



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

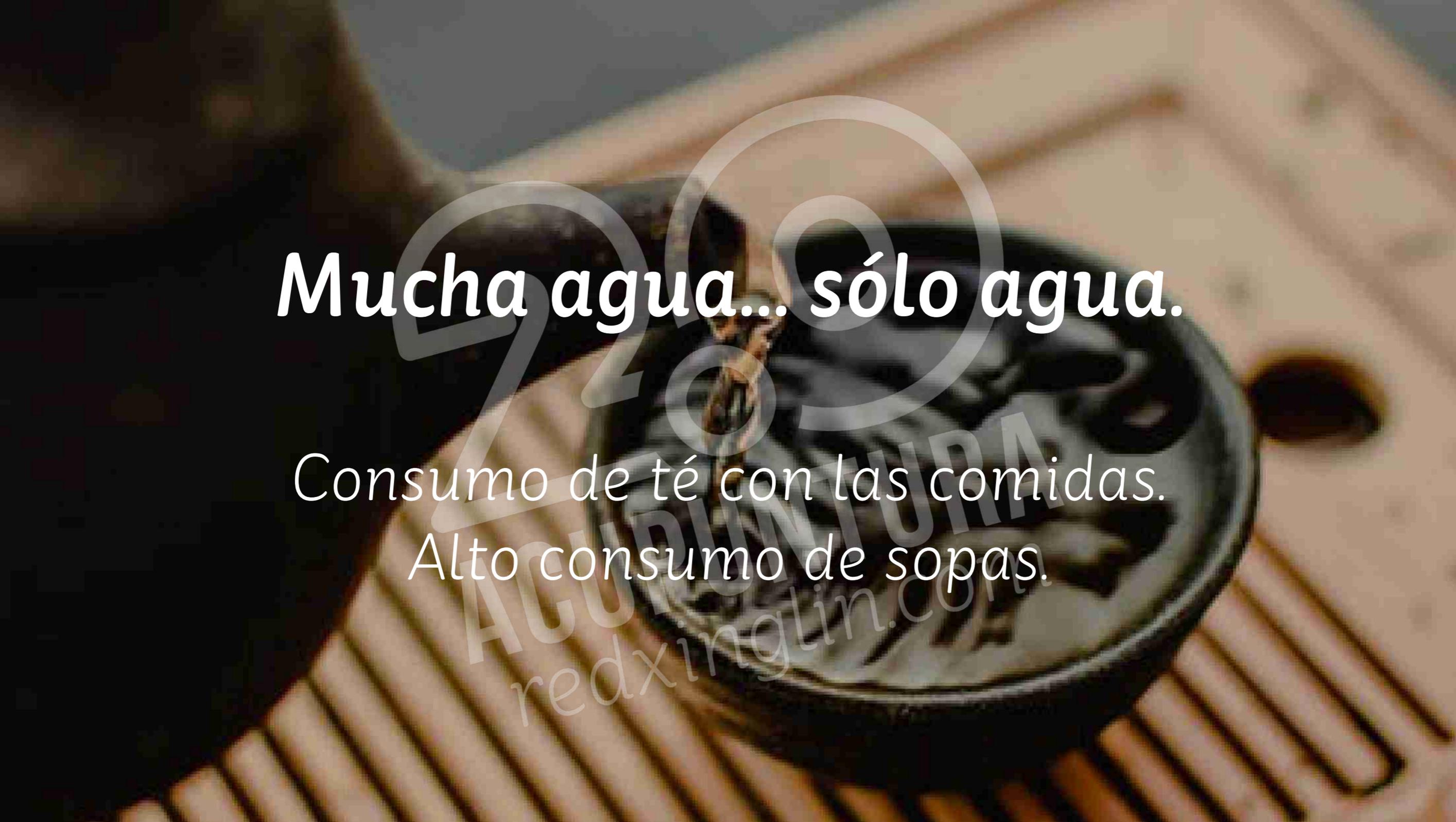
**¿Por qué los orientales
son más delgados?**

¿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 kidney 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 bowl of 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 blades and thicker, more textured pieces. It is garnished with a generous amount of white sesame seeds. The bowl is placed on a green, textured surface, possibly a placemat or tablecloth. The lighting is bright, highlighting the freshness of the ingredients.

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.

The image shows two bowls of food. The bowl on the left is a glass bowl containing a soup-based noodle dish with green leafy vegetables, bean sprouts, and a red chili sauce drizzle. The bowl on the right is a white bowl containing a dry noodle dish with similar vegetables and a light dressing. A hand in a black and white striped sleeve is visible at the top, holding chopsticks. A large, semi-transparent watermark with the text 'ACUPUNTURE' and 'acupuntura.com' is overlaid on the image.

**Bajo consumo
de derivados del trigo.**

ACUPUNTURE
acupuntura.com

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, grasos 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
脾處于古田赤偏右

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.

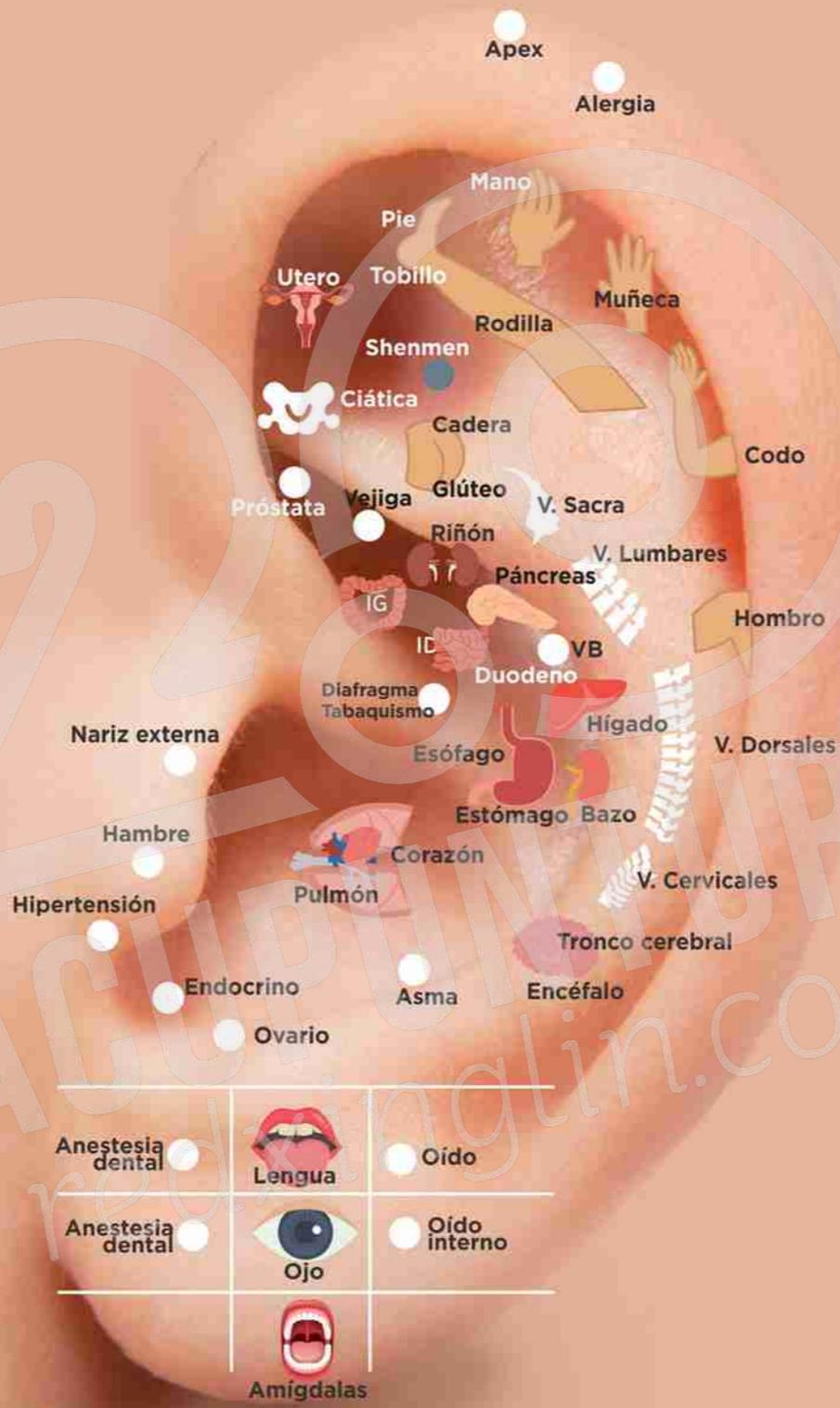
Técnica:

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**.





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.

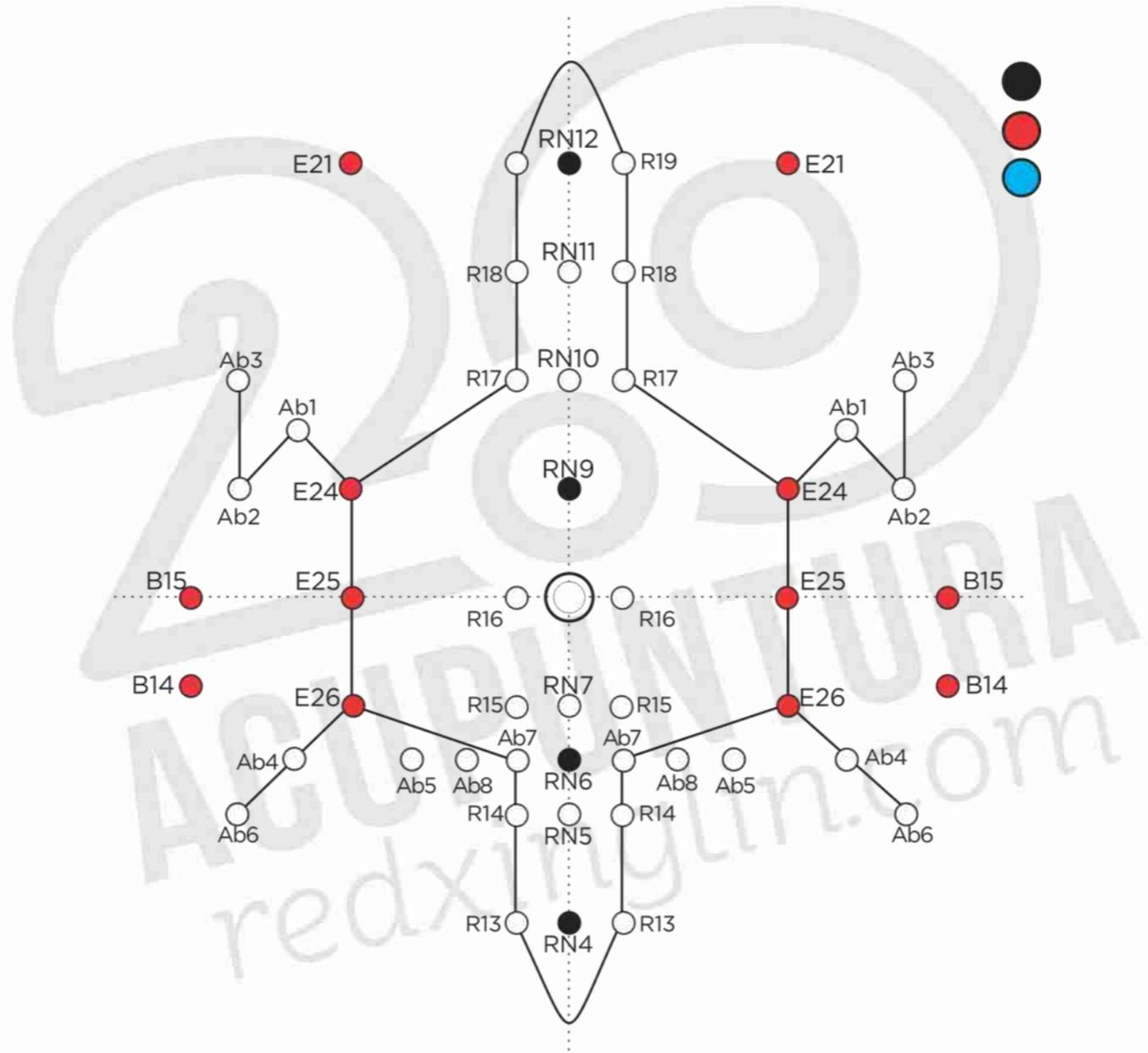
Vida sedentaria y mayor ingesta de alimentos, suele trasnochar, aumenta 15 kg. sobre su peso normal.

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.



Acupuntura del Maestro Tung

Sangría
en zona
Weizhong

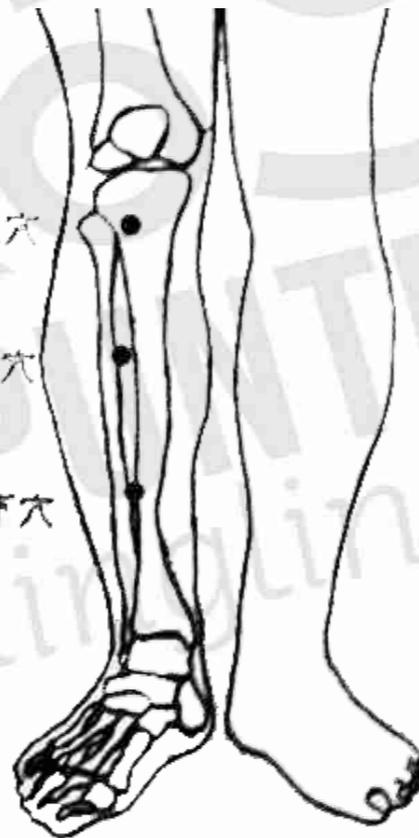


Sihua 4 flores 77.08-11

四花上穴

四花中穴

四花下穴



Sanzhong
3 pesados
77.05-07

三重穴

二重穴

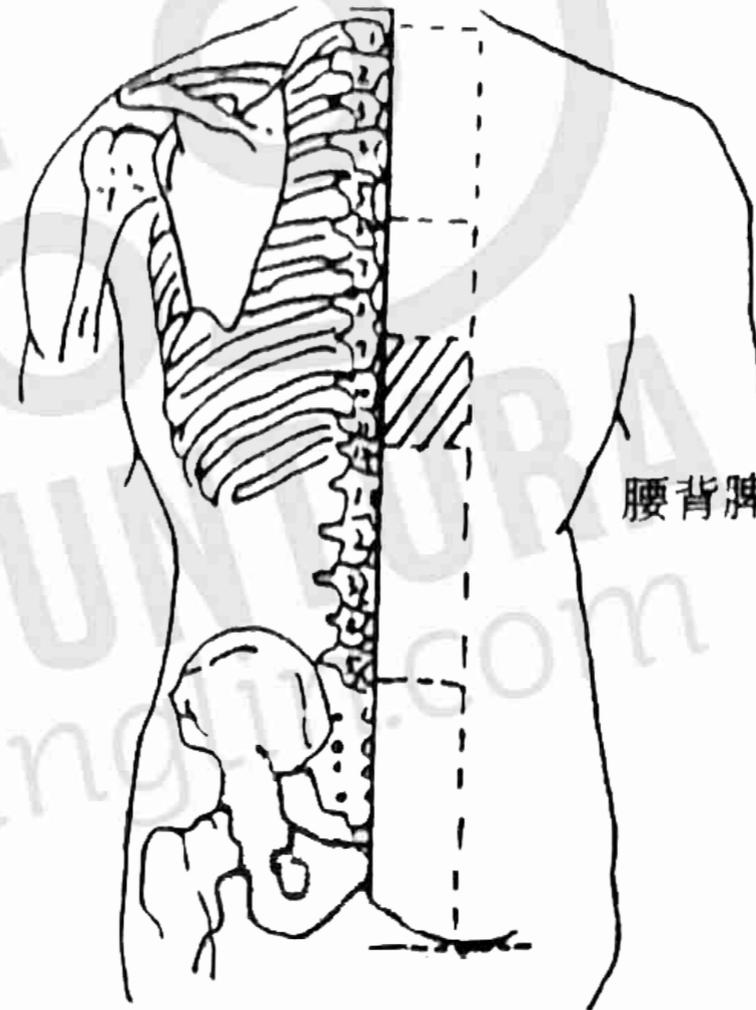
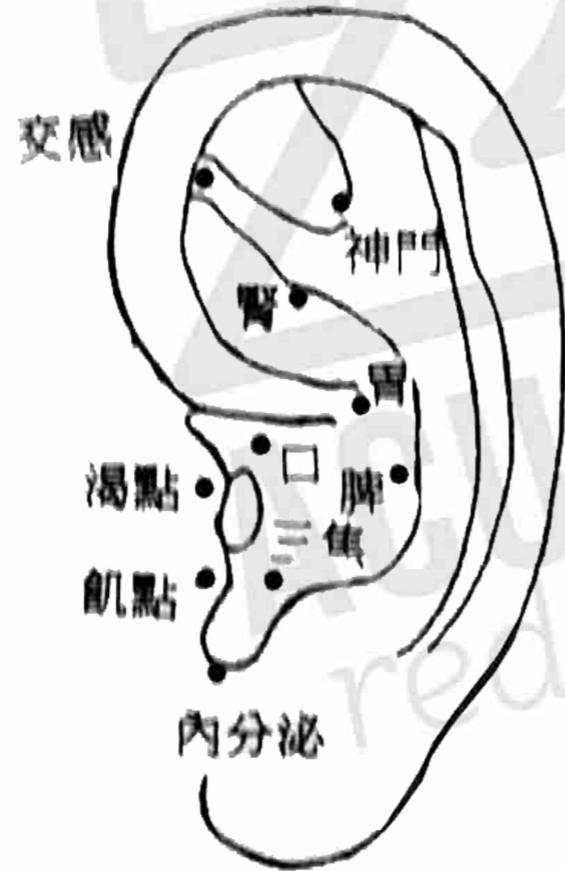
一重穴



ACUPUNTURA
redxinglin.com

Auriculoterapia

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

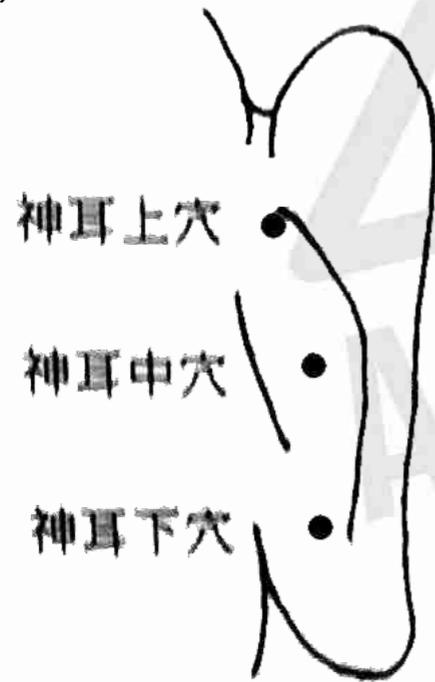


Sangría
zona B / E

腰背脾胃區

**Ershang,
Erzhong,
Erxia**

(no difundidos
por Tung)

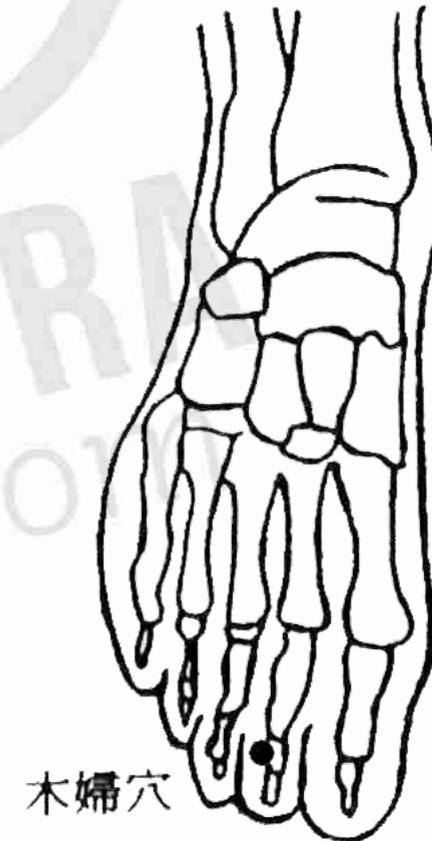


Huagusi 55.05
Flor del Hueso Cuatro

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

