comienza cerca de la nariz, donde recibe energía del meridiano del intestino grueso. El meridiano del estómago pasa alrededor de la cabeza hasta la comisura interna del ojo, donde se une con el meridiano de la vejiga, y donde sus colaterales penetran en el cerebro. Desde el cuello, el meridiano del estómago baja por el cuerpo y entra en el estómago y el bazo, baja por la pierna del lado *yang ming* (la cara posterior interna), y termina en el dedo gordo, donde se une con el meridiano del bazo. Antes de llegar al dedo gordo, se ramifican dos colaterales que van al segundo y al tercer dedo del pie.

Si uno quiere apagar algunas luces en un salón enorme, es evidente que no tiene que trepar hasta el techo, donde están las bombillas; basta con manipular los interruptores, que suelen estar bastante lejos de las luces. Del mismo modo, cuando el cirujano quiere operar el estómago de un paciente, el acupuntor experto gira los «interruptores», manipulando los puntos de energía correspondientes, situados en las piernas, impidiendo de este modo que los impulsos de energía que fluyen por los meridianos correspondientes lleguen a la conciencia del paciente en forma de dolor.

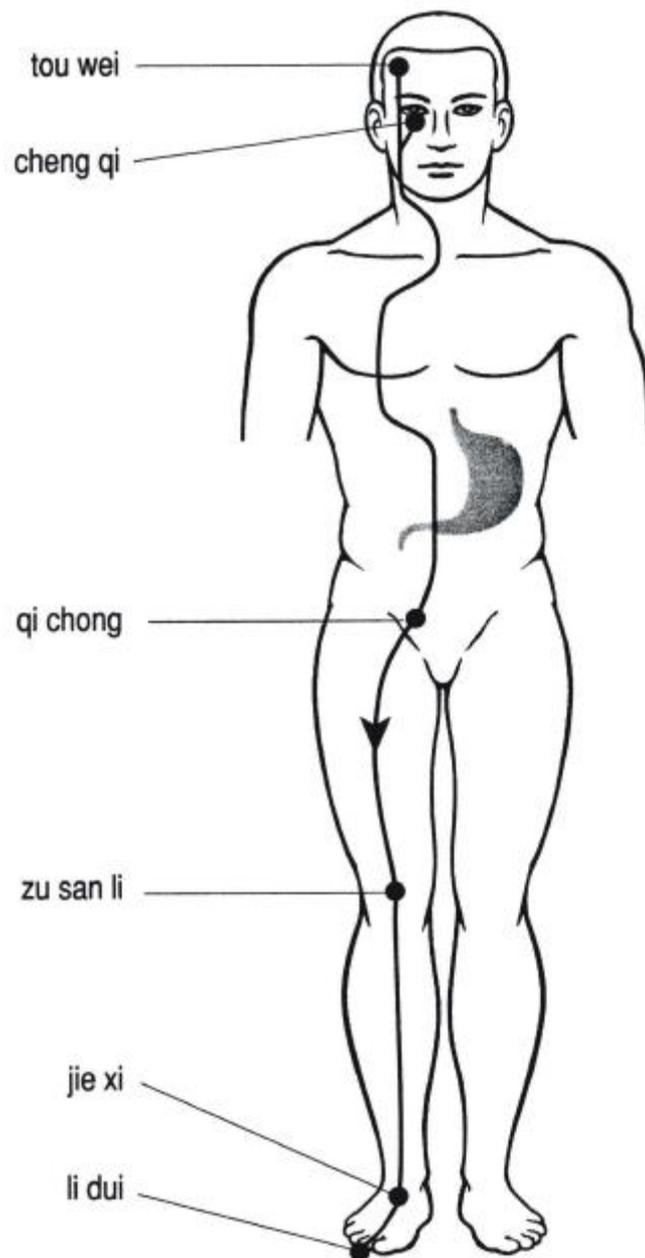


Figura 9.5: El meridiano del estómago yang ming del pie

El «meridiano del bazo *tai yin* del pie» sale del dedo gordo del pie, donde recibe energía del meridiano del estómago, sube por la pierna del lado *tai yin* (la cara posterior externa), entra en el bazo, el estómago y el páncreas, vuelve a subir por el pecho, donde se une con el meridiano del corazón, y sigue subiendo hasta la garganta y la lengua.

De modo que si uno sufre de un trastorno intestinal o de algún tipo de gastroenteritis, y el médico chino le masajea las piernas, no debe pensar que está tratando de relajarle los músculos. Lo más probable es que lo estimule para mejorar el flujo de la energía a lo largo del meridiano del bazo o del estómago, mediante la manipulación de ciertos puntos de energía situados en las piernas.

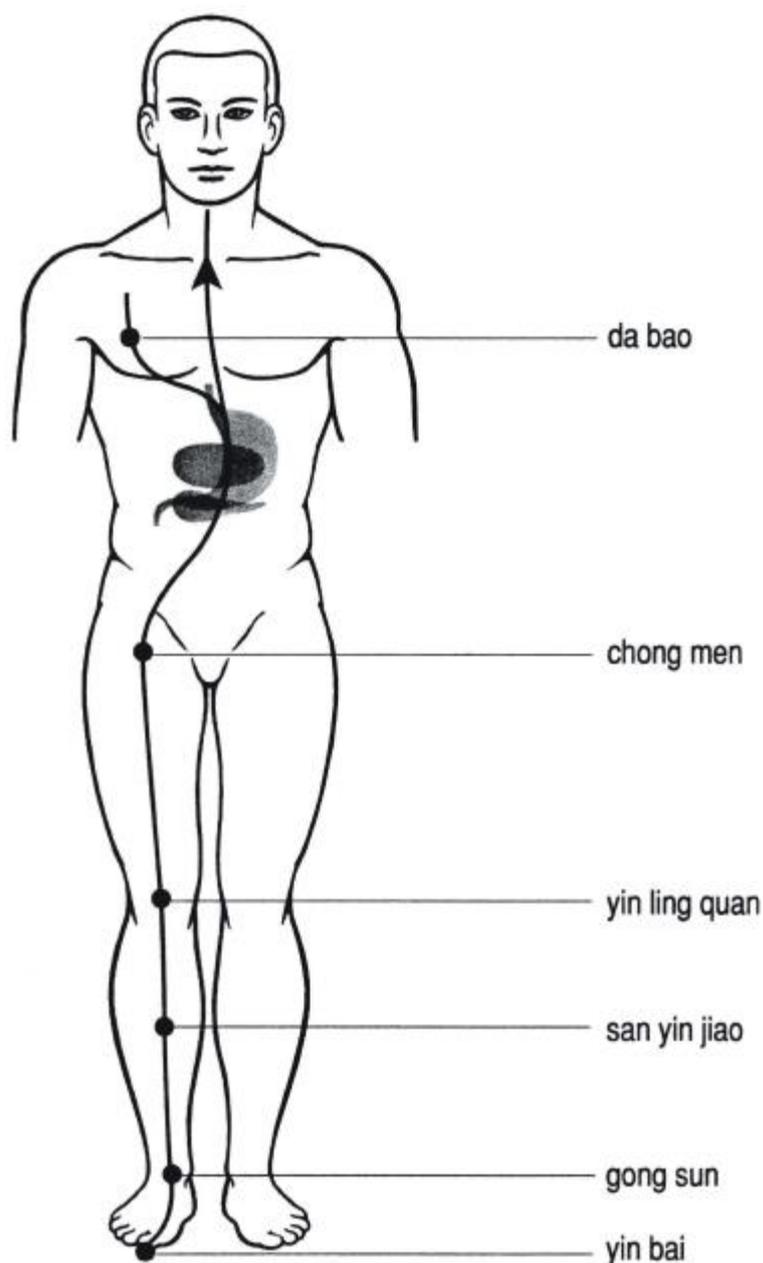


Figura 9.6: El meridiano del bazo tai yin del pie

## El meridiano del corazón y el del intestino delgado

Continuando desde el meridiano del bazo, el «meridiano del corazón *shao yin* de la mano» fluye en tres dimensiones. Un meridiano-extensión baja hasta el intestino delgado y le proporciona energía del corazón para que funcione. Otro sube por la garganta hasta los ojos y el cerebro y le suministra esencia nutriente a estas regiones. El meridiano principal pasa por los pulmones, baja por el lado *shao yin* (la cara anterior interna) del brazo y termina en el meñique.

El sistema de los meridianos no sólo sirve para la acupuntura y la terapia de masaje; todas las ramas de la medicina china usan la red de los meridianos. Por ejemplo, en medicina interna, si una enfermedad está relacionada con el sistema del corazón, el médico recetará una decocción de plantas medicinales que estimule el flujo de la energía en el meridiano del corazón.

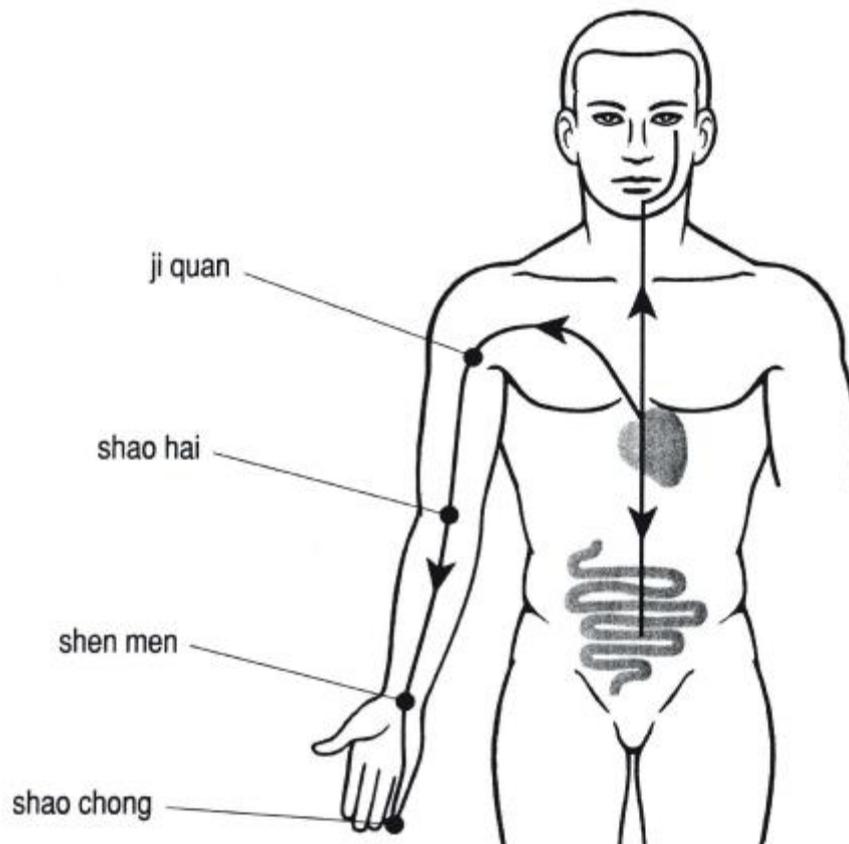


Figura 9.7: El meridiano del corazón shao yin de la mano

El sistema de los meridianos es muy importante para la diagnosis. ¿Por qué las úlceras bucales o la orina rojiza indican un trastorno del intestino delgado? Conociendo el sistema de los meridianos sabemos que, puesto que el meridiano del intestino delgado sale directamente del meridiano del corazón, que a su vez está conectado con la boca, una enfermedad del intestino delgado se puede reflejar en la boca, por el principio de que «los órganos internos se reflejan en sus correspondientes órganos externos». Y si sabemos que el meridiano del intestino delgado fluye directamente hacia el meridiano de la vejiga, no es difícil entender que un trastorno intestinal se puede manifestar en forma de orina rojiza.

El «meridiano del intestino delgado *tai yang* de la mano» recibe energía del meridiano del corazón en el meñique. El meridiano del intestino sube por el brazo del lado *tai yang* (posterior externo) y a la altura del hombro gira hacia abajo, donde sus colaterales cubren el corazón. El meridiano principal atraviesa el estómago, entra en el intestino y se subdivide en muchos colaterales. Desde el hombro, un meridiano-extensión sube por el cuello hasta la comisura externa del ojo, y después al oído. De la comisura externa del ojo sale un colateral hacia la comisura interna, donde se conecta con el meridiano de la vejiga.

## El meridiano de la vejiga y el del riñón

Es probable que el lector se sorprenda al ver lo importante que es el meridiano de la vejiga, que se utiliza a menudo para tratar dolores de cabeza y musculares, trastornos oculares y nerviosos, temperaturas elevadas y trastornos de los órganos internos. ¿Qué tiene que ver la vejiga con todas estas dolencias que, en principio, no guardan ninguna relación entre sí? En realidad, están íntimamente conectadas, como demuestra un breve estudio de este meridiano.

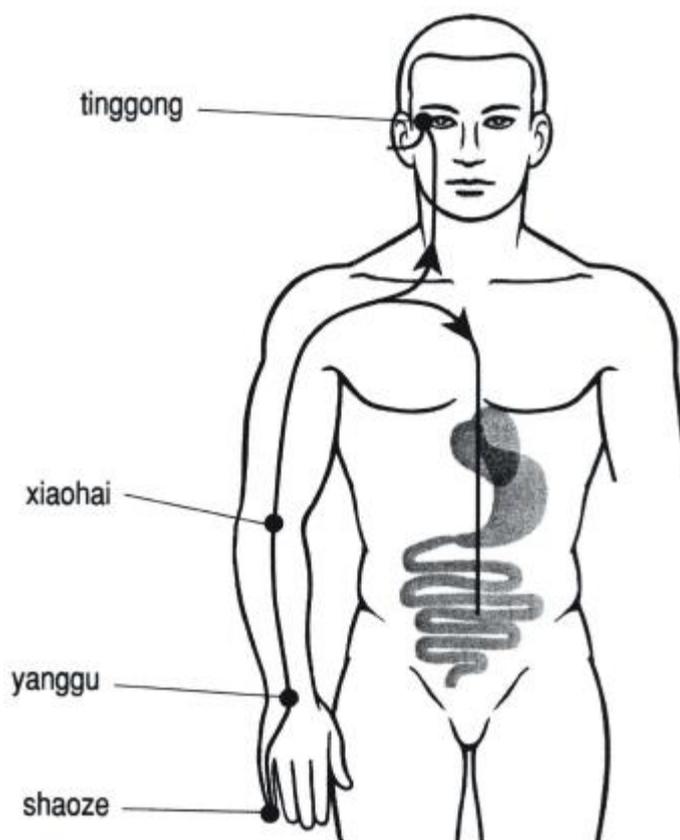


Figura 9.8: El meridiano del intestino delgado tai yang de la mano

El «meridiano de la vejiga *tai yang* del pie» continúa desde el meridiano del intestino delgado, cerca del ojo. Sube por el cuero cabelludo y tiene una rama que va hasta el oído, donde su colateral entra en el cerebro. El meridiano principal de la vejiga baja desde el cuello, se divide en dos (que en realidad son cuatro, porque el meridiano es par) y baja a lo largo de toda la espalda; desde allí, una extensa red de colaterales cubre el sistema muscular del cuerpo. Los «puntos de energía *shu*» de todos los órganos *zang* y *fu* se encuentran a lo largo de este meridiano. (Se llama «punto de energía *shu*» el lugar donde se concentra la energía de un órgano interno) Esto nos da una idea de la importancia que tiene el meridiano de la vejiga, ya que las energías de las vísceras se concentran a lo largo de este meridiano.

Entra en el riñón a la altura de la cintura, y desde allí fluye a la vejiga. En las nalgas, las dos subdivisiones se vuelven a unir en un solo meridiano, que baja por toda la pierna, del lado tai yang (posterior externo), para terminar en el dedo pequeño del pie.

Numerosos chinos prestan mucha atención al sistema renal porque saben que está relacionado directamente con su placer sexual y con la procreación, aunque a veces no sepan el motivo. Casi siempre, un paciente que tiene problemas sexuales presenta una insuficiencia de la energía del riñón.

No podemos despreciar el dedo pequeño del pie, porque de allí sale algo tan vital como el «meridiano del riñón *shao yin* del pie», que fluye a la planta del pie, donde está situado un punto de energía muy importante, llamado *yongquan*, o «el manantial efusivo». Una forma de comprobar lo fuerte que es la energía de nuestro riñón consiste en colocarnos en posición vertical y relajarnos, para sentir la fuerza (o no) de la «fuente que mana a chorros». El meridiano del riñón sube por la pierna del lado *shao yin* (anterior interno), entra en los órganos sexuales. Después en la vejiga y en el riñón. Un colateral se une con el meridiano *ren* (el meridiano de la

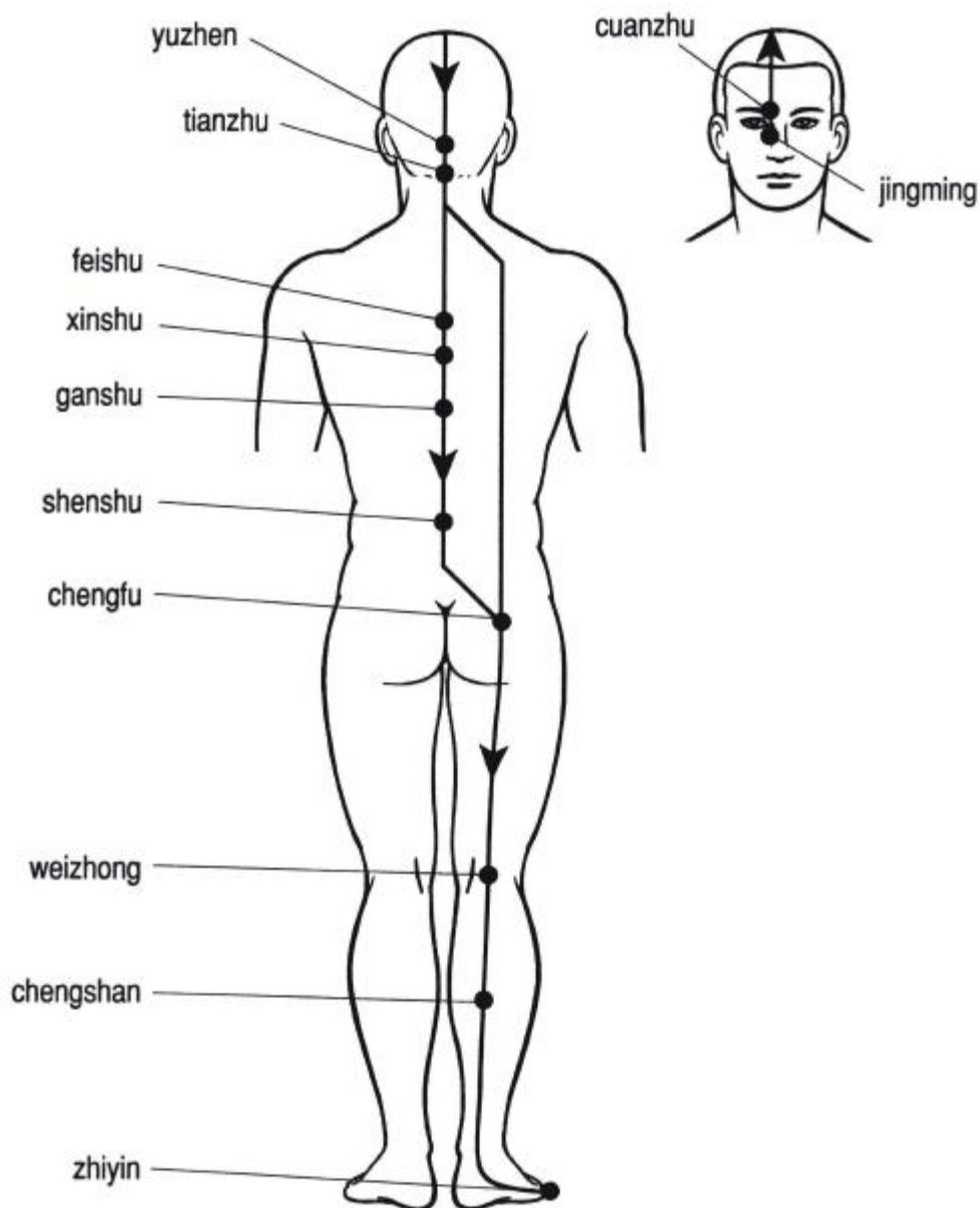


Figura 9.9: El meridiano de la vejiga tai yang del pie

concepción), que se conecta con los órganos sexuales. Otro colateral llega hasta el meridiano *chong*, o penetrante, que fluye hacia los órganos sexuales, por un extremo y por el otro, al campo de energía *niyan*, que corresponde a la glándula pineal. Un meridiano-extensión sigue subiendo, hasta el hígado, el pulmón y el corazón.

## El meridiano del pericardio y el del triple calentador

Es posible que el lector se haya preguntado alguna vez por qué la práctica de ejercicios internos, como el tai chi chuan y el chi-kung, puede mejorar nuestra salud emocional y hacernos más tranquilos y tolerantes. Hay muchos motivos, y uno de ellos tiene que ver con el sistema de los meridianos. Según la concepción china de la medicina, las emociones negativas no se deben tanto a los estímulos externos como al bloqueo de energía negativa que se produce como consecuencia

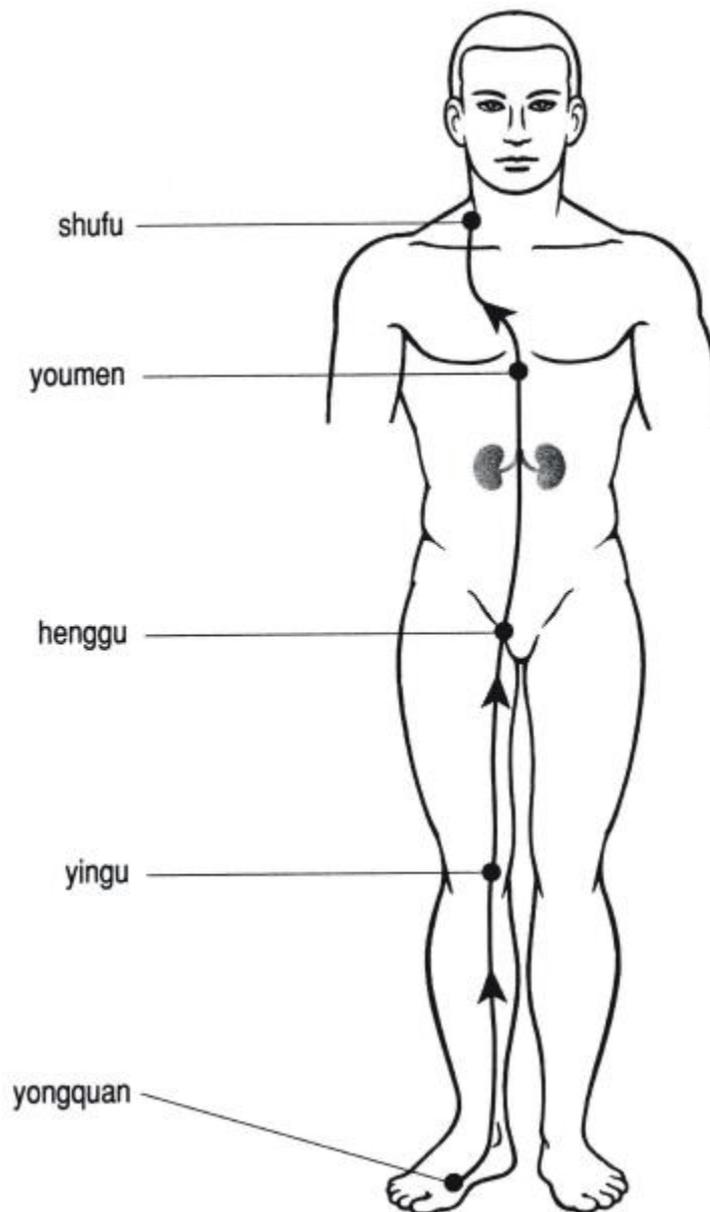


Figura 9.10: El meridiano del riñón shao yin del pie

de estos estímulos. Por lo tanto, si la energía fluye fácilmente por nuestros meridianos, es difícil que nuestros amigos nos saquen de quicio.

El corazón es el órgano más importante en lo que respecta a las emociones. El órgano que protege y a menudo actúa en lugar del corazón es el pericardio. No es preciso masajear directamente el corazón ni el pericardio para obtener un flujo armonioso de energía, pues es posible conseguirlo mediante los movimientos adecuados de las manos, como ocurre en el tai chi chuan y en muchos ejercicios de chi-kung, porque el meridiano del corazón y el del pericardio llegan justo hasta las puntas de los dedos.

El «meridiano del pericardio *jue yin* de la mano» comienza en el pecho, donde recibe energía del meridiano del riñón. Sus colaterales cubren el pericardio y el corazón. Un meridiano-extensión fluye hacia abajo, y sus colaterales se extienden por la región del triple calentador. El meridiano principal fluye hasta la axila y baja por el brazo en posición *jue yin* (anterior media) hasta el dedo del corazón. Un colateral se ramifica hasta el dedo anular, donde se une con el meridiano del triple calentador.

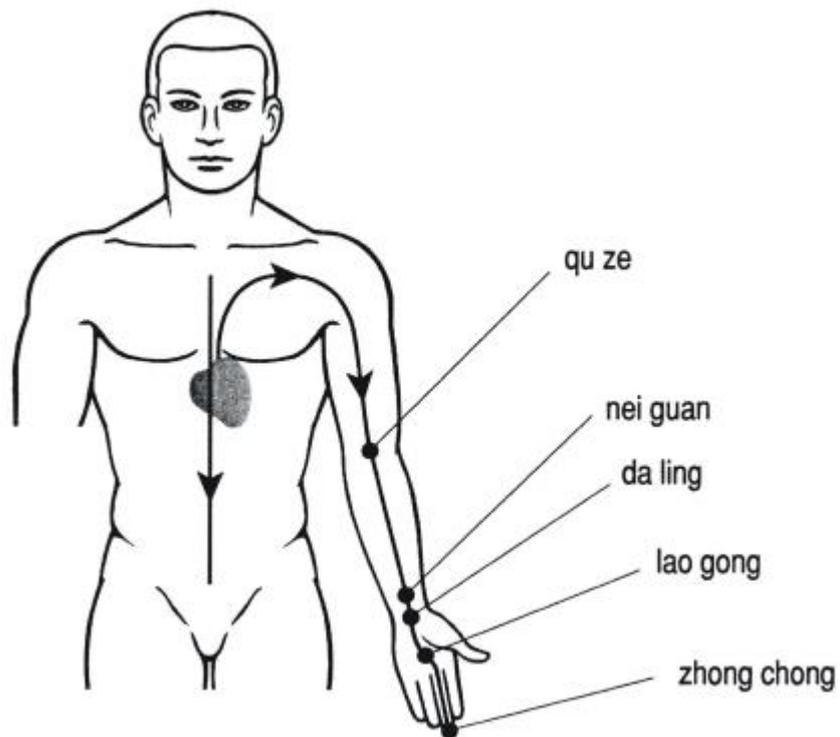


Figura 9.11: El meridiano del pericardio jue yin de la mano

El «meridiano del triple calentador *shao yang* de la mano» comienza en el dedo anular y sube por el lado *shao yang* (posterior medio) del brazo. A la altura del cuello, entra en el tronco, y sus colaterales se conectan con el pericardio, mientras que el meridiano principal recorre la región del

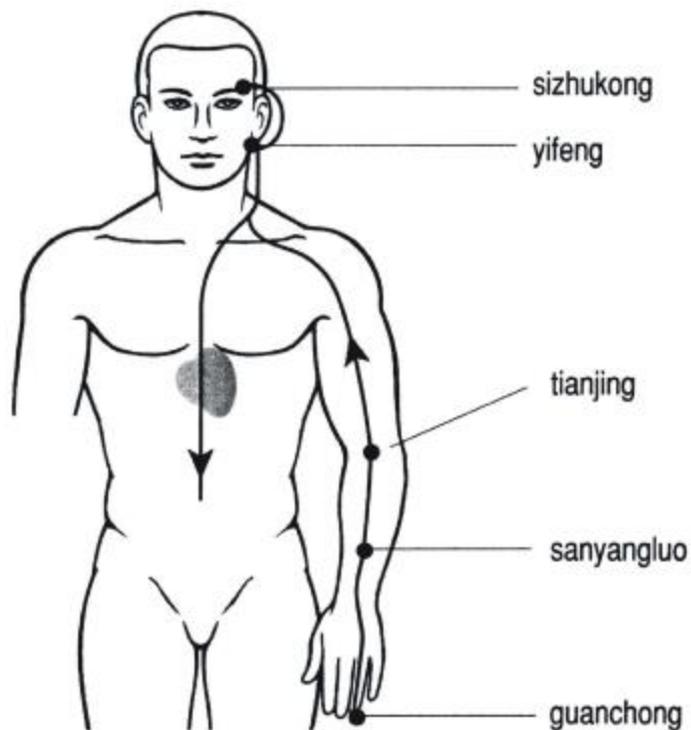


Figura 9.12: El meridiano del triple calentador shao yang de la mano

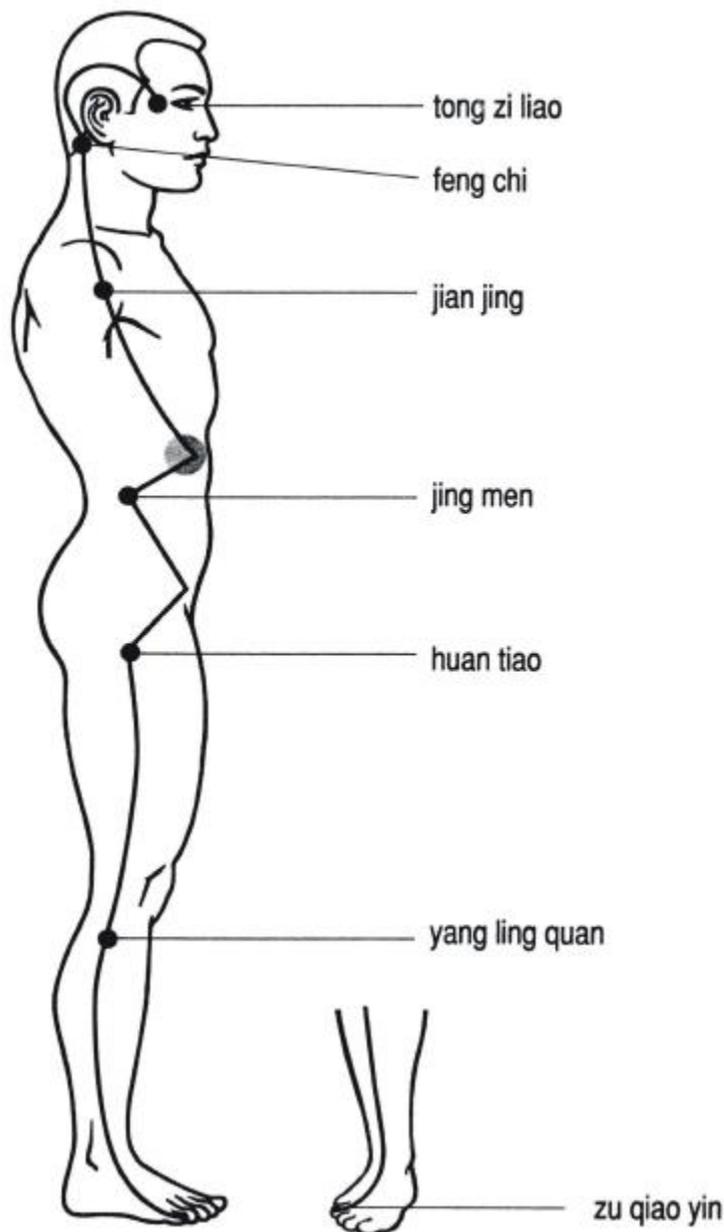


Figura 9.13: El meridiano de la vesícula shao yang del pie

triple calentador, dividiéndose en una red de colaterales. En el pecho, un meridiano-extensión sube por el cuello hasta la parte posterior del oído, donde un colateral entra en el oído, mientras que el meridiano-extensión lo rodea hasta llegar a la comisura externa del ojo, donde se une con el meridiano de la vesícula.

Si comprendemos bien el sistema de los meridianos, veremos por qué los médicos chinos siempre destacan que la salud es holista. Si nuestro triple calentador está lleno de energía, no sólo seremos más fuertes emocionalmente (ya que el meridiano del triple calentador está relacionado de forma directa con el del pericardio), sino que incluso nuestra vista y nuestro oído serán más agudos.

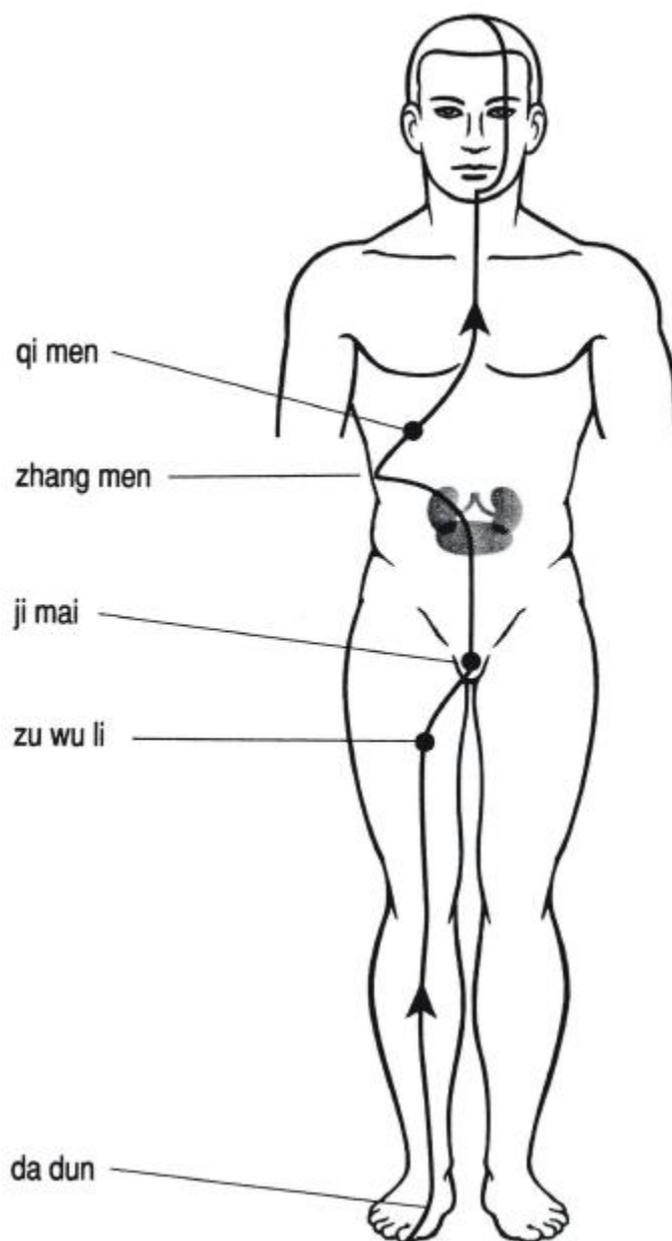


Figura 9.14: El meridiano del hígado jue yin del pie

## El meridiano de la vesícula y el del hígado

El ejercicio para conservar la salud es una rama importante de la medicina china. Hay una diferencia fundamental entre los ejercicios chinos y los occidentales. Mientras que en Occidente son fundamentalmente físicos, y consisten en distender las articulaciones y los músculos, los chinos incluyen éstos y van más allá. Los movimientos físicos del ejercicio para la salud chino no suelen ser un fin en sí mismos, sino un medio para inducir el flujo interno de energía, para que la recuperación actúe desde dentro hacia fuera.

Por ejemplo, cuando un paciente se queja de que suele tener el cuello rígido, es posible que la causa del problema no esté en el cuello, sino en la vesícula, sobre todo si también oye ruidos raros. De modo que cuando el terapeuta le enseña algunos ejercicios de cuello y de piernas, la finalidad no es tan sólo aflojar las articulaciones, sino buscar un método más completo para limpiar el

meridiano de la vesícula, donde se origina ese problema que se transmite después a los oídos y el cuello. Esto se comprende si estudiamos el meridiano de la vesícula.

El «meridiano de la vesícula *shao yang* del pie» comienza en la comisura externa del ojo. Tiene dos divisiones: una que rodea la oreja, donde se une con el meridiano-extensión del triple calentador en el punto de energía llamado *yifeng* (que significa «protegerse del viento») y entra en el oído, y otra que baja por el cuello, hasta la axila; después baja por el tronco hasta el hígado y la vesícula, rodea la región del vello púbico y baja por las piernas del lado *shao yang* (posterior medio), terminando en el dedo pequeño del pie, mientras que en el tobillo hay una rama que llega hasta el dedo gordo.

El médico chino se puede formar una buena idea del estado de los órganos internos de su paciente a través del examen de los órganos externos correspondientes. Por ejemplo, mirándole los ojos, puede diagnosticar el estado de su hígado. Éste es el principio de que «los órganos internos se reflejan en sus correspondientes órganos externos». ¿Cómo es posible? A través del sistema de los meridianos. Por ejemplo, el hígado está conectado con los ojos por los meridianos.

El «meridiano del hígado *jue yin* del pie» recibe energía de un colateral del meridiano de la vesícula en el dedo gordo del pie, y sube por la pierna hasta llegar por encima del ángulo de la rodilla, donde se encuentra con los otros dos meridianos yin de la pierna (el del bazo y el del riñón) en un punto de energía que recibe un nombre tan apropiado como *sanyinjiao* («el encuentro de los tres meridianos yin»). El meridiano del hígado sube por la pierna del lado *jue yin* (anterior medio) y, cuando llega al tronco, continúa hacia los genitales.

Después sube hasta el hígado, con un colateral hacia la vesícula, pasa por las costillas, vuelve a subir hasta la parte posterior de la garganta, de allí hasta la mejilla y la nariz, y después al sistema ocular. Desde el ojo, el meridiano del hígado sube por la frente hasta la parte posterior de la cabeza, para unirse con el meridiano *du* (el gobernador). Un colateral fluye desde el ojo hasta la boca y rodea los labios, mientras que en el hígado otro colateral entra en el pulmón, conectando el meridiano del hígado con el del pulmón, así el ciclo interminable del sistema de los meridianos.

## Los lagos y los mares de energía

Los filósofos médicos chinos suelen referirse a los meridianos principales como ríos, por los cuales fluye la energía vital, y a los meridianos extraordinarios como lagos, donde se conserva la reserva de energía.

Hay ocho meridianos extraordinarios, que aparecen en la figura 9.15:

1. *Ren mai*, o meridiano de la concepción (véase figura 9.16)
2. *Du mai*, o meridiano gobernador (véase figura 9.17)
3. *Chong mai*, o meridiano vital o penetrante
4. *Dai mai*, o meridiano cinturón
5. *Yin qiao mai*, o meridiano yin interior del talón
6. *Yang qiao mai*, o meridiano yang exterior del talón
7. *Yin wei mai*, o meridiano de conexión de todos los meridianos yin
8. *Yang wei mai*, o meridiano de conexión de todos los meridianos yang

De todos los meridianos del cuerpo, los más importantes son el *ren* y el *du*. Mientras que los demás se consideran ríos y lagos, estos dos meridianos principales son mares. El meridiano *ren* es el «mar de energía yin», donde confluyen todos los meridianos yin; mientras que el meridiano *du* es el «mar de energía yang», que recibe todos los meridianos yang.

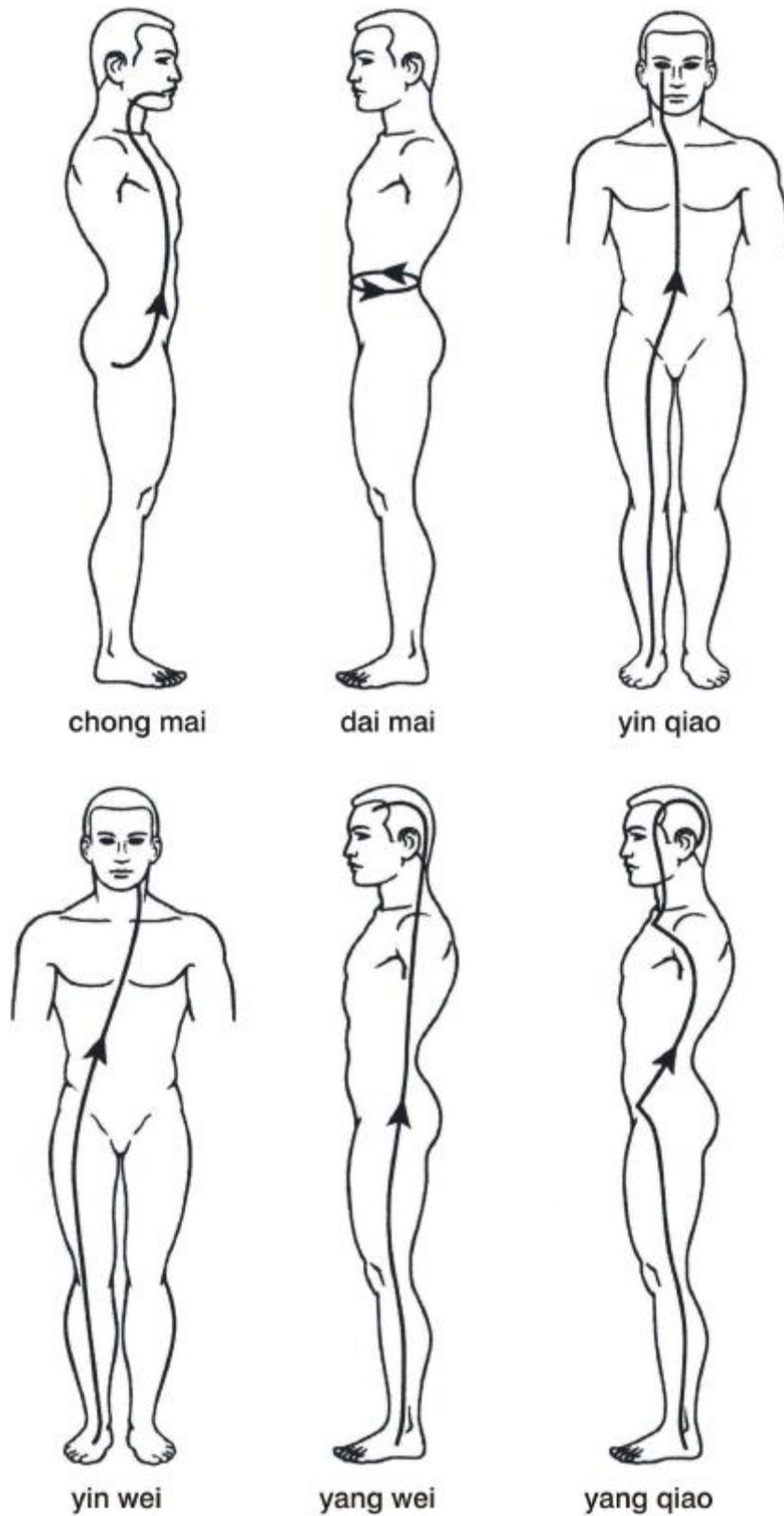


Figura 9.15: Los ocho meridianos extraordinarios (excepto Ren y Du mai)

El meridiano *ren* fluye desde debajo del labio inferior, a lo largo del centro de la parte anterior del cuerpo, pasando por el ombligo, hasta justo debajo del ano (figura 9.2). A lo largo de este meridiano se encuentran numerosos puntos de energía (*xue*) y campos de energía (*dan tian*).

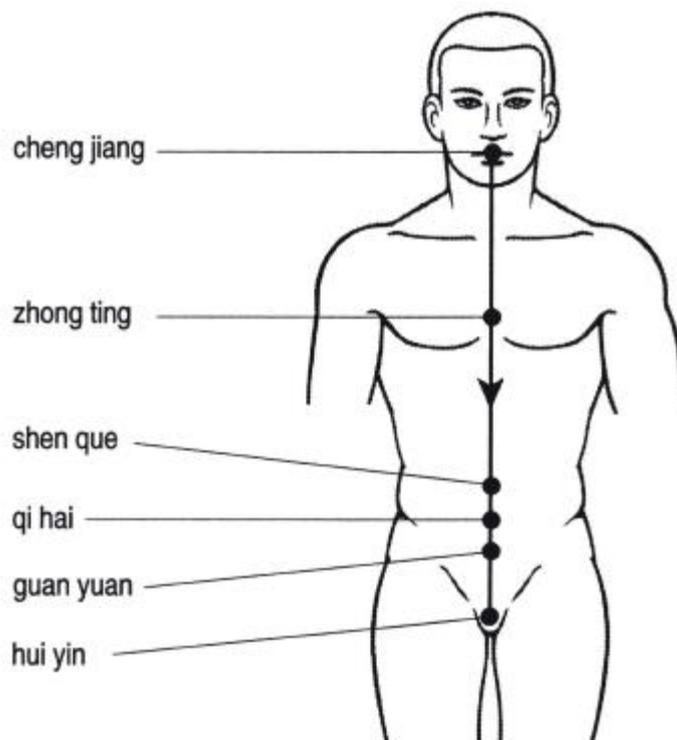


Figura 9.16: Ren Mai, o el meridiano de la concepción

Si estimulamos un punto de energía con una aguja de acupuntura, o incluso con el dedo, podemos afectar el flujo de la energía a lo largo de ese meridiano. Un campo de energía es un lugar donde se acumula mucha energía vital; es un punto de energía expandido.



Figura 9.17: Du Mai, o el meridiano gobernador

Hay tres campos de energía principales a lo largo del meridiano *ren*: el *shanzhong*, o la «mitad del pecho», que se encuentra por encima del corazón: el *qihai*, o el «mar de energía», que se encuentra unos cinco centímetros por debajo del ombligo, y el *huiying*, o el «encuentro de dos yin», justo delante del ano.

Esta descripción del meridiano *ren* desde los labios hacia el ano coincide con el paradigma del chi-kung de que el «flujo del *chi* del microcosmos» va desde los labios hacia el ano, sube por la columna hasta la parte superior de la cabeza y vuelve a bajar hacia los labios, en un ciclo continuo. En cambio, en los libros de acupuntura los puntos de energía a lo largo del meridiano *ren* se enumeran desde el ano hacia los labios.

Justo después del ano, en el extremo de la columna, se encuentra el punto vital *changqiang* («largo y poderoso»), donde comienza el meridiano *du*. El *du*, o meridiano gobernador, que es largo y poderoso, sube por la columna hasta la cabeza, vuelve a bajar por el frente del rostro hasta llegar justo por encima del labio superior (figura 9.17).

Hay dos campos de energía importantes a lo largo del meridiano *du*: el *mingmen*, o la «puerta de la vida», que se encuentra en el centro de la parte posterior de la cintura, y el *baihui*, o la «reunión de cien meridianos» que se encuentra en la coronilla.

Hay dos huecos que separan el meridiano *ren* del *du*: el hueco superior se encuentra en la boca y el inferior, en el ano. Si establecemos un puente entre estos dos huecos y facilitamos un flujo permanente de energía vital a lo largo de estos dos meridianos, conseguiremos el «microuniverso» y, además, la ventaja de que jamás caeremos enfermos. Si alcanzamos el «macrouniverso» y establecemos un flujo permanente de energía vital por los doce meridianos principales, la recompensa será vivir cien años. Es evidente que a muchos lectores esta promesa les parecerá ridícula, pero no es broma, es un hecho ampliamente corroborado en la historia del chi-kung en China. Por lo que a mí respecta, aunque el lector tendrá que esperar cincuenta años más para que pueda decirle si el macrouniverso ha dado resultado en mi caso, afirmo con gratitud que no recuerdo la última vez que estuve enfermo, gracias a mi microuniverso.



# 10

## El descubrimiento de las siete emociones y los siete males

### Los principios de la patología china

*Buena parte de la reciente información fundamental en el campo de la ciencia se ha obtenido mediante el proceso del reduccionismo: la exploración de los detalles, y de los detalles de los detalles, hasta analizar minuciosamente las partes más diminutas de la estructura o las más reducidas del mecanismo.*

DOCTOR JAMES B. WYNGAARDEN

#### Diferentes perspectivas filosóficas

Una diferencia fundamental entre la medicina occidental y la china es su actitud. Al estudiar la causa de las enfermedades, los investigadores médicos occidentales se han movido desde los órganos y los tejidos hasta las células, han analizado minuciosamente los agentes responsables de la enfermedad y han creado medios para derrotarlos. En cambio, los investigadores chinos no se preocupan tanto por los detalles, les interesa más el paciente como una persona completa, en lugar de los tejidos o las células que están enfermos.

Por ejemplo, a los médicos chinos no les interesa si una enfermedad infecciosa es provocada por espiroquetas en forma de espiral o por parásitos intracelulares, o si la causa del asma son unos alérgenos externos transmitidos por medio de la inmunoglobulina E o los cambios de temperatura y humedad en las vías respiratorias, mientras la enfermedad infecciosa o el asma se curen. No conocen patógenos con nombres tan difíciles de recordar como *Haemophilus influenzae*, *Staphylococcus aureus* e *Histoplasma capsulatum*, ni enzimas tan difíciles de pronunciar como la deshidroxilasa de la fenilalanina, la cistationina  $\beta$ -sintasa y la galactosa-1-fosfato uridil transferasa. Pero esto no significa que, cuando los médicos chinos tienen que hacer frente a dolencias provocadas por estos organismos microscópicos o a trastornos debidos a la carencia de dichas enzimas, no sepan qué hacer. De hecho, los chinos conocían la existencia de organismos microscópicos en la sangre mucho antes de la era cristiana.

¿Cómo tratan las enfermedades infecciosas los médicos chinos si no conocen en detalle los agentes que las provocan? ¿Qué drogas específicas utilizan para vencer a los agentes patógenos o para superar los trastornos de los procesos metabólicos provocados por una carencia?

Los investigadores médicos chinos sienten tanto interés como los occidentales por las causas de las enfermedades, pero su enfoque es diferente. Mientras que los occidentales ponen el énfasis en la enfermedad hasta el extremo de estudiar al detalle la historia vital de cada célula patógena o la estructura molecular de la reacción enzimática, los chinos lo agrupan todo como energía mala y energía del bazo, respectivamente. ¿Significa esto que a los chinos no les interesa saber cuáles,

de la infinidad de patógenos o enzimas que hay, son los causantes de la enfermedad? Claro que no, lo que ocurre es que lo que más les interesa es que el enfermo se ponga bien, y esto lo consiguen a través del paciente, no de la enfermedad.

La mayoría, si no la totalidad, de los microorganismos patógenos ya se encuentran en nuestro cuerpo, pero no enfermamos porque nuestros sistemas naturales los controlan. Por ejemplo, los investigadores médicos occidentales saben que los meningococos pueden estar presentes en nuestro cuerpo sin que ocurra nada, o pueden provocarnos una enfermedad mortal. Mientras los científicos tratan de resolver este problema desconcertante profundizando en la investigación de las bacterias, los chinos se olvidan de las bacterias y analizan los cambios que se producen en el paciente y que le hacen sucumbir a la enfermedad.

El profesor James Wyngaarden refleja la opinión de muchos investigadores médicos occidentales cuando afirma que «la lista de las enfermedades humanas para cuya prevención y cura todavía no existen medidas definitivas sigue siendo impresionante»<sup>12</sup>. ¿Y qué dicen los chinos? La gran bibliografía médica china insiste en que si hay un equilibrio del yin y el yang y la energía vital fluye de una manera armoniosa, no tenemos por qué enfermar.

Según la concepción china de la medicina, la salud es un derecho que tenemos desde que nacemos. La enfermedad (ya sea contagiosa, orgánica o psiquiátrica) sólo se produce si ciertas partes del cuerpo no funcionan de manera natural. Si una persona está enferma, como ocurre a veces, la solución lógica es procurar que recupere sus funciones naturales, lo cual se consigue devolviéndole el equilibrio del yin y el yang y el flujo armonioso de energía. Toda la terapéutica china se canaliza hacia este propósito. Por lo tanto, en el vocabulario médico chino no existe la expresión «enfermedades incurables». Si se utiliza el adjetivo «incurable», siempre se aplica al enfermo, no a la enfermedad, por ejemplo, cuando éste ha dejado que su enfermedad, que es curable en circunstancias normales, avance tanto que la recuperación resulte difícil.

## **¿Un valiente esfuerzo?**

Es posible que cambiar la perspectiva de «tratar la enfermedad» a «tratar al enfermo», si algunos pioneros occidentales tuvieran el valor de intentarlo, tenga consecuencias trascendentales para el futuro de la medicina occidental. Muchas enfermedades se consideran «incurables» desde el punto de vista de la medicina occidental porque los investigadores no han encontrado su causa fundamental. Afloran enfermedades nuevas en cuanto se encuentran curas para las antiguas. Además, en el marco conceptual patológico occidental se supone que los mismos tipos de agentes patógenos se comportan de forma similar aunque actúen en ambientes diferentes. No es absurdo preguntarse si esta premisa es válida, ya que la reaparición frecuente de infecciones resistentes a los medicamentos la cuestiona a menudo.

El enfoque chino es diferente. Ellos creen que los mismos gérmenes patógenos pueden afectar de distinta forma a distintos pacientes, del mismo modo que cada paciente tendrá una reacción diferente ante cada germen. La misma cantidad y potencia del virus de la gripe puede afectar a una persona y a otra no, porque en ésta la energía vital fluye mejor. Consumir una cantidad determinada de alimentos grasos puede provocar hipertensión en una persona sedentaria, pero no en un atleta, cuyos sistemas corporales le permiten aprovechar bien los alimentos grasos. Una competencia estresante puede provocar problemas psiquiátricos en algunas personas, pero es posible que no tenga ninguna consecuencia en las que practican meditación con regularidad. No son los agentes patógenos, sino el hecho de no poder reaccionar bien frente a ellos, lo que produce la enfermedad.

Por lo tanto, como los médicos chinos examinan las causas de la enfermedad según el estado del paciente, teniendo en cuenta el flujo de la energía, los procesos metabólicos y las respuestas emocionales, en lugar de hacerlo de acuerdo con los tipos de agentes patógenos, es posible que enfermedades que, para la medicina occidental, son iguales, porque las causan los mismos agentes, reciban un tratamiento diferente por parte de los médicos chinos, si bien es posible cierta generalización en determinados tipos de enfermedades.

Resulta tentador preguntarse si el callejón sin salida al que se enfrentan los investigadores médicos occidentales con respecto a las enfermedades «incurables» se debe a su enfoque patológico. Puesto que su terapéutica depende de sus descubrimientos patológicos y puesto que es casi (por no decir totalmente) imposible hallar las causas de algunas enfermedades porque hay demasiadas variables inciertas, parece lógico deducir que no se han encontrado curas no porque no las haya, sino porque se parte de una premisa incorrecta.

En nuestro enfoque patológico, dejar de poner énfasis en la enfermedad para ponerlo en el enfermo abre nuevas vías insospechadas. Merece la pena destacar que los mismos agentes patógenos en personas distintas, o en la misma persona en distintos modos, producen efectos diferentes. Los expertos occidentales en cáncer creen que cada persona tiene cáncer miles de veces en toda su vida y, con todo, se cura miles de veces también, sin saberlo. «El hecho de enfermarse de gripe, cáncer o incluso de arteriosclerosis se debe a un error o un fallo del sistema inmunitario.»<sup>13</sup> ¿A qué se deben los errores y los fallos del sistema inmunitario que provocan la gripe, el cáncer o la arteriosclerosis?

Cuando finalmente definimos una enfermedad como cáncer, comenzamos a buscar la causa que provocó el error o el fallo del sistema inmunitario, y cuesta establecer con exactitud estas causas desconocidas, porque varían de una persona a otra, y también en el espacio y en el tiempo. Pero el mismo caso se convertirá en una situación distinta si cambiamos de perspectiva, si en lugar de predeterminar el nombre de la enfermedad nos concentramos en el estado que conocemos del paciente para averiguar de qué modo ha cambiado con respecto a cuando estaba sano. Este estado patogénico del enfermo, que representa su incapacidad para reaccionar con eficacia a una enfermedad conocida o desconocida es, por lo tanto, lo que causa la enfermedad. Hasta que no encontremos las causas no le ponemos un nombre a la enfermedad, porque este nombre depende de las causas, no del agente. Hemos de recordar que el mismo agente, en un ambiente sano, no provocará la enfermedad, por eso, una persona sana puede tener cáncer miles de veces sin caer enfermo, o albergar millones de gérmenes mortales en el cuerpo sin sucumbir a la enfermedad. Y si alguna vez enferma, no se deberá al agente, sino a que en ese momento no es capaz de reaccionar frente a él con eficacia. Por lo tanto, nuestra misión como curadores consiste en encontrar las causas de esa incapacidad, que es temporal y antinatural, y en solucionarlas o hacerlas desaparecer para que el paciente recupere su capacidad natural.

## **Las causas internas o las siete emociones**

Existen, sin duda, innumerables factores individuales que hacen que uno pierda temporalmente su capacidad natural para superar las enfermedades, pero esa infinidad de factores se puede generalizar en tipos. Los médicos chinos han clasificado los tipos de causas que afectan el funcionamiento natural del hombre y provocan enfermedades en tres grupos: causas internas, causas externas y causas que no son ni internas ni externas.

La importancia que la patología china atribuye a los factores psicológicos se refleja en el hecho de que designa siete emociones como las causas internas de la enfermedad. Estas «siete emociones» son: la alegría, la ira, la melancolía, la angustia, la tristeza, el temor y el susto.

La alegría es un factor saludable, pero una experiencia intensa y prolongada de alegría excesiva perjudica el corazón y entonces se convierte en una causa patógena endógena. Una alegría inmensa agota la energía del corazón. Ése es un buen ejemplo de moderación en todo. La alegría negativa, como el placer que deriva de perjudicar a los demás, es asimismo patógena.

La ira perjudica el hígado. Cuando una persona se enfada, excita el fuego de su hígado (es decir, su hígado funciona en exceso), palidece y le tiemblan las extremidades. La ira origina un aumento de la energía, que puede provocar una distorsión de la visión, dolor de cabeza, mareos y vómitos de sangre. Según la concepción china de la medicina, el hígado regula el flujo sanguíneo y está relacionado con el corazón. Por eso, una persona que se enfada fácilmente es propensa a sufrir enfermedades cardíacas.

La melancolía perjudica el pulmón. Cuando uno se preocupa demasiado y sufre un exceso de melancolía, es posible que pierda el apetito, tosa y vomite, que sufra de estreñimiento y de insomnio, y que tenga dificultades sexuales; está abatido y se le bloquea el flujo de energía. Las personas melancólicas o las que de repente se ven expuestas a una gran preocupación sucumben fácilmente a enfermedades pulmonares.

La angustia perjudica el bazo. Cuando uno piensa demasiado o es ansioso en exceso, los sistemas del bazo y del estómago se verán afectados. Se le congestiona la energía y el sistema digestivo y el de absorción le funcionan mal, lo cual le provoca pérdida de apetito, flatulencia en el pecho o el abdomen, dolor de cabeza y mareos, insomnio y amnesia (pérdida de la memoria). Por lo tanto, cuando uno está ansioso, pierde las ganas de comer.

La tristeza perjudica tanto el corazón como el pulmón. Demasiada tristeza hace que uno pierda el entusiasmo y la confianza en la vida; estresa el corazón y agota la energía. El paciente no tiene apetito, puede que tenga tos, no puede dormir y tal vez pierda sangre en la orina. Por eso el amor no correspondido suele ser causa de tisis.

El miedo perjudica los riñones, hace que la energía disminuya y se agote, y puede provocar una pérdida del control de las heces y la orina, diarrea involuntaria, polución nocturna, convulsiones y trastornos mentales. Puede causar problemas sexuales.

El susto perjudica el espíritu y el corazón; dispersa el espíritu y malgasta la energía, y puede provocar graves palpitaciones, insomnio, falta de concentración, convulsiones, pérdida de la conciencia y trastornos mentales. El susto perjudica también la vesícula y el riñón.

Estas «siete emociones» demuestran claramente el profundo conocimiento que tenían los chinos de la estrecha relación entre los factores fisiológicos y los psicológicos en medicina y salud. Los investigadores médicos occidentales, que se sorprenden por la proliferación de enfermedades psicosomáticas y degenerativas en la vida moderna, tal vez obtengan conocimiento e inspiración de esta antigua sabiduría china. Para los chinos, estos factores fisiológicos son causas patógenas endógenas. La relación entre estas siete emociones y los trastornos psiquiátricos se explica en los capítulos 25 y 26.

Una técnica interesante y efectiva que se utiliza en la medicina china consiste en usar la emoción adecuada para tratar una enfermedad emocional o psiquiátrica. Según la psicología china, la tristeza vence a la ira, el temor vence a la alegría, la ira vence a la preocupación, la alegría vence a la melancolía y la preocupación vence al temor. Por ejemplo, una persona que sufre de polución nocturna como consecuencia del miedo puede curarse de su dolencia si se le crea un motivo de preocupación. Un enamorado abatido que sufre de tuberculosis (que a menudo se debe a una tristeza que debilita el sistema de autodefensa de los pulmones) se recuperará enseguida si su amada acepta casarse con él. En los historiales clínicos de la medicina china figuran numerosos ejemplos de la eficacia de esta interacción de las emociones, sin recurrir a la medicación.

Algunos lectores tal vez se sorprendan al ver lo avanzada que está la medicina china en psiquiatría. En realidad, la psiquiatría no se separa nunca de otros aspectos de la medicina china, como ocurre en la medicina occidental convencional, porque los chinos siempre han considerado que el cuerpo físico, las emociones y la mente están estrechamente relacionados.

## **Las causas externas o los seis males**

Aparte de las consideraciones fisiológicas y psicológicas, también son muy importantes en la patología china los factores ambientales y climáticos. Desde la Antigüedad, los médicos chinos han reconocido que, aunque una persona no se vea sometida al ataque de organismos microscópicos, a una disfunción orgánica o a una perturbación psicosomática, puede caer enferma de todos modos si no logra adaptarse a los cambios climáticos o medioambientales. Es posible que los médicos, los neurocirujanos y los psiquiatras occidentales que no descubran ningún problema clínico en sus pacientes, encuentren alguna información útil en los párrafos siguientes.

Para los médicos chinos, los cambios climáticos y ambientales, así como los micro-organismos patógenos y los demás agentes externos, son causas patógenas exógenas que, en sentido figurado, se denominan los «seis males». Estos seis males, que no tienen ninguna connotación ética ni religiosa, son el viento, el frío, el calor, la humedad, la sequedad y el fuego. Es evidente que estos términos son simbólicos y que no hay que tomarlos al pie de la letra. Estas causas son formas de energía. En situaciones normales, no provocan enfermedades, se suelen llamar las «seis energías» y suelen ser beneficiosas para nuestro cuerpo.

El viento se considera un mal primario, y a menudo se combina con otros males para producir enfermedades. Sus características principales son la variabilidad y la fluidez. El viento produce síntomas relacionados con el resfriado común, como dolor de cabeza, secreción nasal abundante, dolor de garganta y tos.

El frío lo provocan los agentes que causan enfermedades contagiosas, y trae como consecuencia síntomas como la sensación de frío, dolor en las extremidades, ausencia de sudor, falta de sed, dolor de cabeza, fiebre, saburra blancuzca y pulso débil.

El calor se debe a la exposición a altas temperaturas y produce un agotamiento de la energía y la pérdida de fluidos corporales. Los síntomas son fiebre, sed, sudor, falta de aire, cansancio, congestión torácica, pérdida de apetito, abdomen hinchado y evacuaciones frecuentes.

La humedad se relaciona con los organismos patógenos microscópicos que existen en las bebidas y los alimentos contaminados. Sus síntomas son la cabeza pesada, congestión torácica, dolor en las extremidades y las articulaciones, un poco de fiebre y evacuaciones frecuentes. Tarda un poco en convertirse en una enfermedad.

La sequedad se debe a un entorno seco y caliente, y suele afectar la piel y el aparato respiratorio. Sus síntomas son los labios secos, la boca seca, dolor de garganta, un poco de flema, tos seca, la piel seca, fiebre, sed, heces sólidas, ausencia de sudor y nariz tapada.

El fuego es el exceso de calor y enseguida produce enfermedades. La reacción del paciente es rápida y diversa. Sus síntomas son la fiebre, carencia de fluidos corporales, distintos tipos de hemorragias, hinchazón, dolor, erupciones, irritabilidad y el coma.

Las energías malignas que acabamos de mencionar, a excepción del calor, también pueden ser internas. El viento interno afecta el sistema nervioso, con síntomas como mareo, entumecimiento de las extremidades y espasmos. El frío interno indica el debilitamiento de los procesos metabólicos del organismo, con síntomas como sensación de frío, pérdida de apetito, orina clara, heces líquidas y pulso débil.

La humedad interna indica una disfunción del aparato digestivo, y sus síntomas más comunes son rostro amarillento, escasez de orina, evacuaciones frecuentes y aspecto hinchado. La sequedad interna indica una carencia de fluidos corporales, incluida la falta de riego sanguíneo, con síntomas como fiebre, sudor, evacuaciones frecuentes, sed y piel seca. El fuego interno es indicio

de un funcionamiento excesivo de los órganos internos. Los síntomas varían según el órgano del cual se trate, pero algunos de los más comunes son sed, rostro enrojecido, sensación de calor y dificultad para conciliar el sueño.

A los lectores que están habituados a la patología occidental, esta explicación patológica de la enfermedad que hacen los chinos tal vez les parezca insólita, o incluso ridícula. Es posible que acepten que «el viento provoca una secreción nasal abundante», pero ¿dolores de cabeza y tos, e imponderables como el entumecimiento de las extremidades y los espasmos? ¿Y qué tiene que ver la humedad con la cabeza pesada, la congestión torácica y las evacuaciones frecuentes?

## Una concepción distinta de la enfermedad

Los siguientes puntos serán de utilidad para el lector desconcertado. Estamos analizando la patología con un paradigma diferente y desde una perspectiva diferente. No conviene aplicar aquí los conceptos occidentales. No nos planteamos si el paradigma occidental o el chino es correcto o mejor, aunque el lector puede tomar su propia decisión después de comprender la versión china. La palabra «viento» se utiliza en sentido simbólico y, evidentemente, no significa una corriente de aire, como en el lenguaje común. Si un paciente experimenta dolor en el hombro, y este dolor posteriormente «fluye» al codo, el médico chino llama simbólicamente «viento» a este síndrome concreto. (El lector puede llamarlo «x» o «z», pero en ese caso perderá las ventajas de compartir una gran cantidad de conocimientos sobre el «viento» que se han reunido a lo largo de los siglos).

Es importante destacar que, si bien los «seis males» se pueden aplicar a veces a los agentes patógenos exógenos, se emplean fundamentalmente para describir las condiciones del paciente que provocan su enfermedad. Por ejemplo, cuando un médico chino dice que la causa de la enfermedad de su paciente es la «humedad», no se refiere a los microorganismos que provocan la enfermedad, sino al estado del paciente, que tiene la cabeza pesada, congestión torácica y evacuaciones frecuentes.

Si uno pregunta: «¿Cómo sabe qué curar un médico chino a un paciente que sufre de diarreas provocadas por *Staphylococcus aureus*?», la respuesta es: «No lo sabe». Pero si este enfermo consulta al médico chino, éste tratará al paciente (no a la enfermedad) de acuerdo con el paradigma con el cual ha sido formado, y podrá curarlo fácilmente. Diagnosticará que al enfermedad se debe a «humedad» y «calor», y es probable que diga que la energía del bazo y la del riñón del paciente son débiles. Recetará la terapéutica adecuada para eliminar la fiebre, la sed, las evacuaciones frecuentes, la cabeza pesada, el pecho congestionado y los demás síntomas afines. Además, si se trata de un médico competente, a continuación nutrirá la energía del bazo y la del riñón del paciente, aunque es posible que esta carencia no constituya un problema inmediato.

¿Que ocurre con el *Staphylococcus aureus* que los médicos occidentales consideran la causa de la diarrea, pero que los médicos chinos desconocen, o al cual no le prestan ninguna atención? No lo sabemos a ciencia cierta. Es posible que acaben con él los medicamentos que tome el paciente, o sus propias defensas, que han mejorado como consecuencia del tratamiento, o puede que se dedique a actividades que los investigadores modernos todavía no han descubierto, como hacer algo útil para su anfitrión. Lo que sí sabemos es que estos *Staphylococcus aureus*, estén vivos o muertos, no le darán más problemas.

Si el paciente vuelve a tener diarrea, es posible que no le den el mismo tratamiento. ¿Por qué? Porque aunque las causas principales sigan siendo «humedad» y «calor», es posible que haya otros cambios en las condiciones del paciente. Por ejemplo, puede que haya mejorado su energía del bazo y el riñón, o que tenga otras complicaciones, como «viento» o «fuego», o que se vea afectado por alguna de las «siete emociones». No debemos olvidar que el médico trata al enfermo, más que a la enfermedad.

## Las causas que no son ni internas ni externas

Todas las demás causas que no se consideran ni internas, o las «siete emociones», ni externas, o los «seis males», se consideran «causas que no son ni internas ni externas». En esta categoría se incluyen los alimentos y las bebidas inadecuados, la falta de energía y descanso, el exceso de sexo, las heridas producidas por animales y las lesiones provocadas por golpes y caídas.

En la medicina occidental, la dietética apareció en el siglo XX. El lector se quedará pasmado al saber que durante la dinastía Zhou, hace más de dos mil años, ya había dietistas en China como un grupo profesional independiente. Un dietista chino no se limita a aconsejar lo que hay que comer para mantener la línea, sino que planifica complejos programas para curar enfermedades a través de los alimentos, sin usar medicamentos, para aumentar la vitalidad (que los ricos suelen aplicar para aumentar su placer sexual) y para favorecer la longevidad. En patología, los alimentos demasiado grasos o con pocos nutrientes, las comidas irregulares y una alimentación desequilibrada provocan enfermedades. Los antiguos chinos también sabían mucho sobre la manera de prevenir y curar las intoxicaciones alimentarias.

Hace tiempo que los chinos consideran que el ejercicio y el descanso son tan importantes como los alimentos para mantener la salud. El gran médico del siglo II Hua Tuo dijo que «del mismo modo que una puerta que no se utiliza con regularidad se pudre, una persona que no hace ejercicio con regularidad caerá enferma». Los ejercicios para la salud que recomiendan los médicos chinos son suaves y elegantes, no como los vigorosos ejercicios físicos que se practican en Occidente. Los ejercicios chinos tienen por objeto aumentar el flujo de la energía, en lugar de agotarlo.

El descanso insuficiente es tan perjudicial para la salud como el excesivo. Una buena manera de saber que una persona ha dormido la cantidad de horas que necesita es que se levante fresco y atento en cuanto se despierta. Las irregularidades en las horas de sueño son perjudiciales para la salud.

El exceso o la insuficiencia, tanto de alimentos como de ejercicio, descanso, e incluso de sexo, son perniciosos. Aunque los chinos creen que una vida sexual moderada y regular es sana, el sexo excesivo o licencioso es uno de los métodos más seguros para agotar la energía. Conviene extender asimismo la moderación a otros deseos, como los pasatiempos y los intereses.

La enfermedad también puede producirse como consecuencia de muchas otras circunstancias, como picaduras de insectos o mordeduras de animales, riesgos y accidentes laborales, incisiones con objetos afilados y punzantes, y golpes y caídas. Las lesiones producidas por golpes y caídas constituyen una rama importante de la medicina china, llamada *die da* (se pronuncia «tiek ta»), única en el mundo, de la cual hablaremos con más detalle en el capítulo dedicado a la traumatología china.

## Un desafío para valientes

Nuestro esquema conceptual sobre la manera en que se produce la enfermedad influye directamente sobre los métodos que ideamos para superarla. El enfoque occidental, del cual se quejan muchos de sus propios expertos por considerarlo reduccionista y mecánico en exceso, sólo ofrece una de las numerosas posibilidades, con el inconveniente evidente y decisivo de que no puede explicar la causa de forma satisfactoria y, por lo tanto, no puede sugerir la cura para muchas de las enfermedades acuciantes de nuestro tiempo.

El enfoque patológico chino es totalmente diferente. De acuerdo con los últimos y sorprendentes descubrimientos científicos de que el universo es un cuerpo de energía, en lugar de ser una máquina enorme, la filosofía médica china postula que la salud es el resultado de un flujo

armonioso de la energía. En marcado contraste con el método reduccionista y mecánico de Occidente, el enfoque chino es holista y orgánico, e insiste en que la salud es natural, y que la enfermedad sólo se produce por alguna interferencia antinatural, que sin duda se puede corregir. Esta filosofía médica, que la práctica ha demostrado válida desde muy antiguo, nos proporciona entonces la esperanza y la inspiración de que el hecho de que no se hayan encontrado curas para muchas enfermedades en la concepción médica occidental no demuestra que estas curas sean imposibles, sino que resulta técnicamente inadecuado esperar que lo que es válido para una parte aislada y diminuta de una máquina funcione igual de bien para un organismo vivo, que es gigantesco en comparación y se encuentra en permanente cambio.

Otra diferencia notable que merece la pena destacar es que mientras que la patología occidental relaciona la enfermedad con un agente patógeno, la patología china la relaciona con el enfermo. El médico occidental define en primer lugar la enfermedad y después receta el tratamiento adecuado a partir de esta definición. Si no tiene conocimientos suficientes sobre el agente patógeno, no puede aplicar un tratamiento. Hasta hace poco, cuando se encontraba con enfermedades como las infecciones virales no fatales y las disfunciones orgánicas, podía permitirse ganar tiempo proporcionando una medicación de apoyo; pero con la amenaza creciente del cáncer y el sida, se le está acabando el tiempo, el suyo y el de todos.

Es razonable plantearse si un cambio filosófico del enfoque patológico serviría para resolver los problemas acuciantes actuales. Al médico chino le preocupa menos conocer con exactitud el agente patógeno y concentra toda su atención en el paciente, tratando de averiguar por qué ya no puede frenar una enfermedad que antes contenía. El médico chino está totalmente convencido de que la salud es un derecho natural del hombre, y que la enfermedad se produce porque determinadas funciones naturales ya no actúan como deberían. Su misión consiste en averiguar dónde se produce este fallo de las funciones naturales, y en su paradigma la palabra «incurable» carece de relevancia.

El cáncer se produce en cada uno de nosotros miles de veces, y la misma cantidad de veces nuestro propio sistema natural acaba con la enfermedad. Cuando uno o varios de estos sistemas dejan de funcionar de forma natural, aflora el cáncer. Muchos investigadores han dedicado su tiempo y su esfuerzo a tratar de localizar el agente que produce el cáncer, sin conseguirlo, de momento. ¿No sería razonable probar el método alternativo, al menos en parte de la investigación, y dejar de concentrarnos en este agente patógeno esquivo para hacerlo en ese enfermo que hasta hace poco había salido vencedor en la lucha contra el cáncer a lo largo de su vida y tratar de averiguar por qué ya no lo consigue? Cuando conozcamos los motivos, no será difícil devolverle sus funciones naturales.

Aunque muchos pacientes crean que el placebo los cura de su infección viral, los médicos saben que son ellos los que se curan a sí mismos. Por lo tanto, es un flagrante error decir que las infecciones virales son incurables. Técnicamente, es probable que la única diferencia entre el sida y otras infecciones virales no fatales sea que aquél es fatal. Como después de muchos años de investigación se ha demostrado que la quimioterapia es ineficaz contra las infecciones virales, y sabemos que las infecciones virales se pueden curar a través del sistema natural del propio paciente, ¿no sería conveniente centrarnos en el enfermo en lugar de en el agente, al menos en parte de la investigación destinada a encontrar una cura para el sida?

Los investigadores de la medicina china han acumulado un gran conjunto de conocimientos en relación con su enfoque de la medicina orientada hacia el enfermo. En el pasado, debido a dificultades lingüísticas, culturales y de otro tipo, este conocimiento tan valioso en general no era accesible a Occidente. Este libro es un humilde esfuerzo por superar este problema y por compartir la sabiduría médica china con un vocabulario y unas imágenes fácilmente comprensibles para el lector occidental, con la esperanza de que algunos investigadores valientes, que estén dispuestos a soportar las inevitables burlas de sus colegas conservadores y mediocres, acepten el desafío de estudiar los actuales problemas acuciantes desde una perspectiva diferente,

para poder alcanzar un sorprendente avance médico para el beneficio de toda la humanidad. Parte de esta ciencia relacionada con los principios que aplican los médicos chinos para diagnosticar a sus pacientes se explicará en el próximo capítulo.



## Los problemas del paciente, no de la enfermedad

### Los principios de la diagnosis china

*Ocupémonos más del paciente como individuo que de las características especiales de la enfermedad.*

SIR WILLIAM OSLER

#### La perspectiva china

Los chinos siguen un procedimiento muy complejo para hacer un diagnóstico, porque esto es muy importante en medicina china. Si no sabemos qué le ocurre al paciente, no podemos recomendar la terapéutica adecuada. Esta verdad es tan obvia que casi parece una perogrullada.

Sin embargo, no es raro que incluso especialistas en medicina occidental reconozcan abiertamente que no están seguros de la enfermedad que están tratando, y que tienen que probar varios tipos de medicación antes de poder ceñirse al tipo adecuado. Habría que admirar a estos médicos por su sinceridad y sus esfuerzos, a pesar de sus defectos, que no son culpa suya. La culpa la tiene la perspectiva patológica occidental, que presume que todas las enfermedades, conocidas y desconocidas, se pueden clasificar en tipos específicos y designar con nombres concretos, y que el tratamiento que se utiliza para un tipo determinado de enfermedad de un paciente es básicamente el mismo para todos.

Sin duda, los médicos chinos saben mucho menos sobre enfermedades que sus equivalentes occidentales, pero esto no tiene demasiada importancia, porque los médicos chinos no tratan las enfermedades, sino a los enfermos. En otras palabras, cuando un paciente acude a un médico chino, el objetivo de éste es devolverle la salud, no sólo eliminar la enfermedad.

De forma superficial, devolver la salud y eliminar la enfermedad parecen dos caminos para conseguir un mismo objetivo, pero si lo analizamos más de cerca, existen algunas diferencias cruciales. El médico chino por lo general está seguro del camino, porque resulta relativamente más sencillo averiguar lo que funciona mal en la salud del paciente, lo cual implica trabajar con variables conocidas, que lo que ocasiona el mal, lo cual implica trabajar con lo desconocido. Pero el médico occidental, cuando no logra definir la enfermedad, a veces no está seguro de que exista tal camino.

Además, es posible que el objetivo no sea el mismo, porque en ocasiones eliminar la enfermedad no le devuelve la salud al enfermo. Es posible que se elimine la enfermedad, pero que el paciente quede debilitado por el tratamiento o por sus efectos secundarios, y a veces surgen otras dolencias. En el caso del cáncer, este problema es lamentable. El tratamiento occidental del cáncer tal vez elimine la enfermedad, pues mata las células cancerosas, pero a veces resulta tan drástico que también mata al paciente; y aunque sobreviva, su calidad de vida queda tan maltrecha que no es fácil decir si ha recuperado la salud. A veces uno se pregunta si no es mejor

dejar que el enfermo continúe con su vida normal a pesar del cáncer que someterlo a un tratamiento drástico, que muchos médicos honestos saben que tiene muy pocas probabilidades de éxito, pero que transformará al paciente en una ruina, tanto física como mental.

Los criterios para medir la recuperación también son diferentes. Los médicos occidentales suelen insistir en las medidas cuantitativas (sobre todo cuando hay otros sistemas de curación que también reivindican la recuperación), y sólo reconocen que ha habido curación cuando no se produce ninguna recaída durante un período determinado. Los médicos chinos hacen cálculos cualitativos. Si el paciente puede seguir llevando a cabo, de forma razonable, todas las actividades que realiza normalmente cuando está sano, se considera que ha recuperado la salud. Los médicos chinos ni siquiera disponen de instrumentos para realizar mediciones complejas, porque nunca las han considerado necesarias.

Mi experiencia personal con Ron, un paciente cardíaco de alrededor de setenta años, es un ejemplo típico de que lo que más le preocupa al enfermo es su salud, y no los parámetros técnicos de su enfermedad, que a menudo lo confunden. Ron se encontraba tan mal que literalmente era incapaz de dar diez pasos sin caerse. El personal del hospital donde estaba ingresado le sugirió que se fuera a casa «en lugar de desperdiciar todo el dinero que le costaba la hospitalización». Sin embargo, al cabo de seis meses de practicar la terapia de chi-kung, se encontró tan bien que fue andando al centro de la ciudad a desayunar. Le dije que volviera al mismo hospital para que le hicieran estudios para determinar el estado de su corazón y confirmar que estaba curado. Su respuesta fue una revelación: «Sé que estoy curado —me dijo—, porque puedo hacer la mayoría de las cosas que hacía antes, aunque con más cuidado. ¿Para qué les voy a pedir una confirmación a los que no pudieron curarme antes? No tiene ningún sentido. Podría volver a repetirse todo el problema». Esto ocurrió hace varios años; en la actualidad sigue estando fuerte y sano, independientemente de los estudios técnicos sobre el estado de su corazón.

Hay un proverbio en la medicina china que dice que «es fácil recetar medicamentos; lo difícil es hacer un diagnóstico». Para ayudar al médico a diagnosticar, los maestros antiguos resumieron su experiencia en un poema sencillo:

Hay que usar la fórmula de las ocho palabras.

La práctica de los cuatro métodos debe de ser eficaz.

Se deben analizar y reunir las conclusiones, entonces se pueden encontrar las causas de todas las enfermedades.

Es importante destacar que los médicos chinos creen que se pueden encontrar las causas de todas las enfermedades; por lo tanto, no existen las llamadas «enfermedades incurables» en el vocabulario médico chino. Si un médico no logra curar a un enfermo, no se debe a que la enfermedad sea incurable, sino a que no logra diagnosticar las causas correctas, o no logra recetar la terapéutica adecuada o el paciente está tan enfermo que es difícil que se recupere.

El médico chino busca las causas de la enfermedad en el enfermo, no en la propia enfermedad, porque la «misma» enfermedad actuaría de forma diferente en distintos pacientes, o en el mismo paciente en distintos momentos. Por lo tanto, el médico no trata de averiguar cuáles fueron exactamente los agentes que provocaron la enfermedad, sino lo que no funcionaba bien en el paciente, que permitió que se desarrollara la enfermedad. En otras palabras, la misión del médico no es definir la enfermedad ni sus agentes (por ejemplo, si un problema de riñón es una necrosis tubular aguda o una azotemia prerrenal, o si los patógenos son *Bacteroides fragilis* o *Clostridium difficile*), sino definir las condiciones que provocan la enfermedad, como qué aspectos del yin y el yang del paciente no están en equilibrio o si su flujo de energía no es armonioso. En síntesis, el médico chino no diagnostica la enfermedad, como hacen los médicos occidentales, sino que diagnostica al enfermo.

Esto no quiere decir que los médicos chinos nieguen el papel decisivo de los patógenos microscópicos. Están de acuerdo en que los microorganismos provocan enfermedades. De hecho, mucho antes que Occidente, ellos inventaron sistemas específicos para clasificar las enfermedades provocadas por agentes patógenos exógenos, como veremos en el capítulo siguiente.

## Los ocho principios del diagnóstico

La «fórmula de las ocho palabras» que se menciona en el poema que hemos citado se refiere a los ocho principios que utilizan los médicos chinos para comprender la enfermedad. Estas ocho palabras, que actúan por parejas, son frío, calor, vacío, sólido, interno, externo, yin y yang, y con ellas se pretende resumir los síndromes que manifiesta el enfermo, en lugar de las características de los agentes patógenos. También debemos tener en cuenta la diferencia lingüística y cultural entre el español y el chino; al igual que en el caso de otros términos médicos traducidos del chino, las palabras se deben interpretar de forma simbólica, más que literal.

Que la enfermedad se clasifique como fría o caliente depende del tipo de enfermedad. Las enfermedades frías presentan los siguientes síntomas: falta de calor corporal, miedo de tener frío, falta de sed, orina clara, heces líquidas, pulso lento y débil, extremidades frías, palidez del rostro y saburra blancuzca. Estas enfermedades se relacionan con un debilitamiento de las funciones fisiológicas y un bajo nivel energético. En otras palabras, cuando un médico chino diagnostica que una enfermedad es fría, sugiere que uno, algunos o todos los órganos internos del paciente no funcionan como deben.

Los siguientes son los síntomas de las enfermedades calientes: estado febril, extremidades calientes, sensación de calor y falta de aire, orina espesa y breve, heces sólidas, rostro enrojecido, labios secos, lengua roja o amarillenta y pulso rápido y fuerte. Las enfermedades calientes están relacionadas con la activación de las funciones fisiológicas y el aumento de los procesos metabólicos, y se encuentran a menudo en las enfermedades contagiosas. Aunque están relacionados, el «frío» y el «calor» en este caso son diferentes del «frío» y el «calor» como dos de los seis males mencionados en el capítulo anterior.

El hecho de que una enfermedad sea «por insuficiencia o vacía» o «por exceso o plenitud» hace referencia a la relación entre las funciones fisiológicas naturales y la resistencia del organismo, por una parte, y los efectos de los agentes patógenos, por la otra. Por lo general, las enfermedades por insuficiencia son consecuencia del debilitamiento de las funciones del cuerpo, mientras que las de plenitud o por exceso se deben a un incremento de la potencia de los agentes patógenos. La causa de una enfermedad vacía no es evidente (por ejemplo, un bloqueo de energía o un desequilibrio hormonal), mientras que la causa de una enfermedad por plenitud o exceso sí que lo es (un ataque viral o un defecto estructural). Cuando un médico diagnostica que un paciente tiene una enfermedad por exceso, por ejemplo, sugiere que no reacciona con eficacia frente a algunos agentes patógenos externos.

Algunos síntomas habituales de las enfermedades por insuficiencia son el sudor, el pulso lento y débil, la lengua contraída, la sensación de debilidad y de cansancio, y el fallo de las funciones fisiológicas. Los síntomas comunes de las enfermedades sólidas son el pulso fuerte, la lengua hinchada, hinchazón del cuerpo, pus, flema y otras secreciones. Cuando ni el médico convencional ni el enfermo logran encontrar ninguna causa clínica para la dolencia, aunque ambos sepan que no se trata de algo imaginario, es probable que la consideren una enfermedad por insuficiencia o vacía.

Las enfermedades externas o internas se refieren a la profundidad o a la avanzada que esté la enfermedad. Las enfermedades externas se encuentran en la piel y al nivel de la carne, mientras que las internas ocurren dentro del cuerpo o en los órganos internos. No obstante, el factor decisivo para determinar si una enfermedad es externa o interna no es tanto el lugar donde se

encuentre como el modo en que el paciente reacciona a ella. Por ejemplo, es posible que una infección se encuentre a nivel cutáneo, pero si sus efectos amenazan los órganos internos se puede considerar que es interna.

Los principales síntomas de las enfermedades externas son temor al frío o el viento, fiebre, tener la nariz tapada, saburra blancuzca, pulso «flotante», dolor de cabeza, molestias en la extremidades y dolores en el cuerpo. Los principales síntomas de las enfermedades internas son la fiebre muy alta, heces sólidas, orina espesa y amarillenta, lengua amarillenta, pulso «hundido», congestión torácica, abdomen hinchado, murmurar incoherencias, desánimo y semiconsciencia.

El yin y el yang hacen referencia a las dos pautas fundamentales que sintetizan los otros seis factores que acabamos de mencionar. Las enfermedades que son internas, frías y vacías se suelen considerar yin, mientras que las que son externas, calientes y en plenitud son yang.

Las enfermedades yin presentan los siguientes síntomas principales: palidez del rostro, voz débil, miedo al frío, orina clara, heces líquidas, falta de sed y pulso débil. Las enfermedades yang incluyen los siguientes síntomas principales: rostro rojo y encendido, fiebre, voz fuerte, heces sólidas, orina espesa y amarillenta, respiración rápida y pulso fuerte.

Estos ocho principios constituyen pautas útiles, gracias a las cuales el médico puede comprender de forma sistemática los síntomas del paciente. No obstante, nunca hay que tomarlos como normas estrictas.

En su diagnóstico, el médico también tiene que ser consciente de los «falsos síntomas». Por ejemplo, el paciente puede presentar fiebre, sentir sed y tener el pulso claro, de modo que parezca que se trata de una enfermedad yang. Pero si se observa con atención, a lo mejor resulta que sus procesos metabólicos no funcionan bien y que tiene un nivel energético bajo. A pesar de la fiebre, tiene miedo al frío; tiene sed, pero no quiere beber; tal vez tenga el pulso claro, pero le falta fuerza. En realidad, tiene una enfermedad yin, que se suele encontrar en la etapa avanzada de una enfermedad contagiosa, cuando se han agotado las defensas naturales del organismo. Éste es un ejemplo de una «enfermedad yin por plenitud que se manifiesta con síntomas yang vacíos».

Por el contrario, es posible que los síntomas del paciente parezcan yin: que no sude, tenga las extremidades frías, sienta dolores en el cuerpo y tenga el pulso «flotante» y, sin embargo, que sus funciones fisiológicas funcionen bien y tenga un nivel alto de energía. No necesita abrigarse, tiene el cuerpo caliente, la orina amarillenta, las heces duras y con mal olor, y el pulso fuerte. Éste es un caso de una «enfermedad yang por plenitud que se manifiesta con síntomas yin vacíos», como ocurre a menudo en una persona fuerte y sana, que acaba de ser atacada por una enfermedad contagiosa.

En su diagnóstico, el médico ha de tener en cuenta los siguientes factores:

1. El lugar: si la enfermedad es «interna» o «externa».
2. La resistencia del organismo: si la enfermedad es «por insuficiencia» o «por exceso».
3. El comportamiento de la enfermedad: si la enfermedad tiene propiedades de «viento», «frío», «sequedad», «humedad», «calor» o «fuego».
4. Lo avanzada que está: si la enfermedad es «superficial», «inicial», «intermedia» o «avanzada». Los términos chinos para estas etapas son *wei*, *qi*, *ying* y *xue*. En un contexto fisiológico, estos términos tienen otro significado.

## Los cuatro métodos del diagnóstico

¿Qué hace un médico chino para saber si una enfermedad es externa o interna, por exceso o por insuficiencia, fría o caliente, inicial o intermedia? Las numerosas técnicas de que se sirve para obtener esta información se generalizan como los «cuatro métodos del diagnóstico» que son: observar, escuchar y oler, preguntar y sentir.

Los siguientes párrafos ofrecen una interpretación general a la implicación clínica de los síntomas derivados de los cuatro métodos del diagnóstico. Espero que el lector no se desanime aunque la información le resulte abrumadora.: en realidad, es una síntesis de lo que los estudiantes de medicina china aprenden a lo largo de muchos meses. Para evitar la verborrea, se utilizan menudo expresiones como deficiencia de yin y de yang; si el lector no tiene claro su significado, puede buscar en el glosario o consultar las páginas correspondientes de este libro, donde encontrará la explicación.

## Observar

En primer lugar, hay que hacer un examen visual general del paciente, prestando atención a su estado de ánimo, su forma y su naturaleza. Si le brillan los ojos, tiene el rostro radiante, se mueve con libertad y tiene la voz clara, es probable que sufra de una enfermedad yang, caliente, externa o por exceso. Por el contrario, si a los ojos les falta brillo, tiene la cara crispada, sus movimientos no son naturales y tiene la voz apagada, su enfermedad se puede clasificar como yin, fría, interna o por insuficiencia.

Después de la observación general, llevamos a cabo un examen visual localizado. Se examinan la piel del paciente, la lengua, los ojos, la nariz y los labios. Una piel verdosa indica viento, frío y dolor. La piel amarillenta indica humedad, calor o una enfermedad vacía. La piel rojiza indica calor. La piel oscura indica frío. La piel blanquizca indica que se le ha debilitado la resistencia natural del organismo.

El estado de los diferentes órganos internos se manifiesta en distintas partes de la lengua, como muestra la figura 11.1. Si la lengua es sonrosada, indica una enfermedad externa, como las enfermedades contagiosas en la etapa superficial o inicial. Si la lengua es rojiza, indica una enfermedad caliente o por exceso, como las enfermedades contagiosas que han alcanzado la etapa intermedia de su desarrollo. Si la lengua es rojiza y no hay saburra, independientemente de si la enfermedad es contagiosa o no, indica deficiencia de yin y en el sistema del estómago o del riñón, o deficiencia de las secreciones internas. Si la lengua es blanquizca, indica una enfermedad fría o aparente, como la anemia y las disfunciones de los órganos internos. Si la lengua es púrpura, indica que una enfermedad caliente se ha desarrollado hasta una etapa avanzada. Si la lengua es clara y brillante, indica deficiencia de yang en el sistema del corazón o del riñón, y se encuentra a menudo en aquellos pacientes en los que se han debilitado las funciones del corazón o de los pulmones. Si la lengua está dura y cuesta moverla, es indicio de una disfunción nerviosa o muscular.

Los ojos rojizos, hinchados o doloridos indican la presencia de viento y calor en el meridiano del hígado. Las pupilas dilatadas indican deficiencia de yin en los riñones. Los ojos desorbitados y el rostro hinchado indican edema (retención excesiva de fluido en los tejidos). La secreción nasal abundante con mucosidad líquida denota una enfermedad exógena debida al viento y al frío, mientras que si la mucosidad es espesa expresa una enfermedad exógena producida por viento y calor. Los labios pálidos revelan una deficiencia de la sangre. Los labios verde púrpura indican estasis de sangre. Los labios de un rojo pálido denotan una enfermedad vacía, a menudo las que se caracterizan por disfunciones del corazón o los pulmones, mientras que los labios rojos oscuros sugieren una enfermedad caliente o por exceso. Los labios resacos revelan calor en el estómago y el bazo, mientras que si están agrietados, indican una deficiencia de los fluidos corporales.

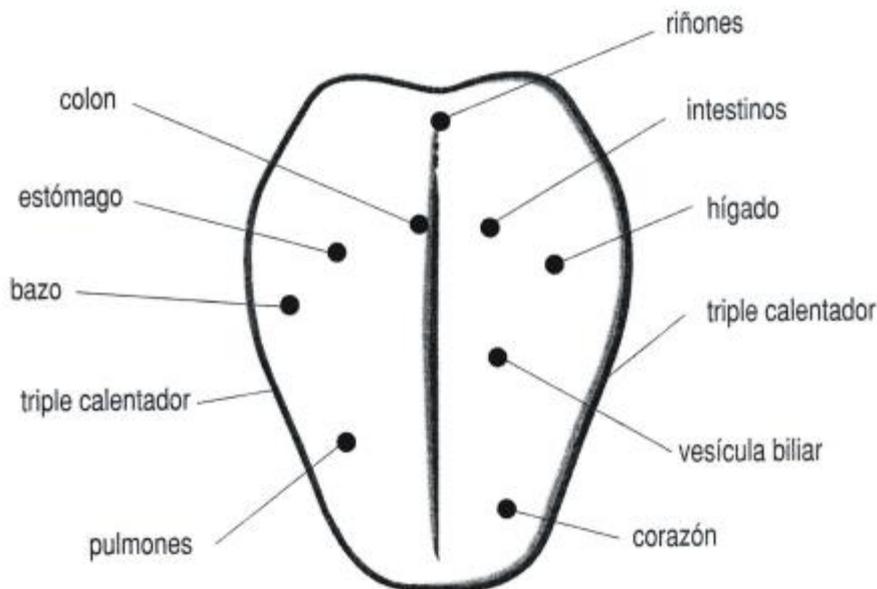


Figura 11.1: La manifestación de los órganos internos en la lengua

## Escuchar y oler

Escuchar implica prestar atención a la voz y la respiración del paciente. Si tiene una voz sonora y clara, la enfermedad es de tipo plenitud o por exceso. Si tiene la voz baja y débil, o no le gusta hablar, es vacía o por insuficiencia y fría.

Si la respiración del paciente es rápida y agitada, tiene una enfermedad caliente. La respiración rápida y débil indica que se trata de una enfermedad por insuficiencia, sobre todo si el paciente parece débil. Si el paciente prefiere inspirar a espirar, es probable que tenga una enfermedad vacía, mientras que lo contrario indica una enfermedad por exceso.

Si la boca del paciente emite un olor desagradable, por lo general la enfermedad se debe al calor del estómago. Si la flema huele mal, la enfermedad se debe a que tiene calor en el pulmón, mientras que si no huele, se debe a una deficiencia de yin del pulmón.

## Preguntar

Se puede obtener información valiosa interrogando al paciente sobre el calor de su cuerpo, su sudor, sus excreciones, su apetito y sobre distintas reacciones de su organismo.

Si el paciente tiene un poco de fiebre y mucho miedo al frío, su enfermedad se debe a agentes patógenos de viento y frío. Si tiene fiebre alta y sed, pero no tiene demasiado miedo al frío, las causas son el viento y el calor. El miedo al frío indica que la enfermedad se encuentra en una etapa superficial o inicial. Cuando la sensación de frío desaparece, pero tiene sed y sigue teniendo fiebre muy alta, esto es indicio de que la enfermedad ha alcanzado una etapa intermedia o avanzada.

Si el paciente siente frío, pero no tiene fiebre y sus extremidades están frías, por lo general se debe a una deficiencia de yang con frío interno. Si el paciente suda por la noche y tiene caliente el centro de la palma de la mano, por lo general sufre de deficiencia de yin con calor interno.

En las enfermedades de tipo patógeno exógeno, la fiebre con sudor indica que se trata de una enfermedad externa y vacía; si no hay sudor, se trata de una enfermedad externa y en plenitud. La abundancia de sudor en un paciente débil, aunque no haga mucho calor, indica una deficiencia de yang. Si suda por la noche, indica una deficiencia de yin. La abundancia de sudor, y tener

mucho miedo al frío, las extremidades frías y el pulso oculto indican un estado grave de agotamiento de yang.

Si las deposiciones del paciente son duras y tiene el abdomen duro, la enfermedad suele ser por exceso, mientras que las deposiciones líquidas y el abdomen blando sugieren una enfermedad vacía o por insuficiencia. Si la orina es amarillenta o rojiza, la enfermedad se debe al calor, y si además es breve y dolorosa, al calor hay que sumarle humedad. Una orina prolongada y clara sugiere una enfermedad fría; y si es frecuente, la enfermedad se debe a una deficiencia de yang.

Si al paciente le gusta comer cosas frías, pero vomita a menudo, la enfermedad se debe al calor del estómago. Si siente que tiene el abdomen lleno después de comer, la enfermedad se debe a una disfunción del sistema del estómago y del bazo. Si el paciente se siente bien después de comer, por lo general la enfermedad suele ser vacía; si se siente incómodo, suele ser por exceso.

Si tiene un sabor amargo en la boca, la enfermedad se suele deber al calor del hígado o de la vesícula; si tiene un sabor dulce, a humedad y calor del bazo; si es salado, a calor de los riñones, si es insulso, al calor del estómago y los intestinos, o la enfermedad es fría o vacía.

El dolor de cabeza, el dolor de cuello, la sensación de frío y la fiebre suelen indicar enfermedades externas. Si sólo hay dolor en ciertas partes de la cabeza o el cuello, por lo general esto significa que se trata de una enfermedad provocada por el viento interno o una deficiencia de sangre.

Si el enfermo tiene todo el cuerpo y las articulaciones doloridos, y esto va acompañado de fiebre, sensación de frío y dolor de cabeza, por lo general la enfermedad se debe al viento y el frío exógenos. Si el entumecimiento y el dolor están bastante localizados en ciertas partes, la enfermedad se debe al frío y la humedad, mientras que si el dolor se desplaza por el cuerpo, se debe a la humedad y el calor.

El dolor en el pecho y la fiebre, acompañados de flema de color marrón rojizo, indica calor del pulmón. El dolor en el pecho que se extiende hacia el brazo izquierdo o la espalda revela problemas del corazón o el pericardio. El pecho congestionado y la falta de aire indican falta de energía.

## Sentir

Cuando hablamos de sentir, nos referimos a sentir el pulso y a tocar distintas partes del cuerpo. Sentir el pulso es un aspecto importante de la medicina china. Un error muy común consiste en creer que un médico chino experto es capaz de conocer el tipo de enfermedad que sufre su paciente sólo a través de su pulso. Esto no es verdad, ya que el pulso, a pesar de ser muy importante, sólo revela una parte del estado del enfermo, y se tiene que combinar con otras técnicas de diagnóstico para obtener un examen más completo.

El pulso nos da un buen indicio de la naturaleza y el volumen del flujo de energía de la persona. Se puede tomar en muchos sitios, por ejemplo la cabeza, el cuello, la axila y las piernas, aunque por lo general se toma en la muñeca, donde se divide en tres partes, llamadas *cun* (pulgada), *guan* (conexión) y *chi* (pie). Estas pares, en la muñeca izquierda y en la derecha, se relacionan con distintos órganos internos (figura 11.2).

Cuando sentimos el pulso, prestamos atención a su frecuencia, al ritmo, la fuerza, la posición y la forma. Los grandes maestros han clasificado los distintos pulsos en veintiocho tipos principales. Sin embargo, nosotros vamos a estudiar los seis grupos de pulsos típicos.

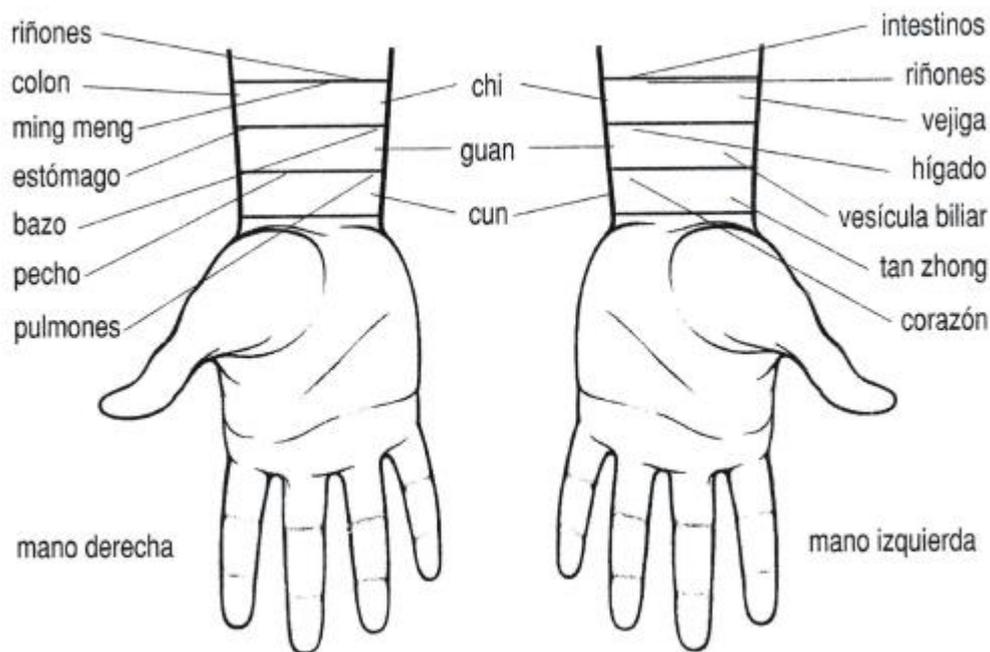


Figura 11.2: La manifestación de los órganos internos en el pulso de la muñeca

**a) Pulso flotante:**

El pulso se percibe con claridad, como si flotara sobre la superficie de la piel. Tiene una longitud de onda ancha, y late con fuerza. Indica que la enfermedad es externa, y se suele encontrar en enfermedades contagiosas, en la etapa superficial o inicial.

**b) Pulso sumergido:**

Este pulso sólo se siente si se aprietan bien los dedos sobre la muñeca. Su latido es lento y tiene una longitud de onda baja. Indica una enfermedad interna.

**c) Pulso lento:**

La frecuencia es lenta, menos de tres pulsaciones por respiración, o menos de sesenta pulsaciones por minuto. Este pulso indica una enfermedad fría, que afecta el sistema nervioso. Se suele encontrar en enfermedades cardiovasculares.

**d) Pulso rápido:**

La frecuencia es rápida, seis o siete pulsaciones por respiración, o más de cien pulsaciones por minuto. Indica un trastorno producido por calor, como se da en las enfermedades contagiosas.

**e) Pulso débil:**

El pulso se puede sentir sobre la superficie o a nivel intermedio o profundo, pero las pulsaciones son débiles. Indica una enfermedad por insuficiencia, con deficiencia de yang y falta de energía. La resistencia del organismo y los procesos metabólicos se han debilitado.

**f) Pulso fuerte:**

El pulso se puede sentir a todos los niveles, tanto superficial como intermedio y profundo, y las pulsaciones son fuertes. Indica una enfermedad por exceso. La resistencia y el metabolismo del paciente son buenos, de modo que la recuperación es sencilla.

Otras partes del cuerpo también proporcionan indicios sobre el estado del paciente. Las extremidades frías por lo general indican deficiencia de energía yang, mientras que el calor en el centro de la palma de la mano y de la planta del pie indica deficiencia de yin. Las enfermedades exógenas se suelen indicar por medio de las palmas calientes, mientras que una hinchazón fría y dura indica una enfermedad fría.

Si el lector se sigue preguntando cómo es posible que los síntomas externos revelen estados internos, como el hecho de que los ojos hinchados sugieran viento y calor en el hígado, o la lengua roja indique deficiencia de yin del estómago, esto significa que ha pasado por alto una información fascinante sobre el cosmos interno del hombre y el flujo de la energía, que se ha explicado en los capítulos 7, 8 y 9. Esta información no sólo es esencial para la patología y la diagnosis, sino también para la terapéutica. En principio, cuando sabemos cómo funciona nuestro cuerpo, una vez que aprendemos a reconocer correctamente lo que va mal en nuestras funciones naturales, no es difícil recuperarlas. En el capítulo siguiente veremos cómo clasifican los médicos chinos la amplia gama de síntomas que han reunido en sistemas prácticos que les permiten devolver la salud a sus pacientes de una forma más eficaz.



# 12

## Aprender a conocer mejor al paciente

### La clasificación de las enfermedades según los síntomas

*La enfermedad no se debe a los malos espíritus, sino a causas naturales.*

ZHANG ZHONG JING (150-219)

#### La clasificación de las enfermedades

¿Qué hace un médico chino para comprender la enfermedad del paciente y curarlo después de reunir un montón de síntomas en relación con su estado? Basándose en los síntomas, clasifica la enfermedad en diversas categorías. Los siguientes son los principales sistemas que utiliza para su clasificación:

1. Los seis síndromes.
2. Los tres niveles.
3. Las cuatro epatas.
4. Los sistemas de los doce órganos.

Estos sistemas de clasificación son pautas que permiten al médico conocer mejor la enfermedad del paciente. No son una compartimentación de las enfermedades. El médico puede usar uno o más sistemas al mismo tiempo. La siguiente descripción no es más que una breve introducción; los médicos chinos que se especializan en determinadas clasificaciones pueden profundizar más en cada categoría.

#### Los seis síndromes

La clasificación de los seis síndromes es el legado del gran médico Han del siglo II Zhang Zhong Jing, que renunció a ser gobernador de distrito para dedicarse a la medicina. Este gesto, que demuestra su auténtico amor por la medicina y su preocupación por los demás, resulta más impresionante todavía si tenemos en cuenta que, en esa época, la vida de un gobernador era cómoda y estaba rodeada de lujos, mientras que un médico por lo general era pobre y a menudo estaba solo. Sin embargo, su sacrificio fue una gran bendición para la humanidad, porque la clasificación de los seis síndromes que llevó a cabo Zhang Zhong Jing para diagnosticar las enfermedades contagiosas salvó miles de vidas durante una epidemia en la antigua China.

Los términos que se utilizan en esta clasificación son los mismos que se emplean para los meridianos principales: *taiyang* (yang mayor), *yangming* (yang brillante), *shaoyang* (yang menor), *taiyin* (yin mayor), *jueyin* (yin final) y *shaoyin* (yin menor), aunque su significado es bastante

diferente, ya que en este caso representan seis estados típicos de la reacción del enfermo frente a las enfermedades, sobre todo las causadas por factores externos.

Las principales características de la enfermedad *taiyang* (yang mayor) son: «pulso flotante, dolor de cabeza y miedo al frío». Se suele encontrar en enfermedades infecciosas, en la etapa superficial o inicial.

La enfermedad *yangming* (yang brillante) presenta los siguientes síntomas típicos: «calor corporal, muchas pulsaciones y un sistema del estómago sólido». (Al decir «sistema del estómago en plenitud», queremos decir un estancamiento de la energía o síndrome de astenia en el tracto gastrointestinal, debido al calor-malo). El síndrome *yangming* indica que se han desarrollado enfermedades infecciosas hasta alcanzar una etapa avanzada.

La etapa intermedia entre *taiyang* y *yangming* es la *shaoyang* (yang menor), que se caracteriza por «la boca amarga, la garganta seca y la vista borrosa». Este síndrome indica que las enfermedades infecciosas han alcanzado la tapa intermedia, pero que no se han desarrollado dentro de los órganos internos.

La enfermedad *taiyin* (yin mayor) por lo general afecta el bazo y el estómago, y es de naturaleza fría y vacía. (Cuando se dice que una enfermedad es «vacía» significa que las funciones fisiológicas del organismo se han debilitado y que las causas de la enfermedad no son evidentes). Las características principales de la enfermedad *taiyin* incluyen «estómago lleno, vómitos, dolor de estómago y la falta de ganas de comer».

Por su parte, las características principales de la enfermedad *jueyin* (yin final) son «dolor del corazón, hambre pero falta de ganas de comer, y vómitos después de comer». Se trata de una etapa avanzada de las enfermedades infecciosas, en la cual las defensas del cuerpo se han debilitado mucho.

Los síntomas principales de la enfermedad *shaoyin* (yin menor) son «pulso débil, deseos de dormir, el miedo al frío, extremidades frías y heces líquidas». Este síndrome indica una deficiencia de la energía de los sistemas del corazón y el riñón, de tipo frío y vacío.

Por lo tanto, desde el siglo II, los chinos poseen un conocimiento detallado de la naturaleza y las etapas de desarrollo de la enfermedad. Esta clasificación de las enfermedades según seis síndromes arquetípicos resulta particularmente útil para las enfermedades contagiosas. En términos generales, las enfermedades se dividen en dos tipos principales, según la relación entre la potencia de los agentes patógenos, sobre todo los de tipo infeccioso, y la eficacia del propio sistema de defensa del paciente. Si es evidente que los agentes patógenos son los principales responsables activos de la enfermedad, se puede decir que ésta es yang. Por el contrario, si la causa principal es el debilitamiento de los sistemas orgánicos del propio paciente, aunque los agentes patógenos también tengan algo que ver, se considera que la enfermedad es yin.

Además, las enfermedades tanto yin como yang se subdividen en tres tipos, según la etapa de su desarrollo. De este modo, las enfermedades yin en la etapa inicial, intermedia y avanzada se clasifican como *taiyin*, *shaoyin* y *jueyin*, respectivamente. Las enfermedades yin son las que se producen porque los sistemas naturales del paciente están demasiado débiles para contener a los agentes patógenos, sin tener en cuenta si estos agentes llevan mucho tiempo dentro del cuerpo del paciente o si acaban de entrar. Las enfermedades yang en la etapa inicial, intermedia y avanzada se denominan *taiyang*, *shaoyang* y *yangming*. Son las enfermedades que se producen como consecuencia de la potencia de los patógenos exógenos, por más que los sistemas naturales del paciente sigan funcionando como siempre.

Tal vez convenga recordar que *tai* y *shao*, que se anteponen a yin y yang en la terminología que acabamos de ver, significan «mayor» y «menor», respectivamente, e indican el comienzo y la continuación del debilitamiento del cuerpo o del ataque patógeno. *Jue*, cuando se antepone a yin, y *ming* cuando se agrega después de yang, significan «final» y «brillante», e indican que la defensa del cuerpo ha llegado a la última etapa, o que el ataque patógeno ha alcanzado la máxima intensidad.

Esta ingeniosa clasificación de las enfermedades, realizada por uno de los médicos chinos más importantes, resulta sencilla y eficaz al mismo tiempo. Los investigadores de la medicina occidental, sin dejar de conservar su propia modalidad de diagnóstico y terapéutica, podían aprovechar algunas ideas de esta concepción de la medicina.

## Los tres niveles

A pesar de que el sistema de los seis síndromes fue desarrollado en la Antigüedad por Zhang Zhong Jing, resulta tan útil contra las enfermedades contagiosas que los médicos chinos lo han seguido utilizando hasta ahora. En el siglo XVII, dos siglos antes de la aparición de la bacteriología en Occidente, se produjo otro avance histórico cuando Wu You Xing (1582-1652), tras desafiar la posibilidad de contraer una infección que hubiera podido ser fatal para estudiar las enfermedades pestilentes, descubrió que las pestes, a diferencia de otras enfermedades contagiosas, se debían a una «energía pecaminosa» que consistía en organismos microscópicos que se propagaban a través del aire. De allí surgieron las enfermedades *wenyi* (que originan violentas epidemias), distintas de las demás enfermedades contagiosas, que suelen recibir el nombre de enfermedades *shanghan* (frío y fiebre).

Posteriormente, Wu Ju Tong (1736-1820) resumió el valioso conocimiento de los antiguos maestros sobre las pestes que habían assolado China, y creó la clasificación de los tres niveles para las enfermedades pestilentes. En chino, esta clasificación de los tres niveles se llama «clasificación *san jiao*». Como *san jiao* también es el nombre del triple calentador, es fácil que muchos la traduzcan erróneamente como «clasificación del triple calentador», con lo cual se demuestra una vez más lo fácil que es interpretar mal el pensamiento médico chino si uno lee textos escritos por escritores honestos, pero que carecen de la información lingüística o técnica necesaria, por más que estos escritores sean muy competentes en sus propios campos. En realidad, la clasificación de los tres niveles se refiere a las tres fases típicas del desarrollo de las enfermedades virulentas.

En la primera etapa, cuando la enfermedad acaba de comenzar, se encuentra en el meridiano del pulmón. ¿Y por qué en este meridiano y no en cualquier otro? Porque los microbios que provocan estas enfermedades virulentas se difunden por el aire y el enfermo, al inspirar, los introduce en sus pulmones. Son síntomas comunes el dolor de cabeza, un leve miedo al frío, la sed y la tos. El pulso del paciente se vuelve rápido; la región *cun* (pulgada) de la muñeca indica un pulso fuerte, mientras que la región *chi* (pie) indica calor. El paciente siente calor después del mediodía.

El segundo nivel es la etapa intermedia de la enfermedad virulenta, cuando su manifestación se encuentra en los meridianos del bazo y el estómago. Si recordamos lo que hemos estudiado del cosmos interno del hombre, veremos que los pulmones proporcionan energía esencial para que el intestino grueso funcione, y que éste está íntimamente relacionado con los sistemas del bazo y el estómago. Por lo tanto, si los microbios no se frenan en los pulmones, su ataque se propaga al bazo y al estómago a través de la red de los meridianos.

El paciente presenta fiebre, pero no le tiene miedo al frío. Los síntomas habituales son el rostro enrojecido, respiración agitada, saburra amarillenta y heces sólidas. Su estado empeora por la tarde; por ejemplo, se siente confuso, tiene el cuerpo pesado, no tiene ganas de comer, quiere vomitar, tiene la saburra blancuzca y le cuesta orinar.

Cuando la enfermedad alcanza el tercer nivel, se manifiesta en los meridianos del riñón y del hígado. Al estudiar el cosmos interno del hombre, vimos que el estómago y el bazo se encargan de producir y nivelar la esencia de los nutrientes que, a su vez, constituye el ingrediente fundamental de la sangre. Los riñones y el hígado son los órganos principales para el almacenamiento y la regulación de la esencia y la sangre, respectivamente. Por lo tanto, cuando

la enfermedad virulenta alcanza la etapa avanzada, sus microbios se expanden a los riñones y al hígado.

Algunos síntomas típicos de la etapa avanzada de las enfermedades virulentas son que al paciente se le enrojece el rostro, tiene el cuerpo caliente, se le agrietan los labios, le duele la garganta y le cuesta oír. A menudo se siente deprimido y rechazado.

¿Cómo es posible que las enfermedades virulentas afecten nuestra mente o nuestras emociones? Una vez más, el conocimiento que tienen los chinos de nuestro cosmos interno proporciona una respuesta lógica. La energía del riñón es directamente responsable de la producción de *sui*, o médula, que fluye al cerebro y afecta su rendimiento.

Según la filosofía médica china, el cerebro no controla las emociones, sino el corazón, y como éste también es el órgano principal de la circulación sanguínea, su función de control emocional se ve, entonces, afectada por la sangre «contaminada». El corazón, como órgano «emperador», se ve afectado de diversas maneras por todo tipo de enfermedades. Sabiendo esto a través de la medicina china, deberíamos ser más tolerantes con las personas que se vuelven «irracionalmente» emocionales cuando están enfermas. De hecho, si después de la cirugía cerebral o la psicoterapia, los neurólogos y los psiquiatras siguen sin encontrar ningún problema clínico en sus pacientes, puede que obtuvieran resultados inesperados si se tomaran la molestia de investigar la premisa de que el problema del paciente podría ser fisiopatológico en lugar de ser neurológico o psiquiátrico.

Las tres etapas de la evolución de las enfermedades virulentas corresponden aproximadamente a los tres niveles del triple calentador. Al principio, la enfermedad se encuentra al nivel del pulmón, o en el calentador superior; en la etapa intermedia se encuentra a nivel del estómago, o en el calentador intermedio; y en la etapa final, a nivel del riñón, o en el calentador inferior.

Uno no puede menos que preguntarse si Europa habría podido hacer frente a las epidemias que no perdonaron ni a ricos ni a pobres en el siglo XIX si los médicos occidentales hubieran sabido lo que sabían los maestros chinos, que lograron frenar las epidemias en Oriente. Si bien no podemos retroceder en la historia, podemos aprender de ella. La terapia de chi-kung, una rama importante de la medicina china que sigue siendo poco conocida en Occidente, y de la cual hablaremos en próximos capítulos, es una excelente medida curativa y preventiva contra las enfermedades cardiovasculares, la principal causa de muerte en Occidente, hoy día.

## Las cuatro etapas

Otro sistema de clasificación de las enfermedades es el llamado de «las cuatro etapas»; fue desarrollado por un gran médico de la dinastía Qing, Ye Tian Shi (1667-1746), que, a pesar de nacer en el seno de una dinastía de médicos chinos, aprendió de otros diecisiete médicos en una época en la que ya era un maestro reconocido. El hecho de que este gran maestro manifestara el deseo y el valor de aprender de otros en una sociedad tradicionalmente conservadora puede inspirarnos para hacer lo mismo en nuestro tiempo.

Las cuatro etapas describían los cuatro pasos típicos de la evolución de las enfermedades pestilentes: *wei*, *qi*, *ying* y *xue*, que se pueden traducir como «superficial», «inicial», «intermedia» y «avanzada». En un contexto fisiológico, los cuatro términos se refieren respectivamente a «defensa», «energía», «nutriente» y «sangre». Esta aparente confusión, que no causa ningún problema a los iniciados, es uno de los motivos por los cuales los estudios occidentales a veces interpretan mal los textos médicos chinos, sobre todo cuando no tienen los conocimientos adecuados de la lengua china o del sistema médico chino. Por ejemplo, a veces hablan de estas etapas como de «etapa de defensa», «etapa de la energía», «etapa de los nutrientes» y «etapa de la sangre», lo cual, a pesar de las buenas intenciones de los autores, aumentará la confusión del

lector occidental. Sin embargo, en algunas situaciones, que explicaremos más adelante, puede que sea más adecuado traducir estos términos en su contexto fisiológico.

Esta aparente confusión se aclarará cuando comprendamos la relación entre las etapas de la evolución de la enfermedad y la respuesta fisiológica del paciente. En la etapa *wei* o superficial, la más activa para luchar contra la enfermedad es la energía de defensa (conocida como *wei qi*) del paciente. Cuando los microbios han logrado atravesar la defensa del organismo y han entrado en la etapa *qi* o inicial de su evolución, se extienden a otras partes del cuerpo siguiendo el flujo de la energía (*qi*) del sistema de los meridianos. Si no la detienen, la enfermedad alcanza la etapa *ying* o intermedia, en la que se ve afectado el nivel de energía nutriente (*ying qi*) del paciente, produciéndose el debilitamiento general de sus sistemas naturales. En la etapa *xue* o avanzada, los microbios atacan los órganos y los tejidos internos, difundidos por la circulación de la sangre (*xue*). Ye Tian Shi resumió esta evolución patológica de las enfermedades pestilentes en su famosa y breve afirmación: «Los males pestilentes vienen del aire, entran en los pulmones y se instalan en el pericardio».

¿Cómo sabe el médico en qué etapa de su evolución se encuentra la enfermedad? Hay síntomas típicos, de los cuales daremos a continuación una breve descripción.

En la etapa superficial, o *wei fen*, de la pestilencia, los síntomas comunes son la fiebre, un poco de frío, pulso flotante y rápido, muy poco o nada de sudor, dolor de cabeza, dolor en el cuerpo, tos, nariz tapada, saburra blanca y pérdida de sabor.

Cuando la enfermedad epidémica virulenta pasa a la etapa inicial, o *qi fen*, los síntomas comunes son la fiebre alta sin sensación de frío, mucho sudor, sed y el deseo de bebidas frías, el pecho o el estómago congestionados, ansia de vomitar, heces sólidas, saburra amarillenta y seca, pulso homogéneo y rápido, o pulso potente y enérgico.

Si la enfermedad pestilente atraviesa la defensa exterior del cuerpo y alcanza el *ying fen*, o la etapa intermedia, los síntomas habituales son agitación, fiebre sobre todo por la noche, insomnio, los labios y la boca secos, pero sin ganas de beber, erupciones cutáneas, lengua carmesí, desvaríos y pulso leve y rápido.

En la *xue fen*, o etapa avanzada, la enfermedad epidémica virulenta ha llegado al interior. Entre los síntomas figuran la fiebre alta, sobre todo por la noche, desvaríos, convulsiones, la lengua carmesí, erupciones cutáneas, hemorragias, heces negras y el pulso leve y rápido. Por lo general, es posible que sólo aparezcan dos o tres síntomas, pero cuando se manifiestan indican que la enfermedad es muy grave.

Una aportación notable de Ye Tian Shi fue su explicación de que las enfermedades pestilentes son diferentes de otras enfermedades contagiosas, en cuanto a su naturaleza, comportamiento, causas y tratamiento. Esta distinción ayudó a salvar innumerables vidas. En chino, a las enfermedades pestilentes se las llama *wen yi* (epidemia virulenta), mientras que las demás enfermedades contagiosas se llaman *shang han* (frío y fiebre). Ye Tian Shi también destacó que las enfermedades epidémicas virulentas pueden estar latentes durante un tiempo. Por lo tanto, cuando afloran, es posible que los primeros síntomas ya se encuentren en la etapa *ying* o intermedia; a medida que avanzan hacia el exterior del cuerpo, los síntomas *wei* (superficiales) y *qi* (iniciales) aparecen después.

Esta característica se puede aplicar a otros tipos de enfermedades, aparte de las pestilentes. De modo que si un paciente se ve aliviado de improviso de síntomas graves como fiebre alta, desvaríos y pulso débil y rápido, puede que no sea un buen síntoma si además suda mucho, tiene congestión en el pecho o el abdomen y una saburra amarillenta y seca. Aunque sus síndromes pasen de la etapa *ying* a la *qi*, en realidad su enfermedad empeora. Esto explica por qué algunos pacientes mueren «de repente», cuando parece que se están recuperando. Sin duda, los médicos que comprenden este principio tienen más posibilidades de salvar vidas. De hecho, muchas fueron las que salvaron los médicos que aplicaron esta clasificación de las enfermedades cuando la peste

asoló China en los años XVII y XVIII, cuando la población llamaba a las enfermedades pestilentes los «males del cielo».

Tanto ésta como las demás clasificaciones de las enfermedades ayudan a los médicos a planificar su programa terapéutico. Evidentemente, el médico tiene que atacar la enfermedad en el nivel correspondiente; lo contrario no sólo sería un derroche sino que además podría ser perjudicial para el paciente. Por ejemplo, administrar plantas medicinales frías (antibióticos) para matar microbios es adecuado en las etapas *wei* y *qi*, o superficial e inicial, pero hacerlo en las etapas *ying* y *xue*, o sea la intermedia y la avanzada, podría debilitar más al paciente.

Ye Tian Shi dio el siguiente consejo: «En la etapa *wei*, hay que aplicar la técnica de sudar; sólo cuando la enfermedad alcanza la etapa *qi*, el médico tiene que aclarar el *qi*; en la etapa *ying*, hay que calentar y hacer circular la energía, cuando la enfermedad entren en la etapa *xue*, se debe enfriar la sangre y dispersar el estancamiento». Esto quiere decir que el médico puede usar plantas antibióticas en la etapa superficial y eliminar los microbios a través del sudor; en la etapa inicial, las plantas antibióticas pueden limpiar los microbios de los meridianos; en la etapa intermedia, el médico debe mejorar los procesos metabólicos y el flujo de la energía del paciente; en la etapa avanzada no conviene usar plantas frías (antibióticos), pero el médico puede eliminar los microbios con plantas frías (con un efecto antibiótico más leve) sin dejar de ocuparse, al mismo tiempo, del «estancamiento de la sangre» que se produce como consecuencia del efecto de enfriamiento. Durante una epidemia de tuberculosis, Ye Tian Shi, al que el pueblo llamaba el «médico del cielo», curó a innumerables pacientes, pero no recetando plantas antibióticas, sino mejorando los procesos metabólicos de los pacientes para que los sistemas del cuerpo pudieran superar la temible enfermedad.

Quien piense que la medicina china no es científica porque dispone de información inadecuada o engañosa debería replantearse su opinión después de leer todo lo que saben los chinos sobre la causa, la evolución y el tratamiento de las enfermedades pestilentes. Frente al resurgimiento que se produce en las sociedades occidentales de la tuberculosis y otras enfermedades infecciosas, que se han vuelto resistentes al tratamiento con antibióticos, los expertos occidentales pueden obtener algunas ideas prácticas a partir de la concepción médica china.

## La clasificación según los órganos internos

La cuarta categoría de clasificación de las enfermedades depende de la reacción fisiológica del enfermo ante la enfermedad, que le permite al médico saber lo que le ocurra al paciente y dónde. El médico determina qué órgano o qué sistema de meridianos están enfermos, y qué factores patógenos son los responsables. No importa si comienza por el lugar o por la dolencia; de todos modos, las conclusiones son similares.

Por ejemplo, examinando la nariz, el rostro, el pulso y muchas otras características de las cuatro técnicas de diagnóstico, el médico puede llegar a la conclusión de que la enfermedad está alojada en los pulmones, y algunos síntomas como la flema amarilla, la sed, el dolor de espalda y pulso fuerte indican que la causa patogénica es el fuego. Por consiguiente, la enfermedad se describe como exceso de fuego en los pulmones. Esta clasificación es muy popular, ya que permite al médico tratar directamente la causa y el lugar donde está situada la enfermedad. En este caso, el principio terapéutico fundamental es hacer desaparecer el fuego de los pulmones, lo cual se consigue de muchas formas, como veremos en otros capítulos. Aquí hemos simplificado el ejemplo para que el lector lo comprenda fácilmente, ya que los casos reales suelen ser más complejos, aunque los principios básicos son los mismos.

Los órganos internos y sus meridianos correspondientes son el corazón, el intestino delgado, el hígado, la vesícula, el bazo, el estómago, el pulmón, el intestino grueso, el riñón, la vejiga, el pericardio y el triple calentador, que se examinan en función de factores patogénicos como frío,

calor, insuficiencia, exceso, deficiencia de yin y de yang. Cabe señalar, una vez más, que los términos patológicos, como «frío» y «calor» se deben interpretar de forma simbólica y no literal; esta aparente novedad se debe tanto a discrepancias lingüísticas y culturales como a una concepción médica diferente.

A continuación haremos tan sólo una breve descripción de los síntomas y características que utilizan los médicos chinos para su clasificación. No aparecen todos los tipos de enfermedades.

Según la filosofía de la medicina china, la enfermedad del sistema del corazón tiene que ver con el aparato circulatorio y con el sistema nervioso. Los síntomas de enfermedades debidos al «frío» del corazón incluyen dolor en el corazón, extremidades frías y pulso lento. La lengua seca y dolorida y la sensación de opresión en el pecho indican una enfermedad provocada por «fuego en el corazón». La enfermedad que resulta de la «deficiencia de yin del corazón» se caracteriza porque uno se muestra asustadizo y sufre pérdida de memoria e insomnio.

La enfermedad del intestino delgado por lo general puede ser del tipo «insuficiencia, frío» o del tipo «exceso, caliente». El primer tipo se caracteriza por la orina clara, evacuaciones frecuentes, dolor de estómago, pulso débil y saburra blancuzca, mientras que la enfermedad «por exceso y caliente» se manifiesta en forma de orina rojiza, abdomen hinchado, dolor en la cintura y en la columna, la lengua reseca y saburra amarillenta. En este caso, «insuficiencia» y «exceso» se refieren al debilitamiento de las funciones fisiológicas y a la potencia de los agentes patogénicos, respectivamente.

Las causas patogénicas comunes de las enfermedades del hígado son las situaciones de frío, calor, insuficiencia o exceso. La enfermedad fría del sistema hepático presenta los siguientes síntomas: espasmos, dolor en los genitales, pulso lento y hundido, y saburra suave y verdosa. El dolor en las costillas, los ojos hinchados y enrojecidos, el insomnio, la lengua rojiza y el pulso frecuente son indicios de una enfermedad de hígado. Un zumbido en los oídos, la vista nublada, la falta de brillo de las uñas, el pulso débil y la lengua pálida y sin saburra indican una enfermedad provocada por una deficiencia de la energía de este órgano. El dolor de oídos, la lengua carmesí, la saburra amarillenta, el pulso fuerte y la propensión a la ira indican que la enfermedad se debe a un exceso de energía. Por lo tanto, si a uno le duelen los oídos pero el otorrinolaringólogo no encuentra nada malo en ellos, le conviene hacerse revisar el hígado.

La enfermedad del hígado suele afectar a la vesícula: por consiguiente, hay muchas similitudes entre ambos. El dolor de cabeza, los vómitos, la flatulencia, el insomnio y el pulso débil son síntomas comunes de la falta de energía de la vesícula. Un exceso de energía en la vesícula se manifiesta en forma de sabor amargo en la boca, escalofríos que se alternan con fiebre, la vista nublada, dificultades para oír y el pulso rápido.

La «humedad» es una causa patológica muy común que afecta al bazo. La insuficiencia de yang debida «humedad» y «frío» se manifiesta en forma de dolor abdominal, evacuaciones frecuentes, incapacidad para digerir los alimentos, y pulso lento y hundido. Los síntomas de la enfermedad de bazo debida a «humedad» y «calor» son la saburra amarillenta, orina amarillenta y escasa, pulso lleno y rápido y exceso de fluido corporal. Por lo general, un sabor dulce en la boca indica problemas en el bazo.

El bazo y el estómago están estrechamente relacionados; por lo tanto, si se produce una enfermedad en uno de ellos, suele afectar al otro. Los síntomas de la enfermedad del estómago debida a la deficiencia de yang son dolor abdominal, falta de sabor, deseos de vomitar, extremidades frías, pulso lento y hundido. El exceso de fuego en el estómago se manifiesta por una gran sed, hambre, mal aliento y encías sangrantes.

La enfermedad del pulmón se suele manifestar en la nariz, la garganta y la piel. Cuando el «frío» y el «viento» atacan el pulmón, los síntomas son nariz tapada, tos, flema clara y blancuzca, saburra blancuzca, y pulso flotante y homogéneo. Si el pulmón es atacado por el «fuego», los síntomas son el rostro enrojecido, flema amarillenta, flema con sangre, sed, dolor en el pecho y la espalda, manchas blancuzcas en la garganta, saburra amarillenta y el pulso fuerte. La

enfermedad del pulmón debida a una deficiencia de energía yang se manifiesta por la falta de aliento, la palidez del rostro, las extremidades frías, la orina frecuente, tos, piel seca, caída del cabello y pulso débil y vacío.

Síntomas como heces líquidas, orina clara y abundante, dolor abdominal, saburra blanzuca y pulso débil indican enfermedades frías del intestino grueso. Heces sólidas, orina escasa, dolor en ella no, saburra amarillenta y pulso frecuente indican que la enfermedad del intestino grueso es de tipo caliente.

Las enfermedades de los riñones a menudo se manifiestan en los ojos, los oídos y los genitales, y suelen ser de naturaleza más de «insuficiencia» que de «exceso». Polución nocturna, zumbido de los oídos, lumbago, mareos, vista nublada, lengua roja sin saburra y pulso débil y rápido indican deficiencia de yin en el sistema del riñón. La deficiencia de yang se manifiesta mediante síntomas como eyaculación precoz, impotencia, flacidez de las extremidades inferiores y sensación de frío en la cintura y en las piernas. Las mujeres que no pueden tener hijos a pesar de sus numerosos intentos, aunque el ginecólogo les asegure una y otra vez que no sufren ningún trastorno clínico, tal vez obtengan resultados increíbles si consultan a un médico chino con respecto a su sistema renal.

Las enfermedades relacionadas con la vejiga se suelen reflejar en la orina. La orina clara y frecuente indica una enfermedad fría, mientras que cuando es escasa y dolorosa se trata de una enfermedad de tipo caliente. La orina incontrolable indica una enfermedad por insuficiencia; si la orina es congestionada y dolorosa indica una enfermedad por exceso. Sin embargo, por más que se trate de enfermedades de vejiga, a menudo están relacionadas con el pulmón y el riñón.

En esta clasificación de las enfermedades según los sistemas de los órganos, no se mencionan el pericardio ni el triple calentador porque las enfermedades del pericardio son similares a las del corazón y, puesto que el triple calentador contiene a todos los demás órganos internos, sus enfermedades se incluyen en estos órganos.

Esta clasificación se refiere no sólo a las enfermedades físicas, sino también a las psicológicas, ya que los chinos siempre han considerado el soma y la psique como una unidad. Los médicos y los psiquiatras occidentales pueden extraer algunas conclusiones de este concepto chino de que los trastornos emocionales están relacionados con las dolencias fisiológicas.

Un enfoque práctico de esta clasificación consiste en aplicar a los sistemas de los órganos los ocho principios de frío, caliente, insuficiencia, exceso, interno externo, yin y yang. Por ejemplo, después de saber que el problema de un paciente se encuentra en el hígado, averiguamos si la enfermedad es fría o caliente, por insuficiencia o por exceso, interna o externa, yin o yang. De lo contrario, después de determinar que el paciente presenta una enfermedad yang, caliente, por exceso y externa, tenemos que averiguar en el sistema en qué órgano está situada.

Los médicos chinos no clasifican las enfermedades por puro placer académico, sino por una cuestión práctica. Por lo tanto, es un grave error sugerir, como hacen algunos autores mal informados, que los chinos acostumbran a clasificar los factores o los procesos en medicina y en otras áreas según los conceptos filosóficos simplemente por seguir una convención, como agrupar los síndromes en seis clases, en lugar de cinco, siete o cualquier otra cifra sólo porque el *Yi Jing (I Ching)* menciona seis divisiones del yin y del yang, o clasificar la evolución de las enfermedades en tres niveles para adaptarse al concepto confuciano de los tres niveles, que son el cielo, la tierra y el hombre. Un escritor llegó a decir incluso que, para completar la pareja de órganos yin y yang, los chinos inventaron el concepto del triple calentador para que corresponda al pericardio.

## **El diagnóstico del paciente**

De los cuatro sistemas de clasificación de las enfermedades que hemos analizado en este capítulo, la de los seis síndromes se utiliza fundamentalmente para las enfermedades contagiosas, la de los

tres niveles y las cuatro etapas, para las enfermedades virulentas y epidémicas, y la de los sistemas de los órganos, para todos los grupos de enfermedades. Hay que recordar que la clasificación de las enfermedades es una herramienta convencional, pero nunca se debe tomar como una compartimentación rígida. Sean cuales fueren el sistema o sistemas que emplee el médico, siempre debe tratar al enfermo como una persona completa, y no debe limitarse a tratar su enfermedad o la parte que tiene enferma.

Imagine el lector que es un médico chino; veamos si puede aplicar lo que acaba de leer para diagnosticar a un paciente imaginario. Hemos de destacar que aquí se trata sólo de un juego, porque en la vida real, diagnosticar y tratar a un paciente es algo muy serio y nadie debe intentarlo sin haber recibido la formación adecuada de unos instructores cualificados.

El señor E. N. Fermo llega a su consulta y, como médico responsable, el lector lo somete a un examen exhaustivo, aplicando los cuatro métodos de diagnóstico: observar, escuchar, preguntar y oír.

El lector nota que, aunque se muestra ansioso y dubitativo, se mueve con libertad y tiene la voz nítida. También observa que tiene la piel ligeramente amarillenta y los labios resecos. Le pide que abra la boca, y ve que tiene la lengua rosada. Su respiración es rápida y agitada, y tiene un poco de fiebre.

Al interrogarlo, responde que siente frío, no suda y que su orina es amarillenta, escasa y dolorosa. El lector le pregunta si ha comido hace poco, y responde que no le apetece comer, que le sienta mal, pero que tiene un sabor dulce en la boca. Se queja de dolor de cabeza, evacuaciones frecuentes y dolor abdominal. Se siente mal desde la noche anterior.

El lector le toma el pulso en la muñeca y comprueba que es fuerte y flotante en la superficie, con una frecuencia rápida: más de cien pulsaciones por minuto. También tiene calientes las palmas de las manos.

De acuerdo con la filosofía de la medicina china, no nos preguntamos qué enfermedad tiene, sino qué le ocurre. A partir del diagnóstico vemos que se ve afectado por causas externas de «humedad» y «calor», y que su enfermedad se encuentra en la etapa superficial.

Los labios resecos y la orina amarillenta indican calor en el estómago y el bazo, y el hecho de que no sude indica que la enfermedad es externa y por exceso. La orina escasa y dolorosa confirma que la enfermedad caliente está acompañada de humedad, y la sensación desagradable después de comer confirma que es por exceso.

Las evacuaciones frecuentes y el dolor abdominal, así como el sabor dulce en la boca, indican asimismo la humedad y el calor en el estómago y el bazo. El dolor de cabeza, las palmas calientes y el pulso flotante y frecuente indican que la enfermedad es externa, contagiosa y que se encuentra en una etapa superficial o inicial.

Con toda esta información, ya podemos clasificar los síntomas del paciente en grupos para comprenderlos mejor. Utilizando el sistema de los seis síndromes, podemos decir que la enfermedad del paciente pertenece al tipo *taiyang* (yang mayor). Sin embargo, también presenta algunas características de una enfermedad *taiyin* (yin mayor). Aunque se trata de una enfermedad infecciosa (o *shanghan*), no es virulenta ni epidémica (o *wenyi*), de modo que los tres niveles y las cuatro etapas no corresponden. Sin embargo, si queremos intentar una clasificación, podemos decir que pertenece al primer nivel y que corresponde a la etapa superficial.

Lo mejor en este caso es aplicar el sistema de clasificación de los órganos. La enfermedad se puede describir como caliente, por exceso, externa y yang de los sistemas del bazo y el estómago, provocada por humedad y calor. De hecho, ésta es la manera tradicional de designar las enfermedades en la medicina china y, por cierto, no resulta nada ampuloso en chino. Los médicos chinos no dan un nombre determinado a una enfermedad, como se hace en Occidente, sino que se refieren a la enfermedad por el estado patológico del paciente. Sin embargo, sobre todo para poder establecer comparaciones con la medicina occidental, los médicos chinos modernos a veces

usan la traducción al chino de los términos occidentales para designar las enfermedades. El término moderno más aproximado para el ejemplo anterior es «diarrea».

Pero obsérvese la gran diferencia de información entre el término occidental y el tradicional chino. Esta diferencia se manifiesta también en el enfoque terapéutico respectivo. El enfoque occidental es temático; los médicos occidentales considerarán que han hecho un buen trabajo cuando su paciente no tenga más diarrea. El enfoque chino es holista; los médicos chinos sólo quedarán satisfechos cuando el paciente haya recuperado la salud, y esto incluye la eliminación de todos los síntomas patológicos, como la piel amarillenta, los labios resacos, la orina escasa y dolorosa y el pulso flotante y rápido. De qué manera lo consiguen los médicos chinos es algo que explicaremos en los siguientes capítulos.

# 13

## Tratar al enfermo, más que la enfermedad

### Los principios de la terapéutica china

*Al concentrarse en fragmentos cada vez más pequeños del organismo, quizá la medicina moderna pierda de vista al paciente como un ser humano completo y, al reducir la salud al funcionamiento mecánico, ya no consigue resolver el fenómeno de la curación.*

PRÍNCIPE CARLOS DE INGLATERRA, EN UN DISCURSO DIRIGIDO A LA  
BRITISH MEDICAL ASSOCIATION, EN 1982

### La curación del paciente como una persona completa

Considerar al ser humano como un todo completo, y no simplemente como algo compuesto por distintas partes, es un principio fundamental de la medicina china. Por lo tanto, en su terapéutica, el médico chino intenta curar al paciente como una persona completa, y no se limita a tratar de curar la enfermedad, o sólo las partes afectadas.

El hombre está compuesto por órganos, aparatos y sistemas muy complejos, pero unidos y coordinados, que están relacionados entre sí y dependen los unos de los otros. Por ejemplo, el aparato respiratorio depende del circulatorio para recibir alimentos y energía, que a su vez se obtienen del aparato digestivo. Al mismo tiempo, el aparato digestivo tiene que depender del aparato circulatorio, del respiratorio y otros para su mantenimiento y su funcionamiento.

Esta interconexión en nuestro cuerpo se aprecia mejor cuando comprendemos el intrincado sistema de meridianos, que conectan no sólo los órganos que se comunican con el exterior, como los ojos y el hígado, sino también todas las partes de nuestro cuerpo. Todos nuestros órganos internos (pulmones, hígado, riñones, etcétera) están conectados con los órganos externos (piel, ojos, oídos, etcétera). Gracias a los órganos externos, el hombre es consciente de su entorno, lo cual lo ayuda a mantenerse en armonía con el medio ambiente, que está en permanente cambio, tanto en lo que respecta al aire y los microorganismos que lo rodean como a las condiciones climáticas, los lugares geográficos y las influencias emocionales. Si los cambios medioambientales son demasiado drásticos o repentinos, es posible que el hombre no se pueda adaptar a ellos. Entonces se pierde el equilibrio entre el hombre y el ambiente, o entre sus sistemas internos y sus sistemas externos, y es posible que caiga enfermo.

Como los órganos, aparatos y sistemas del hombre están interrelacionados mediante diversos meridianos, la lesión o la enfermedad de una parte afectará a las demás, con lo cual se pierde el equilibrio y se produce la enfermedad. Por ejemplo, como se expresa en la frase que dice que «las enfermedades del hígado afectan al bazo», cuando el hígado está enfermo, esta enfermedad suele perturbar al bazo, con lo cual se pierde el apetito y la salud en general. Por lo tanto, tiene suma importancia que el médico trate al enfermo como una persona completa y que no se limite a

prestar atención a la cabeza cuando se queja de dolor de cabeza, o al estómago, cuando se queja de dolor de estómago.

## La prescripción de la terapéutica según la enfermedad

El principio de «prescribir la terapéutica según la enfermedad», exige que el médico averigüe primero la causa y la naturaleza de la enfermedad y que sólo después prescriba la terapéutica adecuada para el paciente. La importancia y la necesidad de este principio son evidentes, pero en la práctica es increíble la cantidad de médicos que no lo aplican bien, como demuestran de forma explícita la cantidad de tratamiento infructuosos para dolencias sencillas. Si se determinan correctamente la causa y la naturaleza de una enfermedad, ésta, salvo escasas excepciones, se puede curar con facilidad y rapidez si se aplica la terapéutica adecuada.

Por lo tanto, la diagnosis es sumamente importante: si la enfermedad se diagnostica de manera correcta, no cabe duda de que se producirá la recuperación. En su diagnosis, como hemos visto en capítulos anteriores, el médico tiene en cuenta el lugar donde se aloja la enfermedad, su potencia en relación con la resistencia del cuerpo, su comportamiento y su grado de evolución; examina las causas externas (los seis males) así como también las internas (las siete emociones); recurre a los cuatro métodos de diagnóstico, se deja guiar por los ocho principios y, finalmente, utiliza una o más maneras de clasificar la enfermedad, para conocerla mejor.

## La batalla entre el bien y el mal

En sentido figurado, los médicos chinos se refieren a nuestra salud en relación con la enfermedad como una batalla entre el bien y el mal. En este caso, «bien» y «mal» no tienen ninguna connotación religiosa ni metafísica, sino que se refieren a dos situaciones relativas en salud y enfermedad.

Al hablar del bien nos referimos al «*chi* bueno», la fuerza o la energía vital que se encarga de mantener la vida; incluye el funcionamiento sano de los órganos, aparatos y sistemas del cuerpo, la resistencia natural a los agentes patógenos internos y externos, y la capacidad y la tendencia naturales a recuperar y reconstruir.

Al hablar del mal nos referimos al «*chi* malo», es decir, la enfermedad, lo cual incluye a todos los agentes que provocan enfermedades, así como los síntomas y las manifestaciones producidos por estos agentes. La salud o la enfermedad forman parte de un proceso continuo de la batalla entre el bien y el mal. La incidencia de la enfermedad, su evolución y sus manifestaciones son momentos en los que triunfa el mal. Cuando triunfa el bien, por ejemplo, cuando alguien está lleno de *chi* bueno, no pueden producirse las enfermedades.

Puede que a algún lector esta descripción metafórica de la batalla entre el bien y el mal le parezca primitiva o simplista, pero en realidad representa, de la forma más concisa posible, una verdad médica profunda aprendida tras muchos años de observación y estudio. Si comprendemos su significación y dominamos su aplicación, no sólo podemos curar la enfermedad, sino, lo que es más positivo, evitar que se produzca y promover la longevidad.

Por lo tanto, todos los métodos terapéuticos se pueden resumir en dos principios fundamentales: «recuperar el bien» y «eliminar el mal». Recuperar el bien quiere decir utilizar medicamentos, la nutrición, el ejercicio y otros medios para recuperar la energía vital del cuerpo, fortalecerlo y aumentar sus sistemas de defensa y su capacidad curativa y autogenerativa, a fin de vencer a los agentes patogénicos y recuperar la salud. Eliminar el mal quiere decir utilizar diversos métodos terapéuticos, como la fitoterapia, la acupuntura, el masaje, la terapia de chi-

kung, etcétera. Para suprimir el *chi* malo, eliminando los agentes patógenos o sus efectos, restringiendo o acabando con su evolución, para hacer desaparecer la enfermedad.

Recuperar el bien y eliminar el mal están relacionados entre sí, pero, por conveniencia, podemos clasificar las terapéuticas según los siguientes enfoques:

1. **Sólo recuperar el bien.** Se utiliza cuando el enfermo realmente está débil y ya no quedan agentes patógenos externos. Se aplica sobre todo a pacientes que sufren enfermedades orgánicas.
2. **Sólo eliminar el mal.** Se utiliza cuando hay agentes patógenos externos, pero el paciente se encuentra bien y está sano. Se aplica sobre todo a las enfermedades contagiosas.
3. **Recuperar el bien y al mismo tiempo eliminar el mal.** El paciente está débil y hay agentes patógenos, pero la debilidad del paciente es más notable.
4. **Eliminar el mal y al mismo tiempo recuperar el bien.** El paciente está débil y hay agentes patógenos, pero éstos son más urgentes.
5. **Recuperar el bien y después eliminar el mal.** Hay debilidad física y agentes patógenos, pero si primero se elimina el bien el paciente se podría debilitar más. Por ejemplo, recetar antibióticos puede debilitar de forma drástica a un paciente que no se encuentra bien.
6. **Eliminar el mal y después recuperar el bien.** Hay debilidad física y agentes patógenos, pero si primero se recupera el bien se podría agravar la enfermedad. Por ejemplo, aumentar el nivel energético de una persona que sufre un bloqueo interno en realidad puede hacerle más daño.

Sean cuales fueren los métodos o los enfoques terapéuticos, en definitiva de lo que se trata es de recuperar el bien, lo cual contrasta, sin duda, con el énfasis que se pone en Occidente en eliminar el mal. Según la filosofía médica china, el *chi* bueno (la energía vital) del paciente es el factor básico para recuperar el mal (la enfermedad). Además, todos los medios terapéuticos (la fitoterapia, la acupuntura, etcétera) dependen del *chi* del paciente para funcionar.

Evidentemente, los médicos modernos pueden obtener grandes beneficios de esta filosofía. Por ejemplo, la filosofía que impulsa la investigación médica sobre las enfermedades degenerativas, el problema médico más acuciante del siglo XX, consiste en encontrar maneras de eliminar las enfermedades, es decir, «eliminar el mal», más que en recuperar las funciones fisiológicas del paciente, es decir, «recuperar el bien». Y cuando la enfermedad orgánica requiere una intervención quirúrgica, la cuestión es más si el paciente puede hacer frente a los gastos, es decir «eliminar el mal», que si se puede recuperar sin tener que recurrir a la cirugía, como han logrado muchos de mis alumnos de chi-kung, es decir, «recuperar el bien».

## El concepto de rama-raíz

El concepto de rama-raíz se refiere a los aspectos secundario y primario de una relación. Se utiliza con frecuencia en la medicina china y se manifiesta de muchas maneras.

En la relación entre salud y enfermedad (el bien y el mal), nuestra resistencia natural a la enfermedad se considera primaria (raíz), mientras los agentes que provocan la enfermedad son secundarios (rama). Por lo tanto, en terapéutica, devolver al paciente su energía vital general siempre tiene prioridad con respecto a limitarse a curar enfermedades determinadas.

En diagnosis y en terapéutica, la causa de la enfermedad es primaria, mientras que el síntoma es secundario. Por lo tanto, el médico no debe limitarse a juzgar por los síntomas externos de una enfermedad, sino que debe intentar averiguar su causa. No debe curar simplemente los síntomas, sino tratar la causa de la enfermedad.

Con respecto a la evolución de una enfermedad, una antigua o con la que hemos tenido contacto antes sería primaria; en cambio, una enfermedad nueva, o una con la que hemos tenido contacto después se considera secundaria. Una enfermedad interna es primaria, mientras que una externa es secundaria. Con respecto a la causa de una enfermedad, las causas internas son primarias y las externas, secundarias.

El enfoque terapéutico habitual consiste en curar primero lo primario y después lo secundario. Por ejemplo, un paciente que sufre de deficiencia de la energía del corazón puede sentir dolor en el brazo. Si nos limitamos a eliminar el dolor del brazo, pero no hacemos caso del problema del corazón, caemos en la práctica frecuente de «tratar el síntoma, en lugar de la causa». Esto explica por qué muchos pacientes que sufren de enfermedades crónicas se recuperan del todo de sus dolencias.

El concepto de rama-raíz nos ayudará a no cometer este error. Al distinguir entre la causa primaria y el síntoma secundario, tratamos la causa aumentando la energía del corazón. El síntoma, el dolor del brazo, desaparecerá de forma automática.

Sin embargo, en nuestro afán por tratar la causa, no debemos descuidar el síntoma. Podemos explicarle al paciente la verdadera causa de su enfermedad, pero, para él, el síntoma que sufre es real y tal vez sea más significativo que la deficiencia de su energía del corazón, que es probable que no experimente de forma inmediata. Y si no le aliviarnos el dolor del brazo, puede que muy pronto pierda confianza en nuestra capacidad para curarlo, por más que estemos haciendo un buen trabajo con su deficiencia energética. Además, al aliviar el síntoma, por ejemplo, abriendo los meridianos que pasan por el brazo, también podemos acelerar el aumento de su energía del corazón.

Sin embargo, es posible que a veces los síntomas se vuelvan más urgentes que la causa de la enfermedad. En este caso, hemos de tratarlos primero. Por ejemplo, una disfunción hepática puede producir un exceso de fluido en el abdomen. La disfunción hepática es la causa primaria, y el exceso de fluido abdominal, el síntoma secundario. Pero si la acumulación de fluido es tan grave que el abdomen está hinchado y al paciente le cuesta excretar y respirar, tenemos que tratar primero el síntoma, utilizando purgas que eliminen el exceso de fluido.

## Las ocho técnicas

A continuación hablaremos de ocho técnicas terapéuticas fundamentales que se utilizan en medicina interna.

1. **Sudar (diaforesis).** Sudar es útil para las enfermedades externas, como la fiebre y el resfriado, las infecciones piogénicas y el exceso de fluido (edema). Algunas plantas medicinales comunes para inducir el sudor son *ma huang (Herba ephedrae)*, *kwei chi (Ramulus cinnamomi)*, *fang feng (Radix ledebouriellae)*, *po he (Herba menthae)*, *ji hua (Flos chrysanthemi)* y *chai hu (Radix bupleuri)*.
2. **Inducción del vómito (emesis).** La inducción del vómito se utiliza para eliminar los alimentos tóxicos que todavía no han sido absorbidos por el organismo. La siguiente materia médica puede inducir la emesis: *kwa ti (Pedicellus melo)*, *li lu (Veratrum nigrum)* y *chang san (Radix dichroae)*.

3. **Purgación.** La purgación se utiliza para enfermedades que son internas, reales y calientes, sobre todo en los sistemas del bazo y el estómago, como la dificultad para excretar, el abdomen hinchado, el exceso de fluido y de sangre y estasis de *chi*. La siguiente materia médica es purgativa: *ta hwang* (*Rhizoma rhei*), *mang sheow* (*Natrii sulfas*), *fu tze* (*Radix aconiti praeparata*), *kan jiang* (*Rhizoma zingiberis*), *fo ma ren* (*Fructus cannabis*), *luan hua* (*Flos genkwa*) y *da ji* (*Radix Euphorbiae pekinensis*).
4. **Reconciliación.** La reconciliación se refiere a la regulación de las relaciones funcionales entre el yin y el yang, y entre los órganos. A diferencia de otras técnicas que utilizan determinadas plantas para hacer sudar, otras para purgar, etcétera, en esta técnica no hay una materia médica específica para la reconciliación. El médico tiene que averiguar la causa del desequilibrio del paciente y elegir la materia médica adecuada para superarlo. Sin embargo, *Sao Chai Hu Tang* (la decocción de *Radix bupleuri*) y *Xiao Yao San* (el polvo de *Xiaoyao*) son dos recetas populares para alcanzar la reconciliación.
5. **Calentamiento.** La técnica del calentamiento se utiliza para eliminar enfermedades frías y para aumentar la energía yang. Cumple tres funciones principales: eliminar el frío en el nivel medio, limpiar los meridianos bloqueados y reforzar las funciones fisiológicas. Entre la materia médica relevante figuran: *fu tze* (*Radix aconiti praeparata*), *kan jiang* (*Rhizoma zingiberis*), *yi kwei* (*Cortex cinnamomi*), *sao huai xiang* (*Fructus foeniculi*) y *hua jiau* (*Pericarpium zanthoxyli*).
6. **Eliminar el calor.** Esta técnica utiliza materia médica para eliminar el calor y el fuego; mata las bacterias, disuelve la flema y reduce la fiebre. Se utiliza con frecuencia para tratar enfermedades contagiosas en la etapa intermedia y la avanzada. Entre la materia médica popular para eliminar el calor figuran: *hwang lean* (*Rhizoma coptidis*), *hwang chin* (*Radix scutellariae*), *jin yin hwa* (*Flos lonicerae*), *lung tan chao* (*Radix gentiana*) y *xi jiao* (*Cornu rhinoceri*).
7. **Disipación.** Esta técnica se utiliza para disipar bloqueos producidos por estasis de la energía y la sangre, fluidos, humedad, alimentos y otras sustancias. Su uso es muy amplio y se aplica para eliminar el viento, eliminar la humedad, nivelar el *chi*, nivelar la sangre, digerir y absorber los alimentos, disipar la flema y el exceso de fluido, desmenuzar las piedras y reducir abscesos e inflamaciones. Alguna materia médica pertinente es la siguiente: *chuan kung* (*Rhizoma ligustici chuanxiong*), *fu qin* (*Poria*), *muk tung* (*Caulis akebiae*), *muk xiang* (*Radix aucklandiae*), *hung hwa* (*Flos xarthami*), *sa cha* (*Fructus crataegi*), *chuan pei mu* (*Bulbus fritillariae cirhosae*), *hwang po* (*Cortex phellodendri*) y *tao ren* (*Semen persicae*).
8. **Tonificación.** La técnica de tonificación mejora las funciones fisiológicas del paciente, su resistencia natural y su capacidad de autorrecuperación y autorregeneración. Se utiliza también para reconstruir al paciente después de curarlo de su enfermedad. Hay cinco aspectos fundamentales para la tonificación: el *chi*, la sangre, el yin, el yang y los órganos internos. La materia médica relevante incluye: *tang shun* (*Codonopsis pilosula*), *hwang chi* (*Radix astragali seu hedydari*), *dang gui* (*Radix angelicae sinensis*), *he sau wu* (*Radix polygoni multiflori*), *pa ji* (*Radix morindae officinalis*) y *ti hwang* (*Radix rehmanniae*).

## Distintos métodos terapéuticos en la medicina china

Es un error común creer que la medicina china consiste fundamentalmente en tomar decocciones de plantas medicinales. La fitoterapia no es más que uno de los aspectos de la medicina china, que ofrece una amplia variedad de enfoques terapéuticos, de los cuales a continuación vamos a presentar los principales.

1. **La fitoterapia.** Consiste en tomar decocciones medicinales, preparadas con recetas de plantas, minerales, animales y otra sustancias. Las recetas médicas también se pueden presentar de otras formas, como píldoras grandes, comprimidos, polvos y tinturas. Los chinos tienen una materia médica increíblemente extensa. Por ejemplo, la *Gran Farmacopea de las plantas medicinales*, de Li Shih Chen, enumera 1.892 tipos diferentes de materia médica y más de diez mil prescripciones médicas.
2. **La medicina externa.** Se refiere a otros tipos de terapias, aparte de la medicina oral. En su sentido amplio, incluye la acupuntura, la terapia de masaje y la traumatología; en sentido estricto, comprende el uso de ungüentos, escayolas, vaporización, terapia del raspado, terapia del calor, terapia de ventosas y cirugía. Es un error común pensar que la medicina china es floja en cirugía. De hecho, los chinos llevaban a cabo con éxito operaciones mayores mucho antes de que en Occidente oyeran hablar de la anestesia.
3. **La traumatología.** Incluye diverso tipos de terapéuticas para heridas tanto externas como internas, provocadas por incisión, contusión, dislocación, fractura y medios violentos. A nivel coloquial se conoce como *die da* (se pronuncia «diet ta»), que significa «terapia para heridas producidas por caídas y por golpes», y está estrechamente relacionada con la práctica del kungfú. El traumatólogo se ocupa sobre todo de magulladuras y esguinces, ortopedia, daños en las vísceras y lesiones internas. Los chinos, sobre todo los grandes maestros de kungfú, tienen un nivel muy alto en traumatología.
4. **La acupuntura y la moxibustión.** No hace mucho, la gente se habría reído si se le explicara que las enfermedades se podrían curar insertando agujas en el cuerpo del paciente; en cambio, ahora la acupuntura ha sido aceptada, sin duda, como un sistema de terapia eficaz e independiente. El principio básico es que cada parte del cuerpo está conectada por una red completa de canales y colaterales y que, si se manipula el flujo de la energía por estos canales o meridianos, se puede recuperar la salud. Cuando no se puede usar la acupuntura, se recurre a la moxibustión, que es la aplicación de moxas sobre las partes afectadas de la piel del paciente, partiendo de los mismos principios que la acupuntura.
5. **La terapia del masaje.** La terapia de masaje parte de los mismos principios que la acupuntura, pero se utilizan las manos del terapeuta, en lugar de agujas, para equilibrar el flujo de la energía del paciente. Tal vez muchos profanos se sorprendan al saber que, al igual que la acupuntura, la terapia de masaje es autónoma, existen muchas técnicas de masaje importantes para producir efectos diferentes sobre distintos tejidos, músculos, puntos vitales y meridianos, treinta de los cuales se describen en el capítulo dedicado a esta terapia. La terapia de masaje, junto con la acupuntura y la fitoterapia, fueron las primeras terapias chinas que dispusieron de cátedras en la Universidad Imperial de Medicina (la primera facultad de medicina del mundo), durante la dinastía Tang.
6. **Los ejercicios para la salud.** Los ejercicios para la salud incluyen la fisioterapia, los ejercicios de chi-kung y las artes marciales y, por lo tanto, su función preventiva es tan

importante como su finalidad curativa. Una diferencia decisiva entre los ejercicios para la salud chinos y los occidentales es que aquéllos no sólo van dirigidos a los huesos y los músculos, sino también a los órganos, los aparatos y los sistemas internos. Es probable que los chinos sean el primer pueblo que utilizó ejercicios para la salud en medicina. Tenemos constancia de que en China los hombres prehistóricos utilizaban las danzas y la fisioterapia para curar enfermedades como el reumatismo y la artritis. Los grandes clásicos de la medicina también describen la importancia y las técnicas de los ejercicios para la salud. Algunos ejemplos famosos son el juego de los cinco animales de Hua Tuo, las dieciocho manos de Lohan de Shaolin, el tai chi chuan y las «ocho piezas de brocado» o «las ocho joyas».

7. **La terapia de chi-kung.** Tradicionalmente, la terapia de chi-kung hace referencia al uso de ejercicios de chi-kung para curar enfermedades. En su contexto moderno, más reducido, hace referencia al enfoque terapéutico, que consiste en que el terapeuta canalice su *chi* hacia el paciente aunque, en sentido amplio, es un término general que abarca todos los métodos terapéuticos que recurren a equilibrar el flujo de *chi* como principio básico para recuperar la salud. Por lo tanto, incluye métodos tan relevantes como la terapia de masaje, la digitopuntura y la fisioterapia. Puesto que el principio fundamental de la filosofía de la medicina china (al igual que todas las demás filosofías médicas que se conocen, salvo la filosofía occidental convencional) supone que el flujo armonioso de la energía vital es imprescindible para la salud, la terapia de chi-kung es, tal vez, la más natural de todas.

La medicina china es, por consiguiente, una disciplina muy amplia e interesante, lo cual no es ninguna sorpresa, si recordamos que es el sistema médico que se ha mantenido más tiempo de forma ininterrumpida y que ha servido para tratar el grupo de población más numeroso del mundo. Los distintos enfoques terapéuticos que acabamos de mencionar representan las numerosas y variadas maneras que han utilizado eficazmente los chinos para combatir la enfermedad desde hace milenios. De ellos vamos a hablar con más detalle en los próximos capítulos.



# 14

## El ginseng, la canela y el cuerno de reno

### La farmacología y la fitoterapia chinas

*A las criaturas de tu tamaño les ofrezco / la posibilidad de elegir su hábitat, / de instalarse en la zona / qué más les convenga. / En los pozos de mis poros, / o en los bosques tropicales / de mi axila y mi entrepierna, / en el desierto de mi frente / o en los bosques frescos de mi cuero cabelludo. / Que formen colonias; yo les daré / el calor y la humedad que necesitan, / con la condición de que no importunen / nunca con su presencia, / sino que se porten como los buenos huéspedes, / que no surjan como acné o pie de atleta, / ni como forúnculo.*

W. H. AUDEN

### La estrategia militar y la poesía

¿Se imagina el lector por qué los médicos chinos leen poesía a menudo? No es porque sean particularmente poéticos (aunque algunos lo son), sino porque forma parte de su trabajo si practican la medicina interna.

Es probable que la medicina interna sea la más popular de las diversas ramas de la medicina china, hasta tal punto que muchos creen, equivocadamente, que ésta se limita a la medicina interna. Como las plantas medicinales constituyen la mayor parte de la materia médica de la medicina interna china, a menudo la llaman fitoterapia, si bien esta rica farmacología incluye también sustancias de origen mineral y animal. Desde el punto de vista convencional, la expresión «plantas medicinales» incluye todos los tipos de materia médica.

Los médicos chinos de la Antigüedad tenían un proverbio que decía que «usar medicamentos es como usar un ejército». Cuando un médico ayuda a un paciente a librar una batalla contra la enfermedad, el médico, al igual que un general, primero tiene que recoger toda la información relevante, es decir, los síntomas patogénicos; a continuación, debe planificar una estrategia eficaz, que consiste en elaborar un programa terapéutico, y después manipula sus recursos para intervenir, aplicando la materia médica contra la enfermedad. Estos tres procedimientos (diagnóstico, estrategia y medicación) son los pasos esenciales de la fitoterapia china.

La medicación china se hace tradicionalmente en forma de decocciones de plantas. Se coloca una mezcla de plantas adecuadas en un recipiente de barro y se añaden tres cuantos de agua. Se calienta la mezcla a fuego suave hasta que quedan alrededor de ocho décimas partes de la decocción, que se bebe tibia. El resto se tira. (Para ahorrar, se puede volver a hervir lo que queda para preparar una decocción igual, que después se tira).

Los lectores habituados a la combinación de comprimidos y jarabes de la medicina occidental y que piensan que las decocciones de la medicina china son anticuadas, tal vez se sorprendan al saber que los comprimidos, los jarabes y otras formas de medicación occidental ya se usaban en la antigua China. Las decocciones, las tinturas, los comprimidos, las píldoras pequeñas y los

polvos se mencionaban en el Nei Jing hace dos mil años. En su famoso *Tratado sobre fiebres y enfriamientos epidémicos*, escrito alrededor del año 210 EC, Zhang Zhong Jing daba consejos para lavar, remojar, fumigar y aplicar gotas en los oídos y la nariz, medicamentos por vía nasal y oral, ungüentos y supositorios. Es probable que seu preparación de alumbre para el tratamiento de la leucorrea haya sido el primer supositorio ginecológico del mundo. Posteriormente, pero de todos modos mucho antes que en la medicina occidental, durante la dinastía Son (960-1279), cuando el gobierno estableció dispensarios imperiales para mantener el alto nivel de la farmacia, se usaban muchas píldoras y jarabes medicinales, y las especialidades medicinales eran populares.

Entonces, ¿por qué la decocción tradicional, que presenta inconvenientes evidentes en comparación con el comprimido, el jarabe o la tintura, sigue siendo la forma más popular de medicación en China? Esto se debe a que la fórmula magistral, al contrario que los genéricos, ofrece las máximas posibilidades para que el médico elija unas plantas concretas para las necesidades de cada paciente en particular. De este modo, puede recetar algo diferente cada vez que un paciente lo consulta. Cuando su médico le receta las plantas, lo más sencillo para el paciente es preparar una decocción con ellas.

Hay más de tres mil tipos de materia médica en la medicina china. Aunque los médicos modernos suelen prescribir sus propias recetas, según las necesidades de sus pacientes, los médicos famosos del pasado dejaron como legado una rica colección de recetas para los síndromes más comunes. Estas recetas establecidas suman miles, y los médicos actuales las emplean habitualmente como base para elaborar sus prescripciones.

Por ejemplo, un médico chino diagnostica que su paciente sufre de «frío en los pulmones con un poco de fiebre, tos con flema amarillenta, le falta el aire y le duele la garganta, y la enfermedad resulta ser externa y se encuentra en la etapa inicial». El gran médico antiguo Zhang Zhong Jing nos ha legado una receta para enfermedades que presentan este tipo de síndrome, y esta receta recibe el poético nombre de «decocción del pequeño dragón verde»; a veces le añade o le quita una planta o dos, y decide la cantidad de cada una de las plantas de su receta según las necesidades concretas de su paciente. Si el lector se pregunta por qué un médico moderno sigue usando esta receta que se utilizó por primera vez en la Antigüedad, la respuesta es que ha demostrado ser eficaz a lo largo de los siglos.

¿Cómo consigue recordar un médico los miles de recetas medicinales? ¿Cómo recuerda los tres mil tipos de materia médica? En la práctica, estará suficientemente bien equipado si es capaz de conservar en su cabeza o en su librea unos cuantos centenares de plantas y recetas. Pero, además, los antiguos maestros le han facilitado la labor al registrar esta información en forma de canciones o versos basados en el principio de la mnemotecnia. Por ejemplo, el «pequeño dragón verde» pudo sobrevivir casi veinte siglos gracias al siguiente poema:

Una cura milagrosa ofrece el pequeño dragón verde,  
frío externo, tos, el pecho congestionado,  
*xi xin, ban xia, gan y wei,*  
*jiang, gui, ma huang, shao* es lo mejor.

A los que no conocen el chino y la medicina china, les puede parecer que este verso no tiene sentido, contiene la información necesaria sobre el síndrome y la principal materia médica que hay que usar. Esta receta medicinal es eficaz contra las enfermedades con síntomas de frío y fiebre, tos con mucha flema, frío en los pulmones y el pecho congestionado. Las plantas medicinales necesarias para preparar esta mezcla, representadas en el verso por su nombre en chino, son, respectivamente: *Herba asari*, *Rhizoma pinelliae*, *Radix glycyrrhizae*, *Fructus schisandrae*, *Rhizoma ephedrae*, *Romulus cinnamomi*, *Herba ephedrae* y *Radix paeoniae*. Aunque los nombres occidentales parezcan un trabalenguas, en chino son poéticos y significativos. *Xi xin*, por ejemplo,

significa «pequeño sufrimiento»; *ban xia*, «mitad del verano»; *gan cao* (que aquí se representa como *gan*), «hierba dulce», y *wu wei zi* (aquí *wei*), «fruto de los cinco sabores».

No sólo las principales recetas medicinales y la materia médica, sino también otros importantes conocimientos médicos, como los meridianos, los puntos de acupuntura y los principios terapéuticos están registrados en versos que riman, para que al médico le cueste menos recordarlos. Si al lector le gusta la poesía, encontrará una ventaja adicional si aprende medicina china en chino.

## Los principios básicos de la farmacología china

Para ayudar a los médicos a recetar, los maestros chinos han clasificado las propiedades de la materia médica en cuatro energías, cinco sabores y doce sistemas de meridianos.

La naturaleza y las funciones de la materia médica se generalizan en cuatro energías, que son: fría, caliente, tibia y fresca. La materia médica fría es la que tiene la propiedad de eliminar el calor y el fuego y de neutralizar lo tóxico. (Si el lector se pregunta por el significado de «eliminar el calor y el fuego», quiere decir que ha pasado por alto alguna información importante de los capítulos anteriores sobre patología y diagnosis chinas. Los términos «calor» y «fuego» se usan en sentido figurativo). Los antibióticos occidentales pertenecen a este tipo de plantas medicinales de la farmacología china. Son ejemplos de plantas frías el *bai tou ong* (*Radix pulsatillae*) y el *huang lian* (*Rhizoma coptidis*).

La materia médica caliente hace referencia a las plantas que expulsan el frío, aumentan el yang y refuerzan el sistema inmunitario. Como ejemplos podemos citar el *rou gui* (*Cortex cinnamomi*) y el *fu zi* (*Radix aconiti praeparata*). La materia médica tibia y fresca son versiones moderadas de la medicina caliente y fría. Son ejemplos de plantas tibias el *hong hua* (*Flos carthami*) y el *dou zhong* (*Cortex eucommiae*), y de plantas frescas el *xi cao* (*Radix rubiae*) y el *niu huang* (*Calculus bovis*). Además hay un quinto grupo de plantas, que no son ni frías ni calientes, ni tibias ni frescas, y que, por lo tanto, se denominan «neutras», de las cuales son ejemplos el *pei lan* (*Herba eupatorii*) y el *jin ying zi* (*Fructus rosae laevigatae*).

Además de las cuatro energías, la materia médica china se clasifica en cinco sabores, que son: picante, dulce, amargo, agrio y salado.

La materia médica picante tiene las propiedades de disipar el mal externo, inducir la diaforesis (el sudor), nivelar la energía vital y hacer que el paciente recupere la conciencia. Son ejemplos de plantas picantes el *ma huang* (*Herba ephedrae*) y el *mu xiang* (*Radix aucklandiae*).

Las plantas dulces tienen las propiedades de reconciliar las funciones fisiológicas del bazo y el estómago y de tonificar la energía vital y la sangre. Son ejemplos de estas plantas el *kan cao* (*Radix glycyrrhizae*) y el *tang shen* (*Radix codonopsis pilosulae*).

Las hierbas amargas eliminan el calor, apagan el fuego, secan la humedad y despejan los bloqueos. Como ejemplos de materia médica de sabor amargo, cabe mencionar el *da huang* (*Radix et rhizoma rhei*) y el *mo yao* (*Rasina commiphora myrrhae*).

La materia médica agria realiza una terapia astringente, consolida funciones y recursos, activa los fluidos del cuerpo y alivia la tos. Son ejemplos de plantas agrias el *wu wei zi* (*Fructus schisandrae*) y el *wu mei* (*Fructus mune*).

La materia médica del sabor salado tiene las siguientes propiedades: humedece la sequedad, suaviza la dureza, facilita la excreción y despeja los bloqueos. Son algunos ejemplos el *lu jiao jiao* (*Colla cornus cervis*) y el *mang xiao* (*Natrii sulfas*).

La clasificación de la materia médica en los sistemas de los meridianos indica por qué meridianos (consúltese los capítulos 8 y 9) fluirán las energías de las plantas medicinales. Esto se refiere a los doce meridianos primarios del pulmón, el intestino grueso, el estómago, el bazo, el corazón, el intestino delgado, la vejiga, el riñón, el pericardio, el triple calentador, la vesícula y

el hígado. Como la intrincada red de los meridianos mantiene conectadas todas las partes del cuerpo, si bien la medicación prescrita se centra en el sistema de un meridiano en concreto, también puede llegar a otras partes del cuerpo.

La prescripción médica china, por lo tanto, no se reduce simplemente a recetar la planta A para la enfermedad X, o la planta B para la enfermedad Y. Para una enfermedad determinada, el médico dispone de una amplia variedad de plantas terapéuticas. Su elección dependerá de factores como el gado de evolución de la enfermedad, en qué sistema de meridiano es probable que se libere la batalla, así como el estado fisiológico y psicológico del paciente, que se manifiestan mediante indicadores tales como el pulso, el rostro y otros aspectos del cuerpo, y su reacción frente a los agentes patógenos. El médico puede prescribir entre dos y veinte o más clases de materia médica para cada composición. Como las condiciones del paciente van cambiando durante la prognosis, el médico irá variando su prescripción según corresponda.

El médico, como un general en una batalla, tiene que evaluar la situación holista del enfermo, que equivale al campo de batalla en esta analogía, y elaborar una estrategia global para luchar contra la enfermedad. Como no es general estrecho de miras, no se limitará a inyectar una infantería foránea para luchar contra el invasor, ni a arrojar unas cuantas bombas para destruir las zonas donde se ha instalado el enemigo, porque sabe que estas medidas, aunque tengan éxito, suelen perjudicar su propio territorio, que es el enfermo. Lo que el médico prefiere es fortalecer el ejército nacional para luchar contra el invasor, o movilizar a los civiles para reconstruir las partes dañadas. Por lo tanto, sólo utilizará los antibióticos o la cirugía como último recurso. Si alguna vez tiene que recurrir a ellos, el médico debe asegurarse de que, después de la derrota del enemigo, el propio ejército del paciente (que son su energía vital y su sangre) y sus propios ciudadanos (sus células) se rehabiliten de forma adecuada para seguir llevando a cabo sus actividades normales. El médico chino no considera que ha cumplido su misión cuando se han eliminado los agentes patógenos, sino cuando el paciente recupera la salud. Por lo tanto, después de que los antibióticos o la cirugía hayan conseguido su propósito, un médico competente siempre prosigue con un programa de fortalecimiento y nutrición, que se considera una parte integral del tratamiento.

## **El yin y el yang y los cinco procesos elementales**

Los principios del yin y el yang y los cinco procesos elementales se aplican a la naturaleza y al comportamiento de la materia médica china. Por naturaleza, las plantas que son frías y frescas se consideran yin, mientras que las que son calientes y tibias son yang.

Con respecto al yin y el yang de los cinco sabores, las plantas que son saladas, agrias y amargas se consideran yin, y las que son picantes, dulces e insulsas son yang.

Con respecto a las plantas que tienen afinidad con determinados meridianos, las de los órganos yin de almacenamiento (el corazón, el hígado, el bazo, el pulmón, el riñón y el pericardio) son plantas yin; las de los meridianos de los órganos yang de transformación (el intestino delgado, la vesícula, el estómago, el intestino grueso, la vejiga y el triple calentador) son yang.

Después de muchos años de observación y estudio, los maestros chinos del pasado descubrieron que la materia médica responde a procesos arquetípicos según sus resultados, su diferencia de naturaleza, su sabor y su comportamiento. Y esos maestros la generalizaron en cinco procesos elementales.

Las plantas frías se simbolizan como agua; las frescas, como viento; las calientes, como fuego; las tibias, como metal; y las neutras, como tierra. En relación con los cinco sabores, las plantas picantes se simbolizan como metal; las saladas, como agua; las agrias, como madera; las amargas, como fuego; y las dulces, como tierra.

Cuando las plantas se clasifican por el sistema de los meridianos, siguen los procesos elementales de sus órganos respectivos: el pulmón y el intestino grueso son metal; el riñón y la vejiga, como agua; el hígado y la vesícula, como madera; el corazón y el intestino delgado, como fuego; y el bazo y el estómago, como tierra. Como el pericardio se relaciona con el corazón, las plantas que tienen afinidad con el meridiano del pericardio se simbolizan como fuego. Como el triple calentador en realidad comprende todos los demás órganos, las plantas que tienen afinidad con el meridiano del triple calentador se representan por el sistema de los órganos respectivos en los que centran sus efectos. En el cuadro de la figura 14.1 se ven mejor estas relaciones.

Procesos elementales	Metal	Agua	Madera	Fuego	Tierra
Naturaleza	Tibia	Fría	Fresca	Caliente	Neutral
Sabores	Acre	Salado	Agrio	Amargo	Dulce
Órganos y meridianos	Pulmones Intestino Grueso	Riñones Vejiga	Hígado Vesícula Biliar	Corazón Pericardio Intestino Delgado	Bazo Estómago

Figura 14.1: Los cinco procesos elementales en las planta medicinales chinas

Los médicos chinos no sólo quieren establecer con esta clasificación una correspondencia entre las plantas y los conceptos del yin y el yang y los cinco procesos elementales para hacer un análisis especulativo, como insinúan algunos autores mal informados, sino porque tiene una función muy práctica que se verá a medida que avance el libro.

Hay que destacar que los términos «metal», «agua», etcétera, son simbólicos, y que no se refieren a los elementos básicos que componen el universo, sino a los arquetipos de todos los procesos. Por ejemplo, cuando los médicos chinos dicen que las «las plantas frías pertenecen al agua» o que «las plantas picantes pertenecen al metal», no quieren decir que las plantas fría estén hechas fundamentalmente del elemento agua, ni que las plantas picantes estén hechas de metal. Lo que quieren decir es que las plantas que se clasifican como frías tienen las propiedades del proceso del agua, como apagar el fuego, que es una expresión simbólica que significa eliminar los microorganismos patógenos, y que las plantas que se clasifican como picantes tienen las propiedades del proceso del metal, como la reverberación de una campana de metal, que es una manera figurada de describir la inducción del sudor como proceso terapéutico.

Un estudioso dijo en una ocasión que como los chinos habían establecido una clasificación de cinco elementos (un error común de traducción por los cinco procesos elementales), trataban de aplicar la misma clasificación a todo, incluidos los sabores de sus medicamentos y las emociones de sus pacientes. Es evidente que hasta una breve descripción como la del párrafo anterior basta para demostrar que la opinión de este estudioso estaba equivocada.

El yin y el yang y los cinco procesos elementales se utilizan para describir la materia médica china porque esto permite a los médicos chinos expresar de forma concisa muchos conceptos médicos. Estos conceptos les proporcionan, además, un marco filosófico para muchas operaciones médicas. Por ejemplo, cuando un médico ha diagnosticado que la enfermedad de su paciente es yin (como revelan síntomas tales como la palidez del rostro, el pulso débil, la orina clara y la debilidad general), para recuperar el equilibrio debería recetar plantas yang. Cuando tiene que decidir entre tantas plantas, su tarea se reduce a la mitad si al consultar su farmacopea puede descartar todas aquellas que se clasifican como yin.

Si el médico quiere fortalecer el bazo y el estómago de un paciente, porque ha averiguado que allí reside su debilidad, elegirá plantas que tengan un sabor dulce, porque las plantas dulces, que poseen el proceso de la tierra, nutrirán el bazo y el estómago.

De momento, la aplicación del yin y el yang y los cinco procesos elementales resulta sencilla: se utilizan plantas yang para compensar las enfermedades yin, y plantas de la tierra para nutrir los órganos de la tierra. Pero digamos que existe una pequeña complicación. Aunque el origen de la debilidad del paciente se encuentra en el bazo y en el estómago, estos órganos están demasiado débiles para absorber nutrientes. ¿Qué debe hacer el médico? Es posible que el principio de intercreatividad de los cinco procesos elementales le sugiera una respuesta. Aplicando el principio de que «el fuego crea la tierra», que significa que incrementar el fuego del paciente puede aumentar su tierra, indirectamente, el médico le receta plantas con comportamiento fuego para reforzar los sistemas del corazón y el intestino delgado. Cuando estos órganos sean fuertes, habrá fuego suficiente para crear la tierra, lo cual significa que el bazo y el estómago mejorarán y que el paciente podrá tomar nutrientes hasta recuperarse.

Si el lector piensa que el médico utiliza este método sólo porque el concepto de los cinco procesos elementales estipula que el corazón y el intestino corresponden al fuego, y el bazo y el estómago corresponden a la tierra, y el concepto de intercreatividad establece que el fuego crea la tierra; si el lector cree que el médico lo hace sólo porque así lo establece la teoría, entonces el lector, al igual que el estudioso que hemos mencionado antes, supone que los chinos empiezan a casa por el tejado. A diferencia de los antiguos griegos, que planteaban sus teorías para especular sobre el universo, los antiguos chinos hacían justamente lo contrario: primero estudiaban el universo y después formulaban teorías para explicar lo que ocurría en realidad. Las teorías de los chinos, por lo tanto, no son especulaciones, sino explicaciones.

Preguntarse cómo sabe el médico chino que las plantas dulces tonifican la energía del estómago, o que uno puede mejorar el funcionamiento del estómago a través del sistema del corazón, es lo mismo que preguntarse cómo un médico occidental sabe que los antibióticos como la eritromicina y la tetraciclina pueden matar a los patógenos infecciosos, o que inyectar insulina puede aliviar el sufrimiento de un diabético. El médico puede contestar que lo ha aprendido en la facultad de medicina y que, si bien no ha llevado a cabo personalmente ningún experimento que confirme la validez de las autoridades médicas, este conocimiento ha demostrado ser correcto en la práctica. Del mismo modo, el médico puede decir que lo ha aprendido de los maestros del pasado, que es probable que lo descubrieran a lo largo de años de estudio y observación y, si bien él mismo no ha llevado a cabo pruebas científicas al respecto, se fía de los maestros porque sus descubrimientos han demostrado ser correctos en la práctica. Una diferencia notable, sin embargo, es que mientras la práctica occidental se lleva a cabo desde hace décadas, la china lleva siglos. Por lo tanto, comprender los principios del yin y el yang y de los cinco procesos elementales permite a los médicos chinos desentrañar y aplicar un conocimiento inestimable que los maestros han acumulado durante siglos.

## Los siete modos de prescripción médica

Las plantas chinas se suelen prescribir en combinaciones adecuadas, más que por separado. Hay siete modos de prescripción médica en la fitoterapia china, que en sentido figurado reciben el nombre de «las siete emociones de la materia médica». Estas emociones son diferentes de las siete emociones que describen las siete causas internas de la enfermedad.

Estos siete modos se refieren a las siete maneras de combinar la materia médica en las recetas de la medicina china, y son las siguientes: «en solitario», «de promoción mutua», «de constreñimiento mutuo», «de restricción mutua», «de inhibición mutua», «de rebelión mutua» y «de destrucción mutua».

Cuando hay un solo tipo de materia médica en una receta, se dice que es «en solitario». el famoso *ren sheng* (*Radix ginseng*), hervido solo en agua, que se conoce como la «decocción de ginseng solo», excelente para tonificar la energía vital, es un ejemplo típico.

Cuando en una receta medicinal se usan juntos dos tipos de materia médica con propiedades similares y que se refuerzan mutuamente, este tipo de prescripción se conoce como «de promoción mutua». Un ejemplo es «la pequeña decocción de Pinelliae», que contiene *ban xia (Rhizoma pinelliae)* y *sheng jiang (Rhizoma zingiberis recens)*, que es una receta efectiva para frenar los vómitos.

Si utilizamos otro tipo de plantas para aumentar el efecto de la o las básicas, este modo se conoce como «de constreñimiento mutuo». Encontramos un ejemplo en el uso del *huang lian (Rhizoma coptidis)* y el *huang ling (Radix scutellariae)* para aumentar el *da huang (Radix et rhizoma rhei)* en la «decocción de fuego para purgar el estómago», que sirve para aliviar el fuego (el ataque de los microorganismos) en el sistema del estómago.

Cuando se utilizan juntos dos tipos de materia médica, y ambas restringen mutuamente sus propiedades, o una restringe las propiedades de la otra, este modo recibe el nombre de «restricción mutua». Por ejemplo, el *ban xia* es tóxico (similar a los antibióticos occidentales) y puede ser pernicioso para el paciente si se consume en exceso; pero si se le añaden unas cuantas rodajas de jengibre (*Rhizoma zingiberis recens*), se reduce su toxicidad.

Cuando dos tipos de materia médica anulan mutuamente sus propiedades, o cuando se anulan las propiedades de la otra, el modo se conoce como «de inhibición mutua». El jengibre (*Rhizoma zingiberis recens*) tiene la propiedad de dispersar el frío e inducir el calor, pero si se le añade *huang lian (Rhizoma coptidis)*, que tiene la propiedad de desintoxicar y eliminar el calor, inhibirá el efecto del jengibre. Por lo tanto, este modo de «inhibición mutua» en general se evita en las prescripciones medicinales, para lo cual los médicos cuentan con la ayuda de la «canción de las diecinueve inhibiciones». Sin embargo, resulta útil para neutralizar las plantas que se hayan tomado por error.

Si dos tipos de plantas producen graves efectos secundarios cuando se toman juntas, este modo se conoce como «de rebelión mutua». Por ejemplo, tanto el *ban xia (Rhizoma pinelliae)* como el *chuan xiong (Rhizoma ligustici chuanxiong)* son picantes y cálidos. Cuando se usan juntos, incrementan la toxicidad del *ban xia* y producen efectos secundarios perniciosos. Los maestros del pasado nos han legado la «canción de las dieciocho rebeliones» para ayudar a los médicos a evitar la combinación de ciertas plantas.

Por el contrario, es posible que dos plantas distintas que sean tóxicas cuando se usan por separado anulen mutuamente su toxicidad cuando se combinan, o que una planta inocua elimine la toxicidad de la otra. Este modo recibe el nombre de «destrucción mutua». Por ejemplo, el *ba dou (Fructus crotonis)* es tóxico, y es un antibiótico eficaz cuando se usa de forma adecuada. Sin embargo, un paciente puede anular o reducir considerablemente su función como antibiótico si, sin darse cuenta, come un plato de gachas de judías verdes, porque las judías verdes (*Semen phaseoli radiatus*) destruyen la toxicidad del *ba dou*.

## Una visión rápida de la farmacología china

Un médico chino tiene que conocer una materia médica muy extensa, que se clasifica en grupos para facilitar la referencia, como las plantas que regulan la energía vital, las que fortalecen la sangre, las que estabilizan las emociones, las que eliminan el calor, las que facilitan la fluidez, las que purgan y hacen sudar, las tóxicas y las de aplicación externa.

La materia médica se divide en tres clases principales: las plantas que favorecen la tonificación, como el ginseng y el cuerno de reno, pertenecen a la primera clase; las que restauran las funciones psicológicas y fisiológicas pertenecen a la segunda, mientras que las que en Occidente se llamarían antibióticos y que los chinos denominan tóxicas pertenecen a la tercera clase.

A continuación describimos unos breves ejemplos de la información básica que se suele incluir en una lista farmacológica china. Por problemas de espacio, sólo ofrecemos un ejemplo de cada

clase. el lector que quiera averiguar más sobre las plantas medicinales chinas tendrá que consultar una buena farmacopea.

**Ren shen (*Radix ginseng*).** Significa literalmente «raíz humana».

Dulce es el sabor de esta planta maravillosa  
que te tonifica con sublime salud,  
apaga la sed y genera fluidos,  
te nutre y te defiende en todo momento.

Referencias: Planta perteneciente a la familia del ginseng. La raíz se utiliza en medicina. Se encuentra en el noreste de China y en Corea.

Naturaleza: Tibia, dulce, ligeramente amarga. Fluye en los meridianos del bazo y el pulmón.

Aplicación: Excelente para tonificar la energía primordial. Alivia el coma y la astenia. Es beneficiosa para la sangre y genera fluidos. Mejora el apetito y fortalece el organismo. Adecuada para: astenia, insomnio, anorexia, deficiencia de yang, impotencia sexual, pérdida repentina de energía, dificultades para respirar, diabetes, hinchazón en las extremidades, frío en el cuerpo, evacuaciones frecuentes.

Combinación: Sola, en forma de «decocción de ginseng solo», para tonificar. Con *fu zi (Radix aconiti praeparata)*, como «decocción de ginseng y aconiti», para la pérdida de sangre y energía vital. Con *fu qin (Poria)*, *bau shu (Rhizoma atractylodis macrocephalae)* y *gan cao (Radix glycyrrhizae)*, como «decocción de los cuatro caballeros», para el estado general de debilidad después de una enfermedad prolongada.

Dosis: De 5 a 15 gramos.

Precauciones: No es adecuado para los que sufren de frío y fiebre, enfermedades «por exceso» y lesiones internas. La inhibe el *wu ling zi (Faeces trogopterorum)* y la destruye el *li lu (Veratrum nigrum)*.

**Yuan zhi (*Polygala tenuifolia wild*).** Significa literalmente «ambición clarividente».

Tibia es la naturaleza del *yuan zhi*,  
buen remedio para el miedo y la ansiedad,  
dispersa la preocupación y limpia la flema,  
cura las llagas y mejora la memoria.

Referencias: En medicina se utilizan la planta, la corteza y la raíz. Se encuentra en las provincias de Henan y Shanxi.

Naturaleza: Tibia, amarga. Fluye en los meridianos del corazón y el riñón.

Aplicación: Estabiliza las emociones. Dispersa los bloqueos entre los meridianos del corazón y el riñón. Elimina la preocupación y dispersa la flema. Adecuado para aliviar el miedo, la pérdida de memoria, el insomnio, la tos, la flema y las llagas.

Combinación: Con *fu qin* (*Poria*), *bo zi ren* (*Semen biotae*), *mai dong* (*Radix ophiopogonis*), *tian dong* (*Radix asparagi*), *ren sheng* (*Radix ginseng*), *dan sheng* (*Radix salviae miltiorrhizae*), *yuan sheng* (*Radix scrophulariae*), *wu wei zi* (*Fructus schisandrae*), *di huang* (*Radix rehmanniae*), *wu wei zi* (*Fructus schisandrae*), *di huang* (*Radix rehmanniae*), *ji geng* (*Radix playticodi*), *suan zao ren* (*Semen ziziphi spinosae*) y *dang gui* (*Radix angelicae sinensis*), para preparar la «píldora que tonifica al rey celestial», que se usa para curar el exceso de preocupación, la insuficiencia de «corazón-sangre», la mala memoria y diversos trastornos mentales. La mezcla, caliente y empapada en vino, se aplica externamente para curar llagas.

Dosis y tratamientos: De 3 a 15 gramos. Se usa en crudo, o tratado con miel o calor.

Preocupaciones: No es adecuado para los que sufren de una insuficiencia de energía del corazón y del riñón, y no hay que usarlo con pacientes con «fuego real» (patógenos microscópicos) ni con los que vomitan sangre.

**Huang lian (*Rhizoma coptidis*).** Significa literalmente «loto amarillo».

Amargo y frío puede ser el loto amarillo  
que elimina la congestión del corazón y el abdomen  
y dispersa con alegría el calor y las toxinas  
para que el sistema gastrointestinal esté fuerte y bien.

Referencias: Planta de la familia *Coptidis*. En medicina se utiliza la raíz. Se encuentra en Sichuan, Yunnan, Guizhou, Hubei, Anhui y Lingxia.

Naturaleza: Frío y amargo. Fluye en los meridianos del corazón, el hígado, el bazo, el estómago, la vesícula y el intestino grueso.

Aplicación: Enfría la sangre y dispersa el fuego. Seca la humedad y elimina el calor. Limpia la congestión y neutraliza las toxinas. Apaga la sed y quita la preocupación. Adecuado para las «evacuaciones frecuentes calientes» (provocadas por la acción de micropatógenos), los vómitos producidos por tomar alimentos contaminados y el calor malo (patógenos externos), para los ojos doloridos o hinchados, las úlceras en la boca, las hemorragias nasales y diversos tipos de llagas.

Combinación: Con *mu xiang* (*Radix aucklandiae*), para preparar la «píldora del loto fragante», que evita la diarrea y el flujo vaginal viscoso y profuso, rojizo y blancuzco. Con *wu zhu yu* (*Fructus euodiae*), para preparar la «píldora dorada izquierda», que frena los vómitos. Con *huang ling* (*Radix scutellariae*), *shan zhi* (*Radix pittospori*) y *huang bai* (*Cortex phellodendri*), para preparar la «decocción de desintoxicación del loto amarillo», que sirve para curar diversas llagas, sarpullidos y otras enfermedades de la piel.

Dosis y tratamiento: De 5 a 15 gramos. Se usa en crudo o frito.

Precauciones: No es adecuado para las enfermedades que no se deben a fuego real (las enfermedades infecciosas), y para las personas que no tienen suficiente energía en el estómago o el bazo.

Un sólido conocimiento de las numerosas plantas y sus propiedades es, evidentemente, fundamental en la práctica del médico chino, aunque él va más allá y no se limita a prescribir una planta determinada para cierta dolencia, sino que prescribe una gama de plantas para curar el estado patológico del enfermo y devolverle la salud. Por ejemplo, si un paciente se queja de tener gases en el estómago, vómitos y tos con abundante flema, no le dice: «Vamos a ver, éste es un caso complicado. Vamos a resolver una cosa por vez. Tome esto para los gases, esto para dejar de vomitar, esto para la tos y esto para eliminar la flema», sino que hace una evaluación holista del estado patológico del paciente, se plantea algunas estrategias y tácticas y a continuación le prescribe una receta médica adecuada, que en este caso podría ser la «decocción fragante de los seis caballeros». Pero a esto nos referiremos en el próximo capítulo.

# 15

## Planificar y librar la batalla

### Las estrategias y las tácticas de la fitoterapia china

*Como tantos otros nombres que se utilizan en el campo de las ciencias, el cáncer no es más que una forma breve de hablar de algo que no se puede definir simplemente. [...] El cáncer no es una enfermedad de las células sino un problema de organización.*

DOCTOR D. W. SMITHERS, CANCERÓLOGO DE FAMA MUNDIAL

#### La receta mundial como unidad de medicación

Un general tiene que hacer por lo menos tres cosas si quiere librar bien una batalla: conocer al enemigo, planificar una estrategia y utilizar a sus hombres con eficacia. Del mismo modo, un fitoterapeuta debe hacer tres cosas para luchar contra la enfermedad: conocerla, planificar un programa terapéutico y usar bien las plantas.

En capítulos anteriores ya hemos hablado de diagnosticar la enfermedad. Ahora vamos a aprender a planificar las estrategias curativas y a usar las plantas. Después de conocer las propiedades de cada planta, el médico las combina de forma adecuada para obtener los mejores resultados. Para incrementar la eficacia de las recetas medicinales, aplica los principios de la promoción mutua, el constreñimiento mutuo y la restricción mutua que se explicaron en el capítulo anterior. Deberá protegerse de la inhibición mutua y la destrucción mutua, ya que estos modos de prescripción reducirían el efecto que pretende conseguir. A veces sólo puede usar una planta, según la modalidad «en solitario».

En chino, esta prescripción de la medicación se conoce como *fang ji*, que significa aplicar principios y técnicas para combinar la materia médica adecuada con el fin de devolverle al paciente la salud. La expresión indica que no se trata simplemente de saber qué plantas pueden curar qué enfermedades ni de aplicar las plantas adecuadas cuando se diagnostica la enfermedad. Si bien algunos sanadores aplican este procedimiento y obtienen unas curas sorprendentes, resulta relativamente poco serio. Un médico competente conoce no sólo los principios farmacológicos (que ya hemos explicado en el capítulo anterior) sino también la estructura de una receta médica y las estrategias y las tácticas de su aplicación.

A diferencia de la medicina occidental, donde cada medicamento constituye la unidad básica de la medicación oral, en la medicina china la unidad básica es la receta medicinal, no cada una de las plantas que componen la receta. Esta diferencia resulta significativa, por lo menos en tres aspectos.

Si los investigadores de la medicina occidental descubren que ciertas plantas les brindan esperanzas de curar algunas enfermedades difíciles, es posible que estudiar la esencia de estas plantas, o incluso las propias plantas de forma aislada, no baste para alcanzar resultados positivos, porque estas plantas actúan en combinación con otras en una receta medicinal. En

segundo lugar, la medicación china a base de plantas, incluidas las que tienen propiedades antibióticas, no presentan los efectos secundarios habituales de los medicamentos occidentales, porque estos efectos secundarios han sido neutralizados o inhibidos por otras plantas en la misma receta. En tercer lugar, gracias a las recetas medicinales que incluyen muchas plantas que funcionan de forma armoniosa, el médico chino puede tratar al paciente de forma holista, en lugar de tratar una enfermedad concreta.

## La estructura de la receta medicinal

Los diversos tipos de materia médica que aparecen en una receta medicinal se pueden clasificar en cuatro tipos, según la función que cumplen en la receta. Estos cuatro tipos son: *jun*, *chen*, *zuo* y *shi*, que en sentido figurado se traducen como «monarca», «ministro», «diputado» y «embajador».

Las plantas «monarca» son la medicina principal contra la enfermedad. Las plantas «ministro» son las que aumentan el efecto de las plantas «monarca». Las plantas «diputado» alivian los síntomas secundarios o limitan los efectos drásticos de las plantas primarias o las otras, si los hubiere, para que no aparezcan efectos secundarios desfavorables. Las plantas «embajador» actúan como guías para conducir a las demás plantas o como catalizadores.

Evidentemente, las plantas «monarca» son las más importantes. Se consideran *zheng yao*, o el medicamento principal. Todas las demás son *fu yao*, o medicamentos complementarios. Sin embargo, no debemos confundirnos y pensar que los medicamentos complementarios no son importantes, ya que no sólo incrementan considerablemente la eficacia del medicamento principal, sino que eliminan los efectos secundarios desfavorables, tan notorios en los medicamentos occidentales.

No es necesario que en una prescripción estén presentes los cuatro grupos de medicamentos. En los ejemplos que dimos en el capítulo anterior, en la «decocción de ginseng solo», como ésta es la única planta, naturalmente es la planta «monarca». En la «pequeña decocción de *Pinelliae*», tanto el *ban xia* (*Rhizoma pinelliae*) como el *sheng jiang* (*Rhizoma zingiberis recens*) son plantas «monarca», ya que tienen la misma importancia como medicamento principal.

En cambio, en la «decocción de fuego para purgar el estómago», el *da huang* (*Radix et rhizoma rhei*) es el «monarca», mientras que el *huang lian* (*Rhizoma coptidis*) y el *huang ling* (*Radix scutellariae*), que se utilizan para reforzar el medicamento principal, son los «ministros».

El *ban xia* (*Rhizoma pinelliae*), al ser tóxico, es un antibiótico eficaz. Se suelen agregar unas cuantas rodajas de jengibre (*Rhizoma zingiberis recens*) a las recetas medicinales en las que el *ban xia* actúa como «monarca». El jengibre, que restringe la toxicidad del *ban xia*, es la planta «diputado». En esta receta, se suele añadir también el *gan cao* (*Radix glycyrrhizae*), que se denomina medicamento «embajador», para coordinar las distintas plantas.

Vamos a tratar de usar estos cuatro grupos de plantas en una receta medicinal. En el capítulo 12, hemos diagnosticado que nuestro paciente imaginario tenía una enfermedad caliente, por exceso, externa y yang de los sistemas del bazo y el estómago, provocada por humedad y calor. Por consiguiente, el objetivo fundamental de nuestro tratamiento es eliminar la humedad y el calor del estómago y el bazo. Como se trata de una enfermedad «por exceso», es decir, provocada por «fuego real» (microorganismos patógenos), el *huang lian* (*Rhizoma coptidis*) y el *da huang* (*Radix et rhizoma rhei*) son remedios eficaces, ya que estas plantas fluyen por el meridiano del estómago y el del bazo, secan la humedad, eliminan el calor y dispersan el fuego. Por lo tanto, se utilizan como plantas «monarca».

Para incrementar el efecto de las plantas «monarca» añadimos *huang ling* (*Radix scutellariae*) y *mu tong* (*Caulis akebiae*), que secan la humedad, eliminan el calor y dispersan el fuego en los correspondientes meridianos del pulmón, el intestino grueso, el intestino delgado y la vejiga y son,

por lo tango, «ministros». Merece la pena destacar que todas estas plantas «monarcas» y «ministros» son «frías» y «amargas», términos figurados para indicar que poseen propiedades farmacológicas para luchar contra las enfermedades «calientes», «por exceso» y «externas».

Para aliviar antes el dolor de cabeza del paciente y dispersar el «mal externo», podemos añadir *fang geng* (*Radix ledebouriellae*) que, de este modo, es una planta «diputado». Para coordinar la acción de todas las plantas, podemos añadir *gan cao* (*Radix glycyrrhizae*), la planta «embajador».

De modo que, con este concepto de «monarca», «ministro», «diputado» y «embajador», el médico chino logra aumentar la eficacia de su prescripción médica. Algunos libros occidentales sobre la medicina china dicen que los filósofos chinos de la medicina introducen en ella conceptos políticos. Es fácil que una información engañosa como ésta haga que la filosofía médica china parezca ridícula. En el ejemplo anterior, es evidente que palabras como «monarca» y «ministro» no tienen ninguna connotación política. De producirse un debate sobre la conveniencia de dichos términos, sería una cuestión lingüística, y no política ni médica.

El médico chino trata al paciente como un organismo vivo, cuyo funcionamiento sistemático ha sido interrumpido por la enfermedad, y esta clasificación de la materia médica en distintos tipos, según las funciones terapéuticas que desempeñan en sus respectivas recetas medicinales, le ayuda a alcanzar mejor su objetivo. Si se limita a prescribir plantas según la enfermedad, sin tener en cuenta otros factores, es posible que no obtenga unos resultados óptimos, porque las mismas plantas y la misma enfermedad pueden actuar de forma distinta, en diferentes situaciones y medios, en el organismo del paciente. Es como el general que, en la batalla, se limita a enviar a sus tropas para luchar contra el enemigo, sin tener en cuenta factores como el clima, el terreno y la situación psicológica, y de quien podría decirse que tiene un ejército, pero carece de tácticas y estrategias. Del mismo modo, para los chinos, un médico que sólo conoce las plantas que curan determinadas enfermedades es un *you yao wu fang*, que significa que «aunque hay medicación, no hay técnicas ni principios».

## Las siete estrategias para prescribir medicamentos

La analogía entre utilizar medicamentos para curar una enfermedad y utilizar un ejército para repeler al enemigo resulta adecuada y esclarecedora al mismo tiempo. No es necesario que el enemigo sea un invasor extranjero (una enfermedad infecciosa); podría darse el caso de una guerra civil (un cáncer), del deterioro de las funciones esenciales (una enfermedad orgánica) o de la desorganización de las actividades intelectuales del país (trastornos psiquiátricos).

En todos los casos, el campo de batalla se encuentra en nuestro propio terreno, lo cual significa que los daños infligidos en el combate, aunque se gane la batalla, los soportan nuestros propios ciudadanos (las células de nuestro cuerpo); de modo que aunque usemos grandes cañones y bombardeos, hemos de usarlos con mucho cuidado. Evidentemente, las tácticas y las estrategias que se emplean para luchar contra un pelotón de comandos enemigos que opera en una zona llena de gente no son las mismas que las que se usan para luchar contra un batallón enemigo apostado en un campo abierto. Asimismo, el médico chino utiliza distintas categorías de prescripciones médicas para luchar contra distintos tipos de enfermedades. Existen literalmente miles de prescripciones establecidas, pero los maestros las han clasificado en arquetipos para facilitar la tarea del médico. Esta clasificación se conoce como «las siete estrategias y las doce tácticas».

Las siete estrategias son los siete grandes principios de prescripción médica que abarcan distintas categorías de enfermedades. Estas estrategias son «grande», «pequeño», «gradual», «urgente», «único», «múltiple» y «combinado».

Si la enfermedad es potente y está extendida, o presenta una amplia variedad de complicaciones, el médico tiene que usar una «prescripción grande», con un gran cantidad, una dosis elevada y/o plantas de gran potencia. Dos ejemplos de esto son la «gran decocción del

dragón verde» y la «gran decocción de *Bupleuri*», que se utilizan para enfermedades infecciosas en la etapa intermedia.

Si la enfermedad no es muy importante, no es necesario utilizar una medicación compleja. En cuanto se alivia la enfermedad, conviene interrumpir la medicación para no afectar el estado natural de energía vital del paciente. Esta estrategia se conoce como una «prescripción pequeña», de la cual son ejemplos la «pequeña decocción de *ban xia*» y la «pequeña decocción purgativa».

Las enfermedades que son crónicas y asténicas requieren una «prescripción gradual», en la cual la medicación, que se prolonga durante un tiempo, fortalece y nutre al paciente. Las personas que sufren con frecuencia de dolores de espalda producidos por insuficiencias en la sangre, o aquellas cuyo sistema del pulmón se ha debilitado por la tristeza, encontrarán útiles la prescripción gradual de la «decocción de las cuatro sustancias» y la «decocción de *zhi gan cao* (*Radix glycyrrhizae praeparata*)», respectivamente.

Cuando la enfermedad es grave o aguda, es necesaria una «prescripción urgente», en la cual la medicación sea drástica o potente. Por ejemplo, cuando la enfermedad del paciente es el síndrome de yangming, es decir, cuando una enfermedad infecciosa alcanza una fase avanzada, cuando se tiene el pulso hundido y por exceso, el abdomen hinchado, los intestinos estancados y el paciente está en coma, hay que usar una «prescripción urgente», como la «decocción potente purgativa».

Se utiliza una «prescripción única» cuando se trata de una enfermedad sencilla. La palabra «única», como en este caso, no quiere decir que sólo se prescriba una planta, o que el paciente tiene que tomar la medicación una sola vez; significa que, puesto que el paciente no presenta complicaciones, la prescripción médica pretende una sola finalidad, que tiene que ver directamente con la causa de su enfermedad. Por ejemplo, cuando un paciente es atacado por microorganismos patógenos, con síntomas como fiebre y dolor de garganta, la «prescripción única» del médico consiste en expulsar las «toxinas» con una medicación simple, como la «píldora antibiótica *Hong Huang* (*Realgar*)».

Por otra parte, si las causas de la enfermedad son complejas, hay que recetar distintos tipos de plantas «monarca», lo cual constituye una «prescripción múltiple». Por ejemplo, por un exceso de ansiedad que le ha perjudicado el sistema del bazo, un paciente sufre de anorexia (pérdida de apetito) y astenia (falta de fuerza). También tiene debilitado el sistema del riñón y sufre con frecuencia de polución nocturna. Siente todo el cuerpo dolorido y su energía vital está aletargada. El médico puede utilizar la «decocción de *Angelicae sinensis* para tonificar el bazo» como punto de partida para reforzar el sistema del bazo, y añadir, como plantas principales, *shan zhu yu* (*Fructus corni*), *shu di* (*Rhizoma rehmanniae praeparatae*) y *du zhong* (*Cortex eucommiae*) para mejorar el sistema de los riñones y solucionar el problema de la polución, además de añadir *ren sheng* (*Radix ginseng*) y *huang qi* (*Radix astragali seu hedysari*) para aumentar el flujo de energía.

Se denomina «prescripción combinada» la que combina dos o más recetas juntas para formar una sola, o la que se prescribe al paciente de forma alterna. Por ejemplo, media dosis de la «decocción de los cuatro caballeros», que es eficaz para promover la energía vital, y media dosis de la «decocción de las cuatro sustancias», eficaz para promover la sangre, se combinan en una dosis para un paciente que presenta debilidad crónica. También se pueden recetar las dos decocciones por turnos.

Estas estrategias revelan que los chinos han tenido una filosofía avanzada de la prescripción médica. Representan la evolución de la concepción china sobre la medicación a lo largo de muchos siglos. Además de estas «siete estrategias», los médicos chinos también utilizan las «doce tácticas».

## Las doce tácticas para recuperar la salud

Las «doce tácticas» hacen referencia a doce métodos generales para recuperar la salud. Se basan en los principios del yin y el yang y los cinco procesos elementales, y demuestran que el compromiso de la medicina china es que el paciente recupere sus funciones naturales, en lugar de definir y curar la enfermedad. Por ejemplo, si la energía vital del cuerpo se ha calentado demasiado, lo cual se simboliza como yang, la solución es enfriarla, que se simboliza como yin. Si se inhibe la reproducción normal de ciertas células del organismo, lo cual se simboliza como un estancamiento del proceso de la madera, el remedio es nutrir las partes correspondientes del cuerpo con energía vital, que es un proceso del agua, para recuperar la producción natural de células.

Ya en el siglo VI, un gran médico, Xu Zhi Cai (492-572), cristalizó los enfoques de los maestros antiguos en diez tácticas. Los médicos posteriores añadieron dos más. A continuación vamos a explicar estas doce tácticas. Espero que el lector no se sorprenda al leer expresiones como «males reales y calientes» y «enfermedades frías y de viento»; si estos términos figurados lo desconciertan, le sugiero que se remita al capítulo 12, que trata de la patología china.

1. «La dispersión disipa la congestión» (*Xuan Ke Qu Yong*). Una prescripción que produzca dispersión disipará el síndrome de la congestión. La congestión se puede deber a «males reales», que corresponden a patógenos exógenos, como gérmenes y bacterias, o a «males aparentes», como el debilitamiento de las funciones fisiológicas. La «decocción para la dispersión de sustancias tóxicas» es un ejemplo de una receta medicinal para dispersar una congestión «real».
2. «La limpieza disipa la retención» (*Tong Ke Qu Zhi*). Una prescripción que tenga un efecto limpiador disipará el síndrome de retención. Por ejemplo, la retención de fluidos corporales puede provocar flatulencia. El «*Wu Ling San*» («polvo de las cinco plantas, incluida la *Poria*») es eficaz para eliminar esta retención.
3. «La tonificación elimina la debilidad» (*Bu Ke Qu Ruo*). Una prescripción tonificante eliminará el síndrome de debilidad. La debilidad es la causa oculta de la enfermedad. Hay cuatro tipos fundamentales de tonificación: del yin, del yang, de la sangre y de la energía. El «*Lu Wei Yuan*» («píldora de las seis plantas») es un ejemplo de una receta medicinal para tonificar el yin.
4. «La purgación elimina el cierre» (*Xie Ke Qu Bi*). En este caso, «cierre» se refiere al bloqueo ocasionado por «males reales», que corresponden a los microorganismos patógenos y pueden ser «calientes» o «fríos». Una prescripción que tenga efectos purgantes eliminará este síndrome de cierre. Un ejemplo de prescripción purgante es la «decocción purgante» que elimina el «mal real y caliente».
5. «La luz disipa lo real» (*Qing Ke Qu Shi*). Al hablar aquí de «la luz», nos referimos a las plantas que inducen el sudor o la diaforesis; lo «real» significa los microorganismos patógenos en la etapa superficial o la inicial. En otras palabras, esta táctica implica el uso de plantas diaforéticas contra las enfermedades infecciosas en las primeras etapas. Según el comportamiento típico de los microorganismos patógenos, los médicos chinos los describen como «malo caliente» o «malo frío», y la palabra «viento» se utiliza a menudo para describir el estado del paciente si la situación de la enfermedad tiende a cambiar rápidamente. La «decocción de *ma huang* (*Herba ephedrae*)» es un ejemplo de una prescripción diaforética contra enfermedades infecciosas «viento y frío».

6. «La pesadez estabiliza el miedo» (*Zhong Ke Zhen Qie*). En este caso, «pesadez» se refiere a las plantas que estabilizan o calman; el «miedo» se refiere a las emociones negativas, así como a los trastornos mentales, como el susto, el insomnio y la amnesia. En la medicina china abundan las plantas que tratan dolencias emocionales y mentales, con la ventaja de que las prescripciones chinas no tienen los efectos negativos habituales de las drogas sedantes occidentales, porque sus efectos secundarios, si los hubiera, se neutralizan o inhiben gracias a las plantas «diputado» de las recetas medicinales. La «píldora tranquilizante de cinabrio» es un ejemplo de una prescripción estabilizadora.
7. «La lubricación elimina la coagulación» (*Hua Ke Qu Zhou*). Al hablar aquí de «coagulación», nos referimos a cualquier masa que se estanque en el cuerpo, pero si la virulencia de los «males reales» (microorganismos patógenos). Las prescripciones con un efecto lubricante eliminan la coagulación, como la «decocción lubricante de *dong kui zi* (*Semen malvae verticillatae*)» para eliminar las piedras de las vías urinarias.
8. «La astringencia vence al colapso» (*Se Ke Qu Tuo*). Son medidas astringentes las que provocan una contracción y detienen una descarga. Un «colapso» es la pérdida de esencia y fluido corporal, como ocurre cuando se producen evacuaciones intestinales involuntarias, polución nocturna y sudor por la noche, debido a un colapso del yin, el yang, la sangre o la energía, es decir, una paralización de las funciones básicas del organismo. Por ejemplo, la «píldora del rizo de oro para mantener la esencia del riñón» sirve para solucionar la polución nocturna.
9. «La sequedad vence a la humedad» (*Zao Ke Qu Shi*). La humedad es una de las causas patógenas exógenas, y provoca trastornos como edemas, disuria, diarreas, tos y disnea. Las prescripciones que tengan un efecto sedante solucionarán estos trastornos, como la «píldora de las dobles maravillas» para frenar la diarrea.
10. «La hidratación vence a la sequedad» (*Shi Ke Qu Zao*). La sequedad se refiere a la insuficiencia de «sangre» y otros fluidos corporales. La sequedad de los pulmones es uno de los síntomas de la tuberculosis, a la cual se refieren los chinos como un debilitamiento de los pulmones. La «decocción para eliminar el calor y nutrir los pulmones» es un ejemplo de una prescripción hidratante.
11. «El frío expele el calor» (*Han Neng Qu Re*). Una prescripción que enfría puede superar el síndrome del calor. Las recetas medicinales que eliminan el calor, disipan el fuego y generan fluidos corporales son «prescripciones frías», y muchas de ellas corresponden a lo que en medicina occidental se llaman antibióticos. Sirvan de ejemplo la «decocción del tigre blanco para eliminar el calor» y la «decocción antibiótica del loto amarillo».
12. «El calor expele el frío» (*Re Neng Qu Han*). Una prescripción que produzca calor puede superar el síndrome de frío. Las recetas medicinales que incrementan la energía yang (las funciones fisiológicas), así como la defensa yin (el sistema de la sangre y el inmunitario), corresponden a las prescripciones cálidas o calientes. La «decocción de las cuatro plantas para restaurar el yang» es un ejemplo de una prescripción caliente para expeler el frío interno, mientras que la «decocción de *gui ji* (*Ramulus cinnamomi*)» expele el frío externo.

## Algunos ejemplos de recetas medicinales famosas

Una receta medicinal, la unidad básica de la medicación oral china, es una mezcla, no un compuesto; esto significa que la cantidad de cada ingrediente, así como los propios ingredientes, varían. En realidad, los médicos chinos a menudo modifican la cantidad, aparte de agregar o quitar unos cuantos ingredientes, según las necesidades particulares del paciente, pero mantienen al mismo tiempo la naturaleza general y la dosis de la receta. Naturalmente, a los niños y a las personas que están débiles se les administran dosis más bajas.

Los médicos chinos, como el general que planifica cada batalla, prescriben una receta medicinal diferente para cada paciente, basándose en una diagnosis meticulosa y una cuidadosa consideración de las distintas estrategias y tácticas que pueden usar. Sin embargo, los grandes médicos del pasado nos han dejado un legado de recetas medicinales eficaces, con una explicación detallada de sus principios, y es evidente que los médicos modernos aprovechan plenamente esta sabiduría acumulada.

A continuación ofrecemos tres ejemplos famosos de recetas medicinales. La cantidad que se menciona de cada ingrediente no es más que una sugerencia. El lector que quiera profundizar en el tema puede consultar una buena farmacopea china.

### La decocción de *ma huang*

En la decocción de *ma huang* usa *gui ji*, *xing ren*, *gan cao*, cuatro plantas unidas con alegría, enfermedades infecciosas, fiebre, dolor de cabeza y frío se dispersarán con mucho sudor.

Ingredientes:

<i>Ma huang (Herba ephedrae)</i>	15 g
<i>Gui ji (Ramulus cinnamomi)</i>	10 g
<i>Xing ren (Semen armeniacae amarum)</i>	15 g
<i>Zhi gan cao (Radix glycyrrhizae praeparata)</i>	5 g

Eficacia:

Enfermedad infecciosa con fiebre, miedo al frío, dolor de cabeza, dolor en el cuerpo, pulso flotante, sin sudor y falta de aire.

Preparación:

Se hierve la mezcla con tres cuencos de agua en un recipiente de barro, a fuego suave, hasta que quedan alrededor de ocho décimas partes de un cuenco de la decocción. Conviene beberla mientras está tibia.

### La píldora fragante de *su he*

La fragancia de *su he* comprende ocho tipos:  
*she an mu ding tan chen fu* combinan  
*xi jiao bing pian* y *bai shu*  
cubiertos de *ju sha* nutren la mente.

#### Ingredientes:

50 gramos de cada uno de los siguientes ingredientes:

*Su he xiang (Resina liquidambaris orientalis)*

*She xiang (Moschus)*

*An xi xiang (Benzoinum)*

*Mu xiang (Radix aucklandiae)*

*Ding xiang (Flos syzygii aromatici)*

*Tan xiang (Lignum santali)*

*Chen xiang (Lignum aquilariae resinatum)*

*Xiang fu (Rhizoma cyperi)*

*Xi jiao (Cornu rhinoceri)*

*Bing pian (Borneolum syntheticum)*

*Bai shu (Rhizoma atractylodis macrocephalae)*

#### Eficacia:

Elimina el «viento» (trastornos mentales), estabiliza las emociones y hace que recuperemos la conciencia.

#### Preparación:

Se muelen los ingredientes hasta reducirlos a polvo, y se preparan píldoras de unos dos centímetros de diámetro, que se cubren con *zhu sha (Cinnabaris)*, y se recubre cada píldora con una estructura redonda de cera. Hay que tragar una píldora cada noche, acompañad con sopa de jengibre.

## La decocción de los cuatro caballeros

La decocción de los cuatro caballeros te hace fuerte  
*sheng, shu, ling, cao* fluyen juntos  
*ban xia, chen pi*, seis caballeros son,  
curan la deficiencia de yang y aumentan la energía,  
sin *ban xia* alcanzan el polvo maravilloso,  
*mu xiang, sha ren* alivian el frío del estómago.

#### Ingredientes:

*Ren sheng (Radix ginseng)* 5g

*Bai shu (Rhizoma atractylodis macrocephalae)* 10 g

*Fu qin (Poria)* 15 g

*Zhi gan cao (Radix glycyrrhizae praeparata)* 5g

#### Eficacia:

Remedio para la insuficiencia de energía, la debilidad del estómago y el bazo, la falta de aire.

#### Variante:

Se añaden 5 gramos de *chen pi (Pericarpium citri reticulatae)* a la receta básica para obtener el «polvo maravilloso de las cinco plantas», que se utiliza para la insuficiencia y el estancamiento de la energía en los niños, la deficiencia de calor en el bazo y el estómago, las úlceras bucales, los vómitos, las extremidades frías y dormir con los ojos abiertos. Se añaden 10 gramos de *ban xia (Rhizoma pinelliae praeparatae)* y 8 gramos de *chen pi (Pericarpium citri reticulatae)* a la receta básica para obtener la «decocción de los seis caballeros», que se

utiliza para curar disfunciones del bazo y el estómago, la congestión del pecho, la flatulencia abdominal y la tos con mucha flema. Se añaden 5 gramos de *mu xiang* (*Radix aucklandiae*) y 3 gramos de *sha ren* (*Fructus armomi*) a la decocción de los seis caballeros para obtener la «decocción fragante de los seis caballeros», que cura el estancamiento de energía en el calentador intermedio, la congestión torácica, los vómitos y las evacuaciones frecuentes, el dolor abdominal y los ruidos en el tracto gastrointestinal.

Preparación:

Se hierve la mezcla de hierbas en tres cuencos de agua hasta que quedan alrededor de ocho décimas partes de la decocción. Conviene beberla mientras esté tibia.

## Unas posibilidades esperanzadoras

La diferencia entre la filosofía médica china y la occidental es bastante evidente. Mientras el enfoque occidental es reduccionista y mecánico, y reduce la enfermedad a la mínima unidad posible, el enfoque chino es holista y orgánico, y considera la enfermedad en relación con el enfermo en su totalidad. En realidad, el médico chino no trata la enfermedad, sino al paciente como una persona completa. Su enfoque, por lo tanto, no consiste tanto en eliminar la enfermedad como en devolver la salud.

Esta diferencia de enfoque es más que una simple cuestión de perspectiva; afecta a toda la gama de los principios médicos y la práctica, desde la patología y la diagnosis hasta la farmacología y la terapéutica. Por lo tanto, en realidad los chinos nunca se han molestado en cuantificar las enfermedades ni en clasificarlas en tipos específicos. Su conocimiento de las enfermedades según los términos científicos occidentales, como los tipos específicos de bacterias y virus que provocan infecciones, o los tipos de enzimas necesarias para determinados procesos metabólicos, es muy escaso.

Pero, en cambio, los médicos chinos manifiestan un profundo interés y conocimiento del paciente como persona. Observan, aunque de forma intuitiva, sin la ayuda de instrumentos de medición ni una tecnología sofisticada, los cambios mínimos que experimenta el paciente cuando no se encuentra bien, y clasifican su malestar, pero no en función de los agentes que lo provocan, sino en función del estado patogénico del paciente frente a la enfermedad.

Por lo tanto, en su tratamiento, los médicos chinos no ponen énfasis en eliminar los agentes patógenos, sino en corregir las condiciones patológicas del paciente. Por ejemplo, cuando tratan a un paciente que sufre de una enfermedad infecciosa, su responsabilidad no consiste en definir los microorganismos patógenos y acabar con ellos, sino en definir el estado patogénico del paciente, que en este caso se describiría como calor externo en el sistema de un órgano determinado, y corregir este estado anormal.

Como los chinos y los occidentales contemplan la enfermedad desde distintos ángulos, no tiene ninguna importancia encontrar los términos chinos exactos para las enfermedades que reciben un nombre en Occidente. Por ejemplo, una enfermedad que en la medicina occidental se conoce como úlcera de estómago en la medicina china se interpreta, según la reacción patogénica del paciente, como dolor de estómago provocado por una deficiencia de la energía del estómago, o dolor de estómago provocado por «insuficiencia-frío» en este órgano. Sin embargo, existen nombres chinos equivalentes para las enfermedades que se conocen según los nombres occidentales. Por ejemplo, la úlcera de estómago se llama *wei kui yang*, que significa literalmente «úlcera de estómago». Pero estos nombres, aunque se usan de forma convencional en chino moderno, son traducciones al chino de términos occidentales, pero no términos chinos por sí mismos.

En realidad, los términos médicos chinos son más exactos. Mientras que los médicos occidentales no tienen clara la causa de las úlceras de estómago, los chinos saben que se trata de

una deficiencia de la energía del estómago o a insuficiencia-frío en el estómago. Por eso, mientras los occidentales prescriben medicamentos para neutralizar los ácidos gástricos que erosionan las paredes del estómago, o cortan la parte del estómago que ha sido dañada mediante una operación quirúrgica (ambos métodos en realidad consisten en tratar los síntomas, y es posible que aparezcan más úlceras en cuanto el paciente deje de tomar los medicamentos o poco después de la operación), los médicos chinos tratan la causa, tonificando la energía del estómago o disipando la insuficiencia-frío.

El enfoque chino es holista: en lugar de aislar la enfermedad, como si siempre se comportara de la misma forma, sin tener en cuenta el ambiente que existe dentro del cuerpo del paciente, la trata en relación con el paciente como un organismo vivo. En tal sentido, podemos preguntarnos, esperanzados, si el enfoque holista para devolver la salud al paciente (en lugar del enfoque reduccionista de centrarse en la enfermedad concreta) puede proporcionar respuestas al doctor Smithers en su búsqueda de una cura para el cáncer, partiendo de su convicción de que éste es un problema de organización, como citábamos al principio de este capítulo. También podemos preguntarnos con esperanzas si cambiar esta actitud reduccionista y mecánica por una holista y orgánica nos proporcionará respuestas para curar el sida y otras enfermedades consideradas incurables.

Los médicos chinos recomiendan a sus pacientes, abierta y orgullosamente, que busquen un tratamiento occidental cuando se dan cuenta de que éste es mejor o más inmediato. En los hospitales chinos se usan ampliamente los instrumentos y los métodos occidentales. Siempre lo hacen con un espíritu de aptitud, de confianza y de profesionalidad; no sienten el menor atisbo de un complejo de inferioridad, ni se sienten amenazados por pensar que enviar a sus pacientes a un sistema médico diferente del suyo suponga incompetencia alguna por su parte.

Evidentemente, nadie sugiere que los médicos occidentales dejen de lado los métodos en los que se han formado para adoptar el sistema chino, por más que lo encontraran mejor. Pero ¿no sería razonable, cuando los médicos y los investigadores occidentales tengan el valor de superar sus prejuicios o su arrogancia provincianos, que adaptaran algunos de los eficaces principios y prácticas de otros sistemas curativos y los incorporaran al propio, en su noble esfuerzo por hallar cura a enfermedades que, hasta ahora, se consideran incurables en la medicina occidental, sobre todo cuando estas enfermedades se han curado en estos sistemas? El material que ofrecemos en este capítulo ofrece algunas posibilidades. Y habrá más en los capítulos siguientes.