



# Webinar

ACUPUNTURA en  
**OBESIDAD**

# AVISO IMPORTANTE

**Queda totalmente prohibida**

la reproducción total o parcial de este material  
por cualquier medio digital o impreso,  
sin contar con **autorización expresa**  
**de RED XINGLIN.**

© 2021 RED XINGLIN

ORIENTE

vs.

OCCIDENTE

ACUPUNTURA  
redxinglin.com

**¿Por qué los orientales  
son más delgados?**

**¿Es un factor genético?**





A top-down view of a dark surface with several plates and bowls of food. The items include: a blue plate with white rice, asparagus, carrots, and tomatoes; a white plate with roasted Brussels sprouts and broccoli; a pink plate with white rice, red beans, chickpeas, and tomatoes; a wooden mortar and pestle with ground seeds; a metal bowl with cubed tofu; a white plate with green beans and diced carrots; a small bowl of dark sauce with fresh parsley; a grey bowl with shredded carrots and purple cabbage; and a small bowl of red peppercorns. A watermark 'ACUPUNTURA medixinglin.com' is visible in the background.

**Alimentación basada  
en verduras y cereales.**





**Mucha agua... sólo agua.**

Consumo de té con las comidas.

Alto consumo de sopas.

AGUARDIANTURA  
redxinglin.com



**Baja ingesta de dulces.**

**ACUPUNTURA**  
redxinglin.com



A close-up photograph of a white ceramic bowl filled with a vibrant green seaweed salad. The salad consists of various types of seaweed, including thin, feathery strands and thicker, leafy pieces. It is garnished with a generous amount of white sesame seeds. The bowl is placed on a green, textured placemat. The text "Consumo de algas." is overlaid in white, bold, sans-serif font across the center of the image. A large, semi-transparent watermark "2020" is visible in the background, along with the text "ACUPUNTURA" and "redxinglin.com" in a smaller, semi-transparent font at the bottom.

**Consumo de algas.**

ACUPUNTURA  
redxinglin.com

**NO a embutidos, quesos, gaseosas.**





# Horarios “naturales” para comer...

3 comidas diarias.

Última ingesta, 6 ó 7 de la tarde.



A top-down view of two bowls of Vietnamese pho. The bowl on the left is a metal bowl filled with a clear broth, rice noodles, and various toppings including sliced chicken, green onions, fresh herbs, and a drizzle of red chili sauce. The bowl on the right is a white ceramic bowl containing rice noodles, green onions, and fresh herbs. A hand in a black and white striped sleeve is holding wooden chopsticks over the bowls. A large, semi-transparent watermark with the text 'ACUPUNTURE' and 'acupuntura.com' is overlaid on the image.

**Bajo consumo  
de derivados del trigo.**



# Alimentación antihumedad.

Complementar la **hora de tonificar bazo** con mijo, arroz, hinojo, papas y miel.

**Humedad-calor:** frijoles Mung, leche de soja, diente de león, algas marinas.

**Humedad:** cebada, mijo, jengibre, té verde.

"Si la obesidad ocurre  
en los nobles y los ricos,  
es por consumir  
alimentos pesados y grasosos".


**SuWen** (Libro de las preguntas simples),  
capítulo 28.



# ¿CÓMO VE MTC LA OBESIDAD Y SUS CAUSAS?

En la Dinastía Han, los profesionales de MTC registraron **síntomas y factores de riesgo**: malos hábitos alimenticios, poco ejercicio, constitución corporal y factores mentales.

También sabían que se vincula a trastornos metabólicos como diabetes y a otras afecciones como derrames cerebrales o dolor en el pecho.



La MTC no trata "**exceso de peso**" per se, sino la condición corporal subyacente que pudo causarlo. Ya restablecido el equilibrio del cuerpo, el metabolismo **procesará alimentos adecuadamente** y el exceso de peso ya no debería ser un problema si se consumen **alimentos correctos en cantidades moderadas**.

Según la MTC el tejido adiposo o gordura se debe principalmente a **flema y humedad**.

El **bazo** es la raíz de la producción de flema y está involucrado en el **transporte y transformación de líquidos y alimentos**.

Si se daña al comer muchos dulces y hacer poco ejercicio, fallará en mover y transformar líquidos y alimentos.

Esos desechos metabólicos se **acumulan y transforman en humedad**.

Si la humedad perdura, se condensa en flema y se convierte en **tejido graso**.



La MTC adopta un **enfoque holístico de la obesidad** al centrarse en cambios corporales subyacentes. Según sus principios, el desarrollo de la obesidad se debe a diversos cambios patológicos.

¿Los analizamos?

# 1. *Dispepsia causa calor estomacal y mal funcionamiento del Bazo*

Consumir en exceso alimentos pesados, grasosos y picantes, o alcohol, produce **calor en el estómago**.

El ejercicio inadecuado luego de comer esos alimentos daña la función del bazo. El estómago sobrecalentado madura excesiva cantidad de alimentos, los digiere más fácil y provoca hambre, pero el bazo no puede manejar excesiva carga alimentaria ni ejecutar su transformación y transporte.

Los **productos metabólicos residuales se convierten en fluido turbio y flema**, que se mezclan con la sangre y el Qi que llena órganos, huesos y músculos.

## 2. Factores patógenos que dan lugar a la obesidad

La invasión de factores patógenos o el consumo excesivo de grasas, conduce a la **pobre transformación y transporte del bazo**, y la **humedad** se va **acumulando en el Jiao Medio**.

Cuando la humedad y la grasa turbia ingresan a estos conductos, los pulmones distribuyen más, permitiendo la penetración en todos los órganos.



### 3. Estancamiento de Qi provoca acumulación de flema turbia

En casos de trauma, de perturbación emocional, de edad avanzada, de problemas menstruales, el **hígado puede no regular el Qi**, afectando la digestión y el flujo sanguíneo.

La circulación más lenta de Qi y sangre tiende a bloquear los meridianos y la humedad perdura en el cuerpo.

Con el tiempo, **se condensa en flema y habrá obesidad.**

## 4. Agotamiento de esencia del Riñón

Los estilos de vida que consumen esencia de riñón pueden provocar **la excitación del fuego ministerial interno**, cuyo exceso es como un **"fuego maligno" que afecta al Jiao Medio**, produce calor corporal excesivo y mal funcionamiento del estómago y el bazo. Si esto persiste, se afectan los procesos de vaporización en vejiga y San Jiao, y se acumulan más patógenos, empeorando la condición.

Según MTC, el estado clínico de una persona con obesidad puede cambiar y conducir a un diagnóstico complejo durante la consulta. Las causas anteriores pueden aparecer juntas o por separado.

En resumen, las causas fundamentales de obesidad son **deficiencia de bazo y de riñón, que se manifiestan como desbordamiento de fluidos corporales, acumulación de humedad y flema, y estancamiento del flujo sanguíneo.**

A veces, el calor de estómago y el estancamiento de Qi (energía vital) están asociados.

También puede aparecer una vaporización inadecuada de fluidos corporales por parte del San Jiao.



遺篇刺法論曰脾爲  
諫諍之官知周出焉

脾

Bazo

脾胃屬土俱從田字  
胃居正中田字亦中  
脾處千古田赤偏右



# TRATAMIENTOS

ACUPUNTURA  
redxinglin.com

# Electroacupuntura

## **1. Puntos de extremidades inferiores:**

E34 Liangqiu, B4 Gongsun.

### **Técnica:**

Con el paciente acostado, la técnica de reducción y método de elevación, empuje y rotación, se aplica luego del arribo del Qi, para una fuerte estimulación.

Se unen dos grupos de cables en los puntos bilaterales, estimulando con **onda continua, 30 minutos**.

Realizar **1 vez al día**, en **retención de humedad por deficiencia del bazo**.



## 2. Puntos del abdomen:

E25 Tianshu, B15 Daheng.

### Técnica:

Con el paciente acostado, usar agujas filiformes de 2cun.  
Aplicar estimulación eléctrica luego del arribo de Qi, por **30 minutos**.  
Realizar **1 vez al día** para **sobrepeso, especialmente en abdomen**.



# Moxibustión

**Puntos principales:** SJ4 Yangchi, V22 Sanjiaoshu.

**Puntos suplementarios:** B8 Diji, DU4 Mingmen,  
B6 Sanyinjiao, DU14 Dazhui.

## Técnica:

Moxa **con jengibre** en cada punto, **5 ó 6 conos** grandes por sesión hasta enrojecer la piel, sin quemar.

Realizar **1 vez al día, en deficiencia de yang de bazo y riñón** (1 mes de tratamiento constituye un curso).



# Auriculoterapia

## 1. Presión con semillas de Vaccaria.

Endocrino, Shenmen, Estómago, Boca, Pulmón, IG, Cardia, Hambre.

### Técnica:

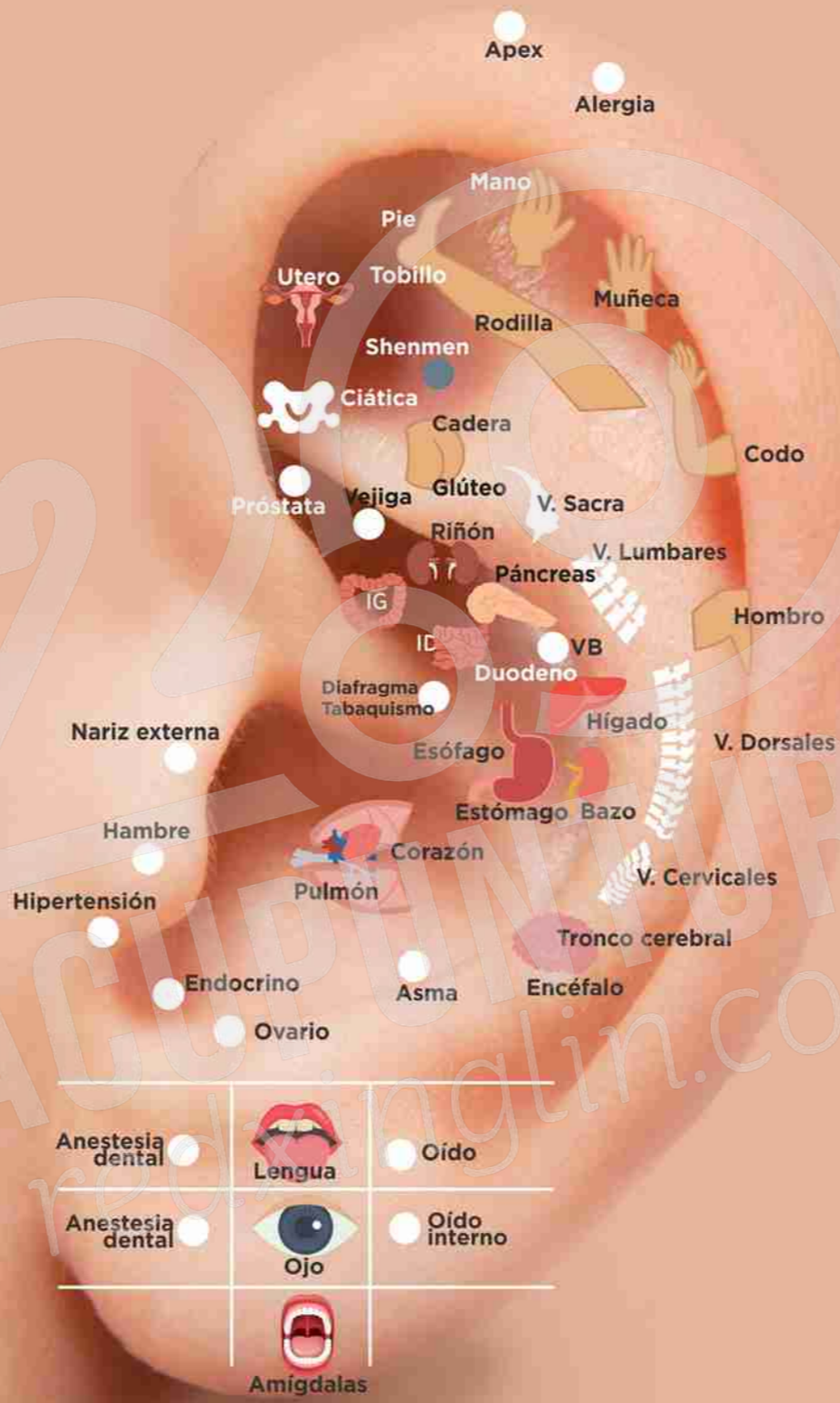
Detectar **puntos sensibles** y colocar semillas en esos puntos, presionando hasta que el paciente sienta dolor, pesadez o entumecimiento (arribo de Qi).

Repetir en el otro oído, 3 a 5 días después y tratar por **20 días en forma continua**.

En los días de retención de semillas, el paciente presionará los puntos 3 veces al día, 5 minutos cada vez, para **reducir el apetito**.







Anestesia dental	 Lengua	Oído
Anestesia dental	 Ojo	Oído interno
	 Amígdalas	

## 2. Micro-agujas.

Shenmen, Estómago, IG, Endocrino,  
Pulmón, Corazón, San Jiao, Hambre.

### Técnica:

Esterilizar y colocar agujas en **1 o 2 puntos** de la lista,  
fijando con cinta adhesiva.

Masajear suavemente **30 a 50 segundos**

hasta que el paciente sienta distensión sin dolor.

Aplica el masaje durante **30 minutos antes de comer.**

Retirar las agujas en 3 o 4 días, y repetir en los otros puntos.



### **3. Bolitas magnéticas.**

Boca y diafragma.

#### **Técnica:**

Fijar las bolitas magnéticas en los puntos, bilateral y presionar **2 o 3 veces al día** de forma continua, por 15 días. Repetir después de un intervalo de 2 días.



# Puntos corporales + auriculares

## **Corporales:**

V20 Pishu, E40 Fenglong (exceso flema interna).

E25 Tianshu, VB34 Yanglingquan, E44 Neiting (exceso fuego de E).

V23 Shenshu, V20 Pishu, B6 Sanyinjiao, R3 Taixi (deficiencia B y R).

H8 Ququan (obesidad post parto).

V23 Shenshu, B6 Sanyinjiao (obesidad juvenil).

## **Auriculares:**

Bazo, Endocrino, Riñón,  
Estómago, IG, SJ, Pulmón.





### **Técnica:**

Punzar los **puntos corporales 1 vez al día** en reducción o tonificación mediante los métodos de elevación, empuje y rotación de agujas, basados en reducir el exceso y tonificar la deficiencia.  
Retener **30 minutos**.

Aplicar **chinchetas en 1 ó 2 puntos auriculares**, bilaterales, presionando **2 veces** al día, **1 minuto** cada vez.  
Cambiar chinchetas 1 vez cada 3 ó 5 días (1 mes de tratamiento forma un curso).  
Repetir **1 semana después**.

# Acupuntura + farmacopea

**Puntos Grupo 1:** Estómago y Endocrino.

**Puntos Grupo 2:** Bazo, Pulmón, San Jiao.

## **Técnica:**

Esterilizar y colocar agujas intradérmicas, fijar con cinta,  
**2 veces por semana** (4 veces es un curso).

Aplicar puntos del Grupo 1 en el primer curso  
y del Grupo 2, en el segundo.

Simultáneamente, consumir **Fang Feng Tong Sheng San** vía oral, **2 veces al día**.

O preparar decocción, 2 veces cada dosis con agua tibia.

# Acupuntura Abdominal

## Caso clínico 1

Mujer, 32 años.

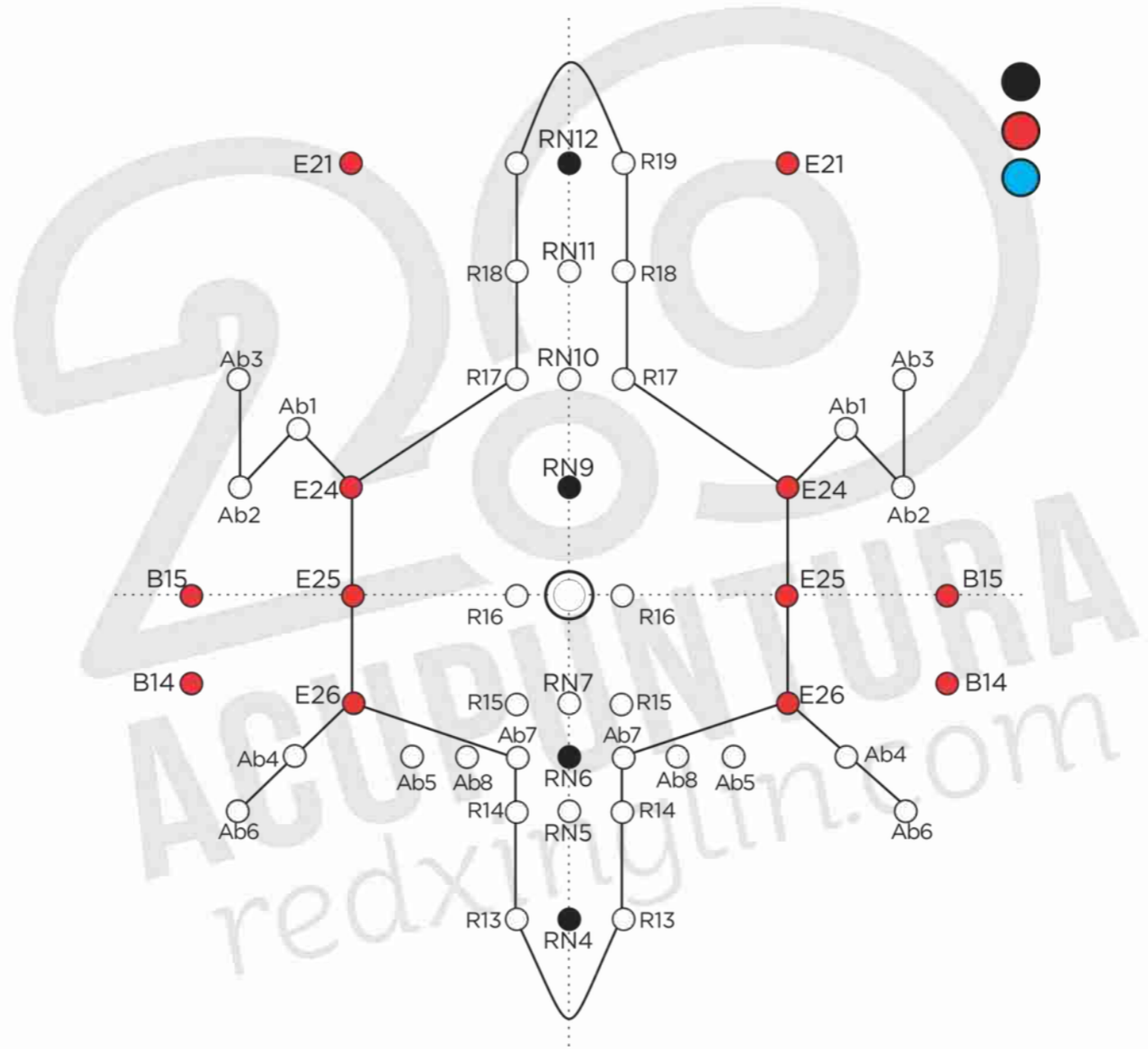
Vida sedentaria y mayor ingesta de alimentos, suele trasnochar, aumenta 15 kg. sobre su peso normal.

Lengua dentada, saburra blanca resbalosa, pulso fino resbaloso.

Diagnóstico: acumulación de humedad-flema por deficiencia de B/E.

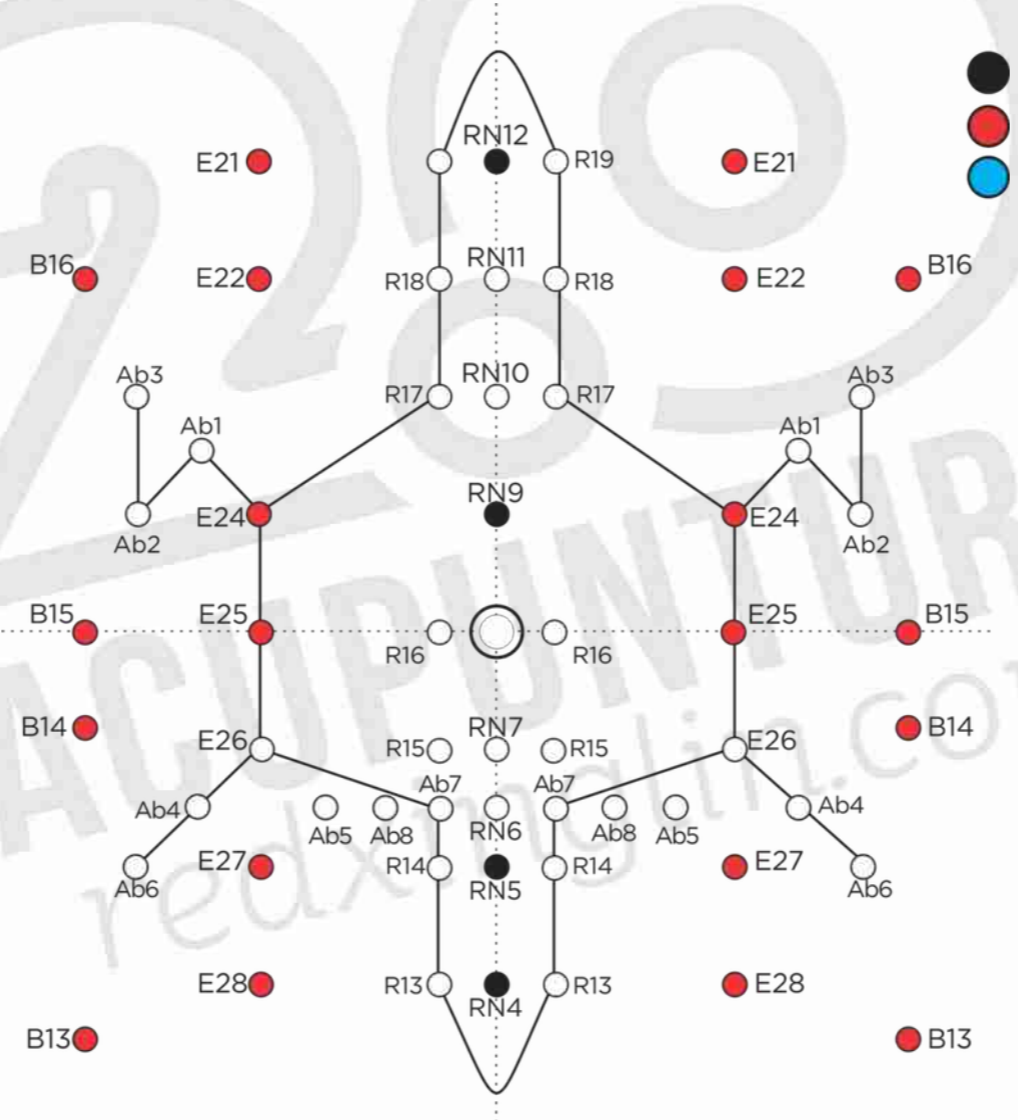
En AA se agregan E40, E36 y B9.

Luego de **3 ciclos de tratamiento** y modificar sus hábitos, baja de peso y su contorno abdominal se reduce de 100 a 92cm.



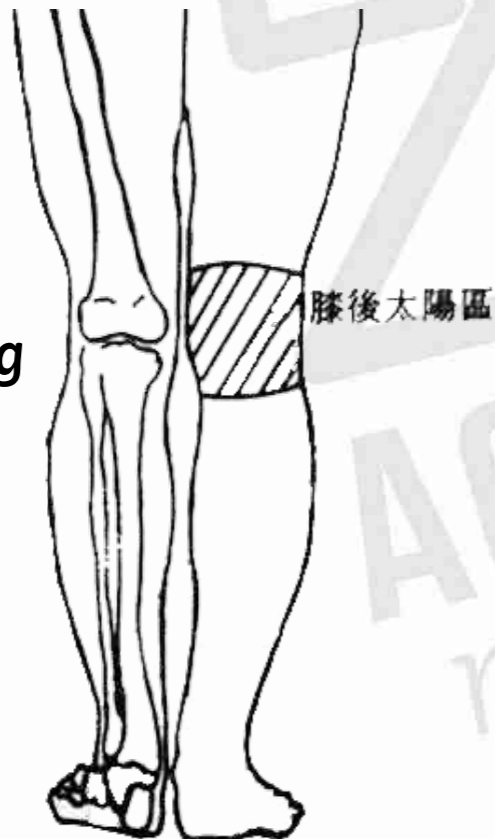


# Caso clínico 2



# Acupuntura del Maestro Tung

Sangría  
en zona  
**Weizhong**

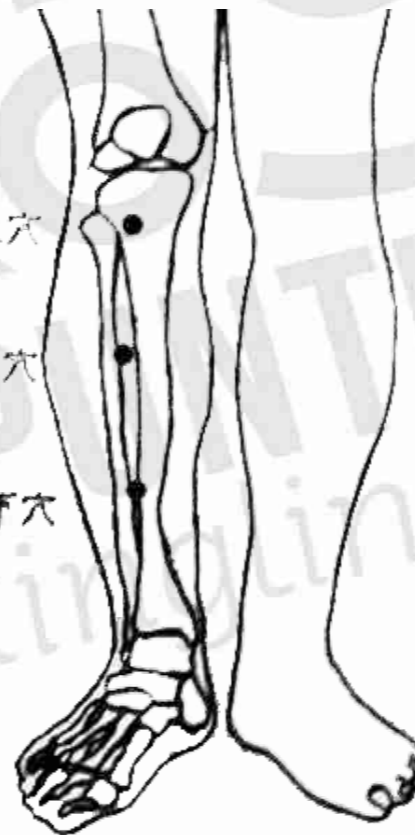


**Sihua** 4 flores 77.08-11

四花上穴

四花中穴

四花下穴



**Sanzhong**

3 pesados

77.05-07

三重穴

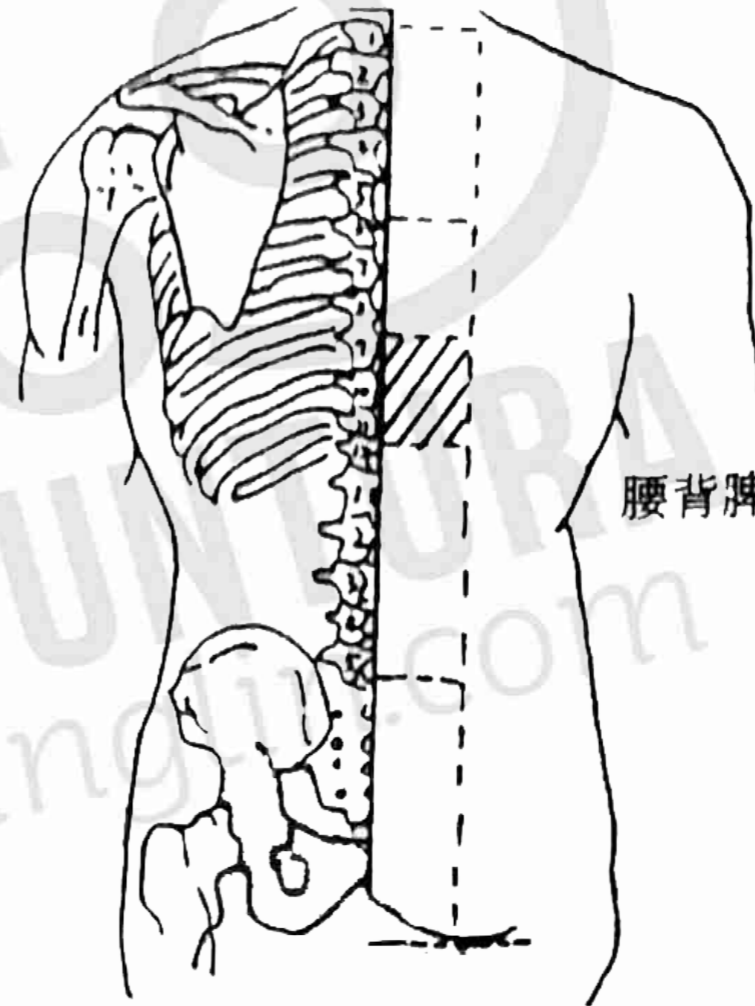
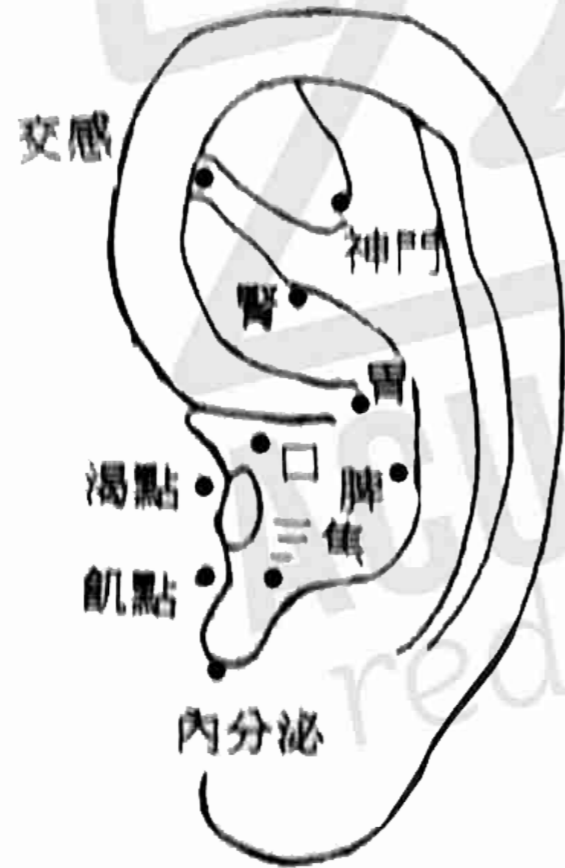
二重穴

一重穴



## Auriculoterapia

Hambre, Sed, Boca, SJ,  
Endocrino, Bazo, Estómago,  
Riñón, Simpático, Shenmen

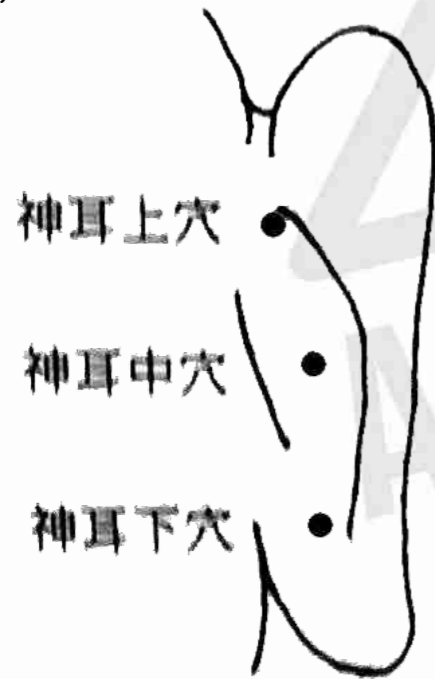


**Sangría**  
zona B / E

腰背脾胃區

**Ershang,  
Erzhong,  
Erxia**

(no difundidos  
por Tung)

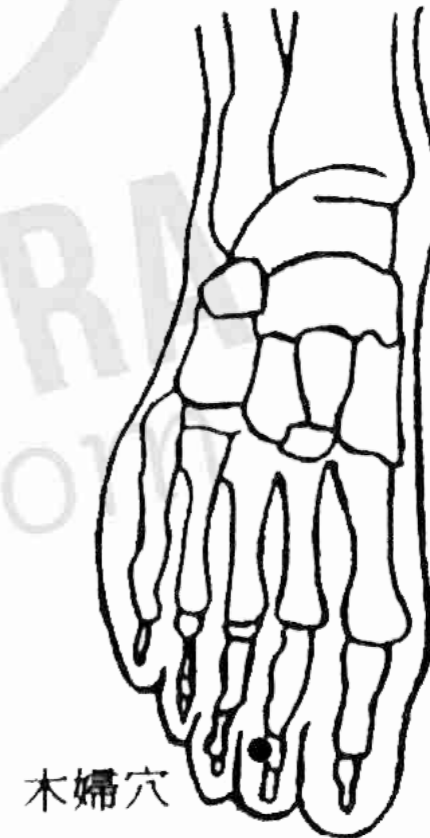


**Huagusi** 55.05  
Flor del Hueso Cuatro

花骨四穴



**Mufu** 66.02  
Madera Esposa





# CONCLUSIÓN

ACUPUNTURA  
redxinglin.com

La **acupuntura** para el **control del peso** tiene resultados muy efectivos si se realiza **el diagnóstico adecuado**. Los protocolos son muy útiles pero el terapeuta experimentado aumentará su rango de acción aplicando conocimientos de **medicina interna** y un **correcto diagnóstico**.

# 谢谢

GRACIAS!

redxinglin.com

Red XingLin

