



UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

Efectividad Del Tratamiento De La Depresión Con Acupuntura

**MARÍA JOSÉ FERNÁNDEZ PIEDRAHITA
CÓDIGO: 598662**

UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

FACULTAD DE MEDICINA

MEDICINA ALTERNATIVA

Bogotá, 2011

Efectividad Del Tratamiento De La Depresión Con Acupuntura

MARÍA JOSÉ FERNÁNDEZ PIEDRAHITA

Trabajo de grado para optar por el título de Maestra en Medicina Alternativa Medicina
Tradicional China y Acupuntura

Director (a):
Doctor, SANTIAGO AVILÉS LEE

UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA
FACULTAD DE MEDICINA
Bogotá, Colombia
2011

Agradecimientos

A mi tutor el Dr. Santiago Avilés Lee por la dedicación y esfuerzo durante mi pasantía a quien le debo este logro y por su consejo y acompañamiento en este año y medio de proceso.

A mi familia, mi mamá y mi tía, por su paciencia y tolerancia durante este tiempo de la maestría, su apoyo incondicional y su disposición a darme siempre ánimo para seguir adelante. Mi más profundo amor para ustedes.

A mis amigas y compañeras de maestría, Gloria Latorre, Estela Hernández, Martha Rincón y Claudia Robayo, grandes personas con las cuales no sólo compartimos trabajos o actividades académicas, sino momentos de alegría, tristeza y angustia, que espero seguir haciendo.

A Julián Valenzuela Piñeros, estos últimos meses conté con toda tu colaboración y cariño, siempre eres tú.

A mis amigos..... Gracias

Resumen

La Depresión, siendo la segunda enfermedad de prevalencia en el mundo, es una de las patologías que se debe tomar en cuenta para el tratamiento en la práctica médica. Dentro de la Medicina Tradicional China ésta patología no se considera como en medicina occidental, un simple trastorno orgánico de disminución de neurotransmisores, sino es causada por alteración de diferentes órganos, en especial, tres órganos yin: el corazón el riñón y el bazo. No sólo depende de la alteración de estos órganos sino también se involucran factores emocionales que manejan e influyen a éstos, así como factores alimenticios, estrés y exceso de trabajo entre otros. A través de la Acupuntura, una de las ramas de la Medicina Tradicional China, se ha demostrado en los últimos años, la efectividad de este tratamiento en la depresión, con una mejoría más rápida, con menos efectos secundarios y una mejor adhesión al tratamiento por parte de los pacientes, con un manejo integral a nivel de las tres esferas, mental, emocional y física. En esta monografía se realizó una revisión de la literatura y los artículos que se han escrito sobre este tópico y se encontró que si hay efectividad en el tratamiento de la depresión con acupuntura en algunos casos más efectiva que la alopática y en otros por igual, pero se debe seguir investigando y realizando estudios que lo confirmen aún más.

Palabras clave: Depresión, tratamiento, efectividad y acupuntura.

Abstract

Depression, is considered the second prevalent disease in the world. Is one of the pathologies that should be taken into account for the treatment in medical practice. In traditional Chinese medicine this pathology is not considered as in Western medicine, a simple organic disorder of decreased neurotransmitter, but is caused by alteration of different organs, in particular, three yin organs: the Heart, Kidney and Spleen. It depends not only on the alteration of these organs but it also involve emotional factors which manage and influence, as well as food factors, stress and workload among others.

Acupuncture, one of the branches of traditional Chinese medicine, has shown its effectiveness to treat depression, with a more rapid improvement, fewer side effects and better adherence to treatment by patients with comprehensive management at the level of the three areas, mental, emotional and physical. In this paper, we conducted a review of literature and articles written on this topic that showed that acupuncture is effective in the treatment of depression and in some cases even more effective than the allopathy and others. More studies and research must be conducted to further confirm the efficacy of acupuncture as treatment for depression.

Keywords: Depression, treatment, effectiveness, acupuncture.

Contenido

Contenido	
Agradecimientos	V
Efectividad del Tratamiento de la Depresión con Acupuntura.....	¡Error! Marcador no definido.
TABLA DE ANEXOS	¡Error! Marcador no definido.
1. Concepto de Alma y Funciones Intelectuales en Medicina Tradicional China, su Relación con cada Elemento.	3
1.1 Hígado	6
1.2 Bazo.....	7
1.3 Pulmón	7
1.4 Riñón	8
1.5 Corazón.....	9
2. Concepto de Emoción en Medicina Tradicional China y su Relación con cada Elemento.....	10
3. Etimología de los Problemas Mentales y Emocionales.....	11
3.1 Constitución.....	1211
3.2 Dieta.....	13
3.3 Exceso de Trabajo.....	15
3.4 Actividad Sexual Excesiva	16
3.5 Drogas.....	16
4. Concepto de Depresión en Medicina Tradicional China.....	17
5. Diferentes Tipos de Depresión en Medicina Occidental Explicados Bajo la Perspectiva de la Medicina Tradicional China.....	20
5.1 Depresión Endógena.....	21
5.2 Depresión Anaclítica y Ciclotímica.....	21

5.3 Depresión Agitada	22
5.4 Depresión Histérica y Reactiva.....	22
5.5 Depresión Disfórica.....	23
5.6 Trastorno Bipolar.....	23
5.7 Depresión Narcisista.	24
5.8 Depresión Anaclítica Secundaria.	24
5.9 Depresión Involutiva.....	25
5.10 Depresión Anímica.....	25
6. Etimología de la Depresion en Medicina Tradicional China	26
6.1 Estrés Emocional.....	25
6.2 Rasgos Constitucionales.	25
6.3 Dieta Irregular.....	25
6.4 Exceso de Trabajo.	25
7. Diagnosticos	28
8. Patrones de Disarmonia de la Depresion en Medicina Tradicional China	30
8.1 Patrones de Plenitud.	25
8.2 Patrones de Deficiencia.....	25
9. Tratamientos de la Depresion en Medicina Tradicional China Segunn los Patrones Descritos	33
9.1 Funciones de los Puntos.....	37
9.1 Revision Bibliográfica	370
9.1 Tabla de Anexos	370
Conclusiones.	41
Bibliografia.....	413

Introducción

La depresión es la segunda enfermedad de prevalencia en el mundo, de esta se derivan muchos síntomas psicósomáticos que pueden generar diagnósticos erróneos y tiempo después se logra llegar a este diagnóstico, haciendo más difícil su tratamiento y más largo en tiempo de duración. Se conoce que la proporción de depresión es de 2:1 en mujeres que en hombres y es más frecuente durante la edad media, el síntoma principal es humor deprimido, pérdida de interés o motivación, disminución de la autoestima, fatiga, ansiedad., insomnio y pérdida del apetito.

Es una patología que afecta los niveles mental, afectivo y físico de la persona y genera discapacidad en la vida cotidiana del que la padece. Es un estado que incapacita a la persona en su vida familiar, laboral y no solo al paciente sino en su entorno social afecta a las personas que la rodean.

En la Medicina alopática aparte de la terapia con psicología o con psiquiatría, se formulan medicamentos para el tratamiento de esta patología, muchos de estos tratamientos son abandonados bien sea por que son largos y la persona no ve un efecto inmediato, por que se cree que generan dependencia o por los efectos secundarios de el tipo de medicamentos utilizados en la terapia.

La Medicina Tradicional China (en adelante MTC) maneja esta patología desde un concepto integral, sin generar efectos secundarios y con mejoría en un menor tiempo. Desde su perspectiva la depresión tiene diferentes factores que predisponen a la persona a padecer la enfermedad y no existe una sola causa sino varios síndromes que la generan.

Se pretende explicar a la depresión desde el punto de vista de la Medicina Tradicional China, sus diferentes causas y sus tratamientos pertinentes y se expondrán evidencia en las cuales se ha utilizado la acupuntura como tratamiento único o coadyuvante en esta patología con resultados excelentes.

1. Capítulo 1

CONCEPTO DE ALMA Y FUNCIONES INTELECTUALES EN MTC:

SU RELACIÓN CON CADA ELEMENTO

Antes de presentar a los órganos concebidos bajo la Medicina Tradicional China es importante saber que es el *Yin* y el *Yang*. En el contexto universal todo fenómeno, estación, el ser humano, el entorno se clasifica de naturaleza *Yin* o *Yang* y son estados que no son estáticos sino por el contrario dinámicos tratándose de equilibrar. El *Yang* siempre va a estar inmerso en el *Yin* y viceversa. Marca la dualidad de todo lo que nos rodea, cosas, personas, medio ambiente y salud.

El *Yin* se define como la oscuridad, lo denso, lo material, lo sólido y lo tosco; y el *Yang* se considera el cielo, la luz, un estado etéreo, inmaterial, gaseoso, un estado de la energía.

En Medicina Tradicional China los órganos se dividen en dos grandes grupos, los órganos *Zang* y los órganos *Fu*; los órganos *Zang* se describen de naturaleza *Yin*, son sólidos y sus funciones son de almacenamiento, producción, abastecimiento, transformación y movimiento de las sustancias vitales (Sangre – *Xue*, *Qi*, Esencia - *Jing* y Líquidos orgánicos. Los órganos *Fu* son de naturaleza *Yang*, son huecos y sus funciones son recibir y digerir, transmitir y excretar.

Las sustancias vitales son:

Qi

El *Qi* es un concepto que ha sido difícil de definir ya que es material e inmaterial a la vez por lo tanto es más fácil describirlo por sus diferentes funciones en el cuerpo

humano ya que es el fundamento de cualquier fenómeno. Se ha considerado como energía manifiesta en el aspecto espiritual y físico y maneja el flujo constante condensando, produciendo transformando y acumulando. Se considera la esencia pura producida por un órgano e indica también la actividad funcional de cada órgano. Sus funciones en general son de transformación, transporte, contención, ascenso, protección y calentamiento.

Así mismo, existen diferentes tipos de *Qi* y cada uno es responsable de diferentes funciones:

Qi Original: es fuerza dinámica, es la base la actividad del riñón, facilita la transformación del *Qi* de reunión hacia el *Qi* verdadero, facilita la transformación de *Xue* desde el *Qi* de los alimentos.

Qi de los alimentos: Transformado en el bazo ascendido al pulmón para combinarse con el **Qi del Aire** generado por el pulmón, para formar el **Qi de reunión**; este último alimenta el corazón el pulmón, la voz y el habla, facilita circulación de *Xue* y ayuda al pulmón para el control del *Qi* y la respiración.

Qi Verdadero: Procede del *Qi* de reunión proceso en el cual el *Qi* original interviene para su generación; este a su vez produce el **Qi nutritivo**, que es de naturaleza *Yin* alimenta órganos internos e interviene en el flujo de vasos sanguíneos y canales, y el **Qi Defensivo** que es de naturaleza *Yang* se encuentra externo circula bajo la piel y músculos calentando y humidificando, protege de factores patógenos exógenos regula temperatura y sudoración.

Sangre o Xue

Es una forma de *Qi* y es interdependiente con el ya que este la crea, la mueve, la contiene y a su vez *Xue* nutre órganos que producen y regulan el *Qi*. Se origina a partir del *Qi* de los alimentos en donde el bazo y el estómago son la fuente principal, asciende al pulmón, este lo empuja al corazón y con ayuda de la esencia - *Jing* del riñón y el *Qi* original es transformado en sangre.

Su función es nutrir al cuerpo, humedecer a los tejidos del cuerpo y es la base de la mente. Circula por vasos y meridianos, es dominado por tres órganos el hígado que la almacena, humedece los tendones y los ojos y da flexibilidad articular; el corazón que la gobierna y el bazo que es una de sus fuentes y asegura que no se extravase. En el hígado también cumple una función con la fisiopatología de la menstruación. Aunque la sangre es dominada por estos tres órganos también tiene relación estrecha con el pulmón ya que este ayuda al bazo a empujar el Qi de los alimentos al corazón y este órgano controla los canales y vasos sanguíneos y con el riñón ayuda en la producción ya que el Qi original ayuda en transformar el Qi de los alimentos en sangre y la esencia puede transformarse en sangre y a su vez la sangre alimenta la esencia.

Líquidos Corporales - JIN y YE

Existen dos tipos de líquidos denominados fluidos JIN y líquidos YE; los JIN se caracterizan por ser claros, circulan con el Qi defensivo por lo tanto dependen del pulmón y su función es humedecer la piel y músculos y hacen que la sangre sea fluida; los líquidos YE son turbios y van con el Qi defensivo y se controlan por el bazo y el riñón, humedecen articulaciones medula ósea, cerebro y espina dorsal

El Qi transforma y transporta los líquidos, mantiene los líquidos adentro; los líquidos orgánicos forman el sudor que se encuentra entre la piel y los músculos y se mezclan con el Qi defensivo. Si hay pérdida excesiva de sudor hay deficiencia del Qi defensivo y si el Qi es insuficiente puede causar excesivo sudor ya que no lo contiene.

En relación con la sangre los líquidos hacen que la sangre no se coagule y sea más fluida y a su vez la sangre nutra los líquidos, y como son de naturaleza yin ambos si hay pérdida de líquidos crónica lleva a una insuficiencia de sangre y vice versa.

Esencia - Jing

La esencia está conformada por el Qi pre celestial y el Qi pos celestial y ambos son almacenados en riñón; el Qi pos celestial es adquirido a través de los alimentos y el

aire y el Qi pre celestial es heredado de los padres en el momento de la concepción. Es a su vez Qi pos celestial, es fuente de Yin y Yang de todos los órganos, tiene a su cargo las funciones de crecimiento desarrollo y reproducción que son dadas por la parte yin y la fuerza dinámica de todos los órganos dada por la parte Yang. El Yin de riñón básicamente genera la materia y el Yang calienta y las dos funciones son interdependientes

Cada órgano Zang se asocia con un tipo de alma o función en el área intelectual.

1.1 Hígado

El Hígado alberga el Alma Etérea, denominada Hun, este es el aspecto mental y espiritual del hígado, es de naturaleza Yang y se hace alusión a un espíritu etéreo, e inofensivo.

Este tipo de alma influye en la capacidad de proyectarse en la vida, de tener un norte y un sentido, con una planeación adecuada de los proyectos. El Hun da la capacidad al Shen (ver pág. 9) de tener ideas y proyectos, le da movimiento, exteriorización y habilidad de relacionarse con las otras personas. A su vez el Shen guía al Hun y lo controla, integrando su función con los demás aspectos psicológicos de la vida de la persona.

Se asocia también con la determinación y se puede manifestar en las noches ya que al no estar arraigada, ya sea por una deficiencia de sangre o de Yin en el hígado, la

persona puede sentir la sensación de volar o de desprendimiento del alma y el cuerpo antes de quedarse dormido. Se asocia también con la calidad de sueño.

Provee al Shen de imágenes e ideas que nutren la intuición y la imaginación; regula y armoniza las emociones evitando que los excesos produzcan enfermedad.

Se considera al hígado como un órgano resolutivo, da la capacidad de decisión, provee de energía al organismo y un espíritu indoblegable.

1.2 Bazo

El Bazo alberga el pensamiento *Yi*, es el encargado de la concentración, la memoria de estudio, y fijar la atención. Si hay alteraciones a este nivel intelectual el bazo estará afectado, pero por el contrario el exceso de pensamiento o de trabajo generará enfermedad sobre este órgano.

1.3 Pulmón

El pulmón dentro de sus funciones tiene la de albergar el Alma Corpórea (*Po*), se considera corpórea porque es lo más físico y material del alma del ser humano.

El alma Corpórea está estrechamente unida a la Esencia y podría decirse que es una manifestación de la Esencia en la esfera de los sentimientos y de las sensaciones. La esencia es el fundamento para un cuerpo sano y el Alma Corpórea contribuye a afinar y aclarar sensaciones y movimientos (Maciocia, 2001, p. 88).

Esta afectada por la tristeza y la pena, la retraen y genera retención en la respiración por lo tanto una persona con depresión siente un respiración corta y superficial.

Provee la capacidad sensorial, ver, oír y percibir, la capacidad de movimiento, agilidad, balanceo y coordinación del movimiento y expresa instintos primarios en particular el de conservación.

1.4 Riñón

El riñón alberga la Fuerza de Voluntad *Zhi*, esta determina la fuerza para llevar a cabo las metas propuestas y la determinación de estas. Íntimamente relacionado con la depresión ya que uno de sus síntomas principales es la falta de voluntad y de motivación ante la vida.

También se relacionan los aspectos de memoria a corto plazo, es decir del día a día, y del desarrollo cerebral y de sus funciones. La emoción que lo afecta es el miedo en extremo que lo puede dañar o si hay una alteración de base lo puede generar.

1.5 Corazón.

Alberga la Mente denominada *Shen*. El *Shen* se define como una sustancia fundamental, es la forma más sutil e inmaterial del *Qi* y es producto de la actividad de los órganos internos *Yin*.

Se relaciona con la esencia y el *Qi*, ya que estos son la base de la Mente. “Si la esencia es floreciente y el *Qi* enérgico, la Mente estará feliz y tranquila” (Maciocia, 2001, p. 72) El *Shen* tiene dos aspectos en la Medicina China: “el conjunto de facultades mentales de las que se dice que residen en el corazón” (y) “la esfera total de los aspectos emocionales, mentales y espirituales de un ser humano” (Maciocia, 2001, p. 72).

Con esta definición el *Shen* está relacionado con los demás aspectos mentales, emocionales y espirituales que manejan los demás órganos. El aspecto *Yin* del *Shen* es el *Po* y el aspecto *Yang* es el *Hun*.

Sus funciones a nivel del aspecto mental son: el pensamiento, la conciencia, la memoria a largo plazo, el sueño y la actividad mental.

Un aspecto muy importante a tener en cuenta es que la sangre está íntimamente relacionada con el enraizamiento de la mente en el corazón, si hay una insuficiencia encontraremos inquietud mental, ansiedad insomnio y depresión.

En cuanto al segundo aspecto del manejo de las emociones, el *Shen* está involucrado con cada uno de los aspectos mentales y espirituales de los demás órganos *Yin*, que ya se han mencionado A nivel emocional se dice: “En el plano emocional, el estado del Corazón determina la capacidad de una persona para mantener relaciones significativas” (Maciocia, 2001, p. 73)

Así se puede comprender en forma breve las relaciones de *yin* y *yang*, las sustancias vitales y las funciones de cada órgano en relación al aspecto mental y emocional.

2. Capitulo 2

CONCEPTO DE EMOCIÓN EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA Y SU RELACIÓN CON CADA ELEMENTO

La emoción en chino se denomina “*qing*” que está compuesta por el corazón a la izquierda y a la derecha el “verdor” que hace referencia al crecimiento de las plantas.

La emoción hace referencia a diferentes tipos de sentimientos, en medicina tradicional china no todos los sentimientos que se conocen son causa de enfermedad, solamente la causan los que se asocian a los diferentes órganos *Zang* que son: Al hígado la ira, al corazón la alegría, al bazo reflexión excesiva, al pulmón la preocupación y al riñón el miedo.

Cada persona puede sentir cualquiera de estas emociones y no quiere decir que se esté afectando alguno de sus órganos asociados, dentro la vida cotidiana cada uno puede sentir las en un momento determinado y no va a ser causa de enfermedad, solamente se convierten en causas de enfermedad cuando son excesivas o han permanecido durante mucho tiempo.

En Medicina China, las emociones (contempladas como causas de enfermedad) son estímulos mentales que perturban la Mente (Shen), el Alma Etérea (Hun) y el Alma Corpórea (Po) y, a través de ellas, alteran el equilibrio de los Órganos internos y la armonía de Qi y Sangre (Maciocia, 2009, p. 278)

A su vez los factores como el estrés o patrones de alimentación generan enfermedad, y también cualquier daño en uno de los órganos *Zang* altera la función psíquica correspondiente.

Es importante saber que cada emoción no está aislada sino que según la teoría de los Cinco Elementos las emociones interactúan entre sí ya que se contrarrestan a lo largo de la secuencia de control.

En Medicina Tradicional China no solo se citan estas cinco tipos de emociones mencionadas, realmente son siete, se le suman la tristeza y la conmoción, las cuales afectan a los pulmones y el corazón y a los riñones y el corazón respectivamente.

3. Capitulo 3

ETIMOLOGIA DE LOS PROBLEMAS MENTALES Y EMOCIONALES

La etiología de los problemas mentales y emocionales se enfoca en diferentes temas: constitución, dieta, exceso de trabajo, actividad sexual excesiva, drogas y prevención de los problemas mentales y emocionales.

El estrés se considera la causa principal de cualquier problema emocional y mental y los demás elementos participan y favorecen para presentarlo.

Se divide la vida en tres momentos de los cuales puede derivarse el trastorno emocional, cada uno de estos periodos se caracteriza por tener factores etiológicos específicos:

- El periodo en el útero: Constitución
- La infancia, hasta los 18 años: Síndromes Infantiles
- Edad Adulta: emociones, dieta, exceso de trabajo, sexo o drogas.

Muchos de los Síndromes emocionales que se presentan en la vida adulta son generados en la infancia, dados por diferentes factores como son las relaciones con los padres, falta de afecto de los padres, los vínculos con los hermanos, las disputas entre los padres, la tensión que genera los problemas de los adultos responsables sobre el niño, la educación rígida, exigencias académicas excesivas, preferencias de los padres por uno de sus hijos, las expectativas de los padres de cumplir objetivos a través de sus hijos que ellos no lograron o asumir el rol de padre o madre después de la muerte de alguno de los dos.

3.1 Constitución.

La constitución de la persona es un factor etiológico innato y heredado de los padres o se desarrolla in útero, se describen cinco tipos de formas corporales cada una corresponde a un elemento.

- **Madera**

Se observa un tono verde sutil en la tez, cabeza pequeña y cara alargada, hombros anchos, espalda recta, buena estatura, cuerpo nervudo con manos y pies elegantes. En su personalidad es inteligente pero su fuerza física es limitada; a nivel emocional son propensas a la preocupación, la frustración y la ira reprimida.

- **Fuego**

Poseen una tez rojiza, dientes anchos, cabeza pequeña y puntiaguda, barbilla en punta, cabello rizado o ralo, los músculos del dorso, los hombros, la cabeza y la cadera son desarrollados y las manos y pies son relativamente pequeños. La personalidad es de pensamiento agudo, enérgicos, activos y caminan con firmeza. Piensan demasiado y a veces se preocupan, son observadores y analizan a profundidad. A nivel emocional se ríen mucho, muestran comportamientos maniacos y son propensas a la depresión y a la ansiedad.

- **Tierra**

Tez amarillenta, cara redondeada, cabeza grande, mandíbula, hombros y espalda desarrollados, músculos fuerte en miembro inferiores, su caminar es de paso fuerte; su personalidad tranquila y generosa, carácter constante; a nivel emocional se entregan a los demás y a veces tienden a sentir culpa y vergüenza.

- **Metal**

Tienen tez pálida, cara cuadrada, cabeza pequeña hombros y espalda pequeña, abdomen plano y manos y pies pequeños. Voz fuerte, pensamiento agudo, son honradas y francas, son tranquilos pero al tomar una decisión son claros, son líderes y a nivel emocional son propensas a la preocupación, tristeza y pesar.

- **Agua**

Tez morena, arrugas, cabeza grande, cara y cuerpo redondo, mejillas anchas, hombros estrechos y pequeños y gran abdomen. Son simpáticos, relajado, buenos negociadores, leales, despiertos y sensibles. Emocionalmente son sensibles, elevado impulso sexual y tendencia a la culpa.

Cada individuo pertenece a un patrón pero se debe tener en cuenta que una persona puede tener más de dos tipos de patrones. Si se logra definir a que tipo pertenece el individuo, a través de cada característica de cada tipo constitucional, es un elemento diagnóstico en cada persona para determinar algún tipo de trastorno emocional.

3.2 Dieta.

En si no es una causa primaria de desarrollo de trastornos emocionales pero si contribuye a empeorar los síntomas, los patrones de alimentación que se encuentran en el medio occidental son los siguientes:

- **Consumo excesivo de alimentos de naturaleza caliente**

La carne roja, las especias y las bebidas como el alcohol es de naturaleza caliente y generan calor y fuego, que tienden a perjudicar a la mente; el tabaco se considera caliente y combinado con el alcohol forman calor en el cuerpo. El calor y el fuego generan ansiedad, agitación e insomnio, a su vez sobre estimulan el alma etérea que puede generar un comportamiento maniaco.

El fuego daña el *Yin* causando deficiencia, por lo cual se agravaría la ansiedad, la agitación y el insomnio.

- **Consumo Excesivo de Alimentos que generan humedad**

Dentro de alimentos que generan humedad o flema se encuentran: lácteos, grasas y azúcar. Todos ellos obstruyen la mente por flema, en si la humedad y la flema se consideran de característica pesada por lo que agravan el sentimiento de depresión.

Una de las características de la humedad es dar un aspecto sucio, en el plano emocional la vergüenza se asocia mucho a esta característica, y la persona se siente así y no se valora a sí misma. La flema tiene la característica de obstruir la mente, en extremo causa enfermedades mentales de diferentes gados como son confusión que agravaría síntomas de depresión o euforia excesiva; o en casos que se combina con el calor genera agitación, comportamiento maniaco e insomnio.

- **Consumo de Alimentos de naturaleza Fría**

Consumo de frutas, verduras y bebidas frías perjudican el *Yang* produciendo deficiencia de *Yang* de bazo y de riñón. Los pacientes con depresión se perjudicarían por que se incrementarían sus síntomas esencialmente por la deficiencia de *Yang* de riñón.

- **Hábitos Alimentarios Irregulares**

Se incluyen comer desordenadamente, saltarse las comidas, comer muy tarde y no comer sentado; estos influyen sobre estómago produciendo deficiencia de *Qi* o de *Yin* de estómago; esto agrava a personas con trastornos de ansiedad.

- **Consumo Insuficiente de Alimentos**

Esta condición produce deficiencia de sangre que generaría aumento de sentimientos de ansiedad e insomnio.

3.3 Exceso de Trabajo.

No tener un descanso apropiado y trabajar en exceso, combinado también con irregularidades alimentarias, agotan el riñón especialmente el *Yin*; esto agravaría síntomas depresivos y o de ansiedad secundarios a esta desarmonía.

3.4 Actividad Sexual Excesiva

Con el exceso de actividad sexual, especialmente dado en los hombres, hay una disminución de la esencia de riñón; debido a esto se genera una deficiencia de *Yin o Yang* de riñón que agravarían los síntomas de depresión o ansiedad.

3.5 Drogas.

El uso de drogas de abuso como cannabis, cocaína, heroína o LSD, entre otras, afectan la mente. Se asocia el consumo de cannabis con episodios de psicosis, la cocaína paranoia y alucinaciones – delirios; el éxtasis se ha probado neurotoxicidad en el sistema serotoninérgico y efectos a largo plazo de los derivados de metilendioxido de las anfetaminas liberan masivamente serotonina generando episodios agudos de psicosis y en forma crónica deterioro de memoria y facultades mentales, pérdida de autocontrol, ataques de pánico, alucinaciones, paranoia recurrente y depresión.

4. Capitulo 4

CONCEPTO DE DEPRESIÓN EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA

En medicina tradicional china es un estado emocional y se debe tomar o como enfermedad pura o como síntoma que hace parte de una enfermedad de base.

Se debe evaluar a través del interrogatorio, la observación y la palpación del pulso. Así mismo, se debe evaluar el estado emocional, asociado a las facies y el brillo de los ojos y lograr determinar si es puro el cuadro o hace parte de otro síndrome.

Dentro del término Depresión en Medicina Occidental, se agrupan cinco enfermedades diferentes dentro de la enfermedad mental en los clásicos antiguos de la China: Síndrome de Bulbo de lis (*Bai He Bing*), la depresión (*Yu Zheng*), Síndrome de bolo en la garganta (*Mei He Qi*), agitación (*Zang Zao*) y palpitaciones y ansiedad (*Xin Ji Zheng Chong*).

Yu es el término Chino para la depresión, y se considera en la Medicina China que es secundaria a Síndromes de plenitud, principalmente al Estancamiento de *Qi* de Hígado.

En las fases iniciales de la Depresión el estancamiento de *Qi* de Hígado es el que prima, que posteriormente se convierte en calor, flema y estasis de Sangre; en las últimas fases de la depresión la plenitud pasa a convertirse en una deficiencia. Tanto el estancamiento se transforma en vacío, el calor daña el *Yin* y la flema daña la función del bazo a largo plazo.

En estados severos de depresión, el hígado está comprometido debido a que una de sus funciones es ser la morada del alma etérea el *Hun*. Se describe que la depresión y el estancamiento de *Qi* de hígado son sinónimos.

Existen relaciones entre el *Shen*, el *Hun* y el *Zhi*, con la patología de la depresión:

El *Shen*, albergado en el corazón, maneja y controla los procesos mentales y emocionales de los demás órganos *Yin* y por tanto es generador de síntomas depresivos asociados a estos dos aspectos.

El *Hun* es el responsable de mantener un equilibrio entre la excitación y la contención, bajo el control del *Shen* y el corazón, al depender del hígado si existe un estancamiento de este órgano, la persona está deprimida y pierde contacto con sus emociones.

Si el movimiento del *Hun* es deficiente, la mente domina su actividad la persona se deprime, pero si el movimiento del *Hun* está en exceso la persona demuestra comportamientos maniacos.

La persona depresiva al perder el movimiento de *Hun* deja de soñar, pierde su proyección en la vida, la esperanza del futuro, tiene sentimientos de pérdida, separación y soledad.

El *Po* está relacionado a las emociones con el llanto, hace sentir dolor físico y cuando hay tristeza y pesar produce el llanto; en la depresión causa la sensación de opresión en el pecho al no fluir el *Qi* de Tórax libremente.

En Medicina Occidental la Depresión se considera como el cambio de humor que es fijo y persistente en periodos largos, meses o años, está a su vez se acompaña de cambios en el comportamiento, actitud, eficacia del pensamiento y función psicológica.

Adicionalmente un síndrome de depresión también es definido como ausencia de factor orgánico, una reacción normal de aflicción, desilusión o alucinaciones en ausencia de síntomas de cambio de comportamiento como en esquizofrenia y trastornos psicóticos.

“Se considera anormal un comportamiento si la reacción es desproporcionada al evento o si es persistente en el tiempo y en la severidad. Así también se considera un

Síndrome de depresión Mayor en Medicina Occidental si cumple los siguientes criterios según el DSM - IV:

- Humor muy depresivo la mayor parte del día todos los días
- Disminución marcada en el interés o en el placer en la mayoría de las actividades, la mayoría del día casi todos los días.
- Pérdida de peso significativa o ganancia con disminución o aumento del apetito.
- Insomnio o somnolencia
- Agitación psicomotora o retardo psicomotor todos los días-
- Fatiga todo el día
- Sentimientos de minusvalía o culpa
- Disminución de habilidad del pensamiento y de concentración, indecisión casi todos los días.
- Pensamientos recurrentes de muerte, ideas suicidas recurrentes, o un intento suicida o un plan específico para cometer suicidio.”

DSM – IV Breviario, Criterios Diagnósticos, Pierre Pichot, Masson SA, 1995, págs.161 - 162

Como se puede ver todos los síntomas que se han definido como parámetros de depresión mayor están consolidados dentro de las diferentes funciones de cada órgano *Yin* en la Medicina China, por lo cual la depresión se considera manifestación de daño de alguno de estos órganos y algunos de los patrones sindromáticos de cada órgano nos manifestara este tipo de síntomas y podrán ser considerados causas de la depresión.

5. Capítulo 5

DIFERENTES TIPOS DE DEPRESIÓN EN MEDICINA OCCIDENTAL EXPLICADOS BAJO LA PERSPECTIVA DE LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA

Si durante los procesos de desarrollo de la persona existe una inhibición en las aptitudes para el desarrollo, crecimiento y expresión, se expresara en algún proceso orgánico y si no lo puede superar se expresara a nivel mental. Si los mecanismos de defensa a este nivel para mantener el equilibrio la decisión de retirada y no enfrentamiento del problema es a lo que se denomina depresión.

En los procesos de afrontamiento de los problemas, la energía es vital para solucionarlos, si a medida que pasan los años la energía va disminuyendo, se está menos protegido para contrarrestar y evitar los problemas, y es por esto que en estas edades es más frecuente la depresión. A su vez en las enfermedades crónicas o de injuria severa como una cirugía, en el postparto, siempre hay un déficit de energía y la persona es más lábil de sufrir depresión.

En este último caso en el postparto hay tres órganos que se perjudican son el corazón, el hígado y el riñón. El corazón con la pérdida de sangre afecta las funciones mentales y la capacidad de sentir alegría, que conduce a una depresión prolongada y recurrente.

A su vez, se han descrito diferentes tipos de depresión en Medicina Occidental que pueden ser explicados bajo la visión de la Medicina Tradicional China los cuales se mencionan a continuación.

5.1 Depresión Endógena

La **Deficiencia de Qi de riñón** genera tendencia a responder al estrés con depresión, una personalidad depresiva viene de la genética y la energía con la cual nacemos, es decir la **Deficiencia de Qi de riñón** generara una depresión endógena.

La **Deficiencia de Yang de riñón** se presenta con pérdida de la voluntad y del impulso, y se asocia a depresión crónica, profunda o recurrente, la deficiencia de fuego de riñón que impulsa el calentamiento del cuerpo genera la fuerza para sentir las ganas de vivir y de tener un proyecto.

La **Deficiencia de Yin de riñón** aporta la base y la esencia la que se considera un colchón para enfrentar la adversidad, permite evaluar racionalmente las situaciones y poderse retirar evitando derrotarse ante cosas que no se puede enfrentar; además el yin de riñón a nivel espiritual proporciona la facultad del “Amor Divino” que da la capacidad de perdón.

El *Qi* de riñón da la capacidad de vivir lo presente, enfrentar los problemas, y de tener una realidad objetiva, que son mecanismos de defensa en caso de depresión.

5.2 Depresión Anaclítica y Ciclotímica.

Dentro del elemento Tierra se encuentran este tipo de depresiones analíticas, se asocian a un fallo de mantener una relación con la madre adecuada y las ciclotímicas en las cuales el fallo está en que la relación existe pero es débil. Las personas con este tipo de depresión no son tolerantes ni conscientes de la alegría. En el caso de las relaciones débiles pero constantes con la madre, la persona por

lo general busca en otras personas un prototipo de madre, se considerarían personas dependientes.

5.3 Depresión Agitada

Se encuentra involucrado el elemento Madera, se fracasa al tratar de obtener autonomía, la persona se encuentra con rencor y con una personalidad negativa, se considera pasiva – agresiva. No es suficiente para sí mismo ni para los demás y así se encuentra intranquila, es pobre espiritualmente.

5.4 Depresión Histórica y Reactiva

Las depresiones tipo histeria dependen del elemento fuego y las reactivas por deficiencias de pericardio, se parecen a los periodos ciclotímicos del elemento tierra pero los tiempos son más estrechos, las personas se enojan y desean hablar en vez de aislarse

5.5 Depresión Disfórica.

El triple recalentador está involucrado en estos trastornos, ya que este es el encargado de la armonía del elemento fuego; en forma crónica es una forma de depresión más parecida a la personalidad esquizoide. Hay una pérdida de contacto social, es una forma de aislamiento.

Se caracteriza por tristeza, pérdida de interés, sensación de culpa por no sentir placer, distanciamiento y retraso psicomotor pequeño.

5.6 Trastorno Bipolar.

Se relacionan con el **Estancamiento de Qi de Hígado** con dominancia de madre a hijo y el agua es incapaz de controlar. Los episodios de depresión se relacionan cuando el fuego aún es sofocado por el agua, presentándose la persona muy pasiva en la parte creativa, verbal, intelectual y artística. Por el contrario las fases maníacas, se relacionan con la incapacidad del agua de controlar el fuego, el *Qi* del corazón y el *Yin* del corazón se encuentran descontrolados sin control sobre el *Yang*. Al ser el corazón la residencia de la mente, y no se encuentra el elemento en equilibrio, esta vulnerable a la acción de otros patógenos como la flema y la humedad. La depresión profunda en este trastorno se debe a que la madera se ha quemado que no nutre al corazón.

5.7 Depresión Narcisista.

Se inicia en los primeros cinco años de vida, cuando le hacen creer a la persona que es irracionalmente importante, esto generalmente lo hacen los padres especialmente la madre; cuando el individuo choca con los demás se decepciona y se da cuenta que no es el único. Genera que la persona se aíse y sea sola, trata de ser aceptado con fracaso y esto al repetirse constantemente genera depresión. Algunos casos llegan al suicidio.

Los conceptos de vincularse, separarse y comunicarse son respectivamente sustentados en los elementos Tierra, Metal y Fuego, en este trastorno se encuentra alterados las tres características.

5.8 Depresión Anaclítica Secundaria.

El individuo no crea vínculos ni le interesa crearlos, excepto con alguno de sus padres que se encuentra cercanos a él constantemente. Cuando se presenta la separación se genera angustia y posteriormente depresión.

En términos de cinco elementos la tierra no alimenta el metal, es decir las características de vínculo y separación se encuentran alteradas.

5.9 Depresión Involutiva.

Se involucra el elemento Metal (expansión de vínculos) a disposición del Fuego (comunicación, amor, relaciones y creatividad), es la transición de la persona para llegar a tener su propia identidad.

Se da en las diferentes etapas de la vida cuando hay un cambio de etapa como en la jubilación, cuando los hijos abandonan el hogar, cambios de trabajo o de lugar de vivienda, divorcio.

En esta tipo de depresión se involucra el corazón y el riñón, ya que si la energía de estos se encuentra adecuada la persona lograra superponerse a estas crisis. Si no es así la persona entrar en depresión con la sensación de ser inútil y estar indignada.

5.10 Depresión Anímica.

Está relacionada con el elemento Fuego, se considera la separación de la voluntad del propio ego o egos que determinan nuestra vida; cuando ocurre este proceso que no se da en todas las personas se tiende a la depresión.

6. Capítulo 6

ETIOLOGÍA DE LA DEPRESIÓN EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA

6.1 Estrés Emocional.

Es el principal factor etiológico, las principales emociones que la inducen son ira, tristeza, pesar, preocupación y culpa.

La ira que incluye la frustración, el resentimiento y el odio, causan estancamiento de *Qi* de Hígado o ascenso de *Yang* de Hígado, que causa a su vez el fluir del alma etérea.

La tristeza y el pesar agotan el *Qi*, causando deficiencia de *Qi* de Bazo, de Corazón y de Pulmón y a largo plazo genera un estancamiento del *Qi* en el Hígado, en el Corazón y los Pulmones. Este estancamiento en el corazón y en el pulmón también afecta el alma etérea.

La preocupación estanca el *Qi* de Bazo, Corazón y Pulmón y la culpa es causa de estancamiento del *Qi* a nivel de Corazón y Riñón, debilitando la fuerza de voluntad en este último, síntoma importante en la depresión

6.2 Rasgos Constitucionales.

Deficiencias constitucionales del riñón resultan en alteraciones del *Zhi* y tendencias a desarrollar desarmonías en el corazón es un factor predisponente al desarrollo de la depresión.

6.3 Dieta Irregular.

Es un factor secundario y contribuye al desarrollo de la depresión; el consumo excesivo de alimentos que generan humedad y formación de flema, agravan el estancamiento o la deficiencia del *Qi*; además la flema obstruye la mente, generando confusión mental agravando un estado de contención del alma etérea.

Una dieta poco balanceada y que no nutra, generan deficiencia en el *Qi* y la Sangre, que son condiciones de base para desarrollar un estado depresivo por deficiencia.

6.4 Exceso de Trabajo.

No tener descanso y trabajar en un horario extendido diario, a largo plazo genera **Deficiencia de *Yin* de riñón**, que en persona ancianas es la base de una depresión.

7. Capitulo 7

DIAGNÓSTICO DE LA DEPRESIÓN EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA.

Realizar preguntas de síntomas de depresión, existen pacientes que no admiten la depresión y solo muestran síntomas como cansancio extremo, poca motivación o sensación de frío.

En medicina tradicional china (MTC) los signos que se deben tomar en cuenta son en diferentes aspectos: la complexión, los ojos, la lengua, la voz y el pulso.

En la complexión se nota un tinte lustroso, grisáceo o verdoso, los ojos denotan un *Shen* disminuido evidenciado por disminución del brillo, en la lengua se encuentra la punta roja y un surco profundo a nivel del corazón, la voz baja, la vitalidad débil y en el pulso puede variar ya que depende de la condición de base que preexista sea de plenitud o de vacío. En las condiciones de plenitud se siente resbaladizo y fuerte o ambas y en condiciones de vacío es débil, corto o agitado.

La depresión en MTC se denomina *Yin Yu* que significa melancolía, o *Yu Zheng* que significa depresión paterna. La palabra *Yu* tiene dos significados que son depresión y estancamiento.

La fisiología de base en relación al estancamiento se describe así: Cuando el *Qi* y la sangre (*Xue*) están en armonía, la enfermedad no entra al organismo; pero si existe un estancamiento a nivel de estas dos sustancias fundamentales, las enfermedades pueden atacar, se acumula y no pueden fluir libremente y tienden a ascender o descender no siguiendo su patrón de transporte y transformación.

En general en MTC el diagnóstico de trastornos emocionales se asocia con los diferentes síndromes en cada Elemento ya que cada uno de ellos maneja caracteres de lo emocional, espiritual y mental que se complementan uno con el otro, y cada trastorno en

uno de los elementos puede transformar el otro dependiendo de sus relaciones de generación, dominancia y contra dominancia, por lo tanto hay que establecer cuál es la base y los síntomas que predominan para un adecuado diagnóstico y direccionamiento del tratamiento.

Se encuentra en la literatura un artículo que hace referencia a un estudio sobre la aproximación de la evaluación clínica en referencia a la depresión y acupuntura. En este se revisa una serie de casos de 10 pacientes en los cuales se realizaron sesiones de acupuntura con Diagnóstico de trastorno depresivo Mayor a moderado según los criterios del DSM IV. Se excluyeron los trastornos bipolares, pacientes con episodios psicóticos, uso de alcohol o drogas o si se determinaba que la causa de la depresión era iatrogénica o secundaria a medicación, pacientes ancianos o con trastornos hemorrágicos.

Se manejaron con dos sesiones semanales por dos acupunturistas, a criterio de cada especialista con un tratamiento individualizado y diagnosticados bajo principios de Medicina Tradicional China. Para los resultados se utilizaron escalas que permitían monitorizar a los pacientes, realizándose comparaciones entre las escalas antes y después del tratamiento. Los síndromes más comunes encontrados fueron **Estancamiento de Qi de Hígado, Deficiencia de Qi de Bazo o de Yang de Bazo.**

8. Capitulo 8

PATRONES DE DESARMONÍA DE LA DEPRESION EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA

Ambas condiciones tanto de plenitud como de vacío producen depresión la clave es el pulso y la lengua en donde se encontraran las diferencias.

Las condiciones de plenitud que acompañan la depresión son:

- Estancamiento de *Qi* de hígado
- Estancamiento de *Qi* de Pulmón y de Corazón
- Estancamiento de *Qi* de Hígado con ascenso de Fuego
- Estancamiento de *Qi* de Hígado con flema
- Estados de flema calor abrazando a la mente
- Estasis de *Xue*
- Calor en diafragma

Las condiciones de vacío que acompañan la depresión son:

- Deficiencia de *Xue* en bazo y corazón
- Deficiencia de *Yang* de corazón
- Deficiencia de *Xue* en hígado
- Deficiencia de *Yin* de riñón con calor por deficiencia
- Deficiencia de *Yang* de riñón

Manifestaciones clínicas de los patrones.

8.1 Patrones De Plenitud

- **Estancamiento de Qi de hígado:** depresión, mal humor, irritabilidad, tensión nerviosa, distensión en hipocondrios y epigastrio, tensión premenstrual.
- **Estancamiento de Qi de Pulmón y de Corazón:** depresión, tristeza, ansiedad leve, palpitaciones, sensación de distensión u opresión en el pecho, ligero abultamiento en la garganta, respiración rápida y superficial, pérdida de apetito, suspiros, distensión torácica y epigástrica, extremidades débiles y frías, tez pálida
- **El Estancamiento de Qi de hígado cuando se convierte en calor** este asciende y se producen síntomas de ansiedad, depresión, insomnio, irritabilidad, propensión a explotar y accesos de ira, distensión en hipo y epigastrio, leve sensación de opresión en el pecho, tensión premenstrual, tensión mamaria, periodos irregulares, sensaciones de masa en la garganta, cara roja, sed, lengua roja a los lados, pulso rápido.
- **Estancamiento de Qi de Hígado con flema:** depresión, mal humor, sensación de masa en la garganta, sensación de distensión en epigastrio e hipocondrios, tensión premenstrual, lengua gruesa
- **Calor – Flema que obstruyen la mente:** depresión, ansiedad, agitación, expectoración con flema y lengua gruesa.
- **Estasis de Xue en corazón:** depresión, agitación y lengua púrpura.
- **Calor en Diafragma:** depresión, ansiedad, sensación de pesadez en el pecho posterior a una invasión por viento – calor.

8.2 Patrones de Deficiencia.

- **Deficiencia de Xue en Bazo y en corazón:** depresión, insomnio, cansancio y palpitaciones. La deficiencia de Xue en corazón causa tristeza, insomnio de conciliación, llanto lábil, sueño perturbado, pobre memoria,

ansiedad, sobresaltos fáciles, palpitaciones, complexión pálida y opaca, labios pálidos, lengua delgada y pálida, pulso fino.

- **Deficiencia de *Yang* de Corazón:** depresión, palpitaciones y manos frías
- **Deficiencia de *Xue* en Hígado:** depresión, falta de sentido y dirección y tristeza.
- **Deficiencia de *Yin* de riñón y de corazón calor vacío de corazón:** depresión, ansiedad, sudoración nocturna, palpitaciones, lengua roja sin saburra.
- **Deficiencia de *Yang* de riñón:** depresión, falta de motivación, falta de voluntad, sensación de frío, poliaquiuria, dolor bajo de espalda, cansancio, rodillas frías, contextura blanca y brillante, orina clara, nicturia, impotencia, disminución de la libido, lengua pálida y húmeda, pulso profundo y débil.

9. Capítulo 9.

TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA SEGÚN LOS PATRONES DESCRITOS.

Síndromes de Exceso	Principio de Tratamiento	Método de estimulación	Puntos
Estancamiento de Qi de hígado	Dispersar el Hígado, movilizar el Qi y eliminar el estancamiento.	Método de dispersión o de regulación en todos los puntos excepto DU 20 en tonificación	PC6 – <i>Neiguan</i> H3 – <i>Taichong</i> VB34 – <i>Yanglingquan</i> SJ 3 - <i>Zhongzhu</i> VB13 – <i>Benshen</i> V47 – <i>Hunmen</i> DU20 <i>Baihui</i>
Estancamiento de Qi de Pulmón y de Corazón	Movilizar Qi de Corazón y de Pulmón, calmar la mente y asentar el alma corpórea	Todos los puntos en método de regulación	C5 <i>Tongli</i> C7 <i>Shenmen</i> PC6 – <i>Neiguan</i> Ren 15 – <i>Shanzhong</i> P 7 – <i>Lieque</i> E 40 – <i>Fenglong</i> IG 4 - <i>Hegu</i>
Estancamiento de Qi de Hígado con ascenso de Fuego	Dispersar el hígado, mover el Qi y dispersar calor de hígado	Método de dispersión o regulación en todos los puntos, excepto DU 20 en tonificación	PC6 – <i>Neiguan</i> H3 – <i>Taichong</i> VB34 – <i>Yanglingquan</i> SJ 3 - <i>Zhongzhu</i> VB13 – <i>Benshen</i> V47 – <i>Hunmen</i> DU20 - <i>Baihui</i> H 2 – <i>Xingjian</i> VB43 - <i>Xiaxi</i> <i>Taiyang</i>
	Dispersar la flema,	Todos los puntos en dispersión	E 40 – <i>Fenglong</i>

Estancamiento de Qi de Hígado con flema	mover el Qi, dispersar estancamiento	excepto Ren 12 y V 20 que se tonificar para reforzar el bazo	Ren 12 – <i>Zhongwan</i> V 20 - <i>Pishu</i> B9 – <i>Yinlingquan</i> B6 – <i>Sanyinjiao</i> PC 5 – <i>Jianshi</i> SJ 6 – <i>Zhigou</i> PC6 – <i>Neiguan</i> H3 – <i>Taichong</i> Ren 17 – <i>Shangzhong</i> Ren 15 – <i>Jiuwei</i> DU 21 – <i>Qiading</i> DU 20 - <i>Baihui</i>
Estados de flema calor abrazando a la mente	Dispersar flema y calor, abrir orificios de la mente	Todos los puntos en dispersión o regulación excepto Ren 12 y V 20.	Ren 12 - <i>Zhonwan</i> V 20 - <i>Pishu</i> E 40 – <i>Fenglong</i> B9 – <i>Yinlingquan</i> B6 – <i>Sanyinjiao</i> PC 5 – <i>Jianshi</i> PC 7 – <i>Dalin</i> E8 – <i>Touwei</i> DU 24 – <i>Shenting</i> VB13 – <i>Benshen</i> VB17 – <i>Zhengying</i> VB 18 - <i>Changling</i> DU20 - <i>Baihui</i>
Estasis de Xue	Tonificar la sangre, calmar la mente, eliminar estasis	Todos los puntos en dispersión excepto DU 20 en tonificación	PC6 – <i>Neiguan</i> V 17- <i>Geshu</i> B 10 – <i>Xuehai</i> Ren 14 - <i>Juque</i> C 5 – <i>Tongli</i> B6 – <i>Sanyinjiao</i> H3 – <i>Taichong</i> VB 15 – <i>Toulinqi</i> DU20 – <i>Baihui</i>

Calor en diafragma	Limpiar el diafragma, Dispersar calor de pulmón y calmar la mente	Todos los puntos en dispersión excepto PC 6 y P 5 que se deben puntear en regulación	SJ 5 – Waiguan IG 11 – <i>Quichi</i> Ren 15 – <i>Jiuwei</i> V 17- <i>Geshu</i> DU 9 – <i>Zhiyang</i> PC6 – <i>Neiguan</i> P 5 – <i>Chize</i>
---------------------------	-------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Síndromes de Deficiencia	Principio de Tratamiento	Método de Estimulación	Puntos
Deficiencia de Xue en bazo y corazón	Tonificar Qi de bazo, nutrir sangre del corazón y calmar la mente.	Todos los puntos en tonificación, DU 14 con moxa	E 36 – Zusanli B6 – Sanyinjiao V 20 - Pishu V 21 – Weishu Ren 15 – Jiuwei PC6 – Neiguan V 15 – Xinshu C 7 – Shenmen DU 14 – Dazhui DU 20 - Baihui
Deficiencia de Yang de corazón	Calentar y tonificar el corazón, clamar la mente.	Todos los puntos en tonificación y utilizar moxa	C5 - Tongli DU 14 – Dazhui DU 20 – Baihui V 15 – Xinshu Ren 6 – Xiahi E 36 – Zusanli B6 – Sanyinjiao
Deficiencia de Xue en hígado	Nutrir y tonificar sangre de hígado	Todos los puntos en tonificación	V 18 – Ganshu V17 – Geshu H8 – Ququan H3 – Taichong

Deficiencia de Yin de riñón y de corazón con calor por deficiencia	Nutrir el Yin de riñón y de corazón, dispersar el calor por vacío, calmar la mente	Todos en método de tonificación excepto R 2 , C 6 y PC 7 ne regulación	E 36 – Zusani B6 – Sanyinjiao R 3 – Taixi R 6 – Zhaohai R 2 – Rangu R 9 – Zhubin V52 - Zhishi C6 – Yinxi PC7 – Daling DU 24 – Shenting DU 19 – Houding Ren 15 – Jiuwei B6 – Sanyinjiao
Deficiencia de yang de riñón	Tonificar y calentar el riñón	Todos los puntos en tonificación y DU 4 con moxa	R 3 – Taixi R 7 – Fulu Ren 4 – Guanyuan DU 4 - Mingmen V23 – Shenshu V52 - Zhishi V47 – Hunmen DU 20 - Baihui

9.1 Funciones de los Puntos.

P 7: Promueve ascenso de *Qi* puro a la cabeza y el descenso de *Qi* turbio, aclara la mente, eleva estado de ánimo.

P3: Regulan el descenso y el ascenso del *Qi*, en obstrucción de la mente en enfermedades maniaco – depresivas.

IG4: Influencia la mente, clama ansiedad combinado con DU24 VB13.

E36: Acción de tonificación, aumenta el estado del ánimo en deficiencias de *Qi* y sangre.

E40: Abre los orificios de la mente, clama la mente, resuelve la flema, relaja y abre el pecho

B6: Dispersa *Qi* de hígado, calma mente, ayuda con la irritabilidad. Maneja insomnio por deficiencia de sangre y de *Yin*.

C5: Tonifica *Qi* y sangre de corazón, maneja tristeza, irritabilidad, ira temor depresión, agitación y palpitaciones.

C7: Aumenta el estado de ánimo, calma mente, nutre sangre de corazón.

V15: Tonifica *Qi* y sangre de corazón, mejora la depresión si su causa son estos dos desarmonías.

V42: Relación con el alma corpórea, la fortalece y la arraiga, mejora tristeza, preocupación y pesar. Asociado a V13 y V42 son indicados en personas con ideación suicida.

V44: Combinado con V15 calma mente y la fortalece.

V47: Asienta y arraiga el Alma Etérea combinado con V18.

V52: en falta de motivación y fuerza de voluntad, en combinación con V23 levanta el espíritu.

V42, V44, V47, V49 y V52 son puntos de segunda línea de vejiga que fortalecen la función espiritual e intelectual de los órganos *Yin* pulmón, corazón, hígado, bazo y riñón respectivamente.

R3: Punto fuente del canal de riñón, punto indicado para tonificación del *Qi* original del riñón.

R9: calma la mente y las palpitaciones, punto de partida del *Ren Mai* y este canal nutre el *Yin* y la sangre en deficiencias de corazón y riñón.

PC6: específico para depresión por estancamiento de *Qi* de Hígado y calma la mente.

SJ 3: Mueve el *Qi* y elimina el estancamiento, combinado con DU 20 indicado en depresión por estancamiento de *Qi* de Hígado.

VB 13: Punto clave en problemas mentales y emocionales, calma ansiedad y mente, ayuda con la preocupación constante y los pensamientos fijos. Reúne la esencia en la cabeza y como esta es una de las bases de la mente, ayuda en problemas emocionales. También es el punto de reunión de la médulas y de la esencia por lo cual ayuda también al riñón.

H3: Ayuda en la depresión causada por estancamiento de *Qi* de Hígado, calma mente y ayuda Alma Etérea a fluir; al asociarse con IG 4 surge un efecto sedante.

DU4: Tonifica el fuego de la Puerta de la Vida y el *Yang* del riñón, tonifica la fuerza de voluntad, el impulso y la determinación.

DU 11: Nutre al corazón, calma la mente, la tristeza y la ansiedad.

DU12: Asienta el alma Corpórea, debe utilizarse con V13 y V42.

DU14: Fortalece el corazón y el *Yang* del corazón y de riñón.

Du16: Calma mente y nutre el corazón, eficaz en la tristeza, buena combinación con Ren15.

DU20: Eficaz en todo tipo de depresión, eleva el *Qi*, promueve ascenso de *Yang* al cerebro, aclara la mente y eleva el ánimo.

DU24: Calma la mente, es el punto de entrada a la mente y el espíritu.

Ren 4: Tonifica el riñón y por tanto la fuerza de voluntad; asienta el Alma Etérea al nutrir la sangre y el *Yin*

Ren15: Nutre el corazón y calma la mente eleva el estado de ánimo. Indicado en deficiencias de sangre y de *Yin*.

9.2 REVISIÓN BIBLIOGRAFÍA

Se ha evidenciado a través de estudios la efectividad del tratamiento de la Depresión con acupuntura o electro acupuntura.

Ensayos Clínicos

¿Influye la Acupuntura en el sistema nervioso autónomo cardíaco en pacientes con trastornos menores de depresión o ansiedad?

Fortschritte der Neurologie – *Psychiatrie*, Marzo de 2003, Vol. 71, Número 3, págs. 141 – 149. Agelink, Sanner D, Eich H, Pach J, Bertling R, Lemmer W, Klieser E, Lehmann E

En este estudio se tomaron 36 casos se distribuyeron aleatoriamente; a un grupo se le realizo acupuntura clásica en los siguientes puntos: C7, PC6, DU20, V62 y *Yuyao* y al grupo placebo a los cuales les aplicaron agujas en sitios donde no coincidía ningún punto de acupuntura. Se les observó y cuantifico la frecuencia cardiaca en reposo antes de la primera sesión y después de la novena sesión y 5 minutos antes y 15 minutos después de la aplicación de las agujas en la tercera sesión. Los resultados obtenidos fueron que al inicio de las sesiones no se produjeron cambios pero en la tercera sesión ya se notaron cambios entre el grupo placebo y el tratado, dados por un aumento en la modulación cardiovagal.

Esto hace que en paciente con trastornos de depresión o ansiedad menor la acupuntura facilita la función reguladora del sistema nervioso autónomo en respuesta a las alteraciones externas o internas.

El uso de la Acupuntura en el tratamiento de la depresión

Chinese Journal of Integrated Traditional and Western Medicine, Julio de 2002, Vol. 22, Número 7, págs. 512 – 514, 521. Zhong Guo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi, Han C, Li XW, Luo HC.

En este estudio se compare el efecto del electro acupuntura y la maprotilina en el tratamiento de la depresión. Se dividieron en dos grupos de pacientes con depresión a 30 se les aplico electro acupuntura y a 31 de ellos se les administro maprotilina. Se evaluaron los efectos con la escala de Depresión de Hamilton, la Escala de autoevaluación de Depresión, la Escala de Autoevaluación de ansiedad, la Escala de impresión Clínica Global y la Escala de valoración de Asberg, tomando los efectos secundarios antes del tratamiento y en los días 14, 28 y 42.

En general el índice de eficacia con electro acupuntura fue mayor, aunque en la escala de Depresión de Hamilton, la Escala de autoevaluación de Depresión, los resultados no difirieron con los dos tipos de tratamiento, a los pacientes con Síndrome Somático el descenso, en la valoración con la escala de Depresión de Hamilton, fue mayor en el grupo con maprotilina; para los pacientes con Síndrome de somatización de ansiedad la Escala de Autoevaluación de ansiedad y la Escala de valoración de Asberg para la valoración de efectos secundarios fue menor en los pacientes tratados con electro acupuntura.

Acupuntura en pacientes con episodios depresivos menores y ansiedad generalizada.

Resultados de un estudio experimental

Fortschritte der Neurologie – *Psychiatrie*, Marzo de 2000, Vol 68, Número 3, págs. 137 – 144. Eich H, Agelink MW, Lehmann E, Lemmer W, Klieser E.

Es un estudio doble ciego modificado, aleatorizado y controlado, en 43 pacientes con depresión menor y en 13 con ansiedad generalizada. La respuesta a la mejoría fue evaluada con la Escala de Impresión Clínica Global y se utilizaron los siguientes puntos: C7, PC6, DU 20, V62 y Yuyao.

Los resultados después de 10 sesiones de acupuntura en un grupo con verdadera acupuntura (28 pacientes) mostro una mejoría mayor que el grupo placebo con una $P < 0.05$ y no hubo diferencias después de las primeras 5 sesiones de acupuntura.

Acupresión y estimulación eléctrica transcutánea de acupuntos para mejorar la fatiga, la calidad del sueño y la depresión en pacientes con hemodiálisis

American Journal of Chinese Medicine 2004, Vol. 32, Número 3, págs. 407 – 416. Tsay SL, Cho YC, Chen ML

Es un ensayo aleatorizado y controlado en el cual se toman 106 pacientes para tratamiento con puntos de acu presión, otros para estimulación eléctrica transcutánea EETA y el grupo control. Los dos primero grupos recibieron 15 minutos de tratamiento durante 1 mes. Los parámetros de medición fueron con la Escala de Fatiga de Piper revisada, el Índice de Calidad de Sueño de Pittsburgh y el Inventario de Depresión de Beck. Los resultados concluyeron mejoría de los síntomas de fatiga y con una mejor calidad de sueño en los pacientes con acu presión y EETA, con respecto a los de control que se recibieron cuidados rutinarios, sin diferencias significativas entre los dos métodos.

Estudio clínico de Tratamiento de electro acupuntura para 30 casos de depresión mental.

American Journal of Chinese Medicine. Septiembre de 2004, Vol. 24, Número 3, págs. 172 – 176. Han C, Li X, Luo H, Zhao X, Li X

El objetivo era compara la maprotilina con la electro acupuntura en pacientes con depresión, se escogieron 30 casos para tratamiento con electro acupuntura en DU 20 y *Yintang* como puntos principales o otros puntos según el síndrome de base de cada paciente que fueron: VB 34, B6 en casos de desarmonía entre hígado y bazo; PC6 y B6 en deficiencia de corazón y bazo y R7 y B6 en **Deficiencias de Yin de Hígado y de**

Riñón, Otros 31 pacientes fueron manejados con maprotilina (inhibidor de la captación de noradrenalina en cerebro y tejidos periféricos).

Los resultados fueron evaluados con la Escala de Hamilton y la Escala de Valoración de Asberg. En la Escala de Hamilton en ambos grupos hubo disminución de los síntomas, pero la diferencia entre los tratados con electro acupuntura y los de control con maprotilina fue de 96.7 y de 90.3 respectivamente.

Acupuntura: un tratamiento prometedor para la depresión durante el embarazo

Journal of Affective Disorders, Noviembre de 2004, Vol. 83, Número 1, págs. 89 – 95. Manber R, Schnyer RN, Allen JJ, Rush AJ, Blasey CM

Es un estudio piloto controlado aleatorizado, en donde participaron 61 mujeres en embarazo con trastorno depresivo mayor, se manejaron tres grupos uno de control, otro manejado con masaje y otro con acupuntura. La respuesta al final de la fase aguda el de control 47%, el de masaje 32% el de acupuntura 69%.

Los Beneficios de una acupuntura completa en el cuerpo en depresión mayor

Journal of Affective Disorders, Enero – Marzo de 2000, Vol. 57, Número 1 - 3, págs. 73 – 81. Roschke J, Wolf C, Muller MJ, Wagner P, Mann K, Grozinger M, Bech S

El estudio se basa en el tratamiento combinado de la acupuntura con mianserina, se incluyeron 70 pacientes y se dividieron en tres grupos: grupo de control, acupuntura verdadera y placebo; a los tres grupos se les administro mianserina. Se realizaron tres sesiones por semana de acupuntura durante 4 semanas y se evaluaron los pacientes dos veces por semana durante 8 semanas.

Los resultados indicaron un aumento en la mejoría en los pacientes tratados con acupuntura, sin diferencias entre el grupo placebo y con acupuntura verdadera.

152 a Reunión Anual de la American Psychiatric Association, Washington, 15 – 20 de Mayo de 1999

Allen JJ, Manber R, Schnyer RN, Hitt SK

El objetivo era observar la eficacia de acupuntura en el tratamiento de depresión mayor en mujeres, se asignaron 33 mujeres a tres grupos de tratamiento; un grupo recibió tratamiento con acupuntura con selección de puntos de acuerdo a su diagnóstico en Medicina Tradicional china; otro grupo se manejo con acupuntura en una primera sesión para tratamiento de síntomas inespecíficos y más adelante tratamientos con acupuntura dirigidos hacia sus síntomas depresivos y el tercer grupo en lista de espera sin tratamiento durante 8 semanas antes de recibir tratamiento con acupuntura adaptado hacia sus síntomas.

Los resultados evidenciaron que el primer grupo tuvo una mejoría del 64% y más pronta mejoría que al que se le manejaron los síntomas inespecíficos primero y del grupo en lista de espera por 8 semanas.

Concluyeron que la acupuntura es un tratamiento prometedor en el manejo de la Depresión Mayor y que deben realizarse estudios a mayor escala.

Índices de recaída de depresión a seis meses entre mujeres tratadas con acupuntura

Complementary Therapies in Medicine, Diciembre de 2001, Vol. 9, Número 4, págs. 216 – 218. Gallagher SM, Allen JJ, Hitt SK, Schnyer RN, Manber R

De 38 mujeres con Diagnóstico de Depresión tuvieron un tratamiento con acupuntura durante ocho semanas, de las 33 que terminaron el tratamiento 26 fueron interrogadas a los seis meses después de terminar sus sesiones, 4 de las 17 que experimentaron remisión completa de sus síntomas experimentaron recaída después de estos seis meses. Este porcentaje de recaída es comparable con los tratamientos convencionales validados experimentalmente.

Effectiveness of complementary and self – help treatments for depression

Jorm Anthony F.; Christensen Helen; Griffiths Kathleen M y Rodgers Bryan. 2002, en MJA, vol. 176, núm. 10, pp. 84 – 95.

En Australia, al existir una alta tasa de consulta en Medicina Alternativa por depresión, se decidió realizar una investigación a cerca de la efectividad de tratamientos alternativos para esta patología. Se realizo un artículo de revisión sobre diferentes métodos de tratamiento con medicina alternativa el cual incluyo la acupuntura. Se reviso Pubmed, Psyclit y Cochrane Library, en donde se seleccionaron artículos en donde los pacientes cumplían criterios para diagnóstico de depresión y se excluyeron lo trastornos bipolares. Los resultados obtenidos para el tratamiento con acupuntura mostro un nivel de evidencia II, es decir evidencia obtenida de al menos un estudio controlado randomizado diseñado adecuadamente.

En este estudio se compararon tres grupos: un grupo de pacientes con síntomas depresivos tratados con acupuntura, otro grupo placebo y otro grupo control, los resultados obtenidos fueron los siguientes: El grupo manejado con acupuntura mejoro versus al placebo, pero comparado con el grupo control solo fue leve la diferencia; los estudios controlados realizados en China reportan que la electro acupuntura es igual de efectiva a los antidepressivos tricíclicos. Dos de estos estudios analizados eran doble ciegos pero se incluyeron pacientes con depresión uni y bipolar, complicando la

interpretación de los resultados. El artículo llega a la conclusión que con la acupuntura hay un tratamiento prometedor per requiere de más investigación y estudios.

Combination of Acupuncture and Fluoxetine for Depression: A Randomized, Double – Blind, Sham – Controlled Trial”

Zhan Wen – Jing M.D.; Yang Xin – Bo, M.D. y Zhong Bao – Liang M.D. 2009, “, en The Journal of Alternative and Complementary Medicine, vol. 15, núm. 8, pp. 837 - 844 Mary Ann Liebert, Inc. DOI: 10.1089/acm.2008.0607

Otro artículo revisado se encuentra que la prevalencia de la depresión en china se encuentra en un rango de 3.31% a 8.8%, que los tratamientos convencionales con psicoterapia dan resultados entre el 50 – 70% si completan el tratamiento, ya que en algunos casos los pacientes abandonan el tratamiento por falta de respuesta o falta de constancia, solo la mitad de los casos se ha detectado recuperación total y un tercio muestran recaídas en los 18 meses siguientes al tratamiento. En un estudio doble ciego randomizado en donde se combino la acupuntura con la fluoxetina para el tratamiento de trastornos depresivos mayores, se pretendía valorar la efectividad de la combinación de ambos o la fluoxetina sola.

Se combino la fluoxetina con dos grupos de pacientes uno con “Verum Acupuntura” y otro con “Sham Acupuntura”, en el primer grupo se utilizaron los siguientes puntos: VB20, Shishencong, Yintong, VB26, PC6, C7, *Taichong*, H3 y ID4; el segundo grupo se punturaron en localizaciones inespecíficas cercanas a los meridianos. La respuesta fue similar en ambos grupos y esto demuestra la efectividad de la acupuntura frente al grupo placebo, se observo que los efectos secundarios y la ansiedad de los antidepresivos fueron menores en el grupo tratado con ambos métodos, los efectos secundarios de la acupuntura fueron leves y transitorios.

Las limitaciones encontradas fueron que el protocolo de la acupuntura fue pre establecido, y fue basado en una revisión de la literatura y no se estableció esquema para cada paciente de acuerdo a la sintomatología y los síndromes e Medicina Tradicional China. Los diagnósticos de los pacientes fueron realizados bajo los criterios del DSM IV y

esto dentro de MTC no es válido, y por último no hubo un grupo manejado con solo medicamento para realizar la comparación solo con la acupuntura pura.

Acupuncture for Psychiatric Illness: A Literature Review

Noah Samuels, MD; Cornelius Gropp, MD; Sthepherd Roe Singer, MD;
Menachem Oberbaum, MD

Se ha observado que la acupuntura incrementa los niveles de hormonas en el Sistema Nervioso Central, surgiendo efectos en enfermedades como depresión, ansiedad y esquizofrenia.

El mecanismo de la acupuntura es local y sistémica, incrementando la liberación de las beta endorfinas y de la ACTH de la pituitaria; también incrementa la liberación de serotonina y noradrenalina en el Sistema Nervioso Central.

En Medicina Tradicional China los síntomas depresivos son el resultado de una desarmonía entre el *Qi* y el *Shen*; de acuerdo a la teoría de los cinco elementos predominan sentimientos de acuerdo al tipo de depresión: si es de tipo tierra (Bazo – estómago) predomina la preocupación, del tipo agua (riñón) el miedo y de tipo madera (el hígado) la ira.

Se han realizado diferentes estudios de pacientes con diagnóstico de depresión tratadas con acupuntura pero son limitados, en un estudio doble ciego, controlado con placebo, demostró que la electro acupuntura es igual de efectiva a la amitriptilina para los síntomas depresivos, especialmente en cuanto a síntomas cognitivos y somatización.

TABLA DE ANEXOS: A

Tabla tomada de: **Acupuncture for Psychiatric Illness: A Literature Review**
 Noah Samuels, MD; Cornelius Gropp, MD; Sthepherd Roe Singer, MD;
 Menachem Oberbaum, MD, pág 57

TABLE 1. Clinical Trials of Acupuncture Treatment for Depression

Source	Year conducted	<i>n</i>	Study format and conclusions
Luo et al ¹⁶	1998	270	RCT, double-blinded; acupuncture as effective as amitryptiline, more effective for anxiety somatization and cognitive process disturbance and with less side effects.
Yang et al ¹⁷	1994	41	Acupuncture as effective as amitryptiline, more effective in reducing anxiety somatization.
Manber et al ¹⁸	2004	61	Acupuncture significantly more effective than massage therapy for pregnant women with depression, more so when depression-specific points used.
Allen et al ¹⁹	1998	38	RCT; acupuncture significantly more effective than waiting list, more so when depression-specific points used.
Gallagher et al ²⁰	2001	33	RCT, double-blind; relapse rates comparable to medical treatments.
Han et al ²¹	2004	61	RCT; equivocal symptom reduction with less side effects than maprotiline.
Macpherson et al ²²	2004	16	RCT; acupuncture showed significant improvement vs no treatment.
Roschke et al ²³	2000	71	Addition of acupuncture (either true or sham) to mianserin treatment was significantly more effective than mianserin treatment alone.

Note. RCT = randomized controlled trial.

Conclusiones.

Es difícil no ser precedido por los chinos en cualquier campo. Ernesto Sábató

El interés por la Medicina Tradicional China en nuestro pretendido contexto occidental ha suscitado variedad de posiciones que van, desde el escepticismo y la marginalidad, hasta la plena aceptación en países como (EJEMPLOS) que incluyen una legislación incluyente frente a este campo de saber. Al margen de una discusión que consideramos estéril en nuestra maestría, la MTC en su comprensión holística de las diversas patologías propone un tratamiento más que efectivo en el que es, en sí, el propósito de nuestro campo de conocimiento: brindar bienestar a los seres humanos, frágiles en nuestra condición humana.

No obstante, no debe haber comparación entre los diagnósticos alopáticos de depresión y las Desarmonías en Medicina Tradicional China, ya que las dos concepciones de enfermedad son diferentes y puede que los síntomas descritos en la depresión occidental se acoplen en alguno de los síndromes de MTC pero no son idénticos ya que estos últimos están asociados a otros síntomas correspondientes a cada órgano, consideración que, esperamos, esta monografía haya ilustrado en alguna medida.

La Medicina Tradicional China estudia los problemas emocionales derivados de una alteración de un órgano *Zang* y no considera una sola causa

sino una asociación de factores junto con la desarmonía del órgano comprometido. No se limita a el objeto orgánico, como la falta de producción de neurotransmisores, sino también a una serie de factores implícitos que la pueden generar, como la dieta, el exceso de trabajo, los factores emocionales, el sexo en exceso entre otros, acentuando la comprensión del cuerpo y su convivencia estrecha con el concepto de alma en MTC, abordado en el capítulo 2 de esta monografía. Es así la necesidad de extender el pretendido acompañamiento propio de nuestra profesión de médicos, sin limitarnos al cuadro patológico sino al complejo de factores implicados en el ser humano, en una visión que nos recuerda la labor de la Medicina en sí: al fin y al cabo, la tradición medicinal occidental en sus principios también fue fundada en este propósito.

En la pretensión de ilustrar las ventajas del tratamiento de la depresión en la MTC, la presente monografía expone, por ejemplo, las ventajas de este tipo de intervenciones en mujeres embarazadas. Para estas, al presentar restricción en el uso de la mayoría de fármacos antidepresivos, el tratamiento con acupuntura resulta ser una buena elección, aunque actualmente sobre este tópico no hay tantos estudios que aborden su aplicación como en no embarazadas. A pesar de esto, los estudios realizados muestran tanto la efectividad del tratamiento con acupuntura o electro acupuntura, sin efectos secundarios, o como tratamiento coadyuvante con fármacos psiquiátricos, lo cual genera mayor adhesión al tratamiento y menos abandono, con resultados más rápidos y a corto plazo.

Por otra parte, y proyectivamente, consideramos importante que en estudios posteriores que se realicen sobre la efectividad de la acupuntura en el tratamiento de la depresión, estos solo se lleven a cabo con pacientes diagnosticados desde síndromes de MTC y no bajo el concepto de Medicina Occidental, debido a la pérdida del sentido de la filosofía china: En la difusión que supone el ejercicio de la MTC en nuestros contextos, esta deberá ocupar un papel

central en el tratamiento, que empieza, obviamente, con la valoración inicial del médico, que en ningún momento ofrece su conocimiento como una solución mágica, abordada así desde miradas sesgadas y marginales en occidente, que intentan desconocer el rigor de la visión de la MTC que, como estudiantes de una maestría en Medicina alternativa, conocemos en todo su ejercicio.

Así, el tratamiento de la depresión en MTC constituye, más que el injusto y dogmático calificativo de alternativo, una vía altamente efectiva, respaldada por un aparato de investigación sesuda, pertinente, coherente, pero ante todo, efectiva en su ejercicio y en su aplicación.

BIBLIOGRAFÍA

Artículos

- Agelink, Sanner D; Eich H, Pach J, Bertling R; Lemmer W.; Klieser E. y Lehmann E. 2003, marzo, “¿Influye la acupuntura en el sistema nervioso autónomo cardíaco en pacientes con trastornos menores de depresión o ansiedad?”, en Fortschritte der Neurologie – Psychiatrie, vol. 71, núm. 3, pp. 141 – 149.
- Allen JJ; Manber R; Schnyer RN y Hitt SK. 1999, 15 – 20 mayo, 152 a Reunión Anual de la American Psychiatric Association, Washington.
- Eich H; Agelink MW; Lehmann E; Lemmer W y Klieser E. 2000, marzo, “Acupuntura en pacientes con episodios depresivos menores y ansiedad generalizada. Resultados de un estudio experimental”, en Fortschritte der Neurologie – Psychiatrie, vol. 68, núm. 3, pp. 137 – 144
- Gallagher SM; Allen JJ; Hitt SK; Schnyer RN y Manber R. 2001, diciembre, “Índices de recaída de depresión a seis meses entre mujeres tratadas con acupuntura”, en Complementary Therapies in Medicine, vol. 9, núm. 4, pp. 216 – 218.
- Han C; Li X, Luo H; Zhao X y Li X. 2004, septiembre, “Estudio clínico de Tratamiento de electro acupuntura para 30 casos de depresión mental”, en American Journal of Chinese Medicine, vol. 24, núm. 3, pp. 172 – 176.
- Jorm Anthony F.; Christensen Helen; Griffiths Kathleen M y Rodgers Bryan. 2002, “Effectiveness of complementary and self – help treatments for depression”, en MJA, vol. 176, núm. 10, pp. 84 – 95.

- Manber R; Schnyer RN; Allen JJ; Rush AJ y Blasey CM. 2004, noviembre, “Acupuntura: un tratamiento prometedor para la depresión durante el embarazo”, en *Journal of Affective Disorders*, vol. 83, núm. 1, pp. 89 -95.
- Noah Samuels, MD; Cornelius Gropp, MD; Sthepherd Roe Singer, MD y Menachem Oberbaum, MD. “Acupuncture for Psychiatric Illness: A Literature Review”, pp. 57.
- Roschke J; Wolf C; Muller MJ; Wagner P; Mann K; Grozinger M y Bech S. 2000, enero – marzo, “Los Beneficios de una acupuntura completa en el cuerpo en depresión mayor”, en *Journal of Affective Disorders*, vol. 57, núm. 1- 3, pp. 73 – 81.
- Tsay SL; Cho YC y Chen ML. 2004, “Acupresión y estimulación eléctrica transcutánea de acupuntos para mejorar la fatiga, la cualidad del sueño y la depresión en pacientes con hemodiálisis”, en *American Journal of Chinese Medicine*, vol.32, núm. 3, pp. 407 – 416.
- Zhan Wen – Jing M.D.; Yang Xin – Bo, M.D. y Zhong Bao – Liang M.D. 2009, “Combination of Acupuncture and Fluoxetine for Depression: A Randomized, Double – Blind, Sham – Controlled Trial”, en *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, vol. 15, núm. 8, pp. 837 - 844
Mary Ann Liebert, Inc. DOI: 10.1089/acm.2008.0607

-
- Zhong Guo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi; Han C; Li XW y Luo HC. 2002, julio, “El uso de la Acupuntura en el tratamiento de la depresión”, en Chinese Journal of Integrated Traditional and Western Medicine, vol. 22, núm. 7, pp. 512 – 514, 521.

Libros

- Pichot, P; López – Ibor Aliño, J y Valdés Miyar, M. (1995), *DSV – IV Breviario Criterios diagnósticos*, Barcelona, Ed. MASSON S.A, pp. 161 – 162.
- Hammer, L. (2002), *Psicología y medicina china, La Ascensión del dragón, el vuelo del pájaro rojo, Prologo de Ted Kaptchuck*, Barcelona, Ed. La liebre de Marzo, S.L. Capítulo 13 Ansiedad y Depresión, pp. 340-351.
- Maciocia, G. (2001), *Los fundamentos de la medicina china*, Portugal, Ed. Aneid Press, Capítulo 1 Yin Yang, pp. 1 – 14, Capítulo 3 Las Sustancias Vitales, pp. 35 – 65, Capítulo 6 Las Funciones del Corazón, pp. 72 – 74, Capítulo 7 Las Funciones del Hígado, pp. 80 – 81, Capítulo 8 Las Funciones del Pulmón, pp. 88 – 89, Capítulo 9 Las Funciones del Bazo, pp. 93 – 94, Capítulo 10 Las Funciones del Riñón, pp. 100 – 101.
- Maciocia, G. (2004), *Diagnosis in Chinese Medicine – A Comprehensive Guide*, Churchill Livingstone, Ed. Elsevier, Capítulo 44 Mental – Emotional - Syntoms, pp. 380 – 389, Capítulo 79 Mental and emotional symptoms, pp. 797 – 800.
- Maciocia, G. (2009), *La práctica de la medicina china*, Barcelona, Ed. Elsevier, Capítulo 9 La Psique en la medicina china, pp. 243 – 275, Capítulo 10, Las emociones, pp. 278 – 310, Capítulo 11 Etología de los problemas

Mentales y emocionales, pp. 311 – 319, Capítulo 13, Depresión, pp. 334 – 375.