



La doctora 'integral'

“Salud es lograr el equilibrio perfecto entre el cuerpo y la mente”

El yin y el yang, el *qi*, los cinco elementos de la naturaleza, los puntos de acupuntura... son palabras tan habituales en la medicina tradicional china, como en la occidental una radiografía o 'tómate esta pastilla'.

La doctora **Wen-Hsiu Hu** nos explica las claves de esta disciplina milenaria, que entiende el cuerpo como un todo indivisible.

¿Qué diferencia la medicina china de la occidental?

Lo fundamental es la forma de observar el cuerpo, la salud y la enfermedad. Antiguamente, el objetivo era prevenir. Por eso, aparte de medicina para sanar, se combinaba la fitoterapia, la dieta y un ejercicio muy básico que es el *qi gong*. Este se practica cada día para no malgastar la energía. La salud es el equilibrio del cuerpo. La materia esencial

de un ser es el *qi* (energía vital) y el *xue* (la sangre); y su equilibrio es crucial. Y el *qi gong* sirve para que el cuerpo sepa equilibrarlos.

¿Qué provoca el desequilibrio?

La causa puede ser interna o externa. Por eso debemos mirar, hablar, interrogar... Si estamos bien, los factores patógenos (externos), como la humedad, no nos afectarán. El otro factor es interno, el emocional. La mente no nos deja des-

cansar como deberíamos. Por eso, la gran diferencia con nuestros colegas occidentales es que consideramos el cuerpo como un todo. Si algo, tanto físico como psíquico, no funciona bien es porque hay un desequilibrio interno.

¿Cuáles son sus principios básicos?

El yin y el yang y los cinco elementos (madera, fuego, tierra, metal y agua). El yin y el yang son como la energía y la sangre. La energía corresponde al yang,

EN VEZ DE PASTILLAS...

Estas son las técnicas más populares utilizadas por los expertos orientales.

Acupuntura

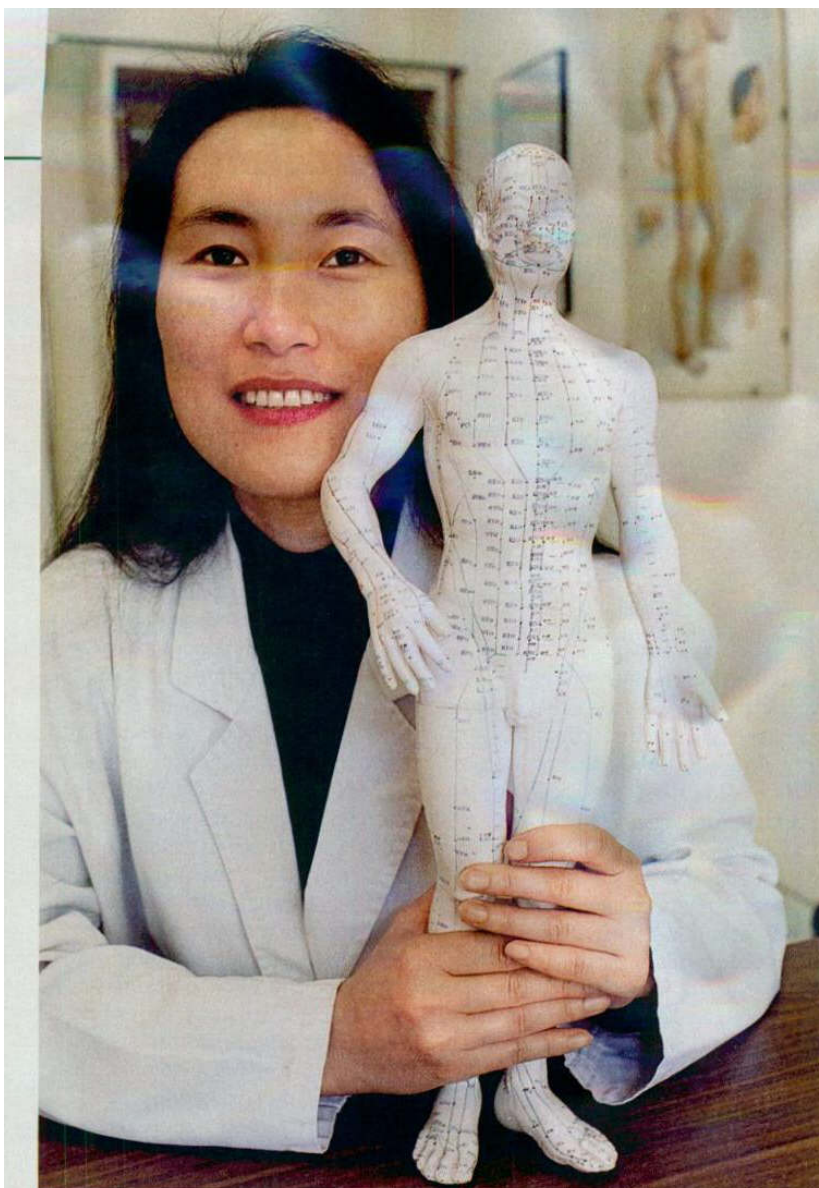
Con la ayuda de unas agujas finas se mejora el flujo de la energía y se tonifican los órganos debilitados con gran precisión. Las agujas se dejan unos 15 minutos, pero si se manipulan manualmente o permanecen más tiempo el efecto es más intenso.



Fitoterapia

Los médicos chinos, mediante el conocimiento que tienen de más de 6.000 plantas diferentes, mantienen y refuerzan el tratamiento del paciente. Las recetas incluyen, cuando es necesario, sustancias de origen animal y mineral. Casi siempre se utilizan mezclas y combinaciones.





WEN-HSIU HU

- Una mujer de mundo: nació en China y emigró a Taiwan. Hoy vive en España.
- Multifacética: antes de especializarse en Medicina china, en la Escuela Superior de MTC de Barcelona, estudió Historia Universal en Taiwan.
- Dos pasiones: los viajes y la familia. Visita regularmente a su madre y hermanos, residentes en Taiwan.
- Trabaja en la clínica Guang an Men, con centros en Amposta, Barcelona, Madrid y Valencia.
- Un desafío: que Occidente asuma el 'misterioso' mundo oriental.

¿QUÉ ES LA MOXIBUSTIÓN?

Consiste en quemar un cilindro de artemisa (planta medicinal) para aplicar su calor en los puntos adecuados del cuerpo. El calor tonifica, activa y desbloquea el órgano y el meridiano correspondiente a través del punto de acupuntura tratado. El calor que genera la artemisa es mucho más alto que el de cualquier otra planta, es muy penetrante y capaz de abrir los meridianos. Esta técnica, muy apreciada en China, resulta eficaz para dispersar o eliminar factores patógenos como frío, humedad y viento que puedan haberse instalado en el cuerpo.



que es más activo. El *qi* es lo que mueve. El yin va con la sangre, que es más pausada. Para entendernos, yang es más fuego y ying es más agua.

¿Cómo tratan la enfermedad?

El diagnóstico se establece observando si la enfermedad es de tipo yin o yang, si tiene un origen externo o interno, si su naturaleza es caliente o fría y, por último, si está causada por un exceso o una insuficiencia. Estos son los ocho conceptos fundamentales. A partir del diagnóstico se determina el tratamiento correcto. Si yo tengo una insuficiencia, tendré que tonificar. Si tengo un exceso, dispersaremos, lo eliminaremos para equilibrar. Es como una balanza.

Ustedes tocan, observan...

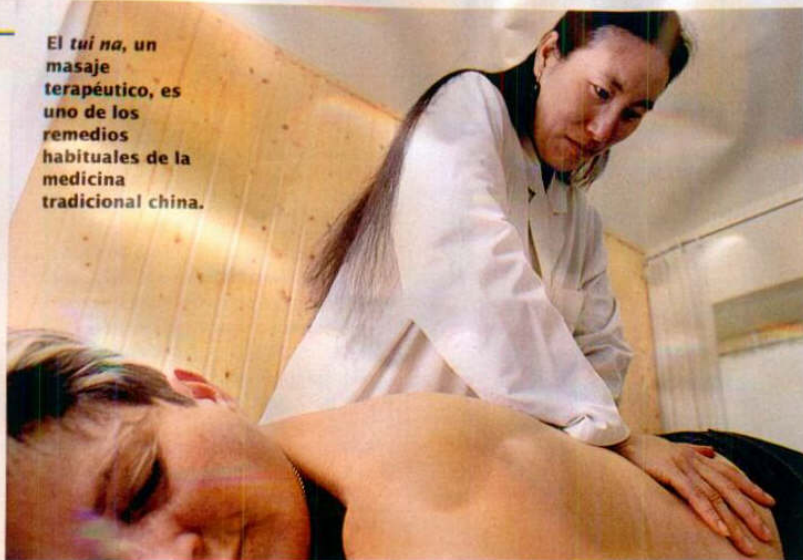
Tomamos el pulso, observamos el color de la piel y de los ojos, miramos las uñas, la lengua, los dientes. Controlamos la audición porque, por ejemplo, el zumbido de oído o la pérdida de capacidad auditiva indica que algo falla en el riñón. Antes se analizaba la orina, la deposición, la mucosidad; las oían, observaban el color, la textura, incluso las probaban. Ahora ya no, porque disponemos de la ayuda de la tecnología occidental.

Si viene alguien desesperado por una alergia, ¿qué hacen?

Cada vez hay más alérgicos. ¿Por qué? Nuestro sistema inmunológico está cada vez más débil por la contaminación, por →



El *tui na*, un masaje terapéutico, es uno de los remedios habituales de la medicina tradicional china.



“Para hidratar la piel, en Occidente recomiendan beber mucha agua. ¡Nada de eso! Hay que hidratar el pulmón”

ción según el diagnóstico. Las hierbas trabajan sobre los órganos vitales, se absorben, vía oral contactando directamente con el bazo y el estómago, donde se distribuyen los principios terapéuticos.

¿Cómo saben qué tipo de cáncer es?

Antiguamente se consideraba como bloqueo de masa patológica. Haciendo estudios averiguamos dónde se localiza. El problema casi siempre viene acompañado de calor, frío, humedad o varios juntos. Si hay bloqueo, desbloqueamos, si es por acumulación de calor lo eliminamos, tonificando el yin. Si es frío, tonificamos el yang, eliminando poco a poco el frío. Las agujas regulan el órgano afectado; las hierbas hacen que funcione mejor y aumentan sus defensas.

¿Quién acude a sus centros?

Todo tipo de pacientes: enfermos de cáncer, con depresión, problemas de riñón, o espalda, migraña, disfunción digestiva, estreñimiento, problemas de piel, alergia, diarreas, insomnio, ansiedad, problemas circulatorios...

¿Cómo convencería a un reacio a las técnicas orientales?

Le diría que la medicina tradicional china no lesiona. Al contrario, hacemos que el organismo reaccione a través de un estímulo aplicado por agujas, hierbas o *tui na*, un masaje terapéutico chino. La gente cree que la acupuntura duele. Perderían el miedo si vieran el tamaño de la aguja. Nuestra terapia es más natural, más humana y más íntegra. Tratamos todo, el cuerpo y el bienestar emocional, sin mirar microscópicamente sólo un trozo del cuerpo. ●

Pilar Casanova

FOTOGRAFÍAS: XAVIER CERVERA

→ la forma de vida y la alimentación. Estos tres factores afectan la función del pulmón, que es el órgano que nos proporciona la primera protección, la piel. Aquí se dice «tengo la piel muy seca y por eso bebo mucha agua», y bebiendo agua no se hidrata la piel, ¡no tiene nada que ver! La sequedad de la piel hay que buscarla en el pulmón. Debemos tonificar y nutrir el yin del pulmón.

¿Tonificar el yin del pulmón?

Hay puntos de acupuntura y hierbas que lo hidratan y nutren.

¿Y cómo se aplican?

Los puntos de acupuntura junto con los meridianos coinciden también con los cinco elementos. Y tenemos asimismo los cinco órganos vitales: corazón, hígado, bazo, pulmón y riñón, que coinciden con los cinco elementos: fuego, madera, tierra, metal y agua.

¿Qué relación tienen?

Hay cinco puntos de acupuntura en cada meridiano que se corresponde con los cinco elementos. La relación entre los órganos es compleja. Si el corazón (fuego) está fuerte trabajamos directamente en él para curarlo. Si está débil, desviamos el tratamiento a su madre, el hígado (madera), para que cuide mejor al hijo.

Y todo esto sin recurrir a radiografías o ecografías.

Exacto. Nuestra medicina es muy compleja, pero para llegar a esto han pasado más de 4.000 años. No es una ciencia imaginaria, es el fruto de estudios, de comprobaciones, recomprobaciones. Es totalmente científica.

¿Y el cáncer?

Lo tratamos más con fitoterapia, porque las hierbas se pueden dosificar con más precisión. Se aplica por prescrip-

LA DIETA DE LOS 5 SABORES

Para los chinos, la alimentación es uno de los pilares que sustentan la salud y el equilibrio de energía del organismo. Se aconseja combinar los cinco sabores: dulce, ácido, picante, amargo y salado. Cada uno nutre a los diferentes órganos según el calor o frío que aporta. «Somos lo que comemos» afirma la sabiduría china. Cada persona debe conocer su dieta ideal en función de su constitución y etapa vital, el clima de la región y su entorno.



Para saber más:

Medicina tradicional china, de Daniel Reid. Urano S.A. Video.
Guía familiar de medicina china, de Tom Williams. Susaeta Ediciones, S.A.