

VIDA Y SALUD INTEGRAL

BOLETÍN INFORMATIVO DE MEDICINA COMPLEMENTARIA

VOLUMEN 8 | NÚMERO 1 | ENERO 2016

ACUPUNTURA CHINA*

En medicina complementaria integramos la milenaria estrategia de la medicina tradicional china, que plantea la tesis de la existencia del sistema energético del hombre, en su teoría de Jing Luo de canales y colaterales de energía, que en su conjunto forma el sistema mencionado.



Este sistema tiene zonas o puntos críticos de acceso llamados puntos o resonadores de energía a través de los cuales podemos influenciar terapéuticamente para restaurar el balance de flujo de energía en él, resolver los problemas de exceso o deficiencia, o las interferencias del natural flujo de la misma hacia los Zang – Fu, es decir órganos y vísceras

Naturalmente estas alteraciones funcionales de la energía llamada Qi, en la medida que se van profundizando generan los diversos síndromes y enfermedades que padece el ser humano.

Continúa en la página 2

ÍNDICE

| | |
|---|------|
| Editorial..... | 1 |
| Artículo principal..... | 1, 2 |
| Lectura de interés..... | 1 |
| Recomendación sobre medidas de promoción y prevención en MEC..... | 3 |
| Evidencias MEC..... | 4 |
| Enlaces de interés | 5 |
| Alerta bibliográfica MEC..... | 5 |

EDITORIAL

La Organización Mundial de la Salud (OMS) a través de su oficina regional, la Organización Panamericana de la Salud (OPS), viene promoviendo el apoyo y promoción de políticas dirigidas a ensayar formas distintas de articulación de la medicina complementaria con los sistemas oficiales de salud, enfocadas primordialmente en la atención primaria a la salud.

Coherente con esta misión, en la Gerencia de Medicina Complementaria venimos trabajando para convertirnos en un socio respetado en el sistema de atención de salud, elaborando dispositivos regulatorios que estandarizan nuestros cinco grupos de métodos terapéuticos, promoviendo la formación adecuada de todos los profesionales practicantes, generando investigaciones en este tema y fomentando nuestro programa de Reforma de Vida como pilar de la atención primaria en EsSalud.

En la presente publicación les brindamos mayor acceso a la investigación e información en medicina complementaria fundamentándonos en el paradigma sistémico, en el enfoque integral y holístico de la persona. Así, pretendemos contribuir a mejorar la calidad de vida de la población proyectándonos a un futuro más saludable.

Dra. Milagros Sánchez Torrejón
Gerente Central de Prestaciones de Salud



LECTURA DE INTERÉS

Conscientes que la realidad sanitaria del Perú es heterogénea y rápidamente cambiante, consideramos necesario tener una visión más precisa de los impactos que ocasionan las enfermedades en la población asegurada.



A raíz de la globalización de la información la Acupuntura llega a occidente, lo que invita a la investigación para evaluar sus posibles beneficios terapéuticos planteando los siguientes modelos científicos que explican su mecanismo de acción: el modelo neurofisiológico que destaca la teoría de las Compuertas de Wall y Melzac, demostrando que los estímulos acupunturales viajan por fibras gruesas mielinizadas más rápido que los estímulos del dolor que viajan por fibras delgadas amielínicas por lo tanto lentas, razón por la que en distintos niveles y sobre todo en el tálamo, la compuerta es copada por el estímulo acupuntural no dejando pasar el estímulo doloroso.

Otro modelo es la investigación sobre las morfina endógenas cuya secreción se ve incrementada frente a los tratamientos acupunturales que actúan copando los receptores opiáceos, soporta la contraprueba del naloxano que al competir con las endorfinas bloqueando el efecto acupuntural.

La teoría inmunológica que va más allá del dolor al observarse el efecto inmunoestimulante de las agujas acupunturales en puntos de acupuntura como el 4IG, 36E el 14VG, que incrementan los linfocitos y la presencia de inmunoglobulinas que explicarían otros efectos curativos de la acupuntura.

Siguiendo otra explicación es la tesis tradicional china de la existencia del sistema energético del hombre, así el coreano King Bon Han quien trabajó con radioisótopos radiactivos como el fosforo³², inyectándolo sobre puntos de acupuntura y realizando el seguimiento de su difusión con micro radiografía evidenciando una difusión diferente a la del sistema vascular o del tejido adyacente y siguiendo el trayecto tradicional planteado por la escuela asiática de acupuntura.

Posteriormente el francés Pierre de Bernujol tratando de contradecir a King Bon Han trabaja con tecnecio 99 y hace un seguimiento gammagráfico y evidencia más nítidamente la difusión de radioisótopo por los canales descrito por los chinos en sus tratados de acupuntura.

Reinhold Voll, médico alemán, luego de construir un ohmímetro de alta sensibilidad junto al ingeniero electrónico Piterling inicia la detección y medición de puntos sobre canales de acupuntura y después de 20,000 mediciones comprueba también la existencia de dichos canales haciendo posible una acupuntura cuyo diagnóstico y tratamiento estaría bajo control electrónico naciendo así la moderna electroacupuntura según Voll.

En la actualidad los beneficios terapéuticos de la acupuntura se siguen extendiendo a nivel internacional.

La OMS reconoce a la acupuntura como método terapéutico de curación para 120 patologías diferentes, y beneficiosa en su tratamiento para más de 200 otras enfermedades.

Su proceso de validación va desarrollándose y es actualmente el procedimiento terapéutico de medicina complementaria más utilizado y demandado por los usuarios de la Seguridad Social del Perú en los 17 años de implementado en el servicio de medicina complementaria a nivel nacional.

***Dr. Javier Lauro, médico de medicina complementaria de la Red Rebagliati-CAMEC Angamos.**

BIBLIOGRAFIA ADICIONAL

Sánchez, O. La dimensión fractal de la red compleja de puntos y meridianos de acupuntura. *Revista Internacional de Acupuntura*, 2015 9(2), 37-40.

Pérez, A. E36 (Zusanli) "punto maestro" de la inmunidad. *Revista Internacional de Acupuntura*, 2015 9(2), 41-43.

Sánchez, O. Nuevas vías en los meridianos Shu antiguos. *Revista Internacional de Acupuntura*, 2015 9(1), 12-19.

Quiles, L. Dietética china y nutrigenómica, posibles puntos de convergencia. *Revista Internacional de Acupuntura*, 2015 9(3), 101-105.

Gómez, M. Enfoque diagnóstico de la migraña clásica desde la medicina tradicional china. *Revista Internacional de Acupuntura*, 2015 9(1), 28-32.



Beneficios de la Chicha morada

BEBIDA TIENE PROPIEDADES MEDICINALES CONTRA EL CÁNCER DE COLON

La llegada del verano ocasiona la pérdida de líquidos por el sofocante calor. Por ello, EsSalud recomienda el consumo de chicha, elaborada en base a maíz morado, para calmar la sed y por tener propiedades medicinales.

El maíz morado, por su alto contenido de antioxidantes, es un excelente aliado en la prevención de neoplasias como el cáncer de colon y de enfermedades cardiovasculares.

Los antioxidantes que contiene este maíz son conocidos como 'antocianinas', y son las que se encuentran en los granos y en la coronta, le dan el color morado y protegen a las células para que no se desarrollen enfermedades como el cáncer.

La doctora Martha Villar López, Gerente de Medicina Complementaria de EsSalud, resaltó que los antioxidantes previenen o retardan la oxidación de las moléculas, evitando las reacciones en cadena que dañan a las células.

Por ello, la especialista afirmó que el consumo diario de maíz morado, en la forma de la popular bebida "chicha morada", no solo ayudará a prevenir el desarrollo de neoplasias, sino también ayuda a disminuir los niveles de presión arterial en personas hipertensas por su efecto diurético.

Señaló que las antocianinas son potentes antioxidantes que están relacionadas con la disminución de los niveles de colesterol y contribuyen en disminuir el sobrepeso, los niveles de glucosa en sangre.

Chicha morada para proteger al corazón. Seguro Social

de Salud, EsSalud.: En confianza, 2015 4(30):12.

“Lo ideal es consumirlo como chicha morada, pero sin azúcar. En todo caso, endulzar la bebida con edulcorante natural”, aconsejó la especialista, al señalar que al maíz morado se le atribuyen propiedades medicinales, como disminuir el colesterol.

Detalló que, también, evitaría la fragilidad de los vasos sanguíneos, pues el maíz morado protegería el endotelio vascular y reduciría las posibilidades de formación de placas de grasa. En consecuencia, habría menos problemas cardiovasculares.

Para prevenir tales males se recomienda consumir uno o dos vasos con chicha morada al día y que para coadyuvar en el tratamiento de enfermedades crónicas, se puede consumir de tres a cuatro vasos al día de esta refrescante bebida. [\[MÁS INFORMACIÓN\]](#)



PROPIEDADES MEDICINALES

| Mineral | Concentración (mg/100 g) g |
|---------|----------------------------|
| P | 299,6 ± 57,8 |
| K | 324,8 ± 33,9 |
| Ca | 48,3 ± 12,3 |
| Mg | 107,9 ± 9,4 |
| Na | 59,2 ± 4,1 |
| Fe | 4,8 ± 1,9 |
| Cu | 1,3 ± 0,2 |
| Mn | 1,0 ± 0,2 |
| Zn | 4,6 ± 1,2 |



Evidencias MEC

LAS PLANTAS MEDICINALES EN BRASIL: EL PERFIL FARMACOCINÉTICO Y POTENCIALES INTERACCIONES ENTRE PLANTAS Y MEDICAMENTOS

Una gran cantidad de compuestos activos que se encuentran en las plantas medicinales puede servir como sustrato para enzimas implicadas en el metabolismo de xenobióticos.

El uso de plantas medicinales está aumentando rápidamente en muchos países, especialmente en Brasil, donde la inmensa biodiversidad es una fuente potencial de nuevos y más asequibles tratamientos para numerosas condiciones. De acuerdo con ello, el Sistema Único de Salud Pública (SUS) elaboró una lista de 71 especies vegetales de interés, que podrían ponerse a disposición de la población en un futuro próximo. Se realizó una revisión de los efectos de estas plantas medicinales en la fase 1 y 2 mecanismos metabólicos y el transportador de la P-glicoproteína.

[\[MÁS INFORMACIÓN\]](#)

LA ACUPUNTURA PARA CONTROLAR LOS SÍNTOMAS DEL CÁNCER

La acupresión más aceite esencial mostró una eficacia en la mejora de la fatiga en pacientes con cáncer de pulmón. El uso combinado de la acupuntura y terapias relacionadas con los medicamentos convencionales o la medicina herbal china puede mejorar la calidad de vida de los pacientes con cáncer. Como una modalidad relativamente seguro, la acupuntura podría ser considerada como una las opciones coadyuvantes para el tratamiento del dolor, la fatiga, y la mejora de la calidad de vida en pacientes con cáncer. [\[MÁS](#)

[INFORMACIÓN\]](#)



Creciendo Juntos

FACTORES QUE TE AYUDAN A CRECER.

ACEPTACIÓN: Identifique y acepte sus cualidades y defectos.

ATENCIÓN: Conozca y atienda sus necesidades físicas, psíquicas y espirituales.

AFECTO: Actitud positiva, comprensiva, cariñosa hacia sí mismo.

AYUDA: Planear objetivos realistas. Es gratificante dar y recibir.

TIEMPO: Disfrute de su propia compañía. Dedíquele tiempo a sus pensamientos y sentimientos.

CREDIBILIDAD: Haga aquello que le hace sentir feliz y satisfecho. Preste atención a sus pensamientos y sentimientos.

ÁNIMO: Tome una actitud alentadora "puedo hacerlo". "Yo estoy bien". "Soy inteligente".

RESPECTO: "Sea auténtico". Sea orgulloso de los que es. No se compare con otras personas, no sea copia de nadie.

APRECIO: Premíese por sus logros, los pequeños y los grandes. Recuerde que sus experiencias son únicamente suyas. Disfrute de sus talentos y logros.

AMOR: Aprenda a quererse y exprese amor. Acepte





Botiquín Natural MEC

FITOTERAPIA PARA EL ACNÉ

Usar localmente sustancias para higiene y drenaje de la piel.

- Jabón de aceite de oliva
- Mascarilla de avena y miel de abeja
- Mascarilla de arcilla medicinal
- Papaya madura
- Sábila (aloe vera)
- Manayupa

Dieta abundante en frutas y verduras crudas, aceite de oliva; evitando el azúcar refinada y las grasas animales, así como colorantes sintéticos y carnes.

COMITÉ EDITOR

Dra. Martha Villar López

GERENTE DE MEDICINA COMPLEMENTARIA

Dr. Duilio Fuentes Delgado

DIRECTOR DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN

Dra. Yolanda Angulo Bazán

DIRECCIÓN DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN

Q.F. María Gutiérrez Saavedra

DIRECCIÓN DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN

Bibl. Rosa Matos Prado

CENTRO DE INFORMACIÓN DE MEDICINA COMPLEMENTARIA

Bibl. Paul Pajuelo Aguirre

CENTRO DE INFORMACIÓN DE MEDICINA COMPLEMENTARIA

Jr. Domingo Cueto 120
Jesús María

Teléfono: 265 6000 Anexo: 2439 - 1493

Contáctenos:

rosa.matos@essalud.gob.pe
externo.ppajuelo@essalud.gob.pe

Copyright © Seguro Social de Salud (EsSalud) 2016



Recetario de alimentación

PAPA A LA HUANCAINA CON QUINUA

Ingredientes:

- ½ Kg. De Huevo
- 2 Kg. De papa
- ¼ Kg. De quinua
- ½ Kg. De Tofú
- Sal, perejil, lechuga, huevo
- 4 a 5 Aji verde sin pepas
- 1 Botella de yogurt natural
- Aceite de oliva
- 50 grs. De Pecanas



Preparación:

Sancochar la papa, y la quinua, licuar: aji verde, tofú, pecanas, aceite de oliva, yogurt natural, y poco a poco agregar la quinua hasta que la crema este uniforme. Servir la papa, agregar la crema y adornar con lechuga perejil y clara de huevo.

Recetario de alimentación saludable andino - amazónico. Lima: EsSalud, 2014

CENTRO DE INFORMACIÓN DE MEDICINA COMPLEMENTARIA

(CIMEC)

ENLACES DE INTERES



[\[INGRESAR\]](#)



[\[INGRESAR\]](#)

ALERTA BIBLIOGRÁFICA MEC

PUBLICACIONES RECIENTES INGRESADAS AL CIMEC 2015

