

Material Imprimible

Curso Auriculoterapia

Módulo La auriculoterapia como tratamiento de enfermedades

Contenidos:

- Cartografía auricular
- Protocolo general para el tratamiento y diagnóstico de enfermedades
- Historias clínicas
- Mecanismos de acción durante las sesiones
- Técnica de microsangrado
- Tratamiento de diversos síntomas y enfermedades a través de la auriculoterapia

Cartografía auricular

¿Alguna vez escucharon hablar sobre la misma? La **cartografía** es la ciencia, el arte y la tecnología que se encarga del estudio y la elaboración de los mapas. En este caso, estamos hablando del mapa de la oreja.

Por dicho motivo, la cartografía permite ubicarnos en las zonas de la oreja y saber cuáles son los puntos que van a cumplir funciones.

Como aprendimos anteriormente, la oreja es considerada un microsistema, y va a formar parte del mapa donde vamos a poder ubicar a los diferentes órganos del cuerpo.

¿Recuerdan que aprendimos que la proyección del cuerpo en la oreja es similar a la del feto invertido, es decir, en posición cefálica? Con esto, la cartografía se refiere a que en este microsistema que es la oreja, se puede ubicar cada una de las partes del cuerpo.

Protocolo general para el tratamiento y diagnóstico de enfermedades

El protocolo que conoceremos a continuación nos permite comprender el paso a paso de las acciones que vamos a llevar a cabo en una sesión tradicional de auriculoterapia.

En primer lugar tenemos que diferenciar la primera sesión de las siguientes. Durante la primera sesión, que siempre suele ser la más extensa, debemos conocer al paciente, cuáles son sus inquietudes, qué le ocurre, y por qué se siente de esa manera, ya sea física o mentalmente.

Recordemos que llevar a cabo una correcta anamnesis es fundamental para iniciar con la historia clínica del paciente. Por dicho motivo, debemos preguntar sobre qué es lo que lo llevó a acercarse y a consultar. Aquí vamos a poder identificar enfermedades crónicas y agudas.

Toda esta información que vamos a recabar la debemos ir anotando detalladamente en la historia clínica. Lo importante es que no falte nada.

Ustedes mismos podrían diseñar el formato de historia clínica que les resulte más cómodo y práctico para anotar el diagnóstico, registrar el tratamiento y cada una de las sesiones, y facilitar su archivo.

Asimismo, una parte de esta anamnesis debe guardar relación con los antecedentes familiares de enfermedades crónicas. Recuerden que muchos pacientes pueden ser asintomáticos en muchas de las enfermedades, es decir, tenerla en estado pasivo, pero

no manifestarse. De allí la importancia de saber si quizá es probable que tengan la posibilidad de llegar a adquirirla, sumado a que vamos a indagar si presenta algún factor de riesgo para la misma.

Una vez realizado este inicio de historia clínica con la anamnesis, podemos acercarnos a saber qué es específicamente lo que está necesitando el paciente, empezar a pensar cuáles serían los puntos a trabajar, y cuál sería la mejor técnica para él, ya sean semillas, agujas, o la complementación entre las técnicas, tal como estudiamos anteriormente.

Entonces, una vez que tenemos la historia clínica, ya estamos orientados en lo que el paciente necesita, en los puntos a trabajar, y en la técnica que implementaremos, por lo que a continuación hablaremos con el paciente y le contaremos cómo llevaremos a cabo el procedimiento. En esta instancia lo más importante es explicarle bien paso a paso cómo lo llevaremos a cabo, y si presenta algún impedimento para hacerlo, como por ejemplo, que tenga fobia a las agujas, allí veremos de implementar otra técnica.

Una vez que avancemos en este punto es esencial explicarle que bajo ninguna circunstancia debe suspender el tratamiento médico tradicional, ya sean estudios, consultas médicas o tratamiento con medicamentos. Cada paciente debe entender y comprender que las técnicas de la medicina china son complemento de la medicina tradicional.

Muchos terapeutas les hacen firmar un consentimiento a los pacientes con algunas de las pautas que se llevarán a cabo en las sesiones, explicando el procedimiento y dejando aclarado este ítem de la importancia de mantener el tratamiento. Esto no es obligatorio, pero si quieren pueden tenerlo como opción para que el paciente de su consentimiento.

Una vez que hemos identificado todo lo que vamos a hacer, será el momento de ponerlo en práctica. Siempre es importante asegurarse de contar con todos los elementos necesarios y que estén al alcance; por dicho motivo, se puede colocar una mesa adicional justo al lado de la camilla o silla donde estará el paciente.

De igual manera, les recomendamos que complementen esta técnica con música y aromas, ya que muchos de ellos ayudarán a la relajación. Lo importante es que el paciente se sienta cómodo, que el lugar tenga una buena luz, aromas agradables y música relajante.

Mecanismos de acción durante las sesiones de auriculoterapia

Lo primero que haremos será un recorrido visual por las dos orejas, observando si hay alguna lesión que no nos permita trabajar. Recuerden que si una de las orejas está lesionada se puede trabajar perfectamente en la otra.

Una vez que hicimos el recorrido visual, colocaremos alcohol al 70% en la superficie de la oreja con un algodón o gasa estéril para desinfectar la zona antes de empezar la colocación de los elementos.

A continuación tomaremos la oreja con el dedo pulgar y el índice, y marcaremos los puntos donde vamos a colocar los elementos. Esto será según la cartografía de la oreja y la ubicación de cada uno de los órganos o puntos para el estrés, por lo que todo esto va a depender de las necesidades del paciente.

Algunas veces vamos a poder identificar los puntos específicos de colocación, pero muchas otras no. En este último caso deberíamos definir cuál es el punto más sensible o reactivo de la reacción, y para eso, con el buscapuntos vamos a hacer presión en la zona que vamos a tratar y el paciente nos irá indicando cuál es el punto que le duele más. Allí aplicaremos la aguja, chincheta o semilla.

Luego de identificar los puntos de colocación, con una pinza tomaremos una a una las semillas y generamos presión en la zona de la oreja.

En caso de que se coloquen agujas, deberán abrirlas delante del paciente para mostrarles que están estériles y que no se han utilizado. Posteriormente se las tomará por la base con el dedo pulgar e índice, sin tocar la punta.

Una vez que tenemos la aguja en la mano la debemos aplicar en la zona exacta que hemos identificado, a 1 milímetro, que es la zona de la dermis.

A la aguja la vamos a colocar de diferentes maneras según qué parte de la oreja sea.

- Si la vamos a colocar en la región de la concha o del antitrago, debe hacerse de manera perpendicular.
- Por su lado, si la vamos a colocar en la región del hélix y antihélix, se deberán colocar a 45 grados.
- En cambio, si se tienen que situar en la región del lóbulo o de la región triangular, se colocará en forma más oblicua, aproximadamente a 15 grados. Esto es debido

a que las agujas no son rígidas, sino móviles, por lo que hay que tomar en cuenta esta indicación para que no se caigan.

Como las agujas se sacan a los pocos segundos o al minuto, si queremos aumentar la acción energética podríamos hacer un leve movimiento de rotación al momento de sacarlas. Finalmente, al retirarlas, las desecharemos.

En el caso de las chinchetas, también las retiramos del envase estéril con la pinza, las aplicaremos en el punto marcado, y las dejaremos unos días en la oreja.

Si trabajamos con bolitas o semillas, el procedimiento es el mismo. Retiramos el adhesivo con una pinza y comprimimos al colocarlas.

Una vez finalizada la técnica se le va a recordar al paciente cómo se continúa el tratamiento y cuándo deberá volver a la sesión para identificar si hubo mejoría en el mismo o en los síntomas que traía a la primera consulta.

Asimismo, es esencial que tenga en cuenta que la frecuencia de las sesiones va a depender de cómo se llevan a cabo las mismas y cómo responde a estos estímulos.

Terapia del microsangrado

¿Alguna vez escucharon hablar de esta? La terapia del microsangrado consiste en dejar salir unas pocas gotas de sangre al realizar la técnica de auriculoterapia. Si bien no se la utiliza en la actualidad, les comentamos este tema para que lo conozcan.

La técnica del microsangrado se utiliza cuando hay desequilibrios internos, y se asocia sobre todo al sistema locomotor. Asimismo, se emplea desde la antigüedad en China y todo Oriente, es una de nuestras mejores herramientas en clínica para resolver casos agudos y, sobre todo, en los casos más crónicos.

Según el Ling Shu, un antiguo texto médico chino cuya versión más temprana probablemente fue compilada en el siglo I a. C, decía que al sangrar se liberaban las enfermedades crónicas.

Pero... ¿por qué manifestaban esto? Según ellos, porque la sangre debe ser liberada para tratar las enfermedades crónicas, dado que, por el contrario, el “estancamiento” de la misma favorece a estas enfermedades. De allí la idea de punzar la oreja para eliminar una sola gota de sangre.

No obstante, en el libro se aclara que la idea no es realizar un corte en la oreja, sino solo un pinchazo. De esta manera, se liberaría la sangre y mejoraría la circulación para el tratamiento de estos síntomas crónicos.

Algunos de los beneficios que brinda esta técnica son:

- activar la sangre, favorecer que fluya el Chi, y que ninguna de las dos queden inmóviles, ya que esta sería la causa de la enfermedad
- drenar el calor y calmar el dolor desbloqueando a los meridianos principales y colaterales para dejar fluir la energía
- Eliminar toxinas por medio de los líquidos, evitando edemas y retención de los mismos
- Ayudar al tratamiento de esguinces e hinchazones
- Ayudar a tratar la depresión, los desórdenes mentales, el insomnio, entre otros

Podemos decir entonces que el microsangrado desbloquea los meridianos, regula la circulación de Chi y la sangre, y elimina el estancamiento.

Desde la perspectiva de la medicina china, la sangre tiene una relación directa con el Shen y el corazón, por lo que si se estanca la sangre, se estanca la emoción, y esto terminará estancando al Shen, que es el aspecto psicoemocional de la persona.

Tratamiento de diversos síntomas y enfermedades a través de la auriculoterapia

Vamos a empezar hablando sobre la obesidad y el sobrepeso, por lo que primeramente diremos que la obesidad es la llamada “epidemia del siglo XXI”, dado que trae muchas consecuencias en la salud.

La misma afecta a la salud cardiovascular, locomotora, respiratoria, circulatoria, y también genera estrés, malestar y dificultad en el sueño.

La auriculoterapia es de gran ayuda para lograr un descenso de peso. No obstante, tengan en cuenta que esta técnica por sí sola no va a solucionar el tema del sobrepeso y la obesidad, sino que siempre se debe complementar con una alimentación equilibrada a base de frutas, verduras, lácteos descremados, y grasas saludables.

Sumado a eso, la persona deberá acompañar la técnica con una actividad física que lo mantenga en equilibrio para disminuir la grasa y aumentar los músculos. Esta movilidad física permitirá la movilidad del Chi a lo largo del cuerpo y también mejorará la circulación de la sangre.

Asimismo, la obesidad o sobrepeso se relaciona mucho con el aspecto emocional, por lo que aquí no sólo trabajaremos en los puntos del metabolismo, sino también en los emocionales.

Muchas veces la acción del metabolismo suele tener que ver con factores emocionales y esos kilos que vamos subiendo son los que llamamos kilos emocionales. Por dicho motivo, cuando estamos estresados o ansiosos solemos comer en exceso o elegir aquellos alimentos más altos en azúcares o aumentar las cantidades para compensar con la comida nuestra depresión o angustia.

Los puntos a trabajar desde el área emocional son:

- el Shenmen, del que ya hemos estado hablando y que lo ubicamos en la fosa triangular
- el Ganyang, o punto del hígado, que lo ubicamos en el hélix y que regula la ansiedad y el hambre
- y el punto omega 1, que es el punto del placer cuando tenemos alimentos en la boca

Ahora bien. Para favorecer los procesos digestivos, estimulamos tres órganos importantes: el estómago, el bazo y el intestino grueso.

Según la medicina china, cuando el estómago levanta mucho calor, aumentan las ganas de comer. Sin embargo, este calor proviene desde el hígado. ¿Por qué decimos esto? Porque cuando el hígado se estanca por emociones, se genera más calor en él, y ese calor pasa al estómago. De allí la importancia del punto Ganyang que nombramos, que está asociado directamente al hígado.

El bazo, por su lado, si está bajo de energía, se produce la acumulación del tejido adiposo, y para la movilización de dicho tejido se trabaja con el punto San Jiao.

¿Qué función tiene el San Jiao? En la medicina tradicional china, la alquimia del fuego es muy importante, y el San Jiao era el encargado de equilibrar el fuego y el agua. Es decir, que nuestra salud y longevidad dependía de que nuestra cantidad de agua fuera la adecuada para que el fuego no la evaporara en exceso y así mantener mejor nuestra esencia.

El Shao Yang de la mano, o meridiano del San Jiao, tiene 23 puntos energéticos. Empieza en la uña del dedo anular, recorre el dorso de la mano y la parte posterior y central del brazo hasta llegar al hombro, sube por el cuello, recorre el pabellón de la oreja, y termina

en la cola de la ceja. Así activamos la movilización de grasas y también de líquidos que estén acumulados.

Respecto al intestino grueso, que es la última parte del punto digestivo, diremos que tiene una relación con la evacuación y eliminación de la materia fecal, y se estimula para ayudar a liberar todos los aspectos emocionales que muchas veces no podemos eliminar. Además, también vamos a focalizarnos en este punto si el paciente tiene estreñimiento.

De igual manera, la auriculoterapia ha demostrado ser altamente efectiva para tratar la ciática, que es una dolencia caracterizada por una presión sobre el nervio ciático que provoca un enorme dolor desde la parte trasera de la pierna hasta la cintura.

Este nervio es el más largo de nuestro cuerpo, dado que se inicia en la región baja de la espalda, se extiende por la región posterior del muslo y la pierna, hasta llegar a los dedos de los pies.

En su recorrido pasa por muchos músculos que a veces se inflaman, generando presión sobre este nervio y causando dolor, debilidad, y hormigueo en las piernas.

Además, como la ciática se produce por la compresión del nervio, hay que determinar la causa que está generando esa compresión. Algunas de ellas pueden ser hernias, estrés, falta de movilización, inflamación de los músculos o lesiones en la pelvis.

Para solucionar este dolor, generalmente se trabaja con kinesiología y medicación para su tratamiento, sumado a que podemos complementar con la técnica de auriculoterapia. Al llevar a cabo la misma, se buscarán puntos de referencia en la oreja; en este caso, en la fosa triangular, donde encontraremos al nervio ciático, ya que esta será la zona refleja. No obstante, se proyecta también en la rama superior del antihélix hasta la rama inferior del antihélix, donde encontramos al nervio simpático.

Ahora vamos a preguntarnos... ¿qué ocurre con el sistema endocrino? La mayor cantidad de consultas que surgen en relación a las funciones de nuestro sistema endocrino se relaciona con la glándula tiroides, que está ubicada en la región anterior de la laringe en la región medio-inferior del cuello.

Esta glándula tiene como función liberar al torrente sanguíneo tres hormonas, la triyodotironina o T3, la tetrayodotironina o T4, y la calcitonina. Las dos primeras se asocian a la regulación del metabolismo, mientras que la última tiene relación directa con el metabolismo de dos minerales: calcio y fósforo.

Asimismo, esta glándula está directamente asociada a los sentimientos, a las emocionales y al bienestar. Es por ello que cuando disminuye la función, es decir, cuando

nos encontramos con un caso de hipotiroidismo, disminuye el metabolismo y la producción de T3 y T4. Además, la persona sufre estados anímicos de cansancio, falta de ánimo, de motivación, y depresión. En cambio, cuando aumenta su función, o sea, que nos encontramos con un caso de hipertiroidismo, hay un excesivo nivel de T3 y T4 y se producen situaciones anímicas asociadas a la agitación mental e insomnio.

Por su parte, la calcitonina ayuda a mantener una concentración saludable de calcio en la sangre, y facilita el aumento de dicho mineral en el hueso.

Por todo lo dicho, el buen funcionamiento de esta glándula y de las hormonas no solo se relaciona con lo físico, sino también con lo emocional, y su buen nivel es esencial para que el organismo funcione adecuadamente.

Pero... ¿cómo trabajamos desde la auriculoterapia? Lo primero que debemos hacer es armonizar para lograr un equilibrio en el funcionamiento de la glándula.

Los puntos a tener en cuenta son: los asociados a la glándula en sí, al hipotálamo y la hipófisis, al cerebro, y también al punto cero para mantener la homeostasis y el metabolismo energético.

La región de la tiroides está ubicada en la región del antihélix, justo a la altura de la cervical 1. Este punto sirve para trabajar el hipotiroidismo, el hipertiroidismo, la tiroides, el bocio y el dolor de garganta por su asociación a la laringe.

Sobre el punto cero podemos decir que está situado en una hendidura definida, donde la línea horizontal de la concha confluye con la raíz vertical ascendente del hélix. Este punto fue considerado por el doctor Nogier como el centro geométrico de la oreja, exactamente en el ombligo del feto invertido, según él.

Ahora bien. ¿La auriculoterapia ayuda a fortalecer y potenciar el sistema de defensas? La respuesta es sí. Como en el resto de sistemas del cuerpo, la auriculoterapia trabaja de manera automática defendiéndonos de microorganismos a los que estamos expuestos todos los días gracias a la presencia de muchas células que actúan en él.

Para el tratamiento, además del trabajo en activación de las células, también es importante mantener una adecuada nutrición de calidad, controlar el metabolismo, tener un buen descanso y reducir el estrés.

Científicamente se sabe que si no descansamos adecuadamente, no nos alimentamos con nutrientes correctos para nuestro cuerpo o ingerimos excesos de grasas y azúcares, y estamos bajo situaciones de estrés, el sistema de defensas cae y nos enfermamos. De aquí nace la importancia de la relación físico-emocional.

En estos casos generalmente se trabaja en los siguientes puntos: el del bazo, porque es el órgano principal que almacena las células del sistema de defensa y sangre; el del corazón, porque facilita el descanso y regula las emociones, que en excesos lo afectan, y el del riñón.

Los riñones son muy importantes, y están ubicados en la región de la concha, en el vértice de la zona de la región del antihélix. Este órgano alberga la energía vital del Ying y el sistema de defensas depende siempre de esa energía. Por ello, el riñón se asocia directamente con el bazo, brindándole la energía del Chi para activar el mecanismo de defensa. Sin la energía del riñón, sería muy difícil que funcione el bazo.

Asimismo, el riñón se asocia al corazón, en el llamado eje corazón-riñón, ya que el corazón es fuego y es el máximo Yang, y el riñón es el máximo Yin. De ahí la búsqueda del equilibrio entre ambos.

Al punto cero o maestro también lo vamos a trabajar en este caso, ya que potencia la relación del conjunto de estos tres órganos citados y además se lo debe tener en equilibrio para que el sistema inmune aumente su función.

Otros puntos a trabajar podrían ser el tálamo, el sistema simpático, el sistema endocrino, el Shenmen y el occipucio, dado que el sistema inmune no funciona solo, sino que está directamente relacionado con los demás sistemas, sobre todo el sistema nervioso y el endocrino. De allí la importancia de coordinar y equilibrar estos tres sistemas: nervioso-endocrino - inmune. Estos tres sistemas se regulan y controlan sus funciones orgánicas, y podemos encontrar puntos de conexión entre estos tres.

Al tálamo lo ubicamos en la región anterior del antihélix; a veces podrán encontrarlo también con el nombre de punto maestro debido a su importancia. Al occipucio lo ubicamos en la región del antitrigo, al punto endocrino en el surco intertrágico, en la región más inferior. Por su parte, al punto del sistema simpático lo ubicamos en la región terminal de la rama inferior del antihélix.

Además, un buen complemento para activar las funciones del sistema inmune es la realización de masajes, que se van a efectivizar en la región superior del lóbulo de la oreja en dirección siempre hacia atrás, es decir, de anterior a posterior.

La auriculoterapia también es útil en el proceso de la menopausia y síntomas como el insomnio, sofocaciones, irritabilidad y a veces depresión.

Los sofocos y la sudoración generalmente se manifiestan por la tarde y noche, ya que hay una reducción del Yin del riñón, por lo que dichos síntomas aumentan en ese momento del día.

Algunos de los puntos a trabajar son: la glándula adrenal, el maestro simpático y el hipotálamo, dado que estos tres controlan la función del sistema nervioso simpático, ya que este activa la sudoración.

Los puntos maestro simpático e hipotálamo son parte de un grupo útil para tratar las alteraciones que provocan la menopausia. Por su parte, la glándula adrenal es la encargada de producir y secretar catecolaminas, entre ellas la adrenalina y noradrenalina, que también activan el sistema simpático. De ahí la importancia del trabajo en la activación de dicho sistema.

La glándula adrenal está en la prominencia inferior del trago; el punto simpático al final de la raíz inferior de la antihélix o proyección de la cara interior del hélix; y el punto hipotálamo está en cara anterior del antitrago, que también regula al sistema nervioso simpático.

De igual manera, el corazón y el pulmón también se trabajan en este tratamiento. El corazón porque se asocia con el sudor, y el pulmón porque la piel forma parte de la eliminación de sustancias, es decir, que se asocia a un órgano secretor, en este caso, de dióxido de carbono.

Estos son los dos órganos implicados en la sudoración, por lo que no solo lo trabajamos en casos de menopausia, sino también en situaciones en las que, por ejemplo, el paciente nos cuente que posee sudoración excesiva.

Al corazón lo ubicamos en la región de la concha, justo en el centro, y los pulmones son dos puntos que se ubican justo encima y debajo del punto corazón, por lo que podríamos decir que los puntos que trabajamos en los casos de los sofocos y sudoraciones característicos de la menopausia serían corazón, pulmones, hipotálamo, sistema simpático y glándula adrenal. No hace falta trabajar los dos puntos del pulmón, con uno es suficiente.

Para el tratamiento del insomnio no solo en la fase menopáusica, sino también en otras situaciones podríamos nombrar seis puntos de utilidad y cuatro puntos de refuerzo.

Los seis puntos de utilidad para el tratamiento del insomnio son:

- el maestro endocrino, ubicado justo al pie del borde de la cisura intertrágica
- el occipucio, que como ya dijimos, está en la región posterior del antitrago y es una región que se palpa
- El maestro simpático

- El Shenmen, ya que se relaciona con las situaciones de estrés y ansiedad y por este motivo es uno de los puntos importantes a trabajar cuando hay situaciones de insomnio. Recuerden que lo ubicamos en la región de la fosa triangular en la mitad que mira hacia la rama superior del antihélix
- Y los otros dos puntos son corazón y riñón

Ahora veamos los cuatro puntos de refuerzo:

- el punto maestro cerebral es muy importante para complementar los seis anteriores, y está ubicado en el lóbulo en el borde por debajo de la cisura
- Por detrás de este punto encontramos el sueño profundo, que generalmente se los trata con semillas o bolitas a la par, es decir, por delante y por detrás, para potenciar su efecto.
- Los otros dos puntos restantes son insomnio 1 e insomnio 2. El primero se ubica a la altura del hélix, y el segundo justo por detrás, y al igual que los dos anteriores, se recomienda que trabajen juntos.

Estos dos puntos son idénticos en las funciones pero con algunas diferencias: el insomnio 1 es fundamental cuando hay nerviosismo, estrés o depresión, y se utiliza cuando no se puede conciliar el sueño. Por su lado, el punto insomnio 2 se usa cuando el sueño no es profundo, es decir, que nos despertamos muchas veces a la noche o que dormimos sin despertarnos muchas horas pero nos levantamos cansados, es decir, que no tuvimos un sueño reparador.

Ahora bien. Si necesitamos focalizarnos en el trabajo frente a un paciente con depresión e irritabilidad, existen varios puntos interesantes para desarrollar: el punto cerebral, el Shenmen, occipucio, maestro endocrino, corazón y riñón.

Además se le suma el hígado, manifestado por la ira, y otros tres más que complementan la acción de los puntos anteriores, tales como el pulmón, el maestro cerebral y punto cero. Si bien ya conocemos la localización de los mismos, recuerden que no es necesario trabajar con todos los puntos nombrados. No olviden lo que estudiamos anteriormente respecto a la cantidad de puntos a usar. Pueden, por ejemplo, utilizar la mayor cantidad posible para obtener el efecto por mayor tiempo, y complementarlos con los 3 adicionales.

En este caso particular, son varios puntos los que recomendamos tratar, pero podemos trabajarlos con diferentes técnicas y complementándolos a fin de tratar de no sobrepasar la cantidad de puntos recomendados en cada uno de ellos.

Siempre que trabajamos los aspectos emocionales es importante que podamos ver respuestas también a corto plazo, ya que muchas veces estas situaciones incomodan mucho a los pacientes y desean ver resultados rápidos.

Otro de los usos muy extendidos de esta técnica de la medicina tradicional china es su aplicación para dejar de fumar, dado que el tabaquismo es otro gran problema que puede derivar en diversas enfermedades respiratorias, como bronquitis crónica, enfisema pulmonar y cáncer de pulmón; también enfermedades arteriales o del corazón, como hipertensión arterial y enfermedad coronaria; y enfermedades cerebro vasculares y gastrointestinales.

Para este tratamiento se trabaja sobre todo en uno de los puntos que ya hemos nombrado, el Shenmen, que es el punto del estrés y de la ansiedad, cuestiones que están asociadas directamente al tabaquismo.

Asimismo podemos decir que hay dos puntos para el pulmón, uno por cada uno, y están situados en la región inferior de la concha, por encima y por debajo del punto donde estaría ubicado el corazón. El punto superior corresponde al pulmón del lado opuesto del cuerpo, y el punto inferior corresponde al pulmón del mismo lado.

Por su lado, a la región de los bronquios también la ubicamos en la región inferior de la concha, internamente al punto superior del pulmón y justo debajo del punto del esófago. Este se utiliza para trabajar bronquitis, asma, tos, neumonía y mucosidad.

Además, para dejar de fumar existe un punto muy conocido, llamado el punto nicotina, que lo encontramos dentro de los protocolos usados para dejar de fumar. Este punto está ubicado en la región del trago, concretamente por debajo de las glándulas suprarrenales. No obstante, en diversa bibliografía podrían encontrar este punto nicotínico en otro sitio, ya que en el trago hay dos prominencias, una superior y una inferior, pero muchas veces podemos encontrar con alguna oreja en la que no observamos estas dos prominencias, sino solo el ápice del trago, que es la parte más externa. Por eso, en caso

de que el trago tenga esta forma, el punto nicotínico será el ápice del trago y su región inferior también, ya que, asimismo, el ápice suele tener otras funciones también.

Es muy importante que tengan esto en cuenta, ya que muchas veces les puede pasar que el mapa que han estudiado sea diferente a las orejas y al momento de la colocación de agujas o semillas se encuentren con una oreja muy diferente al mapa estudiado.

El punto nicotina se indica principalmente para reducir los efectos de la abstinencia a la nicotina, ayudando al proceso de dejar de fumar. Además es útil para tratar otras adicciones y tiene una particularidad: es sinérgico con el punto de hambre para reducir el apetito, ya que muchas veces, cuando los pacientes dejan de fumar, aumentan el consumo de alimentos en situaciones de ansiedad o nerviosismo.

Ahora nos preguntamos... ¿qué ocurre con el estrés, la ansiedad y la depresión? Para su tratamiento y reducción podemos tocar algunos de los puntos que veremos a continuación:

- En primer lugar, el punto Shenmen, también llamado puerta del cielo. A este se lo utiliza muchísimo en ansiedad, es balsámico y ayuda a reducir el estrés y las situaciones emocionales que nos generan más nerviosismo
- El segundo punto es el nervio simpático, que favorece la tranquilidad. Está ubicado en la región del hélix
- El punto cero es el que realiza un balance de la energía, permite equilibrar el cuerpo y fortalecer la acción de los puntos anteriores. Está ubicado en el centro de la oreja por encima de la región de la concha
- Otro punto a trabajar es el llamado punto córtex prefrontal, que está ubicado en la región superior y anterior del lóbulo, la zona más cerca de la cara, que regula la respuesta social y puede actuar como ansiolítico y relajante. Aquí se recomienda palpar adecuadamente para ubicar el centro las actividades.
- Por último vamos a trabajar con el punto maestro cerebral, que se utiliza para el estrés, la ansiedad, la depresión, el insomnio y el cansancio mental. Se ubica en la zona más externa del antitrigo

Con estos 5 puntos ya estamos en condiciones de colocar las semillas en cada uno para tratar el estrés, la ansiedad y la depresión.

Al llevar a cabo la técnica primero debemos limpiar las orejas con alcohol al 70%; luego vamos a despegar las semillas utilizando la pinza sin que se rompan y las colocaremos a cada una de ellas con el dedo índice y pulgar hasta que queden bien pegadas.

Recuerden que el paciente debe hacer una presión para evitar que se despeguen las semillas y sus parches, y luego el terapeuta las retirará aproximadamente al día 6 si es que antes no tuvo ninguna reacción específica de dolor, molestia o irritación en la zona.

Ahora vamos a preguntarnos... ¿qué es el miedo? Y diremos que es una de las más complejas de las emociones, ya que muchas veces el miedo paraliza a la acción.

Asimismo, esta es una emoción vital de supervivencia, dado que aleja a las personas de los peligros, pero a su vez es fuente de desequilibrios y desórdenes de la salud, sobre todo cuando el mismo se prolonga, o es súbito y repentino y de alta densidad.

Si bien no se aconseja anularlo, se lo debe controlar para que no provoque alteración en la salud.

¿Cómo se trata el exceso del miedo con auriculoterapia? En este caso, los órganos asociados al miedo son el riñón y el corazón. El corazón es el órgano del fuego pero que se relaciona con todas las emociones, y se encarga de reconocer y evaluar a todas ellas. En el caso del riñón, sabemos que forma parte de la fase agua y está asociado con el Yin, que está en apogeo, y como el Yin tiene carácter frío, el miedo puede llegar a congelarnos, es decir, a paralizarnos y no dejarnos actuar.

Un exceso de cualquier emoción puede llevar a desequilibrar estos sistemas; por eso, si bien el miedo es vital, se debe controlar, ya que puede ser un factor patógeno cuando se presenta de forma prolongada en el tiempo o súbita pero de mucha intensidad.

Por ejemplo, cuando sufrimos de miedo durante mucho tiempo, se puede desgastar el Yin, que es el gran tesoro que acumula el riñón, y de esta manera se acaba esta energía, caracterizada por síntomas como el mareo. Luego se puede generar un bloqueo que haga que el Chi no pueda circular, y allí empezamos a enfermarnos; y si continúa su avance, se puede empezar a manifestar a nivel específico del órgano, como por ejemplo, en enuresis, infecciones urinarias, incontinencia urinaria diurna y en algunos casos, su asociación en el intestino grueso en la incontinencia de heces.

Si el miedo se cronifica, se generará agotamiento del Yin de riñón, es decir, una insuficiencia de energía total de dicho órgano, y allí se afectará también al corazón, dado

que aumentará el Yang del corazón, que es el fuego, generando insomnio, nerviosismo, palpitaciones, sudoración nocturna y aumento de calor en todo el cuerpo.

Otro síntoma que se generará será la sequedad de la boca. A muchos de ustedes les debe haber pasado que cuando se ponen nerviosos se les seca la boca; esto es porque está afectado el riñón, que es el elemento agua; por lo tanto, aumenta el miedo, disminuye en Yin, y se genera la sensación de boca seca.

El tratamiento del miedo con la auriculoterapia consiste en trabajar los siguientes puntos anatómicos: corazón, hígado, pulmones y riñón. De estos cuatro órganos, dijimos que los más importantes a tratar son el corazón y el riñón.

También se trabajará en puntos maestros como el Shenmen, el maestro cerebral, el tálamo, el punto cero, y el simpático. Asimismo se trabajará en dos puntos funcionales: el punto medio y el punto plexo cardiaco, que son muy intensos para tratar síntomas psicológicos.

Por su puesto que de todos lo que hemos nombrado, el más importante es el punto medio, que está ubicado en el lóbulo, justo en la región de la unión de este mismo con la cara en la cisura intertragica, y más que un punto es un área que va a estar más sensible cuanto mayor sea el miedo.

Hemos visto muchos de los síntomas o signos que podemos trabajar dentro de la medicina tradicional china y específicamente con la auriculoterapia. Complementando estas técnicas ayudarán en el tratamiento y se podrá observar los beneficios que tiene en el organismo.

Tengan en cuenta que ninguna de estas genera dependencia ni ningún tipo de complicación en el cuerpo. De allí que es tan útil y que muchos pacientes tienden a consultar estas técnicas, ya que no solamente no son invasivas, sino que no generan ningún tipo de malestar.

Siendo la oreja este microsistema donde encontramos los puntos de cada uno de los órganos y sistemas del cuerpo, como así también de las emociones, en la medicina tradicional china también se trabaja en otras partes del cuerpo, como por ejemplo en los pies, mediante la reflexología.

Si bien la técnica de auriculoterapia se realiza en las orejas a través de la colocación de agujas, estas también se pueden aplicar en diferentes partes del cuerpo. Dicha técnica se llama acupuntura.

Todas estas técnicas y su utilización fueron muy estudiadas hace miles y millones de años, y en la actualidad aún se siguen llevando a cabo, ya que se sabe de sus beneficios.