



24 de octubre: Día Mundial de la Acupuntura

## La Acupuntura: una técnica natural, efectiva y fiable de la Medicina Tradicional China

- Este sábado, día 24, se celebra el Día Mundial de la Acupuntura, una de las técnicas de la Medicina Tradicional China cuyo origen se sitúa hace unos 2.500 años.
- En la actualidad es una de las técnicas naturales más practicadas en el mundo.
- La Acupuntura se utiliza en problemas musculares y de articulaciones, dolor, trastornos del sistema respiratorio, ginecológicos y urogenitales, disfunción de los sistemas digestivo e intestinal y trastornos del sistema circulatorio, alteraciones psico-emocionales entre otras alteraciones.

Madrid, octubre de 2015. La Acupuntura es una técnica cada vez más utilizada en occidente que pertenece a la Medicina Tradicional China (MTC) y consiste en la estimulación y manipulación en determinados puntos del cuerpo situados en su mayoría en canales energéticos con el objetivo de reequilibrar la situación energética de las personas. Hace más de 30 años, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoció que un total de 43 patologías respondían de forma muy eficaz con la técnica empleada de Acupuntura y la experiencia demuestra que son muchas las alteraciones que se pueden reequilibrar con esta técnica, explica el responsable de la Comisión de Medicina Tradicional China (MTC) de la Asociación de Profesionales y Autónomos de las Técnicas Naturales (APTN\_COFENAT), Thomas Richard.

Durante miles de años, ha sido practicada en China y otros países asiáticos. Hoy en día, es una técnica muy conocida también en el mundo occidental, millones de personas recurren a la Acupuntura como una técnica complementaria, para aliviar distintas afecciones y mejorar su calidad de vida. "Si se sufre algún tipo de dolor crónico, es posible que la Acupuntura sea una buena opción para complementar la terapia que haya indicado el médico de cabecera", explica el experto.

"Esta técnica realmente es efectiva y no solo a nivel sintomático, sino a nivel etiológico. Tiene acción sobre el sistema inmunitario, hormonal, nervioso, sanguíneo, óseo-articular, sensitivo, emocional. Equilibra los ritmos internos, activando unas funciones y ralentizando otras, hasta poner cada cosa en su lugar mediante el fortalecimiento y equilibrio de la energía vital", detalla.

En la práctica, la Acupuntura está basado en la observación del ser humano en todas sus fases, es decir: anímicas, climatológicas, constitucionales y hereditarias, donde los cinco sentidos están asociados a órganos internos y elementos naturales externos, como colores, sabores, sonidos y emociones. En concreto, la Acupuntura es efectiva y fiable, hace hincapié Thomas Richard, ante problemas musculares y de articulaciones, dolor, trastornos del sistema respiratorio, ginecológicos y urogenitales, disfunción de los sistemas digestivo e intestinal y trastornos del sistema circulatorio, alteraciones psico-emocionales entre otras alteraciones.

### ACUPUNTURA, AURICULOTÉCNICA Y DIGITOPUNTURA

Dentro de la Acupuntura se pueden diferenciar varios tipos, la más extendida es la Acupuntura con alfileres y consiste en pinchar, con unos alfileres especiales, en los canales energéticos y puntos adecuados para restablecer la energía y mejorar el bienestar de la persona. Estos alfileres son muy finos, casi del grosor de un cabello: son sólidos, de acero, ligeramente flexibles y pensados para deslizarse en el organismo sin lesionar los tejidos.

La Auriculotécnica, por su parte, es una técnica en la que también se emplean alfileres de Acupuntura, imanes, bolitas de acero o semillas para reequilibrar diferentes tipos de alteraciones en la persona, utilizando sólo los puntos reflejos

que se sitúan en la oreja. Los resultados que proporciona son bastante rápidos, ya que las alteraciones responden inmediatamente a la estimulación de estos puntos situados en la oreja. Esta técnica permite el control de determinados síntomas durante un período corto de tiempo y contribuyen a reequilibrar el organismo.

El tercer tipo es la Digitopuntura, una técnica muy simple y parecida a la Acupuntura, que se diferencia de ésta en que en lugar de utilizarse alfileres, las herramientas de presión son los propios dedos y, por ello, también se conoce como Digitopresión y es parte de las técnicas del masaje Tuina, otra herramienta valiosa de la MTC. Se trata de ejercer una presión con los dedos sobre los canales energéticos y zonas afectadas influyendo en la circulación de la energía vital para restablecer el equilibrio.

“La Medicina Tradicional China (MTC), que incluye la Acupuntura, es inmensa y compleja; muchos de sus conocimientos milenarios viajaron hasta nosotros y nos pertenece darles continuidad con el rigor de su enseñanza tradicional y la referencia constante a los tratados y compendios clásicos, que nos transmiten una sabiduría ancestral al servicio de una visión moderna e integrada de la salud”, concluye Thomas Richard.

CV del experto

Thomas Richard es titular de un Bachelor in Science with Honors in Traditional Chinese Medicine por ISMET y por la Universidad de Gales, Máster en Cultura y Sociedad en Asia Oriental por la Universitat Oberta de Catalunya (UOC), terapeuta, investigador, docente y director de Investigación y Desarrollo del Instituto Meridians en Barcelona, colabora actualmente con Catalunya Acupuntura en Sitges. Es el responsable de la Comisión de Medicina Tradicional China (MTC) de APTN\_COFENAT. Es especialista en Acupuntura y Farmacopea Tradicional China y profundizó su conocimiento en estas áreas en China, en el Kunming Medical College y actualmente junto a Philippe Sionneau en la Formación Superior de Acupuntura.

#### **Sobre APTN\_COFENAT**

La Asociación de Profesionales y Autónomos de las Técnicas Naturales (APTN\_COFENAT) es una entidad asociativa y profesional de ámbito nacional fundada en 1984, con 30 años de historia que reúne a más de 10.000 profesionales y a más de un centenar de escuelas de formación. El objetivo fundamental de APTN\_COFENAT es la representación y defensa de los intereses de todos los profesionales que ejercen y trabajan con Métodos Naturales de Salud, cuya denominación en la Unión Europea es la de Medicina Complementaria y Alternativa (CAM) y la de Medicina Tradicional y Complementaria (MTC), según la Organización Mundial de la Salud. Asimismo, APTN\_COFENAT vela por la seguridad de los usuarios de estas técnicas promoviendo la información y la creación de un entorno profesional de aplicación de estas Técnicas. APTN\_COFENAT ostenta la Secretaría General de EFCAM (European Federation for Complementary and Alternative Medicine).

Más información sobre APTN\_COFENAT en [www.cofenat.es](http://www.cofenat.es)



Síguenos en:

#### **MÁS INFORMACIÓN**

Rosana Ribera de Gracia

Departamento de Prensa de la Asociación de APTN\_COFENAT.

Núñez Morgado, 9 (local). 28036. Madrid.

Tel: 630 00 21 67