

**UNIVERSIDAD ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO
ESCUELA DE PSICOLOGIA**

**PSICOLOGIA, DEPRESION Y MEDICINA
TRADICIONAL CHINA**

ALUMNA: ANA REYES LOPEZ.

PROFESOR GUILA: MARIA ELENA CONCHA.

ASESOR METODOLOGICO: ELIAS PADILLA

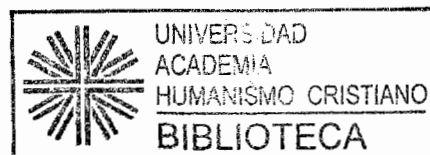
PROFESOR INFORMANTE: PABLO LAZCANO.

ALUMNA: ANA REYES LOPEZ.

Tesis para optar al grado de Licenciado en Psicología

Tesis para optar al Título de Psicólogo.

Santiago, Diciembre 2004.



Gracias principalmente a mi madre por todo su apoyo en este último esfuerzo.....

Gracias a Elías y a María Elena por toda su ayuda y buena disposición en la realización de esta pequeña investigación.....

Gracias a mi pareja por toda su comprensión y paciencia.....

Gracias a los pacientes y especialistas entrevistados por su cooperación.....

Y gracias a mi vecino "El Tato" por su buena voluntad en la impresión de las páginas de esta investigación.....

INDICE

Introducción General	4
1.1.- ANTECEDENTES SOBRE EL TEMA:	6
1.2 EL PROBLEMA A INVESTIGAR. LA PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN:	10
1.3.- APORTES Y RELEVANCIA DE LA INVESTIGACIÓN:	12
<u>2.- OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN</u>	<u>14</u>
2.1.-OBJETIVO GENERAL:	14
2.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	14
<u>3.- REFERENTES TEÓRICOS</u>	<u>15</u>
3.1.- ANTECEDENTES HISTÓRICOS:	15
3.1.1.-ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA EN CHINA.	15
3.1.2.-LA ACUPUNTURA EN CHINA. ANTECEDENTES HISTÓRICOS EN CHINA.	20
3.1.3.-LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA Y ACUPUNTURA EN CHILE	21
3.1.4.- TÉCNICAS DE LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA UTILIZADAS EN CHILE.	22
3.2.- MEDICINA TRADICIONAL CHINA: “UNA MIRADA A SU FILOSOFÍA”	24
3.2.1.- UNA VISIÓN HOLISTA DE SER HUMANO	24
3.2.2.- TRASTORNOS MENTALES EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA	28
3.2.3.- ACUPUNTURA: ACERCA DE SU DEFINICIÓN Y ALGUNA DE SUS PRINCIPALES TÉCNICAS.	33
3.3.- ESCUELA LATINOAMERICANA DE MEDICINA TRADICIONAL CHINA EN CHILE Y SU EXPERIENCIA DE TRABAJO CON ACUPUNTURA:	36
3.4.- LA DEPRESIÓN	40
3.4.1.- ANTECEDENTES HISTÓRICOS:	40
3.4.2.- DEPRESIÓN: MIRADAS DIVERSAS.	44
3.4.3- TRATAMIENTOS DE LA DEPRESIÓN.	51
3.4.4.- DEPRESIÓN EN CHILE	57
<u>4.- REFERENTES METODOLÓGICOS:</u>	<u>60</u>
4.1.- METODOLOGÍA:	60
4.2.- DELIMITACIÓN DEL CAMPO DE ESTUDIO:	62

4.3.- MÉTODOS Y TÉCNICAS DE RECOPIACIÓN DE INFORMACIÓN:	66
4.4.- PROCEDIMIENTOS DE INVESTIGACIÓN:	67
<i>5.- ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN</i>	68
5.1.- ANÁLISIS DESCRIPTIVO E INTERPRETATIVO MUESTRA PACIENTES.	68
5.2.- ANÁLISIS DESCRIPTIVO E INTERPRETATIVO MUESTRA ESPECIALISTAS	85
<i>6.- CONCLUSIONES:</i>	113
<i>BIBLIOGRAFÍA</i>	161

Introducción General

Actualmente es posible observar la existencia, el interés y el trabajo por conseguir niveles adecuados de atención en salud en nuestra población, cuestión que se viene desarrollando desde hace mucho tiempo. A lo largo de este proceso se ha construido un concepto de salud, en el que se define a ésta como al bienestar de los aspectos que constituyen al ser humano, es decir una visión de ser humano, en la que se consideran sus aspectos biológicos, psicológicos y también sociales, es decir biopsicosociales en interrelación. Desde esta filosofía de la salud, se entiende que estos tres aspectos deben de estar en armonía, para que así se aspire a un nivel adecuado de calidad de vida. Sin embargo, en la aplicación concreta de trabajo en pro de la salud, esta visión se lleva a cabo, en su generalidad y habitualidad, de un modo fragmentado, es decir, se concibe, se crea un concepto que se proyecta como integral, como uno solo, pero que en lo cotidiano se trata de un modo parcial. Los profesionales de la salud se dividen en especialidades, se parcelan, creando una operacionalización de la salud contraria a lo que se propone en teoría.

Un aspecto relevante en la mirada holista de salud definida anteriormente, es la salud mental, la salud de los aspectos psicológicos del ser humano, que hoy se encuentra en auge debido al incremento de problemas de esta índole, que afectan de esta manera los niveles generales de calidad de vida. Observándose día a día una creciente demanda al respecto. Las condiciones psicosociales de vida de los chilenos al parecer han llevado a este aumento; es así como se habla de “carga psicosocial” de la modernidad cotidiana, definida como la limitación más importante para la calidad de vida de las personas en las sociedades actuales¹, y junto con ello se ha desarrollado un más elevado nivel de conciencia individual y colectiva de que los aspectos psicológicos o mentales son de suma importancia en pro de un bienestar global. Ya no es suficiente con la satisfacción de las necesidades básicas del ser humano, sino que se aspira legítimamente a una calidad de vida que les permita un estado de equilibrio y sanidad subjetiva², donde su relación con el ambiente y los demás sea una armónica, partiendo de la armonía y bienestar internos.

¹ Plan Nacional de Salud Mental y Psiquiatría. Unidad de salud Mental, Gobierno de Chile. Segunda Edición, año 2001, Pp 21.

² Idem.

En concordancia, existe una mayor cobertura tanto privada como pública de profesionales de esta área, como lo es la Psicología, y dentro de ella la Psicología Clínica. Pero además se amplían los espacios en donde se desarrollan otras visiones, con otras filosofías, con nuevos tratamientos dentro de las denominadas medicinas alternativas, las que más que alternativas constituyen medicinas ancestrales, como la denominada Medicina Tradicional China, en la cual se desarrollan diversas técnicas terapéuticas, dentro de ellas, y quizás una de las más conocidas en occidente destaca la acupuntura.

En esta investigación se desarrollan teóricamente aspectos referentes a la medicina tradicional china, específicamente la técnica mencionada, como un tipo de tratamiento en el cual desde su filosofía se desarrolla una acción terapéutica que posibilita trabajar este concepto de ser humano holista, por lo tanto puede ejercer su actuar en lo relativo a la salud mental. Al interior de ésta coexisten múltiples problemáticas que afectan a nuestra población, una de las principales es la Depresión, es aquí donde se centra la perspectiva de esta investigación, entendiendo que la depresión alude a elementos esenciales en el desarrollo humano, ya que desde esta mirada la depresión se inserta en una visión integral de hombre, es decir que en la vivencia de este fenómeno se afectan la interrelación: mente, cuerpo y emoción, lo que se traduce en un detrimento de la globalidad de cada individuo.

1.- LA PROBLEMÁTICA A INVESTIGAR

1.1.- Antecedentes sobre el tema:

La Medicina Tradicional China, es una de las medicinas más antiguas del mundo, ya que su existencia se remonta a más de 5000 años de historia. Su obra más trascendental es el denominado canon de medicina interna el cual data de la misma fecha. Su fundación hace referencia al emperador “amarillo”.

A partir de su ancestral filosofía, en la cual cobra prevalencia una visión holista de ser humano, se desarrollan numerosas técnicas terapéuticas. Se aplican tratamientos específicos para cada enfermedad, cuya base es el adecuado diagnóstico. Dentro de estas técnicas terapéuticas tenemos: Fitoterapia, acupuntura, moxibustión, masaje, qi gong.

Una de sus técnicas terapéuticas más conocidas en occidente es la acupuntura, la cual también tiene sus orígenes en los remotos tiempos de la historia China, existen pruebas de la existencia de sus principios básicos en el tratamiento de diversas enfermedades desde hace al menos 5000 años³ de historia. Las primeras agujas utilizadas en esta técnica terapéutica eran de jade, de piedra.

En Chile la práctica de la medicina tradicional China data desde hace varias décadas, en las que es imposible precisar una fecha exacta, ya que implicaría una tesis aparte el abordar con precisión este tema, ya que chinos han pasado por nuestro país desde hace muchos años, por lo que en forma aislada es posible pensar en su aplicación. En nuestro país se inserta a través de marcos organizacionales e institucionales desde hace aproximadamente 20 años.

Los profesionales de esta área se forman en Chile a través de la escuela Latinoamericana de Medicina Tradicional China desde el año 2000, esta es la primera institución validada en Chile como tal, contando con el convenio establecido con la universidad de Guangzhou al sur de China, la cual es una de las instituciones más antiguas donde se imparte la enseñanza con este tipo de medicina. A partir de este convenio la escuela puede contar entre otras cosas, con asesorías y asistencia directa en el desarrollo de los programas de estudios, y la

³ www.esuelalatinamericanademedicinatradiocionalchina.cl

posibilidad para sus graduados de poder participar en entrenamientos de residencia en dicha institución⁴. Además recientemente, en forma específica a fines del mes de julio de este año, el Ministerio de salud de nuestro país ha firmado un convenio con la universidad china mencionada, el que se llevó a cabo tras la venida a Chile en dicho mes de los profesores Feng Xindong, presidente y decano de la universidad de medicina tradicional china de Guangzhou, y Xie Jinhua, subdirector del colegio de enseñanza Internacional de la universidad, es así como estos personajes de renombre en esta medicina de oriente establecen con nuestro país convenios de cooperación con centros hospitalarios para de esa manera poder integrar a la medicina occidental chilena tal medicina de tradición milenaria como lo es la china, además esta visita también tenía como finalidad el dar a conocer con mayor profundidad las terapias orientales, además de poder observar el trabajo llevado a cabo en nuestro país con la integración de la medicina tradicional china. Los representantes chilenos en la firma de este convenio aluden a Antonio Infante Barros, subsecretario del Ministerio de salud; el Dr. Osvaldo Salgado, director del Servicio del Área Metropolitana Sur; el Dr. Jorge Lastra, Director del Servicio de salud del área Metropolitana Central; y Josefina del Valle, encargada del área de terapias Alternativas del Servicio Médico Sur., con los cuales se da por establecido la implementación de terapias tradicionales chinas en los hospitales públicos de nuestro país. Otro aspecto que forma parte de esta visita de especialistas y representantes de la medicina tradicional china de la universidad de Guangzhou del sur de china, es el compromiso de capacitar al personal de la salud en el aprendizaje de esta medicina a través de cursos, y por medio del intercambio de profesionales chinos a Chile, y el incentivo hacia los profesionales chilenos para viajar a esta Universidad en China⁵.

A este acuerdo lo anteceden en nuestro país espacios de formación en medicina tradicional China, los que actualmente incluyen capacitación para una diversa gama de público, en lo que antes sólo era un estudio destinado a profesionales médicos, incorporándose de este modo en el ámbito de lo privado, y también en servicios de atención pública desde el año 2001. Actualmente expertos en Medicina Tradicional China, formados en la Escuela Latinoamericana de Medicina Tradicional China, mantienen un convenio con un área del

⁴ www.revistanuevomundo.cl

Servicio Metropolitano de Salud, en el que ésta prueba su efectividad en el tratamiento de enfermedades contemporáneas, como una medicina única y complementaria a las convencionales.

Dentro de las numerosas técnicas desarrolladas en esta medicina, la acupuntura es la de mayor renombre y quizás una de las que cuenta con más seguidores en occidente⁶. En términos breves consiste primordialmente en la estimulación a través de finas agujas metálicas, de acero inoxidable, sobre puntos que se ubican en los canales o meridianos por lo que circula la energía vital del cuerpo. Estos canales al estar conectados con los órganos internos del ser humano, permiten que a través de dicha estimulación se traten y así alivien distintas enfermedades⁷.

En nuestro país se han realizado diversos estudios en Medicina Tradicional China. Como ejemplo se mencionarán tres, uno realizado con la técnica de auriculupuntura, que es una técnica específica de la acupuntura, en la sala de emergencias de la Clínica de la Universidad Católica, en la cual se estudió la efectividad de ésta como método para bajar la presión arterial, reemplazando las inyecciones que se utilizaban hasta ese entonces; otro estudio que actualmente se encuentra en proceso de realización, en la región metropolitana desde hace tres años, en el hospital Barros Luco acerca de tratamientos de Medicina Tradicional China en diagnóstico occidental de depresión, desde alteraciones simples del estado anímico a depresión leve, moderada y mayor, y también en cuanto a enfermedades musculares; y el tercero se lleva a cabo desde Octubre del año pasado en el Consultorio del Bosque, en la región metropolitana también en torno a depresión, el cual aún se encuentra en proceso de realización.

En la filosofía de esta medicina alternativa, se pueden encontrar elementos teóricos susceptibles de acercarnos a la comprensión de su utilidad en el tratamiento de problemáticas relativas a la salud, a la salud mental y junto con ello al bienestar interno. De esta manera, se aprecia que el proceso terapéutico en problemáticas relativas a la salud mental desde esta visión diversa y complementaria a la psicológica, puede traer beneficios concretos en los aspectos interrelacionados constituyentes de cada ser humano, de cuyo

⁵ Revista Nuevo Mundo. Edición septiembre/octubre, año 2004.

⁶ www.medicinachina.cl

equilibrio global depende la salud del hombre, en consecuencia nos acerca a una manera de comprensión del ser humano en el que no se fragmenta su constitución, en el que se ve al cuerpo en su totalidad, es en sí un planteamiento filosófico que en occidente se expresa en la noción “mente cuerpo”, pero que se diferencia, ya que en la medicina tradicional china se trata de una triada energética que incorpora la mente, el cuerpo y el canal que une a ambas, la circulación energética, de cuyo equilibrio depende el estado de salud total⁸. Desde esta filosofía se desarrollan técnicas concretas de tratamiento que trabajan en esta triada energética, como lo es la acupuntura, buscando restituir su equilibrio, del cual depende la salud total del individuo, no fragmenta lo que en medicina occidental se propone actualmente como definición de la salud. A partir de esta conceptualización, se inserta un estado específico de vivencia psicológica (intrapsíquica, interpersonal, medio ambiental), cognitiva y corporal: la Depresión. Es este un fenómeno que afecta significativamente a nuestro país, un dato importante que lo expresa es un estudio realizado en Chile, el que señala lo siguiente: “la depresión es el problema de salud mental que produce mayor discapacidad en mujeres en nuestro país y ocupa el segundo lugar entre las primeras 15 causas de Años de Vida Saludables Perdidos por Discapacidad o Muerte Prematura (AVISA) en ellas⁹. Además la depresión en sí misma constituye un fenómeno en el que se ven comprometidos aspectos que también atañen a la totalidad del individuo, incluida la relación con el entorno, si bien en la literatura y en su desarrollo el concepto construido fue evolucionando, desde las diversas concepciones en torno a la melancolía, desde visiones somaticistas, biologicistas, genéticas, psiquiátricas, psicológicas, y psicosociales, existe una manera de entenderla en la que se integran estos elementos aislados unos de otros, aunque su concretización, a través de tratamiento hegemónicos u oficiales, no sea una adecuada a esta integralidad. Como ilustración de lo señalado, en nuestro país la asociación de psicólogos infanto-juveniles, se refieren a la depresión de la siguiente manera: “ Fenomenológicamente, puede ser descrita como un estado de ánimo triste, con inhibición

⁷ Idem

⁸ Apuntes curso Medicina tradicional China. Escuela latinoamericana de Medicina tradicional China. Año 2002.

⁹ Gobierno de Chile. Plan Nacional de Salud Mental Y Psiquiatría. Unidad de salud Mental, Segunda Edición. Año 2001, Pp 90.

tanto de la corporalidad como del curso del pensamiento, con un bajo nivel de energía, poca voluntad para realizar movimientos o acciones y dificultad en la capacidad de tomar decisiones”¹⁰. Si se observa esta definición podemos apreciar que tratamientos convencionales no siempre son los adecuados, esta cuestión paulatinamente cobra existencia en los individuos, lo que se evidencia en la mayor demanda de la población a otros tratamientos, es por ello que se desarrollan crecientemente en nuestro país, y también internacionalmente otras miradas y prácticas relativas a la salud, reiterando que en ellas coexisten diversas medicinas ancestrales, como lo es la medicina tradicional china.

1.2 El Problema a investigar. La pregunta de investigación:

El problema en cuestión alude a que la visión actual de salud en nuestra sociedad chilena occidental, visión holista, integral, válida e importante, no se concretiza necesariamente acorde a su planteamiento de base, ya que se tratan los problemas de salud parceladamente, en nuestras medicinas convencionales hay un especialista para cada dolor, para cada problema, el planteamiento biopsicosocial, se divide en su tratamiento en lo biológico, psicológico y social.

Desde la mirada psicológica, importa el bienestar subjetivo, mental, emocional, interno, se trabaja para ello, para así contribuir en el bienestar general de quienes se realizan psicoterapia, en el ámbito de la psicología clínica específicamente.

En esta problemática se enfatiza lo relativo a la salud, a la calidad de vida, pero se centra en lo relativo a lo psicológico, en lo mental, emocional, entendiendo y reafirmando que la naturaleza del ser humano es una en interrelación con lo que nos conforma, lo emocional, corporal y mental.

La presente problemática se resume, en que la medicina de occidente presenta falencias en cuanto a los tratamientos que ofrecen a la población, ya que se dividen en especialidades que escinden la constitución del hombre. La mirada actual desarrollada por la organización mundial de la salud, asume en su planteamiento que la salud depende del adecuado estado

¹⁰ Tesis, Depresión Y Psicoterapia. “Una mirada desde la psicología”. Patricio Ortega Obreque. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Año 2002.

de lo mental-social-emocional, físico, sin embargo no existe coherencia ni consecuencia entre lo que propone en teoría y lo que practica.

La depresión, como ya se ha mencionado, es hoy un problema mundial y nacional que requiere de puestas en práctica más completas y efectivas. Es así como se requiere de apertura a otras miradas, que contribuyan en el abordaje de las carencias de la medicina mencionada. De esta manera, la medicina tradicional china, alternativa para nosotros, desde su filosofía y técnicas, en específico la acupuntura, aborda una perspectiva holista que se acerca a la mirada que como occidente tenemos actualmente respecto de la salud, pero existiendo en ella coherencia entre sus planteamientos y sus tratamientos, es decir, una persona puede ir a atenderse en medicina tradicional china por problemas estomacales, y dentro del tratamiento también se abordarán lo relativo a los demás aspectos relacionados con este malestar específico, por lo tanto además de poder sentirse mejor de su dolor estomacal, atendiendo a la causa más que al solo síntoma, también podrá encontrar alivio en lo relativo a su vida mental, emocional. Es así, como este planteamiento cobra aún mayor relevancia como tratamiento alternativo en problemáticas de salud mental hoy frecuentes en nuestra sociedad, entre ellos la depresión.

De esta manera, se llega a formular la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál ha sido el aporte real en el proceso terapéutico experimentado en pacientes con depresión en Chile que han sido tratados por especialistas en acupuntura de la Escuela latinoamericana de medicina tradicional China?

Esta pregunta, cobra aún mayor relevancia en el ámbito de la psicología de la salud, ya que en ella se estudian las dimensiones psicosociales del proceso de salud-enfermedad. Se realiza una valoración integral de todos y cada uno de los factores psicológicos y sociales que influyen en el proceso salud-enfermedad¹¹. Existe en ella una visión de ser humano

¹¹ Revista Cubana de Psicología, 2003.

olista, es decir que integra en una sola unidad todas sus dimensiones humanas: corporales, psicológicas, sociales y espirituales, concebidas en el término unidad biopsicosocial, o biopsicosocioespiritual. La relación dinámica entre salud y enfermedad depende del equilibrio de las condiciones tanto mentales, corporales como también sociales, desde este equilibrio se desarrolla el proceso de salud-enfermedad, desde donde se entiende apunta un proceso terapéutico efectivo.

1.3.- Aportes y Relevancia de la investigación:

En el campo específico de la psicología, los aportes y relevancia de esta investigación se traducen y expresan en un espacio diverso, ya que cobran existencia primeramente en lo teórico, desde esta perspectiva, se desarrolla una visión, una filosofía, en donde la visión de ser humano, y de la salud se concibe en una íntegra y consecuente, contiene elementos teóricos que pueden constituirse en una mirada diversa, amplia, en donde se ve al ser humano globalmente, percibiendo sus componentes, pero integrándolos en un todo, lo que si bien ya tiene existencia dentro del campo de nuestra salud, y con ello dentro de visiones y corrientes psicológicas, si se observa dentro del ámbito de medicinas alternativas, es una teoría que puede enriquecer la psicológica, principalmente en su concepción de salud mental. Además existe una carencia bibliográfica al respecto, por lo menos en nuestro país, por lo que en términos teóricos es un estudio que entrega información nueva, además al parecer no hay una sistematización de estos datos, ni de la llegada de esta medicina a Chile, por lo que esta investigación puede llegar a configurarse en un tipo de información importante en el mayor conocimiento de esta visión médica en Chile. Desde allí se concibe también su relevancia en lo práctico, en el terreno del tratamiento, ya que no solo basta con una filosofía que amplíe los horizontes teóricos de la psicología, que la enriquezca, ya que quizás lo más fundamental es su consecuencia, ya que en esta medicina alternativa su teoría es coherente con su aplicación real, concreta. De esta manera, no sólo

aporta en teoría a la psicología, sino que también aporta en lo experiencial, en la práctica de la teoría, con ello aumenta, eleva su importancia teórica, ya que se valida empíricamente, pero además contribuye en un fenómeno más relevante aún, y es que permite aliviar síntomas relativos al campo del trabajo en psicología, al tratar las causas de un malestar dado, que no necesariamente se remita al de lo psicológico, en este proceso se alivia sintomatología perteneciente al individuo en su totalidad, se restablece el equilibrio de los componentes del ser humano, y dentro de ellos lo mental, lo que llamamos en nuestra sociedad como salud mental, dentro de la concepción de salud. Es así, como esta teoría se lleva a cabo fiel en la práctica, contribuyendo a elevar la calidad de vida de los sujetos, al producir bienestar mental, pasa a ser una herramienta medicinal complementaria a la psicología, en cuanto a que contribuye en la remisión de síntomas, de molestias que son recurrentes en el trabajo psicológico. Desde este mismo enfoque, además esta investigación es un aporte en lo social, en cuanto a poder introducir mayor diversidad social con respecto a la salud, y a resolver sus problemas de salud, entregando además un nuevo servicio a la población, pudiendo descongestionar un poco los servicios de salud pública, reduciendo así las problemáticas de salud, lo que se observa en la inserción reciente de esta medicina en el servicio metropolitano de salud, y su inserción en regiones en centros privados. Su contribución por lo tanto a la psicología es filosófica, enriquecedora, es a la vez práctica, al ayudar a reducir los malestares psicológicos posibles de relacionarse con aspectos teóricos relevantes de la medicina tradicional china, y es principalmente un aporte porque permite elevar la calidad de vida, aspecto fundamental, finalidad relevante en el campo de lo psicológico.

En síntesis, el bienestar psicológico, es de suma relevancia hoy y siempre, retomando los más elevados niveles de conciencia individual y social respecto de este tema, es que toma relevancia los aportes de la medicina Tradicional China, ya que desde su filosofía siempre contribuye en el bienestar subjetivo, mental, ya que tanto ella como las técnicas abordan al individuo, al cuerpo como a un todo, atribuyendo que las enfermedades se deben al desequilibrio de esta totalidad, por lo que sus tratamientos se destinan al restablecimiento de este equilibrio, más que al restablecimiento de un síntoma concreto.

2.- Objetivos de la investigación

2.1.-Objetivo general:

Conocer el aporte real en el proceso terapéutico experimentado en pacientes con depresión en Chile que han sido tratados por especialistas en acupuntura de la Escuela latinoamericana de medicina tradicional China

2.2.- Objetivos específicos:

- 1) Conocer los aportes de la medicina tradicional China en el proceso terapéutico en pacientes con depresión
- 2) Conocer los aportes de la acupuntura al proceso terapéutico en pacientes con depresión.
- 3) Conocer las técnicas y procedimientos utilizados por especialistas de la escuela Latinoamérica de Medicina tradicional China en el tratamiento de la depresión.
- 4) Conocer la percepción de los pacientes en torno al tratamiento de acupuntura recibido por especialistas en medicina tradicional China en la resolución de problemas de depresión.
- 5) Conocer la percepción de los especialistas en el tratamiento de medicina tradicional China realizado a pacientes con depresión.

3.- Referentes Teóricos

3.1.- Antecedentes históricos:

En este capítulo, se dan a conocer antecedentes relevantes en torno a los orígenes y evolución tanto de la Medicina Tradicional China desde una perspectiva general y en su país de nacimiento, como también se exponen las raíces y posterior desarrollo de la acupuntura como una técnica terapéutica específica e importante al interior de esta medicina oriental y ancestral.

Se desarrollan también antecedentes históricos que dan cuenta de cómo se ha ido desarrollando, desde una mirada general, esta antigua medicina en nuestro país así como también se mencionan y definen las técnicas terapéuticas de esta medicina practicadas en Chile.

3.1.1.-Antecedentes Históricos de la medicina tradicional china en China.

Las raíces de la medicina tradicional china se encuentran en los inicios de esta civilización, en la cuenca del río Amarillo, en el norte de China. Se habla de esta medicina como una medicina ancestral, milenaria, ya que sus orígenes se remontan a más de 5000 años de historia.

Su fortaleza ancestral radica en la riqueza de su filosofía taoísta. Para los chinos, el cuerpo humano es concebido como a un “conjunto orgánico íntegro”¹². En consecuencia creen en un sistema en el cual sus partes se encuentran en interrelación funcional, interrelación basada en las mismas fuerzas fundamentales que rigen a la naturaleza y el cosmos, en el que el organismo humano es concebido como reflejo microcósmico. En la filosofía de la medicina tradicional China todo lo que ocurre en el macrocosmos también ocurre en el microcosmo. El método chino es holista, parte de la idea de que no se puede comprender las partes si no es en relación con la totalidad. Relación en la que debe existir un equilibrio

¹² Chenggu, Ye. Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. 1º edición.

entre las partes que conforman la totalidad del ser humano, incluyendo el ambiente externo¹³.

Retomando su historia, es decir, desde hace 5000 años de antigüedad, en la literatura se plantea que sus orígenes además se remontan a una época considerada por muchos investigadores como mítica, sin embargo muestras empíricas a partir de excavaciones, confirman que sus inicios se relacionan con el denominado legendario emperador Huang Ti, más conocido como emperador Amarillo, es este personaje el de mayor renombre en la bibliografía relativa a la historia de esta medicina. Se relata que además, en los inicios de esta medicina no existían médicos profesionales, por lo que esta medicina se encontraba en manos de los chamanes de las tribus de esa época, medicina basada principalmente en el conocimiento y recolección de hierbas silvestres¹⁴.

Se han encontrado evidencias de más de treinta y seis nombres de enfermedades, síntomas y diversos tratamientos basados en plantas, en huesos y caparazones de tortuga alrededor del año 1500 a.c. lo que demuestra que ya en estos años esta práctica era una verdadera profesión en China¹⁵.

Otro antecedente con relación a sus primeros años de existencia y a su filosofía, es que estos tratamientos ya se dirigían a diversas enfermedades y dolencias, tanto físicas como mentales, desde un enfoque integral, holista, por lo que sus procesos terapéuticos siempre abarcaban la interrelación mente-cuerpo. Es así, como en la literatura se menciona que el tratamiento de enfermedades mentales, por medio de procesos terapéuticos como la acupuntura y moxibustión, datan de tiempos remotos¹⁶.

Retomando nuevamente el desarrollo histórico de esta medicina ancestral, en la literatura existente se menciona un periodo durante la dinastía Chou, en el año 1122 a.c. Su relevancia es que de esta época datan los términos “yi” que significa doctor y “yao” que

Ediciones en lenguas extranjeras, 1995.

¹³ Apuntes cátedra Medicina tradicional China. Escuela Latinoamericana de Medicina tradicional China. 2002.

¹⁴ Reid, Daniel. Medicina Tradicional China. Ediciones Urano, 1999.

¹⁵ Idem.

¹⁶ Chengg, Ye. Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. Ediciones en lenguas extranjeras. 1995.

quiere decir medicina, lo que indica nuevamente su constitución profesional. Estos términos además ya aparecen en el libro más antiguo del mundo, el I Ching, el cual representa la codificación más antigua de la filosofía taoísta, a partir de la cual se basan todas las ciencias tradicionales y artes chinas¹⁷. Además dentro de los hitos de la historia en China que son a la vez parte del desarrollo y constitución de esta medicina, tenemos el reino de Chin, en el año 218 a.c. Durante este reinado se unió todo el imperio central bajo un único gobierno. Su afán era cambiar la estructura del pasado en China, de esta manera ordenó los infames “fuegos de China”, en la cual se quemaron cientos de libros, todos los cuales hacían referencia al antiguo patrimonio clásico chino, sin embargo a pesar de esta catástrofe literaria, pudieron salvarse libros relativos a agricultura, adivinación y medicina¹⁸.

Tras largos años de este gobierno, de la dinastía Chin, el pueblo chino se subleva, dando paso al mandato de una nueva dinastía, la gran dinastía Han, en los años 206 a.c-220 d.c. Es durante el periodo de existencia de esta dinastía que se desarrollan grandes y clásicos textos médicos, los que permitieron dar organización a toda la vasta experiencia positiva acumulada al respecto durante los milenios pasados de esta medicina.

El texto médico de mayor trascendencia, es el llamado Clásico Canon de Medicina Interna también llamado Neijing, del Emperador Amarillo, texto que en la actualidad conserva su importancia y utilización en el estudio veraz de esta filosofía y de su aplicación médica. Es en este texto donde se constituye su enmarque teórico. En él se explican las aplicaciones médicas de los principios de yin y yang, las cinco energías elementales, los meridianos, el Qi o energía, la sangre, y otros principios fundamentales de esta filosofía. Es este texto el de mayor renombre entre los conocidos y expertos en el tema, y el que más resalta y aparece reiteradamente en la bibliografía.

Otro texto clásico medicinal escrito durante la dinastía Han, es la llamada Farmacopea de Shen Nung, basado sólo a partir de lo posible de demostrarse a través de la empiria, en este texto se describen todas las clases de hierbas medicinales, registrando de este modo el conocimiento acerca de las hierbas desde los albores de esta medicina. Las hierbas descritas en este libro clásico, aparecen clasificadas en tres tipos de categorías, las cuales son

¹⁷ Cauded, Francisco. Medicina China. Editorial Astri. 2003.

utilizadas actualmente en la técnica de fitoterapia de la medicina tradicional China.

Un antecedente importante, es que el emperador Sheng Nung también aparece frecuentemente como personaje trascendente en el desarrollo de esta medicina, al igual que el emperador amarillo. La diferencia es que Sheng Nung es principalmente reconocido por su experticia en la rama de la fitoterapia, mientras que el emperador amarillo resalta por su maestría en la acupuntura¹⁹.

Otro texto clásico desarrollado también durante la dinastía Han, es el denominado Análisis de las fiebres y las gripes. Este libro fue escrito por Chang Chung-Ching, al igual que el texto llamado Recetas esenciales del arcón dorado, ambos textos en sus inicios formaban uno solo, dividiéndose finalmente en dos volúmenes diferentes. Este personaje histórico, Chang Chung-Ching, además fue quien crea y publica el primer mapa de los meridianos por los que circula el qi o la energía, concepto fundante de esta medicina, además en este texto se señalan los puntos vitales empleados en la técnica terapéutica de la acupuntura²⁰.

Los tres textos clásicos, más los dos volúmenes señalados, y el texto de los meridianos, se desarrollan en China durante los inicios de la dinastía Han. Durante la segunda mitad de gobierno de los Han, aparece otro renombrado personaje, otro médico chino llamado Hua To, quien además fue el primero en utilizar hierbas tóxicas en reemplazo de la anestesia local. Durante los años siguientes, se menciona en la historia de China el gobierno de la dinastía Tang, en los años 618-906 d.c, época conocida como la “época dorada de China”²¹. Es un periodo de oro, ya que en ella se establece la primera escuela de medicina de China. En los años siguientes, específicamente entre el 926-1279, durante la dinastía Sung, la medicina tradicional China avanza continuamente, en estos años además se desarrollan numerosas nuevas escuelas de esta índole. En los años 1368-1644, la medicina tradicional China experimenta nuevamente un gran crecimiento, es en la época de la dinastía Ming, época exitosamente próspera para la fitoterapia China. En la dinastía Ming, emerge un gran maestro, denominado Li Shihchen, este personaje es además el último gran maestro en el desarrollo histórico de la medicina tradicional China.

¹⁸ Ibid, Pp 25.

¹⁹ Caudet, Francisco. Medicina China. Ediciones Astri. 2003.

²⁰ Reid, Daniel. Medicina Tradicional China. Ediciones Urano. 1999.

²¹ Ibid, Pp 27.

A partir de estos años, la medicina tradicional China continúa con su desarrollo, se escriben y publican gran cantidad de textos medicinales, acerca de sus diversas técnicas terapéuticas: Fitoterapia, acupuntura, moxibustión, masaje, digitopuntura, Qi Gong, todas las cuales comparten las mismas raíces filosóficas en la comprensión y aplicación de sus técnicas.

Desde los años 1911, esta medicina se extiende a otros países de occidente, siendo actualmente practicada en la mayoría de los países del mundo. En el año 1931, se empiezan a realizar estudios científicos de las antiguas artes chinas de curación en occidente²².

En la historia más reciente de China, existe un período en el cual esta práctica ancestral y milenaria se prohíbe, prohibición que nos remonta al personaje político y revolucionario comunista Mao-Tse-Tung. Es él quién en el año 1949 proclama la República Popular China, de la que es elegido presidente un año más tarde. Dimitiendo en el año 1959 pero conservando su puesto de presidente del partido comunista chino. En el período 1966-1979 lleva a cabo la revolución cultural china, años en los cuales se rechazaron todas aquellas prácticas filosóficas e ideológicas contrarias o divergentes a la impuesta en ese entonces, por lo que prácticas ancestrales como la medicina tradicional china fueron suprimidas durante estos años. Sin embargo es durante la finalización de esta revolución, y a partir de sus mismos líderes que se decide volver a insertar en el país esta medicina, ya que su implementación significaba reducir costos significativos en la salud de la población, de la numerosa población existente en China²³.

De esta forma actualmente en China continúa practicándose desde sus tradiciones. Hoy en día existen en China hospitales de medicina tradicional, pero que incluyen unidades de medicina occidental, para cirugías, exámenes de laboratorio, etc. Además cuenta con hospitales de medicina occidental que también tiene insertos unidades de medicina tradicional. Al parecer el tema de la hegemonía en medicina en este país no es predominante, ya que los chinos son esencialmente prácticos, sobre todo si pensamos en la gran, en la numerosa población existente en dicho país.

²² Reid, Daniel. Medicina tradicional China. Ediciones Urano. Año 1999.

²³ Everest, Diccionario enciclopédico. Año 1978.

3.1.2.-La Acupuntura en China. Antecedentes históricos en China.

La acupuntura es una de las técnicas terapéuticas más antiguas de la medicina tradicional china, y quizás una de las más conocidas en occidente.

Sus orígenes se remontan a 5000 años de antigüedad en China. Nace en el fértil valle del río amarillo. En la literatura se plantea que según la tradición popular, la acupuntura debe su existencia a los soldados heridos con flechas en los antiguos campos de batalla de la China. Algunos de estos soldados planteaban que tras estas heridas de flechas a veces sentían alivio en

otras esferas de su cuerpo. A través de los años se fueron descubriendo y situando una serie de puntos sobre el cuerpo a los cuales se aplica presión profunda con los dedos, o presión a través de pinchazos con utensilios de piedra. Estas prácticas traían como consecuencias efectos terapéuticos en distintas zonas del cuerpo, tanto internas como externas, y dentro de ellas también mentales.

En sus inicios el material utilizado en acupuntura era de piedras planas afiladas, más tarde estas piedras se fueron afilando hasta convertirse en agujas de piedra, hasta ser lo que son hoy en día, gracias al avance de la metalurgia, agujas de acero inoxidable.

La transmisión oral de este conocimiento era difícil, inicialmente se crearon una serie de signos convencionales que consistían en combinaciones de líneas rectas y cruzadas; más tarde fueron reemplazadas por cuerdas anudadas, para luego desarrollar el primer ideograma escrito. Después viene la época histórica, ya que siglo a siglo la escritura se fue modificando, de manera tal que el año 200 a.c., es la época en que data el primer libro conocido llegado hasta la actualidad²⁴.

Al interior de la medicina tradicional china, la acupuntura constituye una de sus técnicas terapéuticas más difundidas por el resto del mundo, y una de las más conocidas. Actualmente la organización mundial de la salud valida su eficacia terapéutica en aproximadamente 60 tipos distintos de enfermedades, entre ellas: colón irritable, síndromes ulcerosos y depresivos, arritmias, lumbagos, cefaleas crónicas, etc.²⁵

En la literatura, se encuentran datos relativos a que la Organización mundial de la salud en

²⁴ Archivos Internet: www.Acupuntura.cl

el año 1979, aprueba que tanto la acupuntura como la moxibustión, ambas terapias exclusivas de la medicina tradicional china, pueden ser empleadas en la curación de diversas enfermedades, como las mencionadas con anterioridad²⁶.

Un antecedente relevante, es su aplicación en problemáticas relativas a lo mental, en donde el concepto de enfermedad mental es muy diferente al occidental. El uso de la acupuntura en la esfera de lo mental, de la salud de los aspectos metales, emocionales es muy antiguo, se habla del año 500 antes de nuestra era²⁷.

3.1.3.-La Medicina Tradicional China y Acupuntura en Chile

Del material recolectado, y de la escasa literatura al respecto, es posible señalar que si bien la medicina tradicional china existe desde hace muchos años en occidente, y desde hace por lo menos 20 años en Chile, sólo empieza a ser valorada como tal, alejándose un poco de los pensamientos en torno a que esta medicina no es medicina sino esoterismo, o algo más bien místico, su legitimidad como tal es más reciente, por lo menos desde la población en general.

Su inserción en Chile, se debe en primera instancia a la llegada de profesionales que han estudiado esta medicina en otros países, en china lógicamente, también en Europa por ejemplo, pero no en Chile. También se mencionan a muchos argentinos en sus inicios en nuestro país. Es así como mucho de los centros de medicina alternativa que existen en nuestro territorio, en los que se practican las técnicas de esta medicina china, se ejercen a partir de estudiosos y estudios realizados en el extranjero. O también a través de cursos dictados en Chile por chinos o extranjeros expertos en esta medicina. Dentro de los cursos que se dictan o han dictado en Chile, existe por ejemplo el realizado recientemente en la universidad de Santiago a profesionales médicos occidentales, para implementar y practicar esta medicina en diversos hospitales de Santiago, dentro de este mencionado

²⁵ Entrevista, director escuela latinoamericana de medicina tradicional china, julio 2004.

²⁶ Caudet, Francisco. Medicina China. Editorial Astri. Año 2003.

²⁷ Chenggu, Ye. Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión, ediciones en lenguas extranjeras. Año 1995.

ejemplo, un plan es insertar la acupuntura específicamente en el policlínico del hospital Padre Hurtado²⁸. La acupuntura es una de las técnicas de mayor renombre en Chile, y de mayor aplicación en hospitales públicos, en la región metropolitana como el Barros Luco, el consultorio de la comuna del Bosque, el hospital San José, y también en regiones en el hospital de Rancagua. Una de las ventajas de la acupuntura, y que es responsable de su llegada e inserción legítima en nuestro país, no es sólo debido a su eficacia en diversas enfermedades, y a su validación por la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.), sino que también por que permite reducir costos en los tratamientos, ya que por ejemplo disminuye el uso de medicamentos. Sólo la puesta en práctica de esta medicina en Chile ha podido consolidar su validación en la población y en la manera de entender y trabajar en pro de una mejor salud en nuestros chilenos.

3.1.4.- Técnicas de la Medicina Tradicional China utilizadas en Chile.

Dentro de las técnicas terapéuticas de medicina tradicional China que se han utilizado en Chile, es posible señalar que todas ellas han sido puestas en práctica en nuestra población chilena, ellas se practican en distintos centros en nuestro país. Pero para tener un marco de referencia serio al respecto aquí se especifican las practicadas por la escuela Latinoamericana de Medicina Tradicional China en Chile, es decir: acupuntura, moxibustión, masaje y digitopuntura, qigong o chi kung.

Una definición acotada de cada una de ellas:

Para poder conceptualizar estas técnicas medicinales, es necesario plantear algunos antecedentes, como por ejemplo que sin duda la más antigua de ellas es la fitoterapia, y que la acupuntura así como la moxibustión, muchas veces concebidas en un solo término, como jen-jiou, que significa aguja y moxa, ambas son dos formas de terapia exclusivas de la medicina tradicional china, las que trabajan directamente con el sistema energético humano, aplicándose en los puntos vitales por los que circula la energía a través de los meridianos.

Acupuntura: Es una forma de terapia médica china, que consiste en la aplicación de finas

²⁸ Diario la Tercera. Revista Mujer. Domingo 30 de mayo, año 2004.

agujas metálicas sobre puntos fijos en el cuerpo, en los meridianos por lo que circula el qi o energía. Para de esta manera restablecer el equilibrio de la circulación del qi.

Moxibustión: Es también una forma de terapia médica china, que consiste en la aplicación de focos de calor en aquellos puntos fijos del cuerpo en los que circula la energía a través de los meridianos.

Digitopuntura y Masaje: Constituye parte de las ramas de terapia física dentro las artes de curación chinas, por lo que al igual que las terapias medicinales ya mencionadas, actúa sobre el sistema energético humano como también mental. La digitopuntura se diferencia de otros tipos de masajes, porque consiste en la aplicación profunda con los dedos sobre los mismos puntos vitales de la acupuntura. Así mismo se desarrollan otros tipos de masajes que se aplican sobre nervios, articulaciones, columna, etc.

Qi Gong: Constituye un antiguo método chino para proteger y también para extender la vida, es decir para cultivar la longevidad. Consiste en una serie de movimientos lentos, coordinados del cuerpo, los que van indisolublemente acompañados de respiración abdominal, y de un estado mental consecuente con los movimientos y la respiración.

Finalmente cabe mencionar, que una de las técnicas relevantes en sus inicios y actualidad en China es la fitoterapia, esta técnica de la medicina tradicional china si bien en forma aislada se practica en nuestro país, en la escuela latinoamericana de medicina tradicional china prontamente se expondrá y enseñara a sus alumnos, ya que por razones de su importación a Chile, de las hierbas específicamente a Chile, es que esta técnica no se practica ni se enseña masiva ni formalmente, aunque su importancia es trascendental.

3.2.- Medicina tradicional china: “Una Mirada a su Filosofía”

Si bien muchos de los elementos filosóficos, teóricos de la medicina tradicional china ya se encuentran mencionados en diversos puntos de este trabajo, es necesario precisar con mayor profundidad algunos de sus aspectos trascendentales en su comprensión y aplicación concreta. De esta manera en este capítulo se desarrollan ideas y conceptos que nos acercan en mayor profundidad a contenidos que se constituyen en ejes tanto en la elección como en la elaboración de esta investigación, me refiero a la concepción integral de ser humano que en esta medicina existe y que pasa a convertirse en uno de los aportes más ilustrativos de la complementariedad y de las contribuciones de esta tradición china en la salud, en la salud mental y desde allí a la psicología. Además, se explicitan aspectos centrales en la comprensión de los trastornos mentales al interior de la medicina tradicional china, elementos que aluden al concepto de holismo, a la visión integral de ser humano. También se desarrollan aspectos centrales relativos a la acupuntura como técnica.

3.2.1.- Una visión holista de ser humano

La filosofía tradicional china encuentra sus raíces en el taoísmo, en el cual los principios universales que rigen todo lo que hay bajo el cielo se conoce simplemente como “camino” (Tao), y se aplican por igual a las estrellas, planetas, y al organismo humano. La visión más evidente del tao es la naturaleza, desde allí se desarrolla la terminología de esta medicina, a partir de los elementos de ésta, lo que la hace sonar inclusive poética, pero tangible, con existencia concreta, al igual que su concepto de Qi, o energía vital, aunque es importante también conocer que este concepto de Qi, al interior de esta medicina y filosofía comprende distintos significados, la primera de ellas alude a la energía universal; el segundo a la energía que circula por los meridianos del cuerpo humano; el tercero hace referencia al concepto de Qi desarrollado en la teoría del San Bao o de los Tres Tesoros; y el último que atañe a la relación que existe entre los órganos.

La concepción de Qi ligada a la filosofía del San Bao, es fundamental en la comprensión de este paradigma humano y médico. Esta terminología de vital trascendencia en esta filosofía, es también conocida como Los tres tesoros. A partir de estos tesoros interdependientes

entre sí, se comprende la constitución de ser humana holista acá desarrollada: Los tres tesoros o San Bao hacen referencia a los conceptos de Vitalidad o jing, Energía o Qi, y Espíritu o Shen.²⁹

La vitalidad o jing, llamada también esencia corresponde a la forma más primaria de manifestación energética, al cuerpo, toma vida en el cuerpo físico externo del ser humano. En el jing reside la fuerza y el desarrollo de los miembros del cuerpo, sus movimientos, su capacidad de acción, se relaciona además con la energía sexual. Corporalmente la vitalidad o jing reside en una zona denominada “Bajo Tantién”, esta corresponde a un área situada aproximadamente 6 centímetros bajo y detrás del ombligo. En la filosofía de esta medicina, en el ser humano después del nacimiento la esencia o jing queda almacenada en el riñón, el cual se encuentra formado por los órganos reproductores, las glándulas suprarrenales y los riñones. El jing o vitalidad además se encuentra directamente relacionado con la alimentación y la nutrición. Filosóficamente corresponde a la vida animal, los instintos, las cualidades de lo físico y externo, la tierra.

El segundo tesoro, corresponde al Qi, el cual es responsable por la parte orgánica del cuerpo, es responsable por el metabolismo y por todos los procesos de funcionamiento orgánico. Además representa el nivel medio entre el cielo y la tierra, sus funciones son las de mantener la armonía de los órganos con el cuerpo físico (jing) y el espíritu (shen). Se relaciona directamente con la respiración, ya que por medio del qi el aire y la esencia nutren al organismo.

Corporalmente desde esta filosofía, el Qi se ubica en el “Medio Tantién”, concretamente en el centro del pecho ya que este punto es el responsable de mantener el fluido del qi, para así mantener la dinámica energética armónica entre el cuerpo externo, los órganos y el espíritu. Y el tercer tesoro es el Shen o espíritu, el que es responsable por la expresión de la mente y las emociones de manera concreta, ya que toma forma en cada proceso orgánico y mental del ser humano, impregna por lo tanto toda acción de vida.

Se ubica en la zona superior del cuerpo o “Tantién Superior”. Además mantiene una interrelación con la vitalidad y con el Qi.

Los tres tesoros son fundantes en el concepto de “holismo” señalado reiteradamente en esta perspectiva, el cual en términos prácticos se puede sintetizar en los siguientes párrafos:

²⁹ Apuntes Escuela latinoamericana de medicina tradicional china. Año 2002.

*“La mente controla la energía y la energía controla el cuerpo para garantizar que el cuerpo produzca energía y la energía sostenga la mente”.*³⁰

*“Para la medicina occidental, comprender una enfermedad significa descubrir un ente que existe independientemente del paciente; para la medicina china, implica captar la relación entre todos los signos y síntomas del paciente. Por lo tanto, el método chino es holista y parte de la idea de que no se pueden comprender las partes si no es en relación con la totalidad. Si alguien presenta un síntoma, la medicina china trata de averiguar cómo encaja dentro del esquema global del paciente. Comprender ese esquema global, del cual el síntoma es una parte, es el desafío de la medicina china”.*³¹

En consecuencia esta filosofía se ocupa tangiblemente, terapéuticamente de un modo holista, buscando restituir la armonía o equilibrio de sus componentes, considerando al entorno como a un elemento más constituyente de esta visión de ser humano y de salud. Además este estado armónico se encuentra directamente relacionado con otro concepto de esta medicina: el sistema energético humano, considerado como el factor clave de la salud y la curación.³²

Este sistema energético humano se encuentra a mitad de camino entre las fuerzas del cosmos provenientes del cielo y las fuerzas de la naturaleza desde la tierra, por lo que debe asimilar la energías tanto del cielo como de la tierra, las que transforma en los tipos de energía que el organismo humano necesita. Además esta fuerza energética funciona entre dos extremos o polos dinámicos denominados “el gran principio del Yin y el Yang”, polaridades que lejos de ser diferentes entre sí, corresponden a cualidades complementarias, desde este principio energético se explican toda creación y toda transformación, manifestando su polarizada complementariedad en todos los aspectos del organismo humano. Una gota de agua que es yin se transforma en vapor que es yang al entrar en contacto con la energía del fuego, del calor. Su naturaleza esencial es la

³⁰ Reid, Daniel. Medicina Tradicional China. Ed. Urano. Año 1999. Pp17.

³¹ Ted Kaptchuk en Daniel Reid, Medicina tradicional china, ediciones urano. Pp15. Año 1999.

complementariedad, su relación esencial es de interacción constante y mutua transformación, y el equilibrio entre ambos determina el estado de salud de la totalidad y de cada una de las partes que la componen.

Existen otros elementos relevantes en la teoría y terapéutica de esta medicina, siempre encuadradas en el concepto de interrelación e integración del ser humano, estos hacen referencia a los cinco elementos: Madera, agua, fuego, tierra y el metal. Componentes de la naturaleza que se manifiestan y toman vida además en la constitución de cada individuo y en la salud de cada ser humano. A estos cinco elementos también se les denomina las cinco energías elementales, fuerzas fundamentales de la naturaleza, creadas a partir de la interacción del principio del yin y yang sobre la tierra:

“ Mediante la transformación del yang y su unión con el yin, surgen las cinco energías elementales: madera, fuego tierra, metal y agua, cada una con su propia naturaleza específica, según la parte que tienen de yin y de yang. Las cinco energías elementales se combinan y recombinan de innumerables maneras para crear la existencia manifiesta. Todas las cosas contienen estas cinco energías en diversas proporciones ”³³

Este paradigma de las cinco energías elementales, y de su creación se manifiesta de igual modo en el organismo humano. El equilibrio de estas energías, como sistema energético humano, es base de la salud, por lo que en estado de desarmonía este desequilibrio no tarda en manifestarse somáticamente en el ser humano, a través de enfermedades de orden fisiológico. Además estas cinco energías se encuentran presentes en cada reino de la naturaleza, y en cada nivel de la existencia humana: el cuerpo (jing), la energía (qi), y la mente (shen). En el nivel del cuerpo físico administran las funciones y determinan las condiciones de todos los órganos, glándulas y tejidos vitales; en el nivel de la energía se expresan como emociones y sentimientos que intervienen en las mil transformaciones energéticas que se producen dentro del organismo y entre éste y el ambiente externo; y en el nivel de la mente, se relacionan con las diversas facultades mentales, tales como la intuición, la capacidad de la creatividad, y de la voluntad. Por lo que cada ser humano se

³² Idem.

encuentra dotado en diferentes proporciones e intensidades de las cualidades de cada una de estas cinco energías fundamentales.

En síntesis, el paradigma holista que se encuentra en la base de la medicina tradicional china toma vida en cada componente teórico de esta filosofía: Tres tesoros que dan cuenta del cuerpo, la energía y la mente; el sistema energético humano a partir del principio del yin y yang; y las cinco energías elementales constituyen algunos de sus aspectos conceptuales más relevantes, que no sólo son teoría ya que se manifiestan en la naturaleza de cada individuo, de cuyo equilibrio depende una buena salud, entendiendo que salud significa la armonía de la relación dinámica entre lo mental, lo corporal y lo emocional, el equilibrio energético de estos factores es clave en la prevención y mantención de una vida saludable.

3.2.2.- Trastornos mentales en medicina tradicional china

La medicina Tradicional China observa los procesos de las enfermedades como una pugna entre los factores patógenos externos y las energías defensivas del cuerpo. Considera también que todas las enfermedades son motivadas por el resultado de este equilibrio y reflejan un estado patológico determinado. Ahora, la manera en que estos factores se manifiestan clínicamente dan origen a un conjunto de Síndromes, así ellos denominan lo que en medicina occidental se expresa en los términos de enfermedad.

Para esta medicina las enfermedades mentales se encuentran en directa relación con el equilibrio energético, es decir con el equilibrio entre el yin y el yang, al igual que las enfermedades de orden física. Además lo mental, emocional, espiritual corresponde a uno de los tres tesoros: el Shen.

En términos de lo que a esta investigación refiere, la depresión tal cual como en medicina occidental se entiende, acá, en medicina tradicional es parte de una a variada gama de sintomatología, ya que se puede encontrar presente junto a otros síntomas, y dentro de diversos síndromes: estancamiento del qi en el hígado, estancamiento del qi se transforma en fuego interno, acumulación de flema, agotamiento del qi del corazón perturba la mente,

³³ Daniel reid, Medicina tradicional china. Editorial Urano 38, año 1999.

deficiencia del qi del corazón y el bazo, y deficiencia de yin y exceso de fuego.³⁴

Para comprender en términos generales y lo más claro posible cómo desde esta medicina se conciben las enfermedades mentales, es necesario nuevamente plantear que en esta filosofía el cuerpo humano es un conjunto orgánico íntegro, el cual se explica de la siguiente manera: al referirse a un “conjunto Orgánico Integro” se está aludiendo a dos aspectos que son la “forma” y el shen”. El primero de ellos hace referencia a la apariencia en la que se incluyen las vísceras, los órganos, piel, músculos, vasos, tendones, huesos, orejas, nariz, boca, lengua, ojos, yin anterior (los órganos genitales exteriores) y posterior (el ano), así como el qi, yin y yang, la sangre, la esencia, los líquidos corporales; y el segundo, vale decir el shen aquí apunta a un término genérico que abarca todas las actividades vitales del cuerpo humano, tales como el ánimo, el pensamiento, las actividades intelectuales, es decir, las actividades mentales. Por lo tanto, si este cuerpo integrado por forma y shen se unifica en armonía con la complejidad del ambiente externo, podrá ser fuente de buena salud, en consecuencia cualquier tipo de lesión, daño, o por ejemplo excesivos estímulos de orden emocional podrán originar perjuicios tanto a nivel de la salud corporal como también espiritual, causando así distintos tipos de enfermedades en el hombre³⁵.

Retomando el principio energético del yin y yang, de cuyo equilibrio depende la salud vital, ya que si entre el yin y el yang existe coordinación y armonía, la enfermedad no se padece, esto además convoca un punto importante de esta medicina ya que su filosofía apunta a la prevención de enfermedades, de hecho en la antigüedad los médicos chinos eran recompensados si la familia se mantenía al margen de toda enfermedad, rechazando sus servicios si la finalidad de la prevención no se conseguía. Las personas que se mantienen en este equilibrio energético, se mantienen de esta manera porque su funcionamiento tanto interno como externo obedece a la ley que rige todas las cosas, cambiando de acuerdo a los ciclos y transformaciones propias del ambiente, de la naturaleza, por lo tanto cualquier exceso o déficit de yin o yang nos habla de que esto se manifestará en algún tipo de enfermedad ya sea mental o corporal.

En esta medicina las actividades mentales del hombre se desarrollan bajo la participación

³⁴ Apuntes escuela latinoamericana de medicina tradicional china, síndromes. Año 2003.

³⁵ Ye Chenggu. Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. Ediciones en

conjunta de los órganos y de las vísceras. Las normales funciones y actividades de éstos constituyen la base sobre la que se organizan las actividades mentales. La disfunción de cualquiera de ellos ejerce negativa influencia en el funcionamiento mental. Además plantean que el corazón es el encargado de controlar la sangre y los vasos, siendo “la sangre la principal base material de las actividades mentales del cuerpo humano; por eso el corazón también controla las actividades mentales....el corazón atesora el espíritu...”.³⁶ Es el corazón por tanto el que administra los órganos y las vísceras, y el cerebro constituye la cavidad del shen original. Por eso la normalidad de las actividades y funciones de otras vísceras y órganos influyen en lo mental, influencia que necesariamente se produce a través del corazón y el cerebro³⁷.

Otro aspecto importante es que se señala que el ser humano posee cinco órganos espirituales de los cuales nacen y se desarrollan distintos tipos de actividades mentales y emocionales, de cuyos cambios o alteraciones en su funcionamiento se explican también ciertos cambios emocionales. El párrafo siguiente ilustra esta relación entre órganos y emociones:

*“ El hombre tiene cinco órganos para formar cinco tipos de qi; de allí nace la alegría, la ira, la tristeza, la ansiedad, y el temor” “ El corazón refleja la alegría; el hígado la ira; el bazo la meditación; los pulmones la ansiedad y los riñones el temor ”.*³⁸

Estas líneas nos explican su correspondencia, entre órganos y emociones, pero además permiten comprender cómo en esta medicina ancestral se plantea el concepto de holismo, de interrelación entre lo mental, lo físico y lo emocional, y cómo una enfermedad fisiológica tiene siempre a la base factores de tipo emocional, y viceversa, pero no desde un relación causal sino que desde un fenómeno simultáneo. Es así como elementos del mundo pueden causar cambios también a nivel emocional únicamente cuando ejercen su influencia

lenguas extranjeras, Beijing, año 1995.

³⁶ Ye, Chenggu. Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. Ediciones en lenguas extranjeras. Año 1995.

³⁷ Ibid Pp 10.

³⁸ Ibid Pp 11.

en los órganos internos correspondientes.

Existen seis factores patógenos del ambiente externo que si bien ocurren en forma normal en la naturaleza, pueden causar enfermedades en el hombre, entre ellas las mentales. Estos factores que son el viento, el frío, calor de verano, humedad, sequedad y fuego alteran el funcionamiento normal del ser humano si éste se encuentra con sus resistencias naturales bajas, o si estos fenómenos ocurren de manera repentina y poco habitual, todo esto en términos generales ya que no se pretende formar expertos en esta medicina, sino solamente poder vislumbrar algunos de sus principales conceptos que nos acercan a su concepción de salud y enfermedad, específicamente las mentales.

Una de las enfermedades mentales, de elevada connotación hoy en día en la medicina occidental es la depresión. Para la medicina tradicional china, la depresión es concebida como a una sintomatología definida como “Una herida en el espíritu”³⁹, esta herida se observa como un síndrome generado por la inestabilidad del espíritu y las emociones, lo que es causa de un estancamiento de la energía vital. Su etiología globalmente se debe a lesiones en aspectos referidos a la pasión, la voluntad, principalmente a exceso de rabia y preocupaciones, estados ansiosos y tristeza. Sus manifestaciones clínicas se expresan significativamente a nivel de depresión anímica (notable decaimiento anímico), manifestaciones ansiosas, dolores de carácter hipocondríaco, elevada tristeza y muchas ganas de llorar, además de obstrucción en la garganta. El tratamiento a esta enfermedad mental desde esta medicina en términos generales apuntan a restablecer el estancamiento del qi, o energía vital que el individuo con depresión presenta.⁴⁰

A partir del origen de esta herida en el espíritu, se producen los síndromes que se describen a continuación, como los últimos elementos a considerar en este segmento teórico.

a.- Estancamiento del qi en el hígado: Las manifestaciones principales clínicas de este síndrome son depresión anímica con inestabilidad, malestar en la región torácica, tendencia al suspiro, distensión y dolor en el pecho, distensión abdominal, anorexia, acumulación de sangre en la región gástrica, eructos, vómitos, pérdida de la normalidad en la evacuación de la materia fecal, lengua pálida, saburra delgada y pegajosa (haciendo alusión a la lengua),

³⁹ Apuntes medicina tradicional china. Escuela Latinoamericana de Medicina Tradicional China. Año 2004.

pulso de cuerda.

B.- Estancamiento del qi que se transforma en fuego interno: Los síntomas principales son irritabilidad, distensión y dolor en el pecho, regurgitación ácida, amargura en la boca y sequedad en la garganta, estreñimiento, orina escasa y roja, cefaleas, ojos rojos, lengua en el borde rojo, saburra amarilla y áspera, pulso tenso y rápido.

c.- Acumulación de flema: Sus síntomas son sensación de obstrucción en la garganta que no se elimina aunque escupa e intente tragar, sofoco en el pecho, distensión abdominal, anorexia, saburra blanca y pegajosa, pulso tenso y resbaladizo. Estos síntomas se agravan cuando hay cambios emocionales.

d.- Agotamiento o deficiencia del qi del corazón que perturba la mente: La principal sintomatología alude a intranquilidad, angustia, tristeza y ganas de llorar, sofoco en el pecho, suspiros y bostezos frecuentes, pena constante, lengua pálida, saburra blanca y delgada, pulso delgado y tenso. Además este cuadro se ve más en las mujeres.

e.- Deficiencia del qi en el corazón y bazo: Se caracteriza por meditación y preocupación, palpitación, insomnio, cara opaca, distensión abdominal, anorexia, mareo y vértigo, lengua pálida, pulso filiforme y débil.

f.- Deficiencia del yin y exceso de fuego: Se caracteriza por presentar angustia, irritabilidad, mareo y vértigo, palpitación, sudoración nocturna, calor en las palmas de las manos y plantas de los pies, agujetas en los riñones y las rodillas, espermatorea, irregularidad en la menstruación, lengua tierna y roja y con poca saburra, pulso delgado y rápido.

⁴⁰ Idem.

3.2.3.- Acupuntura: Acerca de su definición y alguna de sus principales técnicas.

La acupuntura es una de las más antiguas formas de terapia que pertenecen exclusivamente a la medicina tradicional china, ella trabaja directamente con el sistema energético humano, habitualmente se encuentra mencionada en la literatura asociada a otra técnica, la moxibustión, pero para los términos de esta investigación sólo se desarrollarán los aspectos relativos a la acupuntura.

Uno de los éxitos de la acupuntura, como ya se ha mencionado, es que sus beneficios se extienden por la total naturaleza humana, ya que abarca lo psicológico y lo fisiológico, la medicina occidental solamente trata el cuerpo y la mente, separándolos, excluyéndolos mutuamente, mientras que esta medicina oriental reconoce un tercer aspecto en la concepción de naturaleza del ser humano, el sistema energético humano, el que funciona uniendo el cuerpo y la mente, lo fisiológico y lo psicológico

Este método, a través de las agujas de acero inoxidable, se aplica sobre los puntos energéticos vitales del cuerpo humano, sistema energético que responde a los mismos patrones que rigen la energía del universo (relación macro-microcosmos), estos puntos se encuentran situados a lo largo de un sistema de meridianos por los cuales circula esta energía en forma concreta, de esta manera la acupuntura influye en las corrientes electromagnéticas que circulan por estos canales energéticos o meridianos. La acupuntura además parte de la base que cuando se aplica sobre estos puntos se equilibran las corrientes energéticas que por diversas razones patógenas se encuentran alteradas, por lo que a través de ésta se armoniza la circulación energética y junto con ello se producen los efectos terapéuticos a los órganos y tejidos internos a los que van destinados, regulando y equilibrando así su función.

Los meridianos, y las corrientes energéticas que circulan por ellos, componen un cuerpo muy real, aunque invisible, de energías sutiles que controlan las funciones físicas del cuerpo humano. Se han identificado más de ochocientos puntos vitales a lo largo de los meridianos del sistema energético humano, aunque en la práctica para la mayoría de las dolencias o desequilibrios energéticos se utilizan menos de cincuenta.

Hoy en día, las agujas utilizadas en acupuntura son de acero inoxidable, son de metal lo que responde a que las corrientes energéticas humanas son electromagnéticas, es así como al

insertar estas agujas metálicas, además desechables, en los puntos vitales en la red de meridianos, se estimula, seda, bloquea, y regula la intensidad y el flujo de estas energías, todo esto a partir de los puntos, forma y manipulación de las agujas que se utilice en cada caso particular⁴¹.

Respecto al método de inserción de las agujas, éstas al ser insertadas rápidamente la hacen girar, en una o ambas direcciones, dependiendo del efecto que se busque, el cuerpo que recibe este tratamiento siente físicamente e internamente una especie de hormigueo, o entumecimiento del tejido, justo por debajo de la superficie donde se inserta la aguja, esta sensación indicaría que en ese punto hay energía en movimiento, a esto le llaman “obtener energía”⁴², y es la señal de que la terapia surte efecto, esto además de señalar sus efectos curativos, nos muestra que permite el experimentar concretamente el flujo energético en nuestro cuerpo.

Los aspectos desarrollados hacen alusión a la acupuntura como técnica terapéutica al interior de la medicina tradicional china, al método, a las agujas en sí mismas, y a la repercusión de éstas en primera instancia en aquellos que acuden por primera vez a esta medicina, ya que muchas de las veces la gente no accede a ella por temor a la sensación que estas en su cuerpo generarán, las que se ligan mentalmente a nuestra medicina occidental, a las inyecciones, a las transfusiones de sangre, a la posibilidad de contagiarse por esta vía de alguna enfermedad, es decir, miedo, muchas veces al dolor, sin embargo su existencia milenaria hoy, en nuestros días, los múltiples estudios y su aplicación masiva en china, y más tarde en occidente, nos indican que su efectividad es importante, y que las más de las veces alivian dolores rápidamente, más que producirlos.

Su finalidad es la de volver al estado de equilibrio la libre circulación del Qi o energía vital, sistema energético que hace de puente entre la mente y el cuerpo, condición que nos explica sus resultados globales en la salud del hombre.

Finalmente una frase nítida, que ilustra su funcionalidad:

“...la aguja de acupuntura es un instrumento que puede servir para volver a tejer los hilos

⁴¹ Cuaderno síndromes. Escuela latinoamericana de medicina tradicional china. Año 2004. Pp 116.

de la energía en el complejo tapiz del sistema energético humano, cuando el desgaste de la vida desarregla la trama normal”⁴³

⁴² Ibid Pp 125.

3.3.- Escuela Latinoamericana de Medicina Tradicional China en Chile y su experiencia de trabajo con acupuntura:

A continuación se redacta acerca de la historia de esta escuela en nuestro país, se revisan aspectos referentes a sus orígenes, a su desarrollo y crecimiento a nivel de institución legitimada para enseñar esta práctica milenaria, y también en cuanto a su inserción en los ámbitos no solo privados sino que también públicos, además de su actual expansión a otras regiones de nuestro país.

La escuela latinoamericana de medicina tradicional china, data del año 2000, la información aquí redactada acerca de su formación, inicios y evolución corresponde a una entrevista realizada en julio de este año, a su director Luis Pedreros. El señala que esta escuela surge como respuesta a una demanda de un grupo de chilenos, Luis ya había estudiado y enseñado esta medicina en otros países, en Europa, y también en México. Su formación académica en esta medicina ancestral china es en la universidad de Guangzhou, al sur de China. Esta petición hacia Luis, es para que éste les pudiera enseñar esta medicina en Chile, es así como personalmente acepta el desafío, pero para que esta experiencia no fuera una personal, es que viaja a china para establecer un convenio con la universidad ya mencionada, para así poder contar con la validación de esta universidad prestigiosa China en Chile. Este convenio consiste en un protocolo de intercambio con la universidad de Guangzhou, el cual lo faculta para organizar los programa de estudio, el curriculum académico de la escuela en Chile, además de poder contar con cátedras provenientes de chinos profesores de la universidad en China, contando así con una asesoría permanente desde expertos en esta medicina de su país de origen. Otro aspecto importante en la firma de este protocolo es que da la posibilidad de que los estudiantes chilenos de esta medicina viajen a China ha realizar internados y experiencias clínicas en dicho país, es así como la escuela cuenta ya con un número que supera a los 50 alumnos que han viajado a China a realizar estas experiencias clínicas en hospitales, aplicando acupuntura y medicina china en general.

La acupuntura es sin duda, a nivel mundial, y en el ámbito de esta escuela una de sus mayores experiencias, ya que en primera instancia el protocolo mencionado con

⁴³ Ibid, Pp126.

anterioridad, les permitía solamente enseñar lo referente a la acupuntura, es este año, 2004, que se firma un nuevo convenio protocolar con la misma universidad del sur de China, en la cual se faculta a la escuela latinoamericana para enseñar medicina china en general, es decir, acupuntura, masaje y fitoterapia, aunque como todo trámite demora los procesos, la escuela ya en el año 2003 enseñaba estas otras técnicas. Solamente este año la escuela cuenta con la participación de profesores de la universidad de Guanzghou en Chile, en seminarios y cátedras de masaje. Este último convenio, firmado a principios de este año además los facultan para poder enseñar en cualquier lugar de Latinoamérica.

Sin duda, los convenios la universidad Guanzghou son los que le otorgan el reconocimiento y legitimidad acá en nuestro país. Por otra parte, debido a su historial señalado, es posible establecer que la acupuntura constituye una de sus mayores experiencias de enseñanza, y también clínicas de aplicación en nuestro país, por lo menos hasta la fecha actual.

Además se han desarrollado otras experiencias de atención clínicas, específicamente a pacientes derivados de la unidad de salud del trabajador del servicio médico metropolitano sur, al comienzo dicha experiencia era sólo para 50 personas, multiplicándose a 150 individuos en forma oficial, y a otros 200 extraoficialmente, estas atenciones clínicas fueron basadas en medicina china en general, pero principalmente a través de la acupuntura.

La experiencia señalada, dio origen al establecimiento de una clínica en la unidad de salud del trabajador, en el hospital Barros Luco, en la cual la escuela arrienda un espacio físico, el que la escuela repara y prepara, a cambio de que el lugar pueda dar este servicio por varios años. En esta clínica se atienden principalmente funcionarios del servicio de salud sur, sus familiares, jubilados del servicio médico, y pacientes particulares. Debido a la escasez de recursos económicos de la población en este sector de Santiago, es que esta clínica funciona prácticamente a honores. Pese a que los profesionales en medicina china de esta escuela, graduados, no reciben una remuneración adecuada por este servicio, sin duda se continúa realizando por que significa mucho para el espíritu de esta escuela, en cuanto al aporte en la salud y calidad de vida de las personas de este sector. A raíz de lo exitoso de esta experiencia, es que invitan a la escuela a ser partícipe del consultorio Orlando Letelier de la comuna del bosque, es en esta donde se esta llevando a cabo un estudio en 30 pacientes con depresión, a través de un tratamiento basado principalmente en acupuntura, y

secundariamente en masaje. Los pacientes de este proyecto han sido derivados desde médicos de la atención primaria, mismo médicos que evaluarán a dichos pacientes una vez terminados sus tratamientos en medicina tradicional china, además esta muestra es de pacientes en los que el tratamiento convencional en depresión no ha dado resultados satisfactorios en la mejoría de su salud. Los resultados de este estudio se encuentran actualmente en proceso de tabulación.

Actualmente se espera la venida de dos profesores de la misma universidad China, uno a dar un seminario a profesionales del hospital Exequiel González Cortez, y otra que se dará a los alumnos graduados de la escuela, además estos profesionales Chinos vienen para establecer la firma de un nuevo convenio con la escuela, y a través de la escuela con servicios médicos chilenos, principales con el servicio de salud metropolitano sur y central, para establecer programas de docencia y asistencia para así a través de cursos dictados por profesores de la universidad de Guangzhou entrenar en medicina tradicional china acá en Chile a profesionales médicos el próximo año, el 2005. Con este nuevo convenio, se pretende establecer permanencia y continuidad a las experiencias en medicina tradicional china, principalmente la acupuntura, ya que ha sido la que más se ha practicado en Chile, y para que todo el trabajo ya realizado y en ejecución no quede en ser simplemente una cuestión anecdótica, principalmente si pensamos en los grandes aportes que a través de la figura de la escuela se han logrado en la calidad de vida de quienes han recibido tratamientos de esta índole, para el director Luis Pedreros este punto es trascendental, él no se cuestiona el porqué esta medicina, en particular la acupuntura es tan efectiva, en algunos casos han dado resultados positivos en gran número de personas que con medicamentos no había sucedido, es decir, lo relevante no es el qué, o el porqué sino que las personas se sienten mejor, y desde esa perceptivas si la gente se sana de sus dolencias físicas y psíquicas con "agua bendita de las carmelitas", es válido igual.

Como últimos antecedentes, la escuela cuenta con sede en Concepción, en la cual se realizan clases, en septiembre de este año abrirán una sede en la Serena, y posiblemente el próximo año en Antofagasta e Iquique, además de los convenios con los distintos servicios de salud pública señalados, cuenta con clínicas privadas en Santiago, y con un centro de salud en San Antonio, V región, en donde además de otros servicios como atención psicológica, psiquiátrica y médica en general, también cuenta con profesionales y alumnos

en prácticas de esta escuela, en donde se realiza una experiencia particular y de complementariedad de la psicología y la medicina china, es en este centro desde donde se establece la muestra de la presente investigación.

Hoy en día, existe la necesidad reconocida, plantea Pedreros, de una complementación en medicina, la incorporación de técnicas no-convencionales o alternativas, en el tratamiento de las diversas problemáticas en salud en nuestro país, tanto físicas como mentales, ya que desde el paradigma de esta medicina ancestral no se parcela mente-cuerpo, mientras no haga daño, y la gente se sienta mejor, independiente de porqué la mejoría, es necesario seguir trabajando en la continuidad de estas prácticas no tradicionales, que en realidad son muchos más tradicionales.

3.4.- La Depresión

La depresión es el estado de vivencia psíquica que afecta de una u otra manera las dimensiones que configuran la totalidad del ser humano, es decir lo mental-emocional-corporal, además de lo medio ambiental, es en esta experiencia donde esta investigación busca los aportes de la acupuntura, es por ello que a continuación se explicitan aspectos que nos remontan a los inicios históricos de este concepto, desarrollando una mirada general desde sus inicios hasta nuestros días; sus diversas conceptualizaciones tanto al interior de la mirada hegemónica médico-psiquiátrica como la versión sindrómica de la depresión, y las que se desarrollan en las distintas vertientes tradicionales psicológicas, a decir la psicoanalítica, la cognitivista y la humanístico-existencial. Más adelante, se describen los distintos tipos de tratamientos existentes en relación a este cuadro.

3.4.1.- Antecedentes históricos:

La depresión es sin duda uno de los fenómenos de mayor relevancia actual, tanto a nivel mundial como local dentro de las problemáticas de salud mental en la población, es además la problemática psíquica que mayor relevancia ha adquirido en el mundo moderno. Constituye además uno de los principales factores de riesgo de suicidio. Sin duda hoy se escucha mucho acerca de su existencia, sin embargo sus inicios como concepto es muy antiguo.

Una de las concepciones relevantes en torno a sus orígenes, nos trasladan a Grecia, específicamente a Hipócrates, al siglo IV o V a.c., es este personaje el primero en utilizar el concepto de enfermedad para referirse a la depresión, dado que alteraba el funcionamiento normal de los individuos, condición que denomino como melancolía. Hipócrates, médico y también filósofo, plantea que la melancolía es consecuencia del exceso de bilis negra en el individuo⁴⁴.

El término depresión se deriva del latín de y *premere*, “de” es una preposición que denota lugar, procedencia y origen; y “*premere*”, significa afectar, estrechar, oprimir.

⁴⁴ Sturgeon.W.”Depresión”. Editorial Grijalbo, Buenos Aires Argentina, año 1985.

Más adelante en el transcurso de la historia, sobresale Areteo de Capadocia, el cual describe la depresión como “Congoja del espíritu fijada al pensamiento sin fiebre⁴⁵ por lo que su visión dista de la planteada por Hipócrates, ya que habla de espíritu, de lo más bien interno, es decir, que se aleja en cuanto a que se acerca más a lo psicológico, que a lo biológico, orgánico, cuestión que se remota más adelante en el recorrido de su evolución conceptual histórica.

Luego en el siglo II, el médico Galeno de Pérgamo plantea que las causas de la melancolía se encuentran en la perturbación de las funciones normales del cerebro, además este médico describe tres modalidades de melancolía:

- Melancolía cerebral.
- Melancolía digestiva;
- Melancolía generalizada.

Dos siglos más tarde, será San Isidoro de Sevilla, quien la define como Angustia del alma, como acumulación de espíritus demoníacos, de ideas negras, ausencia de futuro y una profunda desesperanza.

Es así, como durante la Edad Media, las interpretaciones acerca de la depresión se encuentran principalmente teñidas por lo demoníaco, por lo que los tratamientos de ese entonces eran consecuentes a dichas interpretaciones.

Durante el momento histórico renacentista, surge un médico que describe una de las principales sintomatologías de su paciente con melancolía, alude a una característica que hoy en día se observa claramente como síntoma de la depresión, este es la astenia matutina, el desánimo y falta de energía para comenzar el día.

Otro antecedente en torno al Renacimiento, es que se plantea que el concepto de depresión, llamado melancolía, se acerca a un enfoque más humanista, lo que no solo acuñaba a la depresión, sino que a las alteraciones mentales en general. Durante esta época de la historia, aparece Bonetus, quien en el año 1679 escribe Manía de la Melancolía, y en otras publicaciones habla acerca de la relación entre la melancolía y la manía, es así como emplea el término maniaco-depresivo. Más tarde Falret observa el carácter familiar de la

⁴⁵ Archivos Internet. www.psiconet.com. Seminarios Depresión.

depresión y la mayor incidencia presente entre las mujeres⁴⁶, evidencia existente hasta nuestros días.

Hasta estos años eran múltiples los nuevos indicios y apreciaciones en torno a la melancolía, sin embargo aún su terminología carece de un orden único, global.

Otro antecedente importante respecto a las características presentes en individuos con depresión durante su desarrollo histórico es el suicidio, el riesgo del suicidio.

A fines del siglo XIX, con el surgimiento de nuevos planteamientos en torno a como se explicaba la ciencia las diversas enfermedades hasta ese entonces, en donde hegemónicamente se concebía el término enfermedad como alteraciones de índole sólo orgánica, excluyendo otros elementos constituyentes de la totalidad del individuo, incluyendo por ejemplo lo psicológico, surgen cuestionamientos, y con ellos cambios por lo menos a nivel de la clasificación de enfermedades, aquí tenemos a Kraepelin, quien define dos tipos de enfermedades: orgánicas y mentales, por lo que fenómenos como depresión y esquizofrenia, se designan bajo el nombre de enfermedades mentales, en donde se concibe que los desórdenes mentales tienen una causa orgánica no identificable, es decir si bien permite una nueva manera de clasificar las enfermedades, tras ella siempre reside en primer lugar la explicación médica, orgánica, eludiendo lo relativo a la esfera vivencial, experiencial de los individuos con estos síntomas. Es así como lo psicológico y lo social siguen sin sobresalir en dichas explicaciones⁴⁷.

Continuando con Kraepelin, en el año 1903, distingue entre depresión como una “fase de la psicosis maníaco-depresiva, y depresión evolutiva”⁴⁸.

Más adelante, aludiendo a las causas de la depresión, se establece la diferenciación entre el cuadro depresivo endógeno y el reactivo, en el año 1959, agregándose más tarde por ejemplo la “depresión climatérica, asteroesclerótica, esquizofrénica, entre otras”⁴⁹. En consecuencia a partir del trabajo por determinar las características clínicas de la depresión. Se desarrollan conceptos que aluden a enfermedades de distinta índole a la depresión.

⁴⁶ Idem.

⁴⁷ Tesis, Depresión y Psicoterapia: Una mirada desde la psicología. Patricio Ortega Obreque. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Año 2002.

⁴⁸ Dorr, Otto. Psiquiatría Antropológica. Editorial Universitaria. Año 1993. Pp 141.

⁴⁹ Idem

Al interior de estas diversas definiciones clínicas acerca de este malestar, una interesante es la propuesta por Haefner en el año 1954, ya que habla de “depresión existencial”⁵⁰ en esta incorpora la dimensión biográfica en la génesis de la depresión endógena.

El origen de esta diversidad de cuadros clínicos depresivos, parece relacionarse con la combinación indiscriminada de diversos criterios tanto etiológicos como descriptivos.⁵¹

Es así como se plantean al menos tres clasificaciones que agrupan a la depresión: Una etiológica que distingue entre depresión endógena y reactiva; una evolutiva basada en el inicio, edad, curso, duración y pronóstico de la enfermedad, distinguiendo entre depresión unipolar y bipolar; y una que es la más institucionalizada, que es la descriptiva o sindrómica, la que plantea una lista de síntomas psíquicos característicos en el trastorno depresivo, una de ellas es la proporcionada por la asociación psiquiátrica norteamericana⁵².

Sin duda la visión hegemónica médico-psiquiátrica en torno particularmente a la depresión obvia aspectos fundamentales en el desarrollo de cada ser humano, es decir lo psicológico y lo experiencial social. El paradigma médico psiquiátrico concibe la depresión como a un trastorno del sistema nervioso central, cuya causa depende de una alteración en el sistema endocrino, el cual es el responsable de la secreción hormonal, secreción deficiente en el caso específico de la depresión, por lo tanto, de acuerdo a esta visión, la cura o tratamiento se desprende del uso adecuado de los antidepresivos.

Como se menciona al inicio de esta reseña histórica, es Areteo de cappadocia, el que primero menciona y reconoce la importancia de las relaciones interpersonales en la depresión. También se menciona a Adolf Meyer, a principios del siglo XX, quien da mayor relevancia a lo existencial que a lo orgánico. Existen muchos más antecedentes en torno a la concepción de la depresión como enfermedad puramente orgánica, que psicosocial.

En la actualidad las teorías planteadas en torno a la depresión señalan que en su génesis cobran relevancia factores psicosociales como también bioquímicos⁵³.

⁵⁰ Idem.

⁵¹ Ibid. Pp 142.

⁵² Tesis. Depresión y Psicoterapia: Una mirada desde la Psicología. Patricio Ortega Obreque. Universidad Academia Humanismo Cristiano. Año 2002.

⁵³ Ministerio de Salud Chile. Diagnóstico y Tratamiento de la depresión en el nivel primario de atención. 1998.

3.4.2.- Depresión: Miradas diversas.

Los trastornos del estado de ánimo se caracterizan por una multiplicidad de dimensiones involucradas, tanto individuales en su esfera vivencial, afectiva, cognitiva, de personalidad y corporal, como también familiar, social, espiritual, cultural, económica y de género⁵⁴.

Los tratamientos para estos trastornos se deben determinar a partir de la intensidad del cuadro, ya que de eso dependerá la estrategia a seguir, ya que por ejemplo si la sintomatología es aguda, y no se compensa, una psicoterapia no será eficaz.⁵⁵

Existen diversas miradas que definen la depresión, es en este capítulo donde se dan a conocer primeramente a la depresión como a una enfermedad mental, para ello es necesario conocer la sintomatología clásica definida en la literatura médico-psiquiátrica, en donde la depresión es definida como un trastorno del estado de ánimo o trastorno afectivo. Además se desarrollan a modo general cómo se conciben desde las corrientes psicológicas más clásicas en la psicología el estado depresivo.

3.4.2.1.- Descripción sindrómica médico psiquiátrica.

El cuadro depresivo desde la perspectiva médica, atribuye el origen de la depresión a causas de tipo biológicas. Estas causas biológicas se deben a alteraciones químicas ligadas al sistema endocrino, este sistema se encuentra constituido por glándulas, las que son las responsables de la producción hormonal. Esta actividad glandular en la depresión se encuentra en disfunción, ya que existe en este síndrome una insuficiencia en la secreción química, dificultando así el desarrollo general del organismo, estas glándulas son la tiroideas, la pituitaria, la paratiroides, el tálamo, el hipotálamo, las adrenalíticas y el páncreas. Además, esta mirada plantea que la depresión también sería provocada por la excesiva segregación de enzimas, en este caso la enzima llamada monooxidasa, por lo que los tratamientos se destinarían a controlar los niveles en que se segrega esta enzima.

En consecuencia, las explicaciones sobre las causas biológicas de la depresión hacen

⁵⁴ Castro, Cecilia. Apuntes cátedra psiquiatría Universidad Humanismo Cristiano. Año 2000.

referencia a un individuo que experimenta a nivel de su organismo un desequilibrio, desequilibrio que es la causa de la aparición de la depresión, la explicación de esta situación se traduce en “ ...cuando el sistema nervioso central se descontrola forma una pauta habitual de ese desequilibrio. El desequilibrio continúa creando así depresiones de tipo crónica....”⁵⁶

Los trastornos del estado de ánimo, desde el paradigma médico psiquiátrico representado por el manual de estadísticas DSM-IV, se divide en: Síndrome Maníaco, y Síndrome Depresivo, para efectos de esta investigación, nos convoca explicitar los segundos, los síndromes depresivos. Este manual nos acerca a una lista de fenómenos, de síntomas que caracterizan y definen la depresión, en donde ésta última es comprendida bajo una explicación causal biológica.

Los síndromes depresivos son monopolares, y son los siguientes:

I.- Depresión Mayor:

Criterios diagnósticos: (en este caso episodio único)

A.- Presencia de un único episodio depresivo mayor.

B.- El episodio depresivo mayor no se explica por la presencia de un trastorno esquizoafectivo, y no está superpuesto a una esquizofrenia, un trastorno esquizofreniforme, un trastorno delirante, o un trastorno psicótico no especificado.

c.- Nunca se ha producido un episodio maníaco, un episodio mixto o hipomaníaco.

2.- Distimia.

Criterios diagnósticos:

A.- Estado de ánimo crónicamente depresivo la mayor parte del día de la mayoría de los días, manifestado por el sujeto u observado por los demás, durante al menos 2 años. Nota: En los niños y adolescentes el estado de ánimo puede ser irritable y la duración debe ser de al menos 1 año.

B.- Presencia, mientras está deprimido, de dos (o más) de los siguientes síntomas:

- (1) pérdida o aumento de apetito
- (2) Insomnio o hipersomnia
- (3) Falta de energía o fatiga

⁵⁵ Idem.

(4) Baja autoestima

(5) Dificultades para concentrarse o para tomar decisiones

(6) Sentimientos de desesperanza.

C.- Durante el período de 2 años (1 año en niños y adolescentes) de la alteración, el sujeto no ha estado sin síntomas de los criterios A y B durante más de 2 meses seguidos.

D.- No ha habido ningún episodio depresivo mayor durante los primeros 2 años de la alteración.

E.- Nunca ha habido un episodio maníaco, un episodio mixto, un episodio hipomaniaco y nunca se han cumplido los criterios para el trastorno ciclotímico.

F.- La alteración no aparece exclusivamente en el transcurso de un trastorno psicótico crónico, como son la esquizofrenia o el trastorno delirante.

G.- Los síntomas no son debidos a los efectos fisiológicos directos de una sustancia, o a enfermedad médica.

H.- Los síntomas causan un malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad el individuo.

3.- Trastorno depresivo no especificado: La categoría de este trastorno incluye los trastornos con síntomas depresivos que no cumplen los criterios para trastorno depresivo mayor, distímico, adaptativo con estado de ánimo depresivo, o con estado de ánimo mixto ansioso y depresivo. Algunas veces los síntomas se presentan como parte de un trastorno de ansiedad no especificado.

Los trastornos depresivo no especificado, incluyen: Trastorno disfórico premenstrual, trastorno depresivo menor, trastorno depresivo breve recidivante, trastorno depresivo postpsicótico en la esquizofrenia, y casos en los que no se puede especificar el tipo de cuadro depresivo en cuanto a si es primario, debido a enfermedad médica o inducido por sustancias⁵⁷.

Además existe otro manual de utilización médica que define criterios diagnósticos para trastornos de tipo mental y comportamental, estos aluden a la Clasificación Internacional de Enfermedades CIE-10 para la Atención Primaria en salud, en donde la atención primaria se

⁵⁶ Sturgeon W. "Depresión". Editorial Grijalbo, Buenos Aires, año 1979. Pp172.

define como: "La atención primaria incluye, a la vez, una filosofía de desarrollo y un nivel de servicio de salud. La filosofía destaca la necesidad de una cobertura coherente de los problemas de salud en las comunidades, proporcionando servicios preventivos, curativos y de rehabilitación. En cuanto al nivel de servicio, eso supone debe...cubrir todos los aspectos básicos de la salud"⁵⁸. Desde esta perspectiva entrega de manera práctica herramientas de asesoramiento diagnóstico, consejos hacia los familiares de pacientes con problemáticas relativas a la salud mental, y selección de los médicos y remisión a los especialistas; en lo que respecta a la depresión particularmente plantea una clasificación que este distingue entre episodios de depresión leve, moderada y severa. Esta diferenciación se sustenta en el juicio clínico considerando tanto la cantidad, el tipo y severidad de los síntomas presentes en quien la vivencia⁵⁹.

Los criterios que a continuación se definen, pertenecientes al CIE-10, son los que se utilizan en la comprensión del cuadro depresivo de la muestra pacientes de esta investigación. En términos generales señala "La depresión no es solo un estado de ánimo bajo, es un síndrome: un grupo de signos y síntomas cuyo diagnóstico se establece sobre la base de criterios estandarizados"⁶⁰, desde esta conceptualización se distinguen los distintos tipos de cuadros depresivos.

De esta manera nos señala que "Las personas con depresión severa generalmente están muy angustiadas; una marcada agitación o inhibición puede dificultar su capacidad para describir los síntomas. El funcionamiento personal, social y laboral se ve seriamente limitado. Los familiares cercanos reconocen un cambio muy importante en el "modo de ser" y la conducta de la persona"; en la depresión de tipo Moderada indica lo siguiente: Los pacientes con depresión moderada también pueden tener gran dificultad para mantener su nivel de actividad social o laboral. Algunos síntomas pueden ser muy intensos y perturbadores, pero no están presentes los síntomas graves", Y en la depresión leve "Los pacientes con depresión leve están generalmente afligidos por los síntomas pero los toleran

⁵⁷ Clasificación de Desórdenes Mentales Norteamericanas (DSM).

⁵⁸ CIE-10, Pautas diagnósticas y de actuación ante los trastornos mentales en Atención Primaria. Organización Mundial de la salud, Capítulo V, año 1996, Pp 6.

⁵⁹ Guía Clínica de Atención, Diagnóstico y Tratamiento de Atención Primaria. Ministerio de salud. Año 2001.

⁶⁰ *ibid*, Pp14.

a su pesar. Mantiene sus actividades sociales y laborales, pese a que les resulta dificultoso sostenerlas⁶¹.

Lo desarrollado en torno a la visión del CIE-10, no presenta la lista de principales sintomatologías, ya que la mayoría de ellas se expresan en la clasificación norteamericana DSM en sus distintas versiones. Siendo estos dos manuales(DSM y CIE-10) los de mayor utilización desde la mirada médico-Psiquiátrica.

3.4.2.2.- Explicación psicoanalítica clásica

Al interior de las diversas vertientes en Psicología, es posible encontrar también diversas explicaciones en torno a la depresión o melancolía, una de ellas es el Psicoanálisis.

El psicoanálisis constituye un gran aporte en la mirada psicosocial con relación a la depresión, para esta corriente la depresión es una psicopatología, en donde los síntomas son de origen psicológico. Constituye un fenómeno trascendente en el desarrollo conceptual de la melancolía durante el siglo XX⁶².

Para Freud, en términos generales, la depresión psíquicamente se caracteriza por el retirar o trasladar el afecto desde el objeto amado, incorporándolo a su propio yo, lo que se traduce en un estado de ánimo profundamente doloroso, con ausencia de interés por el mundo exterior, con una pérdida de la capacidad de amar, y con una profunda disminución del amor propio. La explicación a esta vivencia se encuentra en las relaciones objetales del individuo con personas o ideales de personas significativas para él. Además plantea que lo que sucede en la depresión es la pérdida del objeto amado, experiencia que tiene efectos en el yo del sujeto, todo esto en épocas tempranas de su infancia, específicamente en la etapa narcisista. El sujeto ante esta pérdida se resiste, y debe reprimir el impulso invirtiéndolo hacia sí mismo las tendencias hostiles que no pudo expresar a quien le prohibió su acceso al objeto amado, cuya consecuencia inmediata es el devenir de la pena, la tristeza y el duelo. Además de los autorreproches autorreproches que en realidad son hacia el objeto amado,

⁶¹ Ibid, Pp16.

⁶² Freud S. "Duelo y melancolía". Editorial Amorrotu, España, año 1992.

los que fueron desviados hacia el yo por el propio paciente⁶³, existe en conjunto en el sujeto depresivo una disminución en su autoestima.

3.4.2.3.- Explicación cognitivista

En la corriente cognitiva de Aaron Beck, la depresión se plantea como un trastorno del pensamiento, refiriéndose a la manera en como interpretamos las experiencias de la vida.

La actividad mental (cognición) es un proceso sistemático de construcción de la experiencia, de lo vivido, a través de la interacción del individuo con su mundo físico, así se genera una relación o más interacción recíproca entre el sujeto (persona) y el objeto (ambiente).⁶⁴

Este enfoque señala que las personas deprimidas tienen un empobrecido concepto acerca de sí mismo, con una marcada autocrítica, y una exagerada interpretación acerca de sus problemas, cobijando además ideas de suicidio. La depresión es concebida como un trastorno básico del pensamiento, en este trastorno el sujeto interpreta negativamente sus experiencias, auto convencándose de su maldad y desgracia futura. La raíz de esto es una disfunción tanto cognitiva como emocional.

Cognitivamente los pacientes con depresión son más bien concretos que abstractos, contemplan la vida polarmente, es decir como negro o blanco, como bueno o malo, se centran en detalles irrelevantes, sin poder sacar conclusiones a partir de la globalidad de los fenómenos, se aferran a sus pensamientos, dejando una sensación de indecisión que hace elevar el estado depresivo actual⁶⁵.

3.4.2.4 Explicación humanístico existencial.

Otra corriente psicológica importante, es la humanística-existencial, ella representa una

⁶³ Sigmund, Freud. Duelo y Melancolía. Ediciones Amorrortu, tomo XV. Año 1999.

⁶⁴ Tesis, Depresión y Psicoterapia, año 2002.

⁶⁵ Personalidad y Anormalidad, capítulo XV Psicología anormal.

mirada de ser humano en la cual cobra primacía el sentir, las emociones, la experiencia en un ahora, se centra “en el presente, tiempo de vida en el que se existe y se siente”⁶⁶. La premisa principal de este enfoque es el “sentir, vivenciar, descubrir, explorar”⁶⁷.

Al interior de esta corriente, existe la Terapia Gestalt, la cual nace como un movimiento contrario frente a otras corrientes psicológicas que analizan al individuo y a sus procesos psicológicos a partir de sus elementos, aisladamente.

Además en las corrientes de esta índole, existe una noción de ser humano que no es susceptible de categorizaciones ni clasificaciones diagnósticas, por lo tanto para poder llegar a comprender desde donde en este enfoque existen elementos que nos acerquen a la depresión, es necesario comprender sus conceptos y premisas esenciales.

Es así como se plantean que existen en el hombre dos necesidades principales: “la de sobrevivir y la de crecimiento”. Además se plantea que la conducta humana se encuentra gobernada por el “principio de homeostasis”, estado de equilibrio entre las necesidades personales y las medio ambientales⁶⁸.

Otro principio fundamental es la no-división mente-cuerpo, asumiendo así una visión holista de ser humano.

Se plantea que cuando el individuo pierde sus habilidades para organizar su conducta de acuerdo a sus necesidades desde las más esenciales en adelante se encontraría en una “neurosis”⁶⁹, es decir, una persona equilibrada dirige sus esfuerzos y acciones a la satisfacción de sus necesidades dominantes presentes, físicas o psicológica, por lo tanto en el neurótico no existe este estado de equilibrio, al no seleccionar los medios para la satisfacción de sus necesidades, estas se quedan allí inconclusas, sin otra opción, en donde el individuo debe buscar una salida, salida que externamente se aprecia en escapes poco saludables, como la depresión, esto en términos sintéticos, generales.

El organismo utiliza mecanismos defensivos, para enfrentarse a este problema, entre ellos: introyección, proyección, confluencia y retroflexión. Estas resistencias no son vistas desde

⁶⁶ Castanedo, Celedonio. Terapia Gestalt. Editorial Herder. Cuarta edición. Año 2002. Pp 27.

⁶⁷ Ibid. Pp 28.

⁶⁸ Ibid Pp 49.

⁶⁹ Ibid. Pp51.

lo patológico, sino que desde “una forma de energía orientada”⁷⁰, es el uso de esta energía, su canalización determina si es sano o no para ese individuo en particular.

Es en la resistencia de la retroflexión donde en este enfoque observamos la depresión, significa “volver la hostilidad contra sí mismo”. “La persona deprimida retrofecta su expresión, temerosa de manifestar insatisfacción o ira con sus seres queridos. En vez de ello, deja que la crítica, rebotando en los demás, penetre en su propio ser, de modo que éste sufre sus propias críticas, insatisfacciones e iras. En vez de nutrirse de la energía del mundo, socava la suya propia”⁷¹.

En síntesis existe una larga evolución en la construcción del concepto de depresión, pasando por el campo médico, psiquiátrico, demoníaco, psicológico y psicosocial. Pero sin duda lo relevante es que influye en la calidad de vida total de un individuo, desde su mente hasta sus emociones, repercutiendo en su cuerpo y en sus relaciones con los demás, por lo que envuelve al sujeto en su integralidad, en su globalidad. Desde esta mirada de la depresión se explica el que no siempre los tratamientos convencionales sean exitosos, ya que como se mencionan en los inicios de este trabajo, nuestras medicinas convencionales occidentales hegemónicas atienden al ser humano parceladamente, escindiéndolo en su constitución esencial.

3.4.3- Tratamientos de la depresión.

En este segmento dan a conocer los elementos principales con los cuales se han llevado a cabo los procesos terapéuticos en torno al estado depresivo. Si bien constituyen técnicas concretas en base a diversos fundamentos, todas ellas plantean en su interior una finalidad común, la de reducir la sintomatología a través de sus respectivos tipos de tratamientos, para así contribuir a elevar el nivel de salud mental y por ende de calidad de vida de quienes son partícipes de estos métodos. Aunque sin duda, el aliviar sólo la sintomatología no es suficiente, ya que trabajando en la causa el alivio se constituye en uno más integral,

⁷⁰ Ibid. Pp89.

⁷¹ Ibid. Pp91.

cuestión posible de apreciar en la mayor conciencia de la necesidad de complementar espacios terapéuticos, como la integración tanto de tratamientos médicos, es decir a partir de fármacos especializados, y de procesos psicoterapéuticos para tratar la depresión.

Lo que se describe a continuación es congruente con los enfoques desarrollados anteriormente en las diversas miradas en torno a la depresión.

3.4.3.1.- Tratamiento médico-psiquiátrico.

Partiendo de la premisa de que las causas de la depresión son atribuibles a causas de tipo biológicas, consecuentemente sus procesos terapéuticos apuntan a restablecer el desequilibrio orgánico que el paciente con depresión experimenta. Es en este desequilibrio o disfunción orgánica donde actúan los fármacos, específicamente los antidepresivos, farmacología cada vez más reconocida como efectiva en el tratamiento de la depresión, particularmente en las formas moderada y severa⁷². Esta clasificación en depresión leve, moderada, severa o también denominada mayor, corresponde a los criterios diagnósticos para el CIE -10, manual de los trastornos mentales y del comportamiento descripciones clínicas y pautas para el diagnóstico, el cual es utilizado en nuestro país en los servicios de atención primaria en salud.

A lo largo de la evolución histórica de los tratamientos en torno a la depresión, el primero de ellos es el tratamiento electroconvulsivo (TEC), famoso lamentablemente debido a críticas negativas en torno a su aplicación. Este tratamiento consiste en la aplicación de electrodos en las sienas del paciente lanzando así descargas eléctricas al cerebro⁷³ por lo que su aplicación traía consigo alteraciones y efectos secundarios negativos en la salud del individuo, como alteraciones óseas y también musculares.

Más adelante se desarrollan los tratamientos de origen farmacológico, cuyas raíces se

⁷² Guía clínica de atención, diagnóstico y Tratamiento de atención primaria. Ministerio de salud, Chile, año 2001.

⁷³ Sturgeon W. "Depresión". Editorial Grijalbo, Buenos Aires, Argentina, año 1979

remontan “al rito fármacos”⁷⁴, este ritual corresponde a una de las antiguas formas de purificación, en donde frente al paciente depresivo, “al hombre padeciente de un mal que altera su curso normal, se le acompaña en el proceso de purificación y expulsión en este rito privado y trascendente hasta alcanzar el equilibrio perdido y así recuperar la unidad alterada”⁷⁵.

En la actualidad la elección de la farmacología antidepresiva, dependerá del perfil clínico de la depresión, y de la intensidad y tipo de efectos secundarios en el paciente. Los antidepresivos se clasifican según su acción en los diferentes neurotransmisores asociados a la fisiopatología de la depresión. Los más utilizados son la Amitriptilina e Imipramina, denominados triciclícos (ATC), cuyos efectos secundarios son numerosos. Otro tipo de antidepresivo, son los denominados Inhibidores Selectivos de la Recepción de Serotonina (ISRS), cuyos efectos secundarios son más tolerables que los triciclícos. Existen dentro de sus efectos secundarios características que los hacen más recomendables a unos que a otros en el tratamiento de la depresión, es así como en casos de trastornos depresivos en los que predomina angustia e insomnio, es recomendable elegir un antidepresivo con efecto sedante como la amitriptilina; en caso contrario, en cuadros depresivos con predominancia de enlentecimiento e inhibición, se sugieren antidepresivos con efecto secundario estimulante como la fluoxetina.

En la actualidad, este paradigma médico psiquiátrico en torno a la depresión, concebida ésta como a una enfermedad con causas de tipo orgánicas, biológicas, si bien continúa predominando como medicina contemporánea, existe sin embargo la conciencia de que engloba además aspectos que se relacionan con lo mental, con lo afectivo, con lo psicológico, desde allí que de acuerdo al cuadro depresivo, se sugiera de modo trascendente el acompañar paralelamente a la utilización de fármacos procesos terapéuticos de orden psicológico, y también social. Desde la década de los 80 no se justifica la escisión farmacoterapia v/s psicoterapia, ya que se conciben en la necesidad de su complementariedad en el tratamiento eficaz de la depresión.

En consecuencia se plantea hoy en día como una visión que dentro de sus parámetros

⁷⁴ Centro de Documentación Minsal. Revista Psiquiátrica 1991, Chile: la Integración de la Psicoterapia y psicofármacos en las depresiones.

regulares se flexibiliza y amplía sus horizontes terapéuticos, inclusive al ámbito de las denominadas medicinas alternativas, dentro de ellas la Medicina tradicional China.

3.4.3.2.- Psicoanálisis Clásico.

En esta vertiente, es posible apreciar que los pacientes experimentaban procesos terapéuticos, indistintamente al cuadro al cuadro que se tratase, para ello el sujeto debía cumplir con determinadas condiciones, como el estar en un estado psíquico normal. Para Freud, los procesos terapéuticos efectivos debían trabajar con ciertos aspectos del sujeto en cuestión. Primeramente estos aspectos se trabajan a través de la hipnosis, en la que se pretendía llegar a la génesis del estado psíquico presentado por el paciente. Más tarde su tratamiento evoluciona al de la “asociación libre”, en el cual era posible evidenciar ciertas lagunas en el relato, amnesias que deduce son resultado de un proceso denominado represión, causante de las sensaciones no gratas experimentadas por los pacientes ⁷⁶.

Todo lo expuesto no es más que una síntesis acerca de lo expuesto por el padre del psicoanálisis, síntesis en la que no se puede excluir que la finalidad, que el objetivo de estos procedimientos es la curación del enfermo, el restablecimiento de su capacidad de goce.

3.4.3.4- Psicoterapia Cognitivista:

Desde esta perspectiva psicológica, los procesos psicoterapéuticos se desarrollan en periodos temporales breves, en donde la objetividad es relevante como método, en el sentido de tener como finalidad el brindar una visión más objetiva de la realidad, para que de esta manera la persona deprimida logre ver no sólo los aspectos negativos en los cuales se encuentra inundado, sino que además para que así logre descubrir y ver los aspectos relativos a sus fortalezas psíquicas que le han permitido resolver otros conflictos en el pasado, es decir, consiste no sólo en ver objetivamente sus fortalezas internas, sino que más el que a través de estas herramientas internas positivas para sí, pueda enfrentar su personal

⁷⁵ Idem.

⁷⁶ Archivos Internet. www.psiconet.com. Seminarios Tratamiento Psicoanalítico.

estado depresivo⁷⁷.

Es decir, por medio de técnicas cognitivas o conductuales se persigue que el sujeto logre modificar ciertas cogniciones, ciertas conceptualizaciones mentales erradas en torno a sí mismos, a sus vidas, a sus pensamientos negativos en torno a cómo se conciben a sí, y a su futuro. El método globalmente consiste en que el terapeuta pueda brindar desde una mirada objetiva, a través de explicaciones lógicas, basadas en la empiria, en la realidad lo que le sucede al paciente, en este caso depresivo⁷⁸.

3.4.3.5.- Psicoterapia Humanístico-existencial:

En el humanismo los procesos terapéuticos se representan a partir de los cambios que el cliente experimenta a través del resultado de un “proceso vivencial” en el que los significados implícitos se sitúan en el darse cuenta, todo aquello en un tipo de relación psicoterapéutica basada en el enfoque de interrelación “yo-tú”⁷⁹, es decir, una relación de persona a persona.

Otra característica importante, es el tener como meta el aumentar la capacidad de darse cuenta del propio facilitador (terapeuta) en el proceso terapéutico.

Considera principalmente que este proceso es un medio para hacer “crecer el potencial Humano”⁸⁰. Además en este enfoque se da más primacía al proceso que al contenido terapéutico.

Esta trascendencia al proceso indica la idea de “proceder”, “avanzar”, ayudando a que el propio individuo se de autoapoyo, desarrollando así su potencial, aumentando además la toma de conciencia de su propio sentir y existir. Es central por lo tanto el desarrollo del potencial humano, es en este crecimiento desde donde el individuo puede estar en equilibrio, en armonía, sin malestares psíquicos o físicos, con plena autonomía de su sentir, en autorregulación sana con su entorno, satisfaciendo él sus necesidades presentes.

⁷⁷ www.psicoterapiacognitiva.com

⁷⁸ Beck y Cols. Terapia cognitiva de la depresión. Apuntes Universidad Diego Portales. Año 1990.

⁷⁹ Celedonio Castanedo. Terapia Gestalt: Editorial Herder. Cuarta edición. Pp29. Año 2002.

Como ya se ha mencionado, la Gestalt forma parte de este paradigma acerca de la visión de ser humano, y de la psicología. La terapia gestalt existe a la base el siguiente fundamento:

"...es que la maduración es un proceso de crecimiento continuo en el que el apoyo ambiental se transforma en auto-apoyo"⁸¹. Es decir, "La filosofía básica de esta terapia es la de la diferenciación e integración de la naturaleza"⁸².

Este párrafo nos ilustra entonces el objetivo de este modelo psicoterapéutico, el de transformar el apoyo ambiental en autoapoyo, fenómeno al cual denominan maduración.

De esta manera el individuo puede llegar a vivir sanamente sus emociones y sensaciones presentes, a través del descubrir y el recuperar el control de su darse cuenta, es decir, el terapeuta es un facilitador, ya que el proceso terapéutico reside en el individuo, en el cliente, en su potencial.

"Cada persona debe enfrentarse a sus experiencias psicológicas como al alimento", rechazando o digiriendo de acuerdo a sus propias necesidades. "Es el mismo organismo el que toma, elige, mastica y traga, y no depende de ningún otro que determine por nosotros qué es nutritivo o sabroso"⁸³.

En síntesis, el darse cuenta de su sentir y existir, de sus procesos, la autorregulación, el desarrollo del potencial humano, desde una visión integral de ser humano que no escinde lo mental y lo corporal, desde esta perspectiva es posible realizar procesos terapéuticos efectivos, con resultados positivos en términos de equilibrio, y con ello en salud tanto mental como corporal en pacientes en este caso particular. Por lo que no es posible pensar en la depresión desde este enfoque como algo mental solamente, el sentir en equilibrio, en salud depende del nivel homeostático integral, físico y mental. En donde el papel del

⁸⁰ Ibid Pp 32.

⁸¹ Perls F. Y otros, "Esto es ggestal". Editorial Cuatro Vientos. Chile. Año 1999. pp22.

⁸² Ibid Pp 19.

⁸³ Ibid. Pp125.

cliente es el principal.

3.4.4.- Depresión en Chile

Se desarrollan a continuación los últimos aspectos en torno a la depresión, en el contexto de nuestro país.

En Chile actualmente la depresión es un fenómeno de creciente vivencia en la población, fenómeno que desde las perspectivas gubernamentales representa una de las problemáticas en mayor alza.

Es por ello, que en este último punto de los referentes teóricos de este trabajo, se desarrollan los aspectos relativos a los pacientes con depresión en Chile.

3.4.4.1.- Pacientes con Depresión en Chile:

“La prevalencia de trastornos depresivos en la población general mayor de 15 años es de 7.5 % a 10 % en nuestro país”, en el ámbito de la atención primaria constituye el 30% de los consultantes, además es dos veces más frecuente en mujeres que en hombres⁸⁴. Su impacto a nivel de la población es elevadamente negativo, sobre todo en el caso de las mujeres de nuestro país, ya que constituye el “segundo lugar entre las primeras causas de años de vida saludables perdidos por discapacidad o muerte prematura”⁸⁵. Además los trastornos depresivos en Chile se encuentran fuertemente asociados al suicidio⁸⁶.

En consecuencia, a partir del año 1997, en las políticas del ministerio de salud se plantea la salud mental como una de las 16 prioridades nacionales en salud, siendo la depresión uno de los problemas de salud mental frecuentes y preocupantes para el gobierno⁸⁷.

⁸⁴ Ministerio de salud, Guía Clínica: “programa para la Detección, Diagnóstico y Tratamiento Integral de la Depresión en atención Primaria”. Pp6. Año 2001.

⁸⁵ Ibid Pp7.

⁸⁶ Idem.

⁸⁷ Ministerios de salud, Diagnóstico y tratamiento de la depresión en el nivel primario de atención. Año 1998.

La organización Mundial de la salud en un estudio “colaborativo Multicéntrico”⁸⁸, señala que los trastornos depresivos son particularmente frecuentes en Chile.

En el ámbito específico de la atención primaria en salud de nuestro país, como ya se ha mencionado en capítulos anteriores, se utiliza la clasificación internacional de enfermedades CIE-10, la que distingue entre episodios de depresión leve, moderada, y severa. Al interior de esta clasificación se plantean también aspectos relativos al procedimiento a seguir en los distintos cuadros depresivos, es así como por ejemplo en el caso de depresión severa se sugiere la derivación con carácter de urgencia al nivel secundario en salud; en el caso de depresión moderada se ofrece un tratamiento farmacológico con antidepresivos, y con un seguimiento mínimo de seis meses, en los que puede optar a apoyo psicosocial y/o grupal; y finalmente en el caso de depresión leve, los pacientes pueden recibir apoyo psicológico individual o grupal, reevaluando para ver si es necesario o no el uso de antidepresivos⁸⁹. Estos criterios tanto diagnósticos como a nivel de intervención, radican en la idea central de que en los trastornos de tipo depresivo existen causales tanto biológicos, o bioquímicos, como también los relativos a factores psicológicos y sociales, es decir, existe en la depresión un trasfondo que compromete al ser humano en su integridad. En consecuencia, sólo intervenciones terapéuticas que atiendan a lo bio-psico-social podrán ser eficaces en el restablecimiento del estado de equilibrio y de salud de quienes experimentan en sus vidas trastornos de tipo depresivo. Si bien, por lo menos a nivel de atención primaria de salud en nuestro país existe la intención de ofrecer tratamientos que apunten a la integridad del ser humano, éstos como ya se ha mencionado en esta investigación se operacionalizan escindiendo al ser humano. Sin embargo, surge como relevante el desarrollar aquí cómo operan nuestros servicios de atención pública en cuanto a cuadros depresivos se refiere.

Es así como a nivel bioquímico los tratamientos en depresión son en base a fármacos, antidepresivos específicamente, los que se pueden clasificar de acuerdo a su impacto en los distintos neurotransmisores asociados. Los más utilizados son los tricíclicos y la fluoxetina (ambos desarrollados en capítulos anteriores). Un aspecto importante en la medicación de

⁸⁸ Ibid Pp11.

⁸⁹ Ministerios de salud, Guía Clínica: “Programa para la Detección, Diagnóstico y Tratamiento Integral de la

estos antidepresivos es el adecuado conocimiento y uso por parte del especialista, lo que requiere un óptimo conocimiento de sus efectos secundarios y de sus riesgos en cada paciente en particular. En síntesis, se puede establecer que de acuerdo a las características del síndrome depresivo dependerá la elección del antidepresivo a elegir⁹⁰.

En la dimensión psicológica y social de la depresión, se desarrollan intervenciones psicológicas individuales, y psicosociales de grupo, las segundas parten de la premisa de que todos los seres humanos somos seres gregarios, de ahí la efectividad de estas intervenciones, este tipo de tratamiento es a nivel psicológico propiamente tal, pero también con una finalidad educativa, en las que simultáneamente se crean redes de apoyo⁹¹. Estas intervenciones se enmarcan dentro de las políticas ministeriales.

En el marco de las instituciones privadas de salud, existen también tratamientos de esta índole, y específicamente en el campo de la psicología intervenciones desde las distintas vertientes, las que se mencionaron con anterioridad en esta investigación. Pero además se han desarrollado y se están desarrollando intervenciones que provienen de otros campos denominados alternativos, ya que si bien los tratamientos en base a fármacos, o a psicoterapia no siempre son exitosos en su totalidad o parcialidad, debido a esta necesidad existen hoy en nuestro país diversas medicina alternativas, como la que se especifica en este trabajo investigativo, la Medicina Tradicional China. Pero también otras como por ejemplo el Reiki de procedencia japonesa; la aromaterapia; la biodanza; el yoga; taichi, etc. Todas ellas implementadas y ejercidas en la atención privada y también pública. Es decir, naturalmente se ha desarrollado esta necesidad y sus respectivas respuestas concretas para la población que las demanda, ya que todo lo que no haga daño y cure o ayude a mejorar la calidad de vida de la población, en la relación con nosotros mismos, nuestras relaciones interpersonales y con el entorno, son válidas y necesarias de una continuidad en su crecimiento a nivel mundial, y naturalmente al interior de nuestro país.

Depresión en Atención primaria". Año 2001. Pp14

⁹⁰ Idem.

4.- Referentes Metodológicos:

En este segmento se describen la metodología desarrollada en esta investigación, es decir, se da a conocer en qué consiste y cómo se va a llevar a cabo la consecución de los objetivos ejes de este estudio en particular. De esta manera, se describen lo relativo a la muestra de individuos que conformaran el estudio, y sus principales características.

Además se definen los principales métodos y técnicas de recolección de información

4.1.- Metodología:

La metodología a utilizar en la presente investigación es de tipo cualitativa, ya que en ella se pretende conocer una determinada realidad desde sus actores originarios, desde el contexto personal de los individuos que están siendo los protagonistas de lo que se quiere llegar a investigar, de lo que se quiere llegar a conocer, es decir, no interesa medir a través de marcos predeterminados, sino que se pretende poder conocer dicha realidad desde quienes la experimentan, en este caso pacientes con depresión y especialistas en medicina tradicional china, específicamente acupuntura, todo esto a partir de un tipo de investigador que observe esa realidad sin controlar nada en dicha situación, busca entonces describir la realidad la realidad observada, investigarla tal cual esta es, desde su existencia particular, con esto además es posible señalar que en estas investigaciones no existe una búsqueda de criterios objetivos, ya que si se investiga desde la realidad y contexto de los propios actores, estamos más cercanos a buscar subjetividades, que perspectivas objetivas. Además al dar énfasis a los sujetos, a su experienciar, a su contexto, a sus procesos en este caso terapéuticos a partir de la acupuntura, estamos planteando que la realidad es dinámica, susceptible a cada contexto y proceso interno ligado a lo que se pretende estudiar en esta tesis.

De esta manera la metodología cualitativa se caracteriza por ser una en donde el interés recae en la conducta humana desde el propio sujeto y desde su propio marco de regencia, en donde la observación es sin control, es naturalista, con énfasis en la búsqueda de

⁹¹ Idem.

subjetividades, orientándose al descubrimiento, la descripción, la exploración, asumiendo una visión holista acerca de lo investigado, en donde además se asume que en la realidad es siempre una dinámica y no estática, es por ello que para poder realizar un tipo de investigación de esta índole es necesario que el investigador posea determinadas características, dentro de las que cobra relevancia la flexibilidad puesta en el cómo, en el proceso de lo que se investiga, además se plantea la importancia de intentar de apartar o de al menos ser conciente de las propias creencias y perspectivas en torno al fenómeno estudiado, buscando además un estrecho ajuste entre los datos recolectados y sus interpretaciones. El tipo de estudio cualitativo, es un exploratorio-descriptivo, es exploratorio por que si bien se trata de una medicina con existencia milenaria, y de la depresión, en donde existen estudios a nivel mundial, en Chile sólo desde hace unos pocos años se empiezan a realizar estudios en medicina tradicional china y en depresión, los que aún se encuentran en proceso de realización, por lo que acá en Chile todavía este es un tema de investigación nuevo, del que existe poco conocimiento y escasa información escrita, por lo que en términos generales la información detallada en el marco teórico en cuanto a acupuntura y depresión desde la medicina tradicional china son a partir de información oral, de entrevistas con entendidos en el tema, por lo que se constituye en una investigación que permitirá familiarizarnos con el tema en cuestión. Además es descriptivo porque en el él investigador proporciona una visión acerca de lo que la gente dice y del modo en que actúa, deja que las palabras y acciones de las personas broten por sí mismas. Se caracteriza también por un mínimo de interpretación y conceptualización, para que sean los propios lectores quienes extraigan sus propias conclusiones y generalizaciones a partir de los datos⁹².

⁹² Sampieri, Roberto. Metodología de la Investigación. 2º edición. Año 1998.

4.2.- Delimitación del campo de estudio:

El campo de estudio se divide en dos grupos:

A.- Seis pacientes diagnosticadas con depresión mujeres, además se consideran en las tablas siguientes los principales datos aportados por las fichas clínicas, en lo que se refiere a tratamientos realizados, diagnóstico y etapa en que se encuentra su tratamiento en medicina tradicional china.

1.-

Nombre: Ximena.
Edad: 36 años.
NSE: Medio.
Tipo depresión: Moderada.
Tratamientos realizados: Psicofármacos, Psicoterapia Individual.
Derivación a Mtch: Desde Psicoterapia.
Técnicas empleadas: Acupuntura, masaje, electroacupuntura y moxibustión.
Etapa o número de sesiones con Mtch: Dada de alta después de 12 sesiones. Es su primer cuadro depresivo, asociado a problemas de tipo judicial.

NSE: nivel socioeconómico.

MTCh: Medicina tradicional china.

2.-

Nombre: Marcela.
Edad: 40 años.
NSE: Medio.
Tipo depresión: Moderada
Tratamientos realizados: Psicoterapia Individual.
Derivación a Mtch: Desde psicoterapia.
Técnicas empleadas: Acupuntura, masaje, electroacupuntura, y moxibustión.
Etapa o número de sesiones con Mtch: Se encuentra en su sesión número 10, falta una sesión para ser dada de alta. Esta es su segundo cuadro depresivo desencadenado por problemas en su vida de pareja.

3.-

Nombre: Guillermina
Edad: 45 años.
NSE: Medio.
Tipo depresión: Severa.
Tratamientos realizados: Médico-psiquiátrico, farmacológico, Psicoterapia individual y grupal, chi kung.
Derivación a Mtch: Desde psicoterapia.
Técnicas empleadas: Acupuntura, masaje, moxibustión, electroacupuntura.
Etapas o número de sesiones con Mtch: Después de 15 sesiones fue dada de alta.

4.-

Nombre: Sandra.
Edad: 29 años.
NSE: Medio.
Tipo depresión: Moderada.
Tratamientos realizados: Psicoterapia y Chi kung.
Derivación a Mtch: Desde Psicoterapia
Técnicas empleadas: Acupuntura, moxibustión, masaje y electroacupuntura.
Etapas o número de sesiones con Mtch: Se encuentra en tratamiento permanente desde hace 10 meses en forma constante, debido lo crónico de su trastorno ansioso, al cual se liga su estado depresivo actual.

5.-

Nombre: Ana
Edad: 37 años.
NSE: Medio.
Tipo depresión: Severa.
Tratamientos realizados: Dos meses en psicoterapia, y tratamiento farmacológico.

Derivación a Mtch: Desde psicoterapia.
Técnicas empleadas: Acupuntura, masaje, moxibustión, electroacupuntura.
Etapa o número de sesiones con Mtch: Se realiza 10 sesiones, de las cuales es dada de alta de su depresión y de sus problemas de alcoholismo desarrollados durante su depresión.

6.-

Nombre: Ana
Edad: 45 años.
NSE: Medio.
Tipo depresión: Severa.
Tratamientos realizados: Psicoterapia, terapia farmacológica.
Derivación a Mtch: Desde psicoterapia.
Técnicas empleadas: Acupuntura, masaje, moxibustión, electroacupuntura.
Etapa o número de sesiones con Mtch: Se encuentra en su sesión número 25, recién hace dos o tres sesiones a experimentado mejorías notorias, su tratamiento aún no tiene fecha de egreso, debido al nivel de compromiso general de deterioro de su salud, asociado además a un nivel de estancamiento evidenciado en su obesidad mórbida.

B.- Cuatro especialistas en Medicina Tradicional China de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china:

1.-

Nombre: Oscar Fuentes.
Edad: 45 años.
Año Egreso: Primer semestre, 2004.
Otra ocupación: Odontólogo.

2.-

Nombre: Mauricio Pacheco.
Edad: 25 años.

Años Egreso: Segundo semestre 2002.
Otra ocupación: Instructor de Tai chi.

3.-

Nombre: Marcelo
Edad: 30 años.
Año Egreso: Primer semestre 2004.
Otra ocupación: Ninguna.

4.-

Nombre: Alejandra Reyes.
Edad: 36 años.
Año Egreso: Segundo semestre 2003.
Otra ocupación: Psicóloga, Instructora de Chi Kung.

Esta muestra encuentra su justificación en aspectos que aluden primero a poder observar más de cerca la posibilidad de algunos individuos que desde la atención primaria en salud de la provincia de San Antonio, V región, se les da la posibilidad de decidir a acceder a un tipo de tratamiento nuevo para su depresión, el que además de nuevo se aleja de los tratamientos convencionales realizados en depresión en nuestro país, sobre todo a nivel de la salud pública, por lo que además conlleva beneficios a este tipo de servicio en salud, y a su público, ya que además esta posibilidad trae bajos costos económicos para quienes acepten esta experiencia terapéutica.

Los pacientes tratados con esta medicina, con cuadros depresivos se realizan esta terapia en un centro de salud privada en san Antonio, centro en el cual hay libre acceso para realizar este estudio, tanto a nivel de convocar a los pacientes, como la posibilidad de contar con los especialistas necesarios para realizar la investigación. Si bien en un comienzo la muestra se plantea como una dividida igualmente entre hombres y mujeres, pacientes y especialistas respectivamente, durante los meses de este trabajo las posibilidades concretas se modifican, ya que se cuenta con un número de pacientes con depresión en su totalidad de sexo femenino, lo que es concordante con la mayor presencia de este cuadro en mujeres que

en hombres en nuestro país, contando además con una sola mujer especialista en medicina tradicional china en tratamientos de depresión.

4.3.- Métodos y Técnicas de recopilación de Información:

Fuentes Documentales:

A.- Fichas Clínicas: Las fichas documentales se refieren a un tipo de documentación escrita de carácter no bibliográfico, y de origen personal. En el caso específico de esta investigación, las fichas clínicas contienen información relativa al diagnóstico médico occidental con los cuales los pacientes, muestra de este estudio, llegan a realizarse tratamiento con los especialistas en medicina tradicional china. Además cuenta con información acerca del número de sesiones en esta medicina. Además estas fichas son de uso confidencial, sólo utilizadas a nivel de los especialistas a cargo, contando con la debida reserva por parte de la información recibida en esta investigación.

Entrevistas:

A.- Entrevistas en profundidad semiestructurada:

Este tipo de entrevista da cuenta de un método cualitativo de recolección de información, además es semiestructurada, ya que en ella se cuenta con una pauta predefinida, pero flexible, que el espacio al desarrollo de otras interrogantes que resulten interesantes de indagar para cumplir con los objetivos señalados, es decir, permite además el fluir de la entrevista a modo de una conversación entre iguales, y no un "intercambio formal de preguntas y respuestas"⁹³

Por lo tanto, consiste en encuentros entre el investigador y su o sus informantes, con la finalidad de llegar a comprender el fenómeno estudiado, a partir de las perspectivas de los

⁹³ Bogdan y Taylor. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Editorial Paidós. Pp101.

informantes, por lo que esta comprensión incluye el contexto de la entrevista en específico, no la observación del contexto social de quienes se entrevista.

4.4.- Procedimientos de investigación:

La investigación se inicia durante los primeros meses de este año, a través de pensar y dar forma a nivel mental acerca de cómo enlazar y empezar a dar sentido y coherencia al tema de interés personal, cuestión que finalmente se concretiza en abril de este año en la ejecución y entrega del pre-proyecto de tesis.

Desde abril a julio se plantea el plazo para entregar el proyecto de tesis, durante estos meses se realiza contacto nuevamente con profesor guía, y principalmente metodólogo.

De esta manera, el proyecto se entrega en la fecha indicada, el cual tres o cuatro semanas más tarde es aprobado.

Desde mediados de julio hasta noviembre se trabaja principalmente a nivel de los referentes teóricos, hasta dar comienzo a las entrevistas, las que se realizan sin mayores complicaciones. Una vez realizadas las entrevistas se trabaja primeramente a nivel de transcripción y análisis descriptivo e interpretativo de la muestra pacientes con depresión; seguida por el mismo procedimiento en la muestra especialistas en medicina tradicional china de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china.

De esta manera, se llega a finales de noviembre y principios de diciembre a desarrollar los últimos puntos de la investigación, las conclusiones.

5.- Análisis de la Información

A.- En este capítulo se desarrolla el análisis descriptivo e interpretativo de esta investigación. Los cinco objetivos de este estudio, se dividen de acuerdo a la muestra, en esta primera parte se analiza la información relativa a la muestra pacientes mujeres con depresión.

5.1.- Análisis Descriptivo e Interpretativo Muestra Pacientes.

A.- Análisis Descriptivo.

Objetivo 1

Aportes Medicina Tradicional China

Muestra pacientes mujeres:

Paciente A Marcela.

Me ha servido bastante...En el sentido de que he tenido recaídas, pero no tan fuertes como antes, ando con más ánimo, me he sentido con más energía. Me ha ayudado a liberarme, a liberar un montón de emociones y sentimientos.....la medicina tradicional china me ha permitido no andar tomando algún tipo de calmante o relajante, para mí eso es evadir realmente los problemas, con las pastillas no se soluciona nada, hubiera tenido que recurrir a ella cada vez que recayera, sin solucionar nada.....En general para mí ha sido un aporte bastante grande, porque además de lo que te señale, me ha quitado varios otros dolores, otros malestares.... lo que me había costado, había probado de todo y no me había pasado nada. Por ejemplo en el período de menstruación, porque los cinco días antes eran terribles y después de mi período y ahora, bueno el color del sangrado era café, casi negro, con muchos coágulos, y ahora directamente casi no me doy cuenta cuando me llega..... tú acá puedes por ejemplo decirle un montón de síntomas de una sola enfermedad o de varias, en cambio al otro, tienes que ir por un síntoma y te atienden por ese síntoma, y aunque tengas otro no lo toman en cuenta, es más integral.... no eres un paciente más, a veces ni te miran a la cara, acá te miran, te preguntan cómo estás, es una

relación más cercana. (36 años, depresión moderada, desde hace aproximadamente 2 años, no es el primer cuadro depresivo, estuvo en psicoterapia cerca de dos meses, se encuentra en sus últimas sesiones de medicina tradicional china).

Paciente B Ximena.

"Han sido bastantes, me empecé a sentir sobre todo sin esa ansiedad que tenía casi todo el día después del problema judicial que tuve y que por eso fui al psiquiatra y de ahí hasta que termine con acupuntura, aunque quiero retomar, cuando tenga plata..... La ansiedad fue como bajando, ya a las 4 o 5 sesiones más o menos, es como si me sintiera con más equilibrio, con más fuerza, más tranquila, con menos ganas de llorar. Además me ayudo en otras cosillas que se venían por lo mismo, y es que me ayudo a dormir mejor, yo tomaba por lo mismo un inductor del sueño, y como con la medicina tradicional china se trata de un modo como te dijera, más completa..... te preguntan por todo lo que sientes, dolores, penas, te miran la lengua, te prestan atención, así como te dije te tramitan menos porque no te piden exámenes, y porque no te dan medicamentos, y porque después de cada sesión te sientes bien, es como una relación más cercana y como más general" (35 años, depresión moderada, inicio desde hace al menos 1 año y medio. Estuvo bajo tratamiento en base a fármacos antidepresivo, ansiolíticos y un inductor del sueño, además se realizó psicoterapia desde octubre del año 2003, y luego medicina tradicional china, se realizó 15 sesiones, se encuentra dada de alta).

Pacientes C Guillermina

"Mira, bueno ha sido como un despertar en que los sentimientos están totalmente independientes de mi cuerpo, mis dolores son independientes de lo que yo siento.....Yo era una persona, que no me había dado cuenta tampoco porque es como que yo e despertado, entonces era una persona demasiado melancólica, no le encontraba sentido a nada, nada me llamaba la atención, entonces cuando yo empecé con la doctora, en ese tiempo me trate con psicóloga, no en terapia de chi kung, entonces me propuse una meta, que era hacer un jardín en mi casa.....El chi kung me a ayudado a lo que es movimiento, por que por

ejemplo yo cuando llegue a mi primera terapia de chikung yo era como una "curada", cuando tenía que mover las articulaciones de los pies yo me iba para todos lados, ahora los hago solaDespués del chi kung, yo también empecé a escribir, siempre me ha gustado.....Estoy como viviendo, como sabiendo lo que estoy haciendo, viviendo conciente, ahora me vuelo, pero no como antes porque hacía las cosas y era como que estaba en otro planeta..... Bueno la comunicación acá es distinta, yo fui capaz de decirle que yo sentía rabia, y fui capaz de por ejemplo de hacerle una broma cuando me decía que le sacara la lengua (procedimiento diagnóstico) porque es la única oportunidad que tengo para sacarles la lengua, es otro tipo de trato, es como más espiritual."(45 años, depresión severa, inicio aproximadamente en el año 1997, presenta hipotiroidismo, estuvo en psicoterapia desde donde fue dada de alta, también se realizó tratamiento farmacológico fluoxetina tres al día, más dos amitriptilinas diarias, en el año 2000 la dosis medicamentosa bajo a una pastilla diaria respectivamente, además se encuentra actualmente y desde el año pasado en terapia grupal en donde practica chi kung, una de las técnicas terapéuticas de la medicina tradicional china)

Paciente D Ana.

"El médico chino cumple todas las funciones, los aportes son 100%, de partida cuando yo llegué, llegue con una ansiedad, con un miedo, y todo eso yo te digo que la primera sesión no sentí necesidad de (beber); todo me sirvió, las conversaciones, el estar estirada en la camilla, el pensar cuando te dejan ahí con la música, esa parte digamos es tú tiempo, cuando tu ya empiezas a entregarte, a pensar ¡ya! voy a ir solucionando cosas, manejando tu tiempo.....Mira, yo de la primera sesión me sentí sin las ansias de querer beber...bueno paso lo siguiente mi estado anímico fue cambiando cuando fui también viendo que iba adelgazando....Sí, o sea yo no me miraba ya ni al espejo, al bajar me fui sintiendo menos hinchada, las manos rojas, entonces ahí como que mi autoestima empezó a subir, voy bajando, me estoy sintiendo mejor anímicamente."(37 años, depresión severa, problemas de alcoholismo, inicios sin un tiempo definido, estuvo en psicoterapia dos meses, y con tratamiento en base a fármacos fluoxetina y amprozalan, se encuentra dada de alta de medicina tradicional china)

Paciente E Sandra.

"Me a ayudado a relajarme, a ver la vida de otra forma.....Entonces con la medicina china me ha ayudado a estabilizarme, a tranquilizarme, y a estar como, a ver, a encontrarme conmigo misma, a encontrarme con mi cuerpo, con todo.....te trata internamente, espiritualmente, que la medicina psiquiátrica que te trata con pastillas, sino que aquí van como a la raíz del problema.....ahora cuando empecé el tratamiento en agosto ya en septiembre pude salir sola a la calle, a la playa al puertecito, después a llo-lleo, y ahí empezó como una cosa tan rara, como conocerme a mí misma y todo eso... ..ahora por ejemplo puedo salir y eso es como que me sube más el ánimo, y así ya no me asomo a la ventana y me pongo a llorar" (29 años, depresión moderada, se realiza dos meses psicoterapia, se encuentra en proceso de tratamiento en medicina tradicional china)

Paciente F Ana María.

"....no tenía deseos de vivir, no tenía ganas de pintarme, ahora incluso me doy ese tiempo y ese ánimo, y me doy ánimo para hacer las cosas porque no tenía ánimo de ni para barrer, incluso yo llegaba a la casa y era puro dormir, dormir, dormir y no saber de nada, ahora me siento más activa....De a poquito me ha ayudado harto.....Tenía mucho calambre, no sentía todo este lado, lo sentía dormido, todavía que da algo pero siento como que se me ha pasado un poco." (48 años, depresión severa, inicio año 2003, se realizó psicoterapia por 5 meses, lleva más de 20 sesiones con medicina tradicional china, además se encuentra con tratamiento farmacológico, fluoxetina y amitriptilina).

B.- Análisis Interpretativo

Del análisis descriptivo de la información, es posible señalar interpretativamente que los aportes que la medicina tradicional china realiza a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión son de diversa índole, como se mencionan a continuación:

Estado anímico y físico

Se aprecian mejorías importantes experimentadas en el ámbito de lo anímico y a la vez físico de los pacientes, lo cual en términos globales se traduce en un estado general de mayor energía vital, la concurrencia paralela de alivios en estos aspectos del ser humano configuran un cuadro positivo holístico, así lo expresa Marcela “*..ando con más ánimo, me he sentido con más energía... ..además de lo que te señale, me ha quitado varios otros dolores, otros malestares...*” ; o como también lo expresa Ximena “*es como si me sintiera con más equilibrio, con más fuerza, más tranquila, con menos ganas de llorar. Además me ayudo en otras cosillas que se venían por lo mismo...a dormir mejor*”; o también Ana “*mi estado anímico fue cambiando cuando fui también viendo que iba adelgazando...*”.

Toma de conciencia relación mente-cuerpo-emociones

Es posible señalar además, que los aportes mencionados anteriormente dan cuenta de un aspecto a mi juicio sumamente relevante, y es la toma de conciencia del cuerpo, de la mente y de las emociones, de su relación, es decir, a través de este tratamiento se genera lo que la filosofía de esta medicina sostiene, el concepto de holismo, a través de una toma de conciencia de su propio estado de salud y enfermedad, lo que sin duda constituye un aporte realmente trascendental, ya que esto por lo general no se experimenta en el campo de la medicina occidental, estos aspectos se encuentran evidenciados por ejemplo en Ximena “*la medicina tradicional china se trata de un modo como te dijera, más completa..*”; en Guillermina “*...porque es como que yo e despertado.... Estoy como viviendo, como sabiendo lo que estoy haciendo, viviendo conciente...*”; en Sandra “*Me a ayudado a relajarme, a ver la vida de otra forma..., a encontrarme conmigo misma, a encontrarme*

con mi cuerpo, con todo....”, es decir, esta relación mente-cuerpo-emociones se aprecia en un logro en cuanto al aumento del conocimiento de sí mismas

Relación médico paciente

Es este un elemento considerado relevante, ya que constituye uno de los factores o aspectos nuevos que esta medicina aporta en la terapia de la depresión. La relación médico paciente por lo general al interior de la medicina occidental, y más aún en sector de la salud pública de nuestro país, es muy poco cálida, más bien distante y a veces fría.

En la medicina tradicional china, se construye una relación entre el especialista y el paciente caracterizada por un factor clave, la comunicación, en este punto del análisis, verbal. A través del diálogo, a través del intercambio de palabras acerca de lo que el paciente siente psicológica y físicamente, acerca de sus actividades cotidianas, de su vida familiar, en pareja, en fin abarca una serie de intercambios verbales que generan parte importante de la confianza que los pacientes sienten y depositan en su terapeuta, además de ser una comunicación alejada de formalismos, ya que se establece un tipo de vínculo cálido, abierto, relajado, en el que se dan cada vez más espacios de expresión por parte del paciente, las siguientes citas nos lo explicitan “*...no eres un paciente más, a veces ni te miran a la cara, acá te miran, te preguntan cómo estás, es una relación más cercana..”*, “*..... Bueno la comunicación acá es distinta, yo fui capaz de decirle que yo sentía rabia, y fui capaz de por ejemplo de hacerle una broma cuando me decía que le sacara la lengua (procedimiento diagnóstico) porque es la única oportunidad que tengo para sacarles la lengua, es otro tipo de trato, es como más espiritual....”*

Espacio Terapéutico

El espacio en el cual tiene lugar el tratamiento en medicina tradicional china, tanto en sus dimensiones físicas como ambientales, incorpora diversos elementos, primeramente la posición de los objetos y elementos dispuestos en la sala de atención, de manera tal que configuren un lugar placentero, tranquilo; la camilla en la que los pacientes se recuestan,

cómoda, amplia; los colores utilizados en la sala, cálidos, suaves; la luz utilizada alta durante la aplicación de las técnicas, y tenue en el tiempo en que se les deja a solas, este espacio en que se encuentran solas se acompaña se música suave, relajante, con las agujas dispuestas en sus cuerpos, esto último es de gran importancia, ya que se da un proceso interior, que sustenta el que este aspecto sea un aporte, lo relacionado con el ambiente exterior, en él las pacientes pueden encontrarse consigo mismas, sentir, pensar, aumentar la conciencia de sí mismas, de sus vivencias, así nos lo señala por ejemplo Ana “.. *todo me sirvió, las conversaciones, el estar estirada en la camilla, el pensar cuando te dejan ahí con la música, esa parte digamos es tú tiempo, cuando tu ya empiezas a entregarte, a pensar [ya] voy a ir solucionando cosas, manejando tu tiempo...*”.

Otro elemento que forma parte de la importancia del espacio terapéutico, es el tiempo, la cantidad de tiempo que a los pacientes se les dedica, que en este caso son en 45 a 60 minutos de atención por paciente, el cual se divide en las siguientes etapas, por lo menos en una primera sesión en medicina tradicional china:

a.- En una primera instancia, ante el primer contacto médico-paciente, el especialista observa, pregunta y escucha.

Observa el modo del paciente, a decir, su actitud, su postura física, su manera de sentarse, de hablar, o de no hacerlo, es una apreciación de fenómenos verbales y no verbales acerca del paciente.

Se le pregunta acerca de su motivo de consulta, abarcando la sintomatología global, además se le preguntan cuestiones referente a su vida diaria, actividades, relaciones significativas, etc.

Es este un momento alejado de formalismos, ya que no se cuestiona al paciente, sino que se le escucha con una acogida lo más atenta y cálida posible, de manera de reducir posibles nerviosismos.

b.- Luego para redondear lo anterior, ya que el primer paso si bien es importante como un primer acercamiento con el paciente, también permite establecer pautas diagnósticas, por lo que en este segundo paso se utilizan criterios diagnósticos, a través de la observación de la lengua y del pulso del paciente.

c.- A partir de lo relativo al primer contacto y diagnóstico, se procede a explicar al paciente las características de su síndrome, y el procedimiento a realizar, por lo que se les deja a solas para que se quiten la ropa necesaria, lo que también se les señala.

Así, el especialista vuelve antes de entrar pregunta al paciente si ya está listo, se le acomoda en la camilla, se tapan las partes del cuerpo que no se utilizaran, y se procede a la aplicación de las técnicas, las que en la mayoría de los casos comienza con la acupuntura. Así que por lo tanto, también se les explica el uso de las agujas, y sus medidas higiénicas.

d.- Una vez aplicada las agujas, con sus respectivas técnicas al movilizarlas para captar el qi que circula por los meridianos, se les pregunta si están cómodos, si alguna de las agujas molesta o incómoda, y luego se procede a dejar al paciente a solas por unos minutos, se les deja con una luz tenue, y con música suave, por su puesto en el caso de una primera sesión el especialista cada ciertos momentos regresa a la sala para ver el estado del paciente, ya que es importante que se relaje y disfrute de ese momento a solas.

e.- Y finalmente luego de 40 minutos aproximadamente se le retiran las agujas y se aplican otras técnicas de esta medicina, como la electroacupuntura, la que por lo general se aplica antes de los 40 minutos en que están con las agujas solamente, o si no se procede al masaje, la moxibustión, etc.

f.- Finalmente el paciente se le deja a solas nuevamente para que se vista, se le pregunta por cómo se siente, y se acuerda la próxima cita, por su puesto si el paciente tiene preguntas se les responde a sus dudas.

Disminución de la ansiedad

Un último aporte, reside en la disminución rápida y permanente de las fuertes sensaciones de angustia y de ansiedad experimentadas en las pacientes con depresión entrevistadas, y en los cuadros depresivos en general. Tras las sesiones de esta medicina, mediante la aplicación de sus diversas técnicas terapéuticas, principalmente el masaje y la acupuntura, se experimentan sensaciones claras de relajamiento, y durante las sesiones en sí, esta vivencia tanto psicológica como física de relajo incide positivamente en la mejoría de los niveles de calidad de vida general de las pacientes, ya que les permite sentirse más armónicamente de manera interna, como también en sus relaciones familiares, laborales y

sociales en general, así se menciona en Ximena “... me empecé a sentir sobre todo sin esa ansiedad que tenía casi todo el día después del problema judicial que tuve...”, o también en Ana “...llegue con una ansiedad, con un miedo, y todo eso yo te digo que la primera sesión no sentí necesidad de (beber)...”, y en Sandra “...me ha ayudado a estabilizarme, a tranquilizarme...”.

A.- Análisis Descriptivo.

Objetivo 2

Aportes Acupuntura

Pacientes A Marcela

“Me he sentido bien en las sesiones de acupuntura sola.....Bueno, ya no me siento depresiva, ya no ando con esos ahogos constantes, eso era siempre, ahogos aunque llorara, gritara eso seguía ahí, y el hecho de andar con más vitalidad, a sido un cambio bastante fuerte....A mi juicio, la primera vez que vine, vine con bastante temor, de si iba a servir o no, de si realmente me iba a ayudar, y me he dado cuenta que sí por la liberación y el fin de esos ahogos, además sin proponérmelo adelgace también con la acupuntura, ya no tengo esa angustia que me obligaba ya sea salado o dulce tenía que comer. “

Paciente B Ximena

“.....en lo de dejar tanto remedio creo es lo que así como más palpable me ha ayudado la acupuntura.....con las agujitas sientes mejor a largo plazo, es como el tratamiento psicológico en el que trabajas más tu personalidad, es como si te miraras desde un espejo, te conoces más y eso es más duradero aunque ahí todavía me falta trabajo, algo así ocurre con la acupuntura, más que con los masajes, o el calor”.

Paciente C Guillermina

“....Pero también me deshinche, entonces todo el mundo me dice que estoy más flaca, pero no estoy más flaca, yo con esta terapia de la acupuntura yo me deshinche, estoy igual...los alivios por ejemplo yo trabajo con las tijeras, que son de acero, el tenerla mucho en las manos empiezan a doler las articulaciones, sobre todo aquí en el tendón de la muñeca, incluso ahora tengo un poquito de dolor pero leve, lo más notorio para mí que me di cuenta del efecto que me estaba haciendo la acupuntura en mi cuerpo físico fue mi talón....porque el talón lo tenía sumamente inflamado, lleno de cototos, ahora tengo pero poquitos, y aquí se me nota la diferencia porque con la acupuntura esto se me hundió....Además la sudoración, cuando empecé a tener problemas a la tiroides....la transpiración, porque yo antes no sabía de sudoración, eso ya no lo tengo ahora, y si la tengo es porque ando demasiado nerviosa, y no me puedo controlar. Entonces esas han sido las cosas bien notorias que han cambiado.....yo lo vi así como un tratamiento físico, en realidad me e sentido mejor, llegaba alterada a veces y después empecé a sentirme ahora que me acuerdo, y ahora que lo estoy pensando el mal humor, eso sí a cambiado ahora que lo pienso en eso me a ayudado.”

Paciente D Ana

“Ahora yo, qué sentí específicamente con la acupuntura...no sentí nervio, no sentía la ansiedad de ir a beber, disminuyó, no sentía eso de pasar y tener ganas, se acabó...todo fue la acupuntura, los masajes también influyen porque significan relajo, disminución del dolor de cuello, también te ayuda, no sé pero yo creo que la acupuntura para mí me saco de un hoyo muy grande, y como que fue subiendo, y en 10 sesiones sentirme como me siento ahora, yo si hubiera ido a un médico no hubiera tenido estos logros....yo me fui sintiendo mejor, así que volvía y me sentía cada vez mejor, no me daban miedo...vez ahora ya no converso y no lloro, como que me siento más fuerte, enfrentar las cosas, como que fue todo un cambio, más completo, más integral y confiable, ir y decir esto y esto siento, en un mes y medio baje como 10 o más kilos, sin planteárselo como que vengo a acupuntura para adelgazar, eso no se lo manifesté, porque consideraba que lo otro era más importante.”

Paciente E Sandra

"...yo era asmática, sufría todos los años de asma, pasaba en el hospital, con inhalador, y desde que empecé con acupuntura me a dado una crisis de asma solamente....la acupuntura me a ayudado a las crisis (haciendo alusión a sus crisis de pánico), esa es la diferencia entre la acupuntura y el masaje, por que el masaje es solamente para relajación física, la acupuntura me a ayudado para la psicológica y para la parte física también.... con la acupuntura, cuando me ponen las agujas siento como un cosquilleo, como un calambre en el cuerpo, así como un hormigueo, eso me decían que es por que la energía está circulando..."

Paciente F Ana María

"Bueno, empezando cuando yo empecé a hacerme la acupuntura venía super mal, venía enferma, con dolores al cuerpo, decaída, venía con mareos, con la presión alta, también el colesterol, y gracias a la acupuntura e estado saliendo también adelante, me ha ayudado mucho a las emociones también...Porque a uno le clavan una agujita aquí en le medio(al centro del pecho), entonces eso me ayuda también a sentirse mejor, como a desahogar un poquito la pena".

B.- Análisis Interpretativo

A partir del análisis descriptivo de este objetivo, es posible evidenciar desde la interpretación que los aportes de la acupuntura en específico a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión son bastantes, ya que en general ante las preguntas realizadas a los pacientes y aunque se especificara por ejemplo que al hacer alusión a la medicina tradicional china se consideraba no solo la acupuntura, sino que también por ejemplo los masajes, la moxibustión, el chi kung, ellas de igual forma terminaban refiriéndose a la

acupuntura. Los aportes en específico son los siguientes:

Cambios anímicos

El primer aporte se traduce en mejorías a nivel de la esfera anímica, principalmente a nivel de modificaciones positivas en torno a la sensación de vitalidad, y de estado más liberado de las emociones, así lo declaran Marcela “*..ya no me siento depresiva, ya no ando con esos ahogos constantes... y el hecho de andar con más vitalidad...*”, esto además parece señalar disminución de los niveles angustiosos, de opresión de las emociones, párrafos como los siguientes nos acercan a esta comprensión “...”; Guillermina “*...llegaba alterada a veces y después empecé a sentirme ahora que me acuerdo, y ahora que lo estoy pensando el mal humor, eso sí a cambiado...*”; Ana “*...yo creo que la acupuntura para mí me saco de un hoyo muy grande, yo me fui sintiendo mejor, así que volvía y me sentía cada vez mejorme siento más fuerte, enfrentar las cosas, como que fue todo un cambio, más completo, más integral y confiable...*”; y Aña María “*...y gracias a la acupuntura e estado saliendo también adelante, me ha ayudado mucho a las emociones también...Porque a uno le clavan una agujita aquí en le medio(al centro del pecho), entonces eso me ayuda también a sentirse mejor, como a desahogar un poquito la pena*”.

Cambios corporales

Otro tipo de aporte, que ocurre en forma paralela a los cambios de orden anímica son las modificaciones, las mejorías de dolencias físicas, corporales, que constituyen factores de deterioro importantes en casos de pacientes con depresión, dolencias que se presentan como más agudas en depresiones de tipo moderadas y severas en mayor grado. Es decir, que estos aportes son claves al igual que los anímicos, en los niveles de mejorías de los estados depresivos, uno de ellos presentado en cinco de las seis pacientes entrevistadas se refiere a problemas de sobrepeso así se expresa en Marcela “*...además sin proponérmelo adelgace también con la acupuntura, ya no tengo esa angustia que me obligaba ya sea salado o dulce tenía que comer.*”, y en Guillermina “*...Pero también me deshinche, entonces todo el mundo me dice que estoy más flaca, pero no estoy más flaca, yo con esta terapia de la*

acupuntura yo me deshinche...”, y en Ana “... en un mes y medio baje como 10 o más kilos, sin planteárselo como que vengo a acupuntura para adelgazar, eso no se lo manifesté, porque consideraba que lo otro era más importante.”

No dependencia a los fármacos

Un aporte más de la acupuntura, que diferencia de manera más concreta su diferencia con la medicina occidental es la disminución paulatina y definitiva del uso de terapias farmacológicas, en base a antidepresivos, ansiolíticos entre otros. Este fenómeno tiene lugar a partir de un proceso aún más relevante y es que a través de este tratamiento los pacientes van siendo capaces, por medio de su recuperación y de su mayor conciencia de lo que les sucede, de su cuerpo, y de su estado en este caso depresivo, de dejar o de ir disminuyendo gradualmente el uso de fármacos, lo que además se asocia a un factor clave en la recuperación de cualquier dolencia o desequilibrio energético, como lo es en el caso de la depresión en que se da una fuerte decaída de la energía interna, y es que a la vez que su conciencia aumenta, que se van haciendo cargo de sus problemas, pueden dejar ciertas dependencias ligadas a su problemática, como lo es el uso de medicamentos que ellas mismas establecen no son la solución de lo que experimentan, constituyendo más bien una especie de parche, calmante, y que además trae efectos secundarios dañinos en otras esferas vitales, así lo señala Ximena “...en lo de dejar tanto remedio creo es lo que así como más palpable me ha ayudado la acupuntura... con las agujitas sientes mejor a largo plazo, es como el tratamiento psicológico en el que trabajas más tu personalidad, es como si te miraras desde un espejo, te conoces más y eso es más duradero...”.

Circulación de la energía

Existe un último aporte, y es que por medio de la acupuntura, se dan procesos sensitivos, sensoriales concretos, los que hacen referencia a la sensación experimentada a partir de las agujas en sí mismas, esta vivencia es sumamente trascendente ya que convoca la experiencia de toma de conciencia de la circulación de la energía interna, en términos reales, expresados en esa sensación como de corriente en el cuerpo físico, Sandra nos lo



señala nítidamente “...con la acupuntura, cuando me ponen las agujas siento como un cosquilleo, como un calambre en el cuerpo, así como un hormigueo, eso me decían que es por que la energía está circulando...”.

Acupuntura y depresión

Un último análisis hace alusión a los aportes definidos anteriormente, ya que tanto las mejorías anímicas, afectivas, físicas, corporales, la mayor conciencia de sí, la mayor apropiación de su estado de salud y enfermedad, constituyen todos procesos interdependientes, interrelacionados que configuran un aporte integral a la salud y calidad de vida de pacientes con depresión, esta síntesis interpretativa tiene lugar en la mayor parte de las entrevistadas, “... con las agujitas sientes mejor a largo plazo, es como el tratamiento psicológico en el que trabajas más tu personalidad, es como si te miraras desde un espejo, te conoces más y eso es más duradero...”, “...vez ahora ya no converso y no lloro, como que me siento más fuerte, enfrentar las cosas, como que fue todo un cambio, más completo, más integral y confiable...”, y claramente en Sandra “... la acupuntura me a ayudado para lo psicológico y para la parte física también...”.

A- Análisis Descriptivo.

Objetivo 4.-

Conocer la percepción de los pacientes

Paciente A Marcela

“....es una relación más cercana.....Es que me gusta, me a liberado, me ha ayudado bastante y sentimientos, y lo que ya te dije de los dolorcillos extras.....La encontraba extraña, con un poco de miedo, ponerse las agujitas, pero nada más.....Me gusto, porque era como una experiencia nueva, quería probar algo nuevo”.

Paciente B Ximena

“.....en las sesiones te ven todo, además de lo físico, que yo también tenía frecuentes dolores de cabeza y problemas por la ansiedad, al colon, es como más más completa que con los médicos, médicos..... No era muy buena la verdad, sólo creía en cosas más alternativas a las que había recurrido como por ejemplo la homeopatía, para poder tomar medicamentos más naturales y no tanto químico, siempre he sido un poco prejuiciosa.... ahora veo que fui prejuiciosa, además de temer a las agujas. Ha sido una experiencia muy importante, bueno, parece que como se dice “nada se pierde con probar”, siento que esto de ser como completo es lo que más me ha gustado, y el dejar de tomar remedios, son lo que más me hace pensar en lo bueno y recomendable de la acupuntura, por lo menos en mi caso.”

Paciente C Guillermina

“Bueno la comunicación acá es distinta, yo fui capaz de decirle que yo sentía rabia.... es otro tipo de trato, es como más espiritual.....lo había visto en la televisión, en los diarios, pero jamás la había leído, no le había dado importancia, uno piensa que es el médico chino no más.....hay que hacérselo, porque hay hartos dolores que son físicos, y yo te digo que la acupuntura sí los quita concretamente como la hinchazón que yo tenía.”

Paciente D Ana

“.....la medicina china es mucho más integral, y es más cálida, o sea, el hecho de sentarte, conversar, darte tú tiempo, conversar, el estar en la misma camilla, después poner las agujas, después los masajes, o sea es todo muy muy completo..... igual hay cosas que no se solucionan solamente con la acupuntura, que las vas solucionando uno en la vida, yo tenía prejuicios en el médico, porque e tenido malas experiencias con médicos extranjeros, no hay como lo nacional en al parte médica.....es excelente, la acupuntura, el médico, el

centro es lo mejor que a llegado a San Antonio, o sea, personalmente hubieron cambios fabulosos”.

Paciente E Sandra

“.....la terapia, la sesión es larga, a veces yo llego super estresada a aquí, y con la terapia me voy totalmente relajada, es como como que te vienen a calmar, es así como cachay..., cada sesión te va ayudando cada vez más.....veía a unas personas que clavaban agujas, que eran para los dolores pero nunca para la parte mental, solamente para la parte física....yo a toda la gente que puedo, que estoy en contacto con ella le digo que se hagan acupuntura, que es un tratamiento tanto psicológico y espiritual, que te va ayudando en parte de vivir la vida...”

Paciente F Ana María

“.....veo que ayuda harto, harto a las dolencias que uno tiene, que llega, o sea a mi me a costado sí, pero a mí me ha ayudado bastante... uno se evade de todo, se siente super relajado, es como que se evade del mundo, y a la vez uno se siente demasiado relajada.....había escuchado sí de la acupuntura, pero no sabía a que se relacionaba, cómo se colocaba, no sabía mucho. Pensaba que era una medicina más, pensaba que era dolorosa, y que dolían las agujas, y que era un dolor permanente, pero no es así.”

B.- Análisis Interpretativo

A partir del análisis descriptivo de este objetivo, se puede señalar que la percepción de los pacientes en torno al tratamiento recibido para su depresión, es globalmente positiva, en todas las entrevistadas podemos encontrar una opinión que expresa la generación de procesos, de transformaciones importantes, entre ellas:

Comunicación

Es este un aspecto trascendente en al percepción positiva que los pacientes experimentan en

torno a esta medicina, y que les ayuda a su proceso terapéutico además.

Un factor clave en toda relación humana, y en todo proceso que involucra un vínculo, es la confianza, y la comunicación. Para los pacientes significa mucho el ser escuchadas, el poder relacionarse desde una buena comunicación, desde un dialogo sincero y abierto, de persona a persona. Por lo tanto, la buena comunicación que ellas sienten se ha dado en su tratamiento con esta medicina, constituye un elemento importante a la hora de expresar su opinión hacia el tratamiento recibido, así tenemos los siguientes párrafos : Marcela “...*es una relación más cercana...*”, Guillermina “...*Bueno la comunicación acá es distinta, yo fui capaz de decirle que yo sentía rabia.... es otro tipo de trato, es como más espiritual...*”, y con Ana “...*es más cálida, o sea, el hecho de sentarte, conversar, darte tú tiempo, conversar...*”.

Concepción integral

Se aprecia una percepción además caracterizada por una comprensión, a partir de sus vivencias, de la filosofía holista de esta medicina, lo que les ha contribuido a su proceso terapéutico en depresión, en esta concepción de lo integral intervienen lo relativo a la disminución del uso de fármacos para su depresión, y las mejorías a nivel de lo físico y de lo anímico, así lo señalan Ximena “...*siento que esto de ser como completo es lo que más me ha gustado, y el dejar de tomar remedios, son lo que más me hace pensar en lo bueno y recomendable de la acupuntura, por lo menos en mi caso*”; Ana “...*la medicina china es mucho más integral, y es más cálida.... o sea es todo muy muy completo...*”; y Sandra “...*es un tratamiento tanto psicológico y espiritual, que te va ayudando en parte de vivir la vida...*”.

Sensación de Relajo

Un fenómeno que nos expresa nuevamente una visión grata en torno al tratamiento recibido, es la recurrente vivencia de relajo experimentada en las pacientes, lo que les ha ayudado enormemente en su terapia, ya que al reducir la ansiedad, el estrés, el

sobrepensamiento, la angustia, se generan procesos de bienestar generales, así tenemos a Sandra “...a veces yo llego super estresada a aquí, y con la terapia me voy totalmente relajada, es como como que te vienen a calmar...”, y a Ana María “..... uno se evade de todo, se siente super relajado, es como que se evade del mundo, y a la vez uno se siente demasiado relajada.....”.

Algunos juicios anticipados

En general las pacientes entrevistadas no expresaban prejuicios hacia esta medicina, sí cierto temor hacia las agujas, por encontrarse asociadas a dolor, como al uso dado por la medicina occidental, es decir, inyecciones por ejemplo, se da un solo caso que manifiesta prejuicio ante este tratamiento, los cuales se modificaron a favor durante cada sesión, y una vez finalizado el mismo, aquí tenemos a Ximena “..., sólo creía en cosas más alternativas a las que había recurrido como por ejemplo la homeopatía, para poder tomar medicamentos más naturales y no tanto químico, siempre he sido un poco prejuiciosa.... ahora veo que fui prejuiciosa, además de temer a las agujas. Ha sido una experiencia muy importante,”, y en cuanto al temor (el que también expresa Ximena en la cita anterior) por el dolor que podrían llegar a experimentar con la acupuntura, también se demuestran cambios importantes en esta percepción anticipada a la vivencia, aquí podemos citar a Ana María “...había escuchado sí de la acupuntura, pero no sabía a que se relacionaba, cómo se colocaba, no sabía mucho. Pensaba que era una medicina más, pensaba que era dolorosa, y que dolían las agujas, y que era un dolor permanente, pero no es así.”

5.2.- Análisis Descriptivo e Interpretativo Muestra Especialistas

A continuación se desarrollan los análisis descriptivo e interpretativo en lo que respecta a la muestra especialistas en medicina tradicional china de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china.

A.- Análisis descriptivo

Objetivo 1

Aportes medicina tradicional china

Especialista A.-

"...la Mtch yo creo que ordena más la enfermedad en relación al ser humano que la medicina occidental, porque toma en cuenta, se puede decir el cuerpo, eh... por ejemplo toma en cuenta el espíritu que la medicina occidental no lo toma en cuenta, y muchas veces las enfermedades provienen de esa parte del ser humano, la parte espiritual, entonces bajo ese punto de vista para mí la Mtch es como mucho más integral, en el sentido del enfoque de la enfermedad en relación al ser humano..... no hay reacciones adversas, respecto a la farmacología, a los fármacos que da la psiquiatría o la psicología, porque a los pacientes los dejan a veces como noqueados..."

Especialista B

"Considerablemente tiene un super buen aporte..... Tanto en el síntoma, dolores de cabeza, principalmente problemas estomacales y además por la depresión misma, su estado de ánimo, por la perspectiva de ver la vida diferente, o sea realmente se ven cambios, y aportes a largo plazo y a corto plazo.....el aporte como más importante es que no se interviene con drogas el organismo, no hay manipulación química hacia el organismo del paciente, solamente ocupamos su propia energía para versus cambiar su punto de vista, y que realmente vaya viendo cómo cambian sus síntomas..."

Especialista C

"...Porque son una medida o una forma de cuidar al paciente, que la medicina no a logrado, o tiene más efectividad, o también hace menos daño, por todo lo que es medicamentos.... Los pacientes yo diría el 98 % , todos mejoran.... el sistema físico y anímico se mejoran ambos, porque van de la mano, lo que es medicina china, el San Bao... uno siempre toma los tres aspectos, globaliza mucho, tanto psíquico, lo que es la

psicología, y también estructural, lo que en occidente es mente-cuerpo nada más.

Especialista D

"..La medicina tradicional china, yo creo que el aporte más importante que realiza tiene que ver con la no separación de la mente y el cuerpo, de hecho en la medicina occidental incluso en la psicología más tradicional uno también entiende que hay una relación entre la mente y el cuerpo, pero la particularidad de la medicina china es que no existe la visión de causalidad en ellos, así como que un estado anímico causa malestares físicos o al revés, sino que esto se da a la vez, o sea, hay un correlato paralelo entre la dimensión de las emociones y la dimensión de lo físico, son expresión de lo mismo y ocurren al mismo tiempo, por lo tanto me parece a mí que se aporta como una visión mucho más integral a los procesos, y del punto de vista de cómo uno lo aborda como terapeuta con los pacientes... y de lo que uno les puede traspasar a ello desde un aporte comprensivo, para que ellos mismos entiendan qué les pasa, eso genera también una cuestión bien entretenida que es que al uno traspasar una visión más integral la gente se siente más propietaria de su estado de salud y propietaria de su estado de enfermedad.... por primera vez se dan cuenta de que son órganos vivos que están en su cuerpo, que su cuerpo por dentro está vivo, y está produciendo no solamente cosas químicas o fisiológicas, sino que produce sensaciones de bienestar, emociones, en el caso de los estados depresivos sobretodo hay una sensación como de muerte interna, de desvitalización interna bien fuerte que al tratar de conectarse sobre todo con sus órganos como expresión, como componentes que también incorporan las emociones, hace que sientan que hacia dentro hay vida, y que esa vida hay que ponerla en movimiento, más bien ese ámbito....además está el tema del contacto corporal, que también es algo importante dentro del tratamiento, porque hacerse un masaje igual también es aumentar la sensibilidad que uno tiene dentro de su propio cuerpo, a veces tú no te das cuenta donde tienes los bloqueos, cuando te tocan un músculo contraído recién te das cuenta de que está ahí, porque imagínate sobre todo en un estado depresivo, donde uno esta desvitalizado, todo lo sensorial está mucho más bajo, está mucho más inhibido..... Pero el chi kung dentro de todas estas cosas hace que la gente pueda automedicarse, o sea pueda adquirir un hábito de vida que le permite estar mejor".

B.- Análisis Interpretativo

A partir del análisis descriptivo con relación a los aportes de la medicina tradicional a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión, es posible señalar desde una mirada interpretativa que estos aportes aluden a distintas instancias:

Tratamiento Integral

Uno de los aportes más señalados por los especialistas, lo que nos indica su relevancia en el tratamiento de la depresión, es la puesta en práctica de sus pilares filosóficos, la teoría de los tres tesoros, la comprensión holista de los procesos naturales, de la salud y de la enfermedad.

Además, este aporte nace desde el paradigma de esta medicina, pero no solamente nos entrega teoría, aspectos comprensivos, sino que también nos acerca al conocimiento de lo práctico y concreto de esta visión, para los orientales, la relación mente, energía, cuerpo es real, y no etérea, de hecho se aleja bastante a cómo el término por ejemplo de energía se ha desvirtuado adquiriendo características a veces esotéricas, místicas en occidente, por lo que esa mirada y puesta en práctica consecuente entre sí, se convierte en un importante aporte, contribución al restablecimiento de la salud, y en este caso a pacientes con depresión así lo señala Marcelo “... *el sistema físico y anímico se mejoran ambos, porque van de la mano, lo que es medicina china, el San Bao... uno siempre toma los tres aspectos, globaliza*”, y Alejandra “...*La medicina tradicional china, yo creo que el aporte más importante que realiza tiene que ver con la no separación de la mente y el cuerpo... aporta como una visión mucho más integral*”.

No manipulación Química

Un aporte también importante en los procesos terapéuticos de pacientes con depresión es la no manipulación química del organismo mediante la utilización y prescripción de fármacos, aunque algunas de las técnicas de esta medicina si sean invasivas, como la acupuntura a través del uso de las agujas, su empleo no es a través de la ingesta de medicamentos, los

que por una parte te dañan otras esferas, traen consigo efectos secundarios negativos a la salud de las personas, y porque genera un fenómeno de dependencia.

En consecuencia, la terapia en base a fármacos más que contribuir a la resolución de los orígenes de la problemática, aumenta la distancia entre el paciente y sus procesos internos, no deja espacio a la toma de conciencia de lo que nos sucede, de lo que sentimos, y de lo que podemos hacer para salir adelante, por lo tanto es este un aporte relevante porque además marca una distinción entre esta medicina y las occidentales en general, así tenemos a Mauricio “.....el aporte como más importante es que no se interviene con drogas el organismo, no hay manipulación química hacia el organismo del paciente, solamente ocupamos su propia energía para versus cambiar su punto de vista, y que realmente vaya viendo cómo cambian sus síntomas...”, y a Oscar “... no hay reacciones adversas, respecto a la farmacología, a los fármacos que da la psiquiatría o la psicología, porque a los pacientes los dejan a veces como noqueados...”.

Paciente-Activo

Una de las consecuencias favorables de los aportes descritos en los párrafos anteriores, vale decir el tratamiento integral y la no manipulación química del organismo a través de medicamentos, es la generación en los propios pacientes de un rol más activo de su enfermedad, o de su síndrome, mediante la conciencia mayor, mediante la mayor apropiación tanto de su estado de salud como de enfermedad.

El estar sensitivo, el experimentar las sensaciones de tu organismo, el sentir vida al interior, el explorar en sí mismas, la vivencia de la energía, y de que nuestra mente, emociones y cuerpo son uno solo, todo ello contribuye enormemente al conocimiento de sí mismas.

Las mejorías entonces son del ámbito tanto físico como psíquico, por lo que disminuye y desaparece la necesidad orgánica y psicológica del medicamento para poder estar bien. Además muchos de estos fármacos producen sedación, por lo que dificultan las tareas diarias, y la toma de conciencia.

La cita siguiente lo ilustra “...es que al uno traspasar una visión más integral la gente se siente más propietaria de su estado de salud y propietaria de su estado de enfermedad.... por primera vez se dan cuenta de que son órganos vivos que están en su cuerpo, que su cuerpo por dentro está vivo..... en el caso de los estados depresivos sobretodo hay una sensación como de muerte interna, de desvitalización interna bien fuerte que al tratar de conectarse sobre todo con sus órganos como expresión, como componentes que también incorporan las emociones, hace que sientan que hacia dentro hay vida, y que esa vida hay que ponerla en movimiento...”.

Aspectos de Autosanación

Una de las técnicas de esta medicina que propicia actitudes concretas de autoayuda es el chi kung, el que se define como un sistema que a través de la combinación del movimiento y de la meditación nos permite conservar y/o restablecer el equilibrio energético interno, previniendo la enfermedad y contribuyendo al mejoramiento de la calidad de vida. Esta técnica se puede llevar a cabo en forma grupal, y consiste en la realización de respiraciones y pasos yin y yang, además de automasajes por medio de los cuales se estimulan ciertos puntos, es decir, que una vez aprendidos los masajes y su finalidad, el mismo paciente podrá después por si solo y a solas realizar estos movimientos y respiraciones.

En síntesis permite desarrollar aspectos de autosanación, lo que nuevamente se relaciona con el crecimiento de mayor independencia respecto a la salud y la enfermedad, porque además permite el desarrollo de la prevención, menor necesidad de agentes externos para estar sano. La frase siguiente nos lo muestra “...el chi kung dentro de todas estas cosas hace que la gente pueda automedicarse, o sea pueda adquirir un hábito de vida que le permite estar mejor”.

Contacto Corporal

En los pacientes con depresión es posible notar en la gran mayoría la desvitalización, existe una acentuación de la vida mental, de los problemas, mucha tristeza, pérdida de

interés, y en general mucha disociación con respecto al propio cuerpo. Existe una escasa conciencia de ser un cuerpo, y por ello el poder restablecer ese contacto es tan significativo para todos, y muy en especial para la depresión. Significa volver a sentir-nos, descubrir sensaciones de placer, lo que se relaciona con la sexualidad también, descubrir donde acumulamos tensiones, significa preocuparnos de lo que somos, y cuidarlo.

De esta manera, a través de la técnica del masaje de esta medicina no solamente se restablece el equilibrio de la circulación de la energía interna, porque la presión sobre ciertos puntos tiene esa finalidad, no es un masaje para relajar, o para deshacer nudos, es un masaje terapéutico, al igual que la acupuntura mediante las agujas, pero esta vez mediante las manos, el ser aplicado mediante las manos y el cuerpo del paciente aporta en el contacto físico, la cercanía con el cuerpo del otro, por lo que contribuye de manera importante a sentir el cuerpo, el cuerpo del otro, y así a afianzar el vínculo, dos fenómenos relevantes en cualquier proceso de sanación, Alejandra lo indica “.....además está el tema del contacto corporal, que también es algo importante dentro del tratamiento, porque hacerse un masaje igual también es aumentar la sensibilidad que uno tiene dentro de su propio cuerpo...”

A.- Análisis Descriptivo

Objetivo 2

Aportes Acupuntura

Especialista A

“...tu pones una agujita en un punto y se supone que eso te arregla, digamos te equilibra toda tu parte energética, esa es como la diferencia más grande, que no hay reacciones adversas, no hay daños....Yo creo que la acupuntura puede ser más efectiva porque actúa a nivel del alma del órgano, eso te puedo decir de acuerdo a mi experiencia... Yo te diría que como a las tres sesiones el paciente dice por ejemplo que duerme mejor, que anda más

relajado, eso me han dicho...”.

Especialista B

“...la acupuntura va directamente a interferir a los procesos orgánicos del paciente, entonces le puedo colocar la aguja y él rápidamente va a sentir efecto de relajación, o si por ejemplo le duele la cabeza, o sea es más sintomático...”

Especialista C

“El aporte de la acupuntura, es que podemos de una forma física digamos tomar ciertos puntos, y bueno, con el tratamiento de qi sangre en la depresión, principalmente provocados por el hígado, uno puede digamos movilizar esa energía y hacer cambios, cambios de actitud, cambios de... energéticos, de que la persona ya se empieza a sentir más aliviada, de no sentir esa presión en el cuello, de decir ya no puedo ni gritar, y decirle ya anda afuera y grita, esas posibilidades que la acupuntura te da, eh...las personas se mejoran.”

Especialista D

“...aunque la acupuntura es un terapia invasora, de repente tan invasora como los medicamentos, es fuerte el efecto que produce, eh...la manera en que uno lo aborda hace que sientan que son más dueñas de sí mismas, que ya no necesitan del medicamento para tomarlo, por eso es que lo valoran tanto...produce un efecto energético, y en ese sentido produce un efecto curativo, porque efectivamente moviliza la circulación del qi dentro del organismo, y eso produce sensaciones de...mejora el estado de salud, entonces en el momento mismo la persona que se esta haciendo acupuntura siente una serie de sensaciones extrañas, eso también es entretenido porque se da cuenta de que su cuerpo está lleno de otros procesos que van allá de lo puramente mental... la técnica, como se puede decir, la más invasora, que produce un movimiento más importante en tu circulación

de qi, en tu circulación de sangre, y de funcionamiento orgánico y mental es la acupuntura.... la acupuntura no solamente produce un efecto en la esfera de las emociones, de lo que uno conscientemente siente, sino que produce un efecto importante a nivel del equilibrio entre los órganos...”

B.- Análisis Interpretativo

Se aprecia, a partir del análisis descriptivo de este segundo objetivo, que los aportes de la acupuntura a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión son bastante relevantes, ya que es considerada una de las técnicas más eficaces en cuanto a resultados tangibles, a mejorías concretas desde la vivencia de los pacientes.

Mayor efectividad

La acupuntura no por nada posee la popularidad que tiene al interior de la medicina tradicional china, sus efectos en distintas patologías, en alivios sintomáticos claros, rápidos y tangibles sustentan dicha fama, y su constante aplicación en distintas dolencias, dentro de ellas la depresión.

La depresión es un cuadro en el coexisten múltiples síntomas, tanto psíquicos como físico-orgánicos, por ello cualquier mejoría a nivel de estos aspectos contribuye al bienestar general. La acupuntura es considerada una de las terapias de esta medicina con mayor eficacia, porque a través de las agujas se interviene en forma más directa con los órganos y con sus desequilibrios energéticos, si bien no es la única técnica eficaz, como lo es también por ejemplo el masaje, sí constituye un tipo de tratamiento en el que se pueden obtener resultados positivos a corto plazo, sintiendo alivios concretos incluso después de cada sesión, o dentro de las tres a cuatro primeras sesiones, esto además justifica el porqué en la mayoría de los casos las sesiones de esta medicina la componen mayormente la aplicación de acupuntura. Así lo señalan “...la acupuntura puede ser más efectiva porque actúa a nivel del alma del órgano, eso te puedo decir de acuerdo a mi experiencia... Yo te diría que como a las tres sesiones el paciente dice por ejemplo que duerme mejor, que anda más

relajado, eso me han dicho...”; “...la acupuntura va directamente a interferir a los procesos orgánicos del paciente, entonces le puedo colocar la aguja y él rápidamente va a sentir efecto de relajación, o si por ejemplo le duele la cabeza, o sea es más sintomático...”, y “...la acupuntura no solamente produce un efecto en la esfera de las emociones, de lo que uno conscientemente siente, sino que produce un efecto importante a nivel del equilibrio entre los órganos...”.

No dependencia a fármacos

Otro aporte, ya mencionado en el análisis del primer objetivo de esta investigación, es el reducir o liminar la utilización de terapia farmacológica, muy utilizadas en medicina occidental en los cuadros depresivos entre otros, al producir efectos en forma rápida, generando sensaciones de alivios importantes tanto físicos como en el ámbito de lo afectivo, esto conduce a algo ya mencionado, la mayor independencia en sus procesos de salud y enfermedad, más acción del paciente a favor de su salud, sin sentir la necesidad de recurrir a elementos externos químicos en su diario vivir, así lo expresa la siguiente cita “...es fuerte el efecto que produce, eh...la manera en que uno lo aborda hace que sientan que son más dueñas de sí mismas, que ya no necesitan del medicamento para tomarlo, por eso es que lo valoran tanto...produce un efecto energético, y en ese sentido produce un efecto curativo, porque efectivamente moviliza la circulación del qi dentro del organismo, y eso produce sensaciones de...mejora el estado de salud...”.

Conciencia corporal

La acupuntura, debido a su gran eficacia por restablecer de manera más rápida los desequilibrios energéticos al actuar directamente sobre los órganos, genera alivios sintomáticos físicos y psicológicos, como dormir mejor, alivios en dolores de cabeza, disminución de la sobre actividad mental, mayor desahogo de las emociones a través del uso de ciertos puntos que se relacionan directamente con lo que sentimos, sino que además produce un efecto inmediato a su aplicación, que es la vivencia de una serie de sensaciones corporales que conectan al paciente en ese instante con su cuerpo, pudiendo visualizar

desde la experiencia concreta que su existir va más allá de lo mental y de lo emocional, y que por el cuerpo suceden y están sucediendo un montón de procesos a los que debemos prestarles la debida atención.

En el caso de pacientes con depresión esto es muy relevante, ya que existe una primacía de la vivencia de los rollos mentales y emocionales, prestando escasa o nula atención al cuerpo y sus sensaciones. Así lo ilustra la siguiente cita “...en el momento mismo la persona que se esta haciendo acupuntura siente una serie de sensaciones extrañas, eso también es entretenido porque se da cuenta de que su cuerpo está lleno de otros procesos que van allá de lo puramente mental...”.

A.- Análisis Descriptivo.

Objetivo 3.-

Técnicas de la Escuela Latinoamericana de Medicina Tradicional China utilizadas en el Tratamiento de la Depresión

Especialista A

“Bueno, la acupuntura, moxibustión, masaje, el chi kung.... tu puedes si es exceso tu dispersas, si es por deficiencia tu tonificas, me entiendes, se supone que una enfermedad se produce por desequilibrio entonces ese desequilibrio puede ser de qi, o de sangre, entonces eso te lleva a la enfermedad, entonces tú mediante estas técnicas llevas el equilibrio”.

Especialista B

“Acupuntura, masaje, moxibustión y ventosas con sangría. Y el aspecto muy importante es la música, que se sienta confortable en el momento que tenga las agujas.... la música es como que el paciente, como que abre su corazón, logra disfrutar, o darse cuenta de su estado anímico, o su estado mental, entonces se relaja y como que se da ese permiso para estar bien..... Desgraciadamente todavía la escuela no la trae, pero se van a traer horas en

infusiones, pero sí en China hay hierbas, hay recetas de hierbas enfocadas 100% para la depresión..... moxibustión y ventosas que es complementaria de acupuntura o de masaje.... las técnicas de chi kung, de transmisión energética.... hay un apéndice de acupuntura que es manopuntura, o craneopuntura, o auriculupuntura, técnicas de familia que se perdieron durante 30 o 40 años, y que ahora han vuelto, se están recién dando a conocer, bueno en china son locos por los estudios.... el fuerte es la acupuntura, es la acupuntura general en el cuerpo.... la craneopuntura tiene excelentes resultados en accidentes vasculares, por ejemplo auriculupuntura es muy bueno como anestesia, no tanto así para tratar síntomas de los órganos....”

Especialista C

“Acupuntura, masaje, moxibustión, ventosas y la fitoterapia, aunque esta última es menor medida.... Las que más se usan son la acupuntura y masaje, son todas herramientas, y cada herramienta tú la ocupas dependiendo del caso, porque si una persona que tiene miedo a las agujas, no la puedes pinchar mucho, más masaje, depende.

Especialista D

“..una de las técnicas características que tiene la escuela es que nosotros aprendemos medicina tradicional china, y aunque en un primer momento nos especializamos más en acupuntura, si tenemos una pasada por las diferentes técnicas de la medicina china, por lo tanto aprendemos primero medicina china, filosofía que fundamenta la medicina china, y luego aprendemos las técnicas, las técnicas son la acupuntura, masaje, el trabajo con moxa, la moxa que esta hierba que se utiliza para tonificar, y las distintas formas de usar moxa, el trabajo también con ventosas que es re bueno para todo lo que tiene que ver cuando hay obstrucción y acumulación.... el chi kung que es este sistema de ejercicios.... que de verdad es una herramienta que te hace más independiente del terapeuta... esas con las técnicas, y bueno y una más que nosotros no usamos, yo diría dos más, una que es el feng shui, que se enseña en la escuela, pero yo por lo menos no la e estudiado, que también

tiene que ver con la circulación del qi en los espacios físicos.... y también está la fitoterapia que eso todavía no lo aprendemos, por el problema de traer las hierbas, pero sí hacemos uso de té, té rojo, verde, amarillo, que tiene prescripciones médicas, y también aceites especiales usamos... La auriculupuntura es super usada por lo mismo, así como la craneopuntura también, eso está muy difundido, sobre todo porque tiene muchos efectos a nivel de lo motor por ejemplo hemiplejías, para todo eso, y la auriculupuntura es super usada por que es super práctica, es muy simple de aprender y porque a nivel de los síntomas es muy efectiva, no de los síndromes, sino de los síntomas.”

B.- Análisis interpretativo

A partir del análisis descriptivo en cuanto al conocimiento de las diversas técnicas utilizadas en el tratamiento de la depresión es posible señalar lo siguiente:

Base filosófica

Los especialistas de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china, reciben un aprendizaje con respecto a todas las terapias que en ella existen, eso sí diferenciándose en cuanto a las enseñadas sin excepción, las de libre elección y aquellas que por motivos externos aún no se enseñan en forma regular. Pero a pesar de estas distinciones, todas ellas se desprenden de una misma base filosófica, es decir, estudian antes de las técnicas elementos referentes al paradigma que sustenta sus enseñanzas, a su filosofía de ser humano, de la salud y de la enfermedad. Para luego interiorizarse en cada una de ellas.

En un primer momento, luego de la base filosófica, se especializan en acupuntura, masaje, muchos practican además chi kung, y sus complementos, como la moxibustión, las ventosas, y los apéndices de la acupuntura, como lo son la auriculupuntura, la manopuntura, la craneopuntura, y la electroacupuntura.

Tanto la acupuntura, el masaje, moxibustión, chi kung, ventosas y los apéndices señalados forman parte de una misma filosofía, y persiguen una misma finalidad, la de restablecer la libre circulación de la energía interna.

Las citas siguientes lo ilustran: *“...nosotros aprendemos medicina tradicional china, y aunque en un primer momento nos especializamos más en acupuntura, si tenemos una pasada por las diferentes técnicas de la medicina china, por lo tanto aprendemos primero medicina china, filosofía que fundamenta la medicina china, y luego aprendemos las técnicas, las técnicas son la acupuntura, masaje, el trabajo con moxa, la moxa que esta hierba que se utiliza para tonificar, y las distintas formas de usar moxa, el trabajo también con ventosas que es re bueno para todo lo que tiene que ver cuando hay obstrucción y acumulación.... el chi kung que es este sistema de ejercicios...”*; *Acupuntura, masaje, moxibustión y ventosas con sangría... hay un apéndice de acupuntura que es manopuntura, o craneopuntura, o auriculopuntura...”*.

Acupuntura y Masaje

Teniendo en consideración los párrafos anteriores, es que se aprecia que existen distinciones al interior de las diversas terapias en medicina tradicional china. De esta manera se entiende que la acupuntura y los masajes, son por así decirlo las técnicas ejes, a partir de las cuales las otras técnicas pasan a ser un complemento, todas con las mismas finalidades. Además ambas pertenecen a las técnicas ancestrales de esta medicina, siendo practicadas hoy de igual manera que en la antigüedad, más claro los avances propios de los estudios que se realizan continuamente en China.

Se aprecia que ambas comparten criterios positivos referentes a su efectividad en distintos síndromes, solamente diferenciándose en cuanto a que la acupuntura actúa de manera más rápida con efectos igual de permanentes en el tiempo; y el masaje por ser menos invasivo, sus efectos se logran en un proceso terapéutico de mayor duración temporal, además esta técnica se utiliza bastante ya que permite afianzar el vínculo paciente-terapeuta, debido al contacto corporal entre ambos. Tanto la acupuntura como el masaje y las demás técnicas se utilizan con excelentes resultados en los cuadros de tipo depresivos, al igual que en la mayoría de los síndromes que esta medicina trata.

Todos los especialistas entrevistados dan cuenta de la comprensión de estas técnicas, y de su utilización actual. Así lo señalan, “...*Las que más se usan son la acupuntura y masaje, son todas herramientas...*”.

Técnicas Complementarias

Las técnicas complementarias a la acupuntura y el masaje son la moxibustión, y las técnicas de ventosas con sangrías, las que por lo general se utilizan en un mismo orden, al igual como aparece en la literatura, primero la acupuntura y luego la moxibustión, esta última consiste en la aplicación de una hierba en proceso de combustión a una cierta distancia (muy mínima) sobre los puntos que el paciente necesite tonificar. Y las ventosas consisten en una especie de ampollas de vidrio grueso, al que se les aplica calor y luego se colocan sobre las zonas del cuerpo que se necesite, cuyo efecto es el de una especie de succión, principalmente en casos de obstrucción y de acumulación; y las ventosas con sangría en las que se utiliza primero un martillo pequeño con siete puntas las que se friccionan sobre la zona del cuerpo tratada, a fin de estimular la salida de los fluidos corporales estancados en esa zona, es decir, primero el martillo y luego se aplica sobre esa zona la ventosa la que tras su efecto de succión extrae los líquidos estancados.

Apéndices de las técnicas

Al interior de esta medicina, y más bien aún al interior de ciertas familias se han desarrollado estas herramientas como complemento a la acupuntura. No son de un conocimiento masivo, ni tampoco se enseñan dentro de la malla curricular obligatoria de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china, por lo que su aprendizaje se reduce a un círculo de especialización particular, porque además su efectividad se configura en determinados tipos de cuadros.

La manopuntura es una técnica desarrollada en una de las familias con esta tradición ancestral, en la que las agujas de la acupuntura solamente se aplican en las manos de los pacientes, por lo que utilizan los puntos que se encuentran en este sector del cuerpo

humano; la auriculopuntura es la aplicación de las agujas de acupuntura a puntos específicos ubicados en el oído, pero cuyos efectos son lineales, es decir, actúan en lo que ese punto significa en sí, sin tener en consideración la teoría de esta medicina, por lo que es efectiva en la resolución de síntomas específicos como dolores puntuales, o para efectos de sedación principalmente, pero no actúa a nivel relacional orgánico; la electrocupuntura es una herramienta también complementaria de la acupuntura, la cual consiste en la conexión eléctrica de claves a las agujas, a través de una suave manipulación y experticia del especialista, ya que esta sensación de corriente debe ser regulada suavemente para no causar dolor al paciente, por que aunque parezca "fuerte o peligroso" no lo es, ya que las medidas de seguridad se encuentran sin riesgo alguno, su utilización es con el objetivo mismo de las agujas, pero de una manera más rápida, es decir que la estimulación eléctrica permite contactar y equilibrar el sistema energético de una manera reducida en el tiempo; y la craneopuntura es la aplicación de la acupuntura en puntos específicos relativos a problemáticas cerebrales, motoras como hemiplejías por ejemplo, con muy buenos resultados en pacientes en que el daño no es irreversible.

Los siguientes párrafos nos acercan a esta comprensión, "*...hay un apéndice de acupuntura que es manopuntura, o craneopuntura, o auriculopuntura, técnicas de familia que se perdieron durante 30 o 40 años, y que ahora han vuelto, se están recién dando a conocer, bueno en china son locos por los estudios.... el fuerte es la acupuntura, es la acupuntura general en el cuerpo.... la craneopuntura tiene excelentes resultados en accidentes vasculares, por ejemplo auriculopuntura es muy bueno como anestesia, no tanto así para tratar síntomas de los órganos....*"

Técnicas no traídas aún

Una de las técnicas ancestrales de esta medicina, practicada desde sus inicios, es la terapia en base a hierbas, más conocida como fitoterapia.

Si bien en el comercio, podemos encontrar distintas hierbas envasadas, diferentes tipos de té chinos, la enseñanza de esta medicina aún no se encuentra inserta en esta escuela de

manera formal, por razones de índole prácticas, asociadas a problemas de su importación a nuestro país, por restricciones impuestas por el Servicio Agrícola Ganadero (S.A.G). Sin embargo igual bajo condiciones generales de enseñanza los especialistas de esta escuela recetan distintos tipo de té chino como prescripciones médicas a sus pacientes.

En china existen en la actualidad una gran variedad de hierbas médicas específicas para tratar cuadros de tipo depresivo, con excelentes resultados y con un uso masivo en la población, como lo es la medicina tradicional china en ese país, una medicina oficial.

Mauricio nos habla de ello “...*Desgraciadamente todavía la escuela no la trae, pero se van a traer horas en infusiones, pero sí en China hay hierbas, hay recetas de hierbas enfocadas 100% para la depresión.....* Porque el S.A.G. tiene un conflicto con la importación de plantas o de hierbas al país, por el tema de los té chino envasado no hay problemas, y lo que dice rotulado la caja es lo que tiene que traer...”

El Chi Kung

Una de las técnicas terapéuticas que esta escuela también utiliza en la depresión, pero tal vez no de clínica por llamarlo de alguna manera, es decir al ir a una consulta de esta medicina te aplican por lo general las técnicas ya mencionadas, porque el chi kung es una serie de movimientos y respiraciones que requieren de un aprendizaje para por ejemplo después autosanarse a través de ella, aunque igual en la consulta es posible enseñar de forma aislada cierto tipo de movimientos atingentes a las problemáticas del paciente, y siempre que el paciente tenga la disposición a aprenderlos y realizarlos como parte de su terapia en depresión, y en otros síndromes.

Al respecto nos señalan “...*las técnicas de chi kung, de transmisión energética..*”, *el chi kung que es este sistema de ejercicios.... que de verdad es una herramienta que te hace más independiente del terapeuta...*”

Otras herramientas

Una última técnica, ya no sobre la base necesariamente de su filosofía, ya que su utilización integra muchas más vertientes terapéuticas, y no terapéuticas.

La música, suave, relajante, sin cambios bruscos en su transcurso, utilizada durante el momento del tratamiento y en el espacio en que se quedan a solas consigo mismas, constituye una técnica o herramienta anexa más contribuyente a la terapia en sí, lo que da respuesta al porque de su uso en esta medicina en particular, durante la sesiones tanto individuales, como también e la ejercitación del Chi kung.

“..... Y el aspecto muy importante es la música, que se sienta confortable en el momento que tenga las agujas.... la música es como que el paciente, como que abre su corazón, logra disfrutar, o darse cuenta de su estado anímico, o su estado mental, entonces se relaja y como que se da ese permiso para estar bien.....”

A.- Análisis Descriptivo.

Objetivo 5

Percepción de los especialistas

Especialista A

“... e visto cambios que no te puedo decir que son concretos, como cambios en cómo yo percibí al paciente cuando llego, y cómo lo percibo ahora como llega, que no es una cosa concreta, puedo decir el tipo nose como un cambio se percepción, cambio en la mirada, algo así como bien imperceptible.... Se ven además todos los síntomas del paciente, si duerme bien, cómo esta la digestión, sabores en la boa, las emociones...es una cosa bien integral... Te diría que los pacientes manifiestan sentirse mejor, mejoría... Yo te diría que como a las tres sesiones el paciente dice por ejemplo que duerme mejor, que anda más relajado, eso me han dicho.... acá no hay enfermedad, hay síndrome.... cada cual tiene

una energía especial para atender al paciente, y tú transmites esa energía al paciente, más allá de poner la aguja, yo creo que la aguja también proyecta como tu espíritu en el tratamiento, y es una cosa cien especial.”

Especialista B

“...el terapeuta tiene que tener primero que toda experiencia para tratar a los pacientes, porque si viene alguien recién salido o que tiene una manera muy brusca, o imponen reglas al pacientes, obvio que el paciente no va a resultar el tratamiento con éxito, porque se va a sentir como agredido, entonces la idea del paciente de que sea no de guiarlo, pero sí de mantenerlo en un estado confortable para que el mismo vaya reaccionando, o sea lo ideal es que no se sientan confrontados.....al mismo tiempo la cantidad de veces del tratamiento, por ejemplo un paciente con depresión leve o moderada con dos veces a la semana andamos super bien, vamos a ver cambios rápidamente, tanto síntomas como la manera de enfocar la vida, pero con depresión severa ahí se habla en China que tendría que atenderse todos los días, entonces no hay en el aspecto privado todavía no está tan metido en la sociedad que el tratamiento es benéfico, como para que tenga realmente resultados importantes, porque o si no es muy muy a largo plazo.... ambas acupuntura y masaje son totalmente igual de efectivas, pero habría que ver en el paciente la frecuencia del tratamiento, eso es lo que influye entre una y otra... El diagnóstico es lo principal en medicina tradicional china porque las técnicas van a ir según el diagnóstico... la idea de la medicina tradicional china es ver que originalizo el problema, ir a la causa más que ver los síntomas, en eso es 100% importante... las primeras reacciones es asustarse, como creen que son agujas que relacionan con inyecciones, pero una vez que se les mueve, que se les pincha no hay problemas, bueno y tiene bastante buena recepción por el tema natural, o sea, por que generalmente en este caso los pacientes que viene con depresión vienen con fármacos muy fuertes que los atonta, y que producen síntomas adversos... entonces que de repente le digamos lo tratamos y nos vamos a influir en... su diaria reacción, el paciente no va a tener conflictos de quedarse dormido en el trabajo, o que el va a dar gastritis, o que va andar 5 días sin poder ir al baño, eso...entre más masivo se haga, siempre obviamente la gente va a preferir este tipo de medicina, porque más allá de que es natural y todo el tema, resulta, o sea realmente resulta el cuento....es un proceso de

sanación de la persona, como desarrollo interior.”

Especialista C

“..Hay grandes aportes, en el sentido de que nosotros con medicina china digamos, hay una chance más a la gente que no se a mejorado, que a intentado otras cosas, y que aún siguen empantanados en las mismas enfermedades... y tú sabes que estas fechas surgen cosas complicadas, hay mucha gente que se suicida digamos, son esto se da un cierto relajó energético que las personas sí, mejoran..... hay cierto ambiente que la gente no espera encontrar, por lo que e visto yo, esperan encontrarse con un médico más serio, entonces desde el momento que llegan encuentran más a un amigo, amigo que los ayuda, que los entiende bajo otros conceptos totalmente nuevos para ellos, y definitivamente se sienten mejor.....Además es globalmente, es un aspecto más completo de su san Bao, además es un tiempo para estar son su propia realidad, con sus propios problemas, y lleno de agujas obviamente.... cada tratamiento depende de cada persona, y cada persona es distinta, o sea, puede tener la misma depresión, o los mismos problemas, pero la persona es distinta.... Y la efectividad siempre también se a medido en el ánimo, en las ganas que tenga la persona de salir, entonces la depresión también, ahí les cuesta más porque están metidos en su parte psíquica, empantanados, dando vueltas, pero aún así la gente sale, siempre que ella sienta ganas... Hay personas que vienen, que ya no quieren más nada con el medicamento, que ya están aburridos de ver médicos que le digan que está enfermo, y que no hagan nada por ellos, yo pienso que igual es .como, es como relativo, entonces...a veces vienen con miedo, otras veces se dejan no más, y te dicen haz lo que quieras, pero mejórame... después empiezan a tomar confianza, ya saben que van a hacer hoy día, cual va a ser la tortura, se crea un clima digamos mucho más ameno, y las personas se sienten mucho mejor.... La medicina tradicional china abarca básicamente la raíz del problema, el porqué del problema que trae el paciente”.

Especialista D

“..permite que la persona entienda que dentro de ella esta todo vivo, esta todo relacionándose, y eso hace que surja esta percepción como más de propiedad del estado de salud y enfermedad.... una persona que tiene una depresión severa, profunda, seguramente ya va a estar en estos estados de evolución del síndrome que se a profundizado mucho, y por lo tanto, requiere una intervención más larga, más compleja, porque lo que hay que reparar ya es mayor.... el mundo de sus emociones muy afectadas, sino que también sus órganos también están muy afectados.... nosotros no decimos hay una sola depresión, de hecho nosotros no hablamos de depresión, decimos deficiencia del qi del bazo, deficiencia del qi del riñón, y eso puede provocar más o menos síntomas similares... entonces por eso es que es tan importante el tema del diagnóstico.... está el tema de que son agujas, yo te diría que ese es un paso super rápido, pero temeroso porque es algo novedoso, pero con mucho entusiasmo porque son personas que desean sentirse bien, ahora también hay un depositar confianza, eso no siempre pasa, ahora yo creo que en la medida que esto se hace más masivo específicamente en sus efectos, las personas no van a necesitar ser derivados, o ofrecérselo para venir a tratarse... hay una comprensión mayor de lo que pasa con uno mismo... efectivamente después de que se sienten bien, después que se mejoran obviamente que su disposición y lo dicen es completamente distinto, y se ponen mucho más activos en lo que sienten, en sus vidas”.

B.- Análisis Interpretativo

Es posible señalar, que la percepción de los especialistas hacia el tratamiento realizado a pacientes con depresión es de variado orden, en donde se interpretan los siguientes aspectos.

Lo Integral...

Sin lugar a dudas, es este un elemento evidenciado numerosas veces en el análisis. Para los especialistas un aspecto importante del tratamiento realizado a estas pacientes, y a todos en general, es el abordaje de toda la sintomatología del paciente, incluyendo aquellas del ámbito físico como psicológico, a través del puente que une a ambos aspectos, la

circulación de la energía.

En este tipo de tratamiento, la depresión no constituye una enfermedad, sino que forma parte de la sintomatología de un síndrome en particular, acompañada además de la dimensión anímica (que sería lo depresivo), de una variada gama de otros síntomas, de orden corporal y orgánico, así lo señalan “..*acá no hay enfermedad, hay síndrome..*”; “...*nosotros no decimos hay una sola depresión, de hecho nosotros no hablamos de depresión, decimos deficiencia del qi del bazo...*”.

Las citas anteriormente señaladas, dan cuenta de que el abordaje de lo que en occidente se denomina depresión, acá significa un síntoma importante inmerso en un síndrome mayor, en el que se dan otros síntomas que también se deben abordar en la terapia, para así lograr un alivio completo de la problemática que presenta el paciente, lo que nuevamente nos lleva a la aplicación de sus principios filosóficos holísticos.

Así no lo muestran “..*Se ven además todos los síntomas del paciente, si duerme bien, cómo esta la digestión, sabores en la boca, las emociones...es una cosa bien integral...*”, “...*Además es globalmente, es un aspecto más completo de su san Bao...*”

Aspectos que Influyen

Para los especialistas entrevistados, la efectividad del tratamiento en depresión depende de por lo menos cuatro principios, todos con igual trascendencia en el alivio tanto a nivel de los síntomas, como a nivel de cambios de actitud ante la vida, y en la resolución del problema en su raíz.

La frecuencia del tratamiento constituye un elemento importante en el éxito del mismo, lo que se ve dificultado en nuestro país, ya que al no existir a niveles macro un conocimiento de lo bueno de esta medicina, es aún más complejo el que asistan de manera periódica, un par de veces a la semana, o incluso una vez por semana, lo que se suma a que al estar recién insertándose en la salud pública, los costos en lo privado no son accesibles a

todo el mundo, además la frecuencia se liga a un segundo aspecto;

El tipo de depresión que tenga el paciente, ya sea leve, moderada, severa en la medicina occidental; y de acuerdo a la medicina china a los niveles en que se encuentra el síndrome, ya que para una depresión severa las sesiones requerirán una frecuencia mayor que un cuadro de menor gravedad ya que implica menores compromisos en otras esferas además de la anímica, así tenemos *“...una persona que tiene una depresión severa, profunda, seguramente ya va a estar en estos estados de evolución del síndrome que se a profundizado mucho, y por lo tanto, requiere una intervención más larga, más compleja, porque lo que hay que reparar ya es mayor.... el mundo de sus emociones muy afectadas, sino que también sus órganos también están muy afectados...”* ; *“...al mismo tiempo la cantidad de veces del tratamiento, por ejemplo un paciente con depresión leve o moderada con dos veces a la semana andamos super bien, vamos a ver cambios rápidamente, tanto síntomas como la manera de enfocar la vida, pero con depresión severa ahí se habla en China que tendría que atenderse todos los días, entonces no hay en el aspecto privado todavía no está tan metido en la sociedad que el tratamiento es benéfico, como para que tenga realmente resultados importantes, porque o si no es muy muy a largo plazo...”*

Un cuarto elemento determinante en el éxito del tratamiento en depresión lo constituyen las **características y voluntad propias del paciente**, esto hace referencia a que si bien la eficacia de la terapia depende del tipo de depresión, de la frecuencia de las sesiones, lo más importante es para que esto y lo demás elementos se den, es la persona al fin y al cabo quien lo decide. Es decir, el deseo y la acción concreta de querer sentirse mejor son lo que básica y definitivamente determinan un buen tratamiento, sea en depresión como en cualquier situación de salud o enfermedad. Así lo explicitan *“...cada tratamiento depende de cada persona, y cada persona es distinta, o sea, puede tener la misma depresión, o los mismos problemas, pero la persona es distinta.... Y la efectividad siempre también se a medido en el ánimo, en las ganas que tenga la persona de salir, entonces la depresión también, ahí les cuesta más porque están metidos en su parte psíquica, empantanados, dando vueltas, pero aún así la gente sale, siempre que ella sienta ganas...”*

Y un último elemento alude a la **experticia del especialista**, este aspecto hace referencia a la manera de tratar y de llegar al paciente, creando la confianza necesaria para que se den los procesos internos en el paciente, la calidez de la relación es fundamental; además la experticia se vislumbra en el **adecuado diagnóstico** del o los síndromes en el paciente, ya que si este paso diagnóstico es errado, el tratamiento seguirá pasos que alargarán la terapia, o que definitivamente empeorarán la problemática del paciente, por lo tanto la eficacia se relaciona tanto con el paciente, su voluntad, y con las características propias del terapeuta o del médico. Las citas siguientes lo ilustran “...*el terapeuta tiene que tener primero que todo experiencia para tratar a los pacientes, porque si viene alguien recién salido o que tiene una manera muy brusca... el terapeuta tiene que tener primero que todo experiencia para tratar a los pacientes, porque si viene alguien recién salido o que tiene una manera muy brusca... entonces la idea del paciente de que sea no de guiarlo, pero sí de mantenerlo en un estado confortable para que el mismo vaya reaccionando, o sea lo ideal es que no se sientan confrontados.... entonces la idea del paciente de que sea no de guiarlo, pero sí de mantenerlo en un estado confortable para que el mismo vaya reaccionando, o sea lo ideal es que no se sientan confrontados...*”; “...*El diagnóstico es lo principal en medicina tradicional china porque las técnicas van a ir según el diagnóstico...*”.

Mejorías experimentadas

La percepción de los especialistas en cuanto al tratamiento realizado en los pacientes, además de los aspectos ya señalados, vislumbra fenómenos, cambios positivos en los síntomas, tanto psicológicos como de orden físico, cambios perceptibles concretamente a través de la disminución o desaparición de ciertas dolencias físicas concretas, pero también de actitud, lo que no siempre es tan evidente. Esto nos indica que su eficacia es real, que efectivamente los pacientes experimentan mejorías importantes en su estado depresivos, y en su calidad de vida general.

Así lo expresan “...*e visto cambios que no te puedo decir que son concretos, como cambios en cómo yo percibí al paciente cuando llego, y cómo lo percibo ahora como llega... como un cambio se percepción, cambio en la mirada, algo así como bien imperceptible... Te*

diría que los pacientes manifiestan sentirse mejor, mejoría... Yo te diría que como a las tres sesiones el paciente dice por ejemplo que duerme mejor, que anda más relajado, eso me han dicho..."

Finalidad

El objetivo del tratamiento realizado a los pacientes con depresión, y como en cualquier otro problema humano, es un aspecto fundamental, ya que a partir de su finalidad es que se dan tantos cambios a nivel sintomático, y de manera de enfrentar y hacerse cargo de su vida en tiempos favorables y no favorables, es esta una diferencia con la medicina occidental, ya que se dirige a las causas del problema, y no a las consecuencias evidenciadas a través de los síntomas, a esto ellos lo llaman proceso de sanación.

Como nos lo indican "*.....la idea de la medicina tradicional china es ver que originalizo el problema, ir a la causa más que ver los síntomas, en eso es 100% importante... es un proceso de sanación de la persona, como desarrollo interior.*"; "*...La medicina tradicional china abarca básicamente la raíz del problema, el porqué del problema que trae el paciente*".

Distinciones

Derivado de la finalidad de sanación, es que se puede hacer alusión a otro elemento, el ir a las causas más que a los síntomas, genera otro proceso en el tratamiento, a medida que se trabaja en el origen, se dan alivios sintomáticos rápidos que permiten la disminución y los efectos secundarios tras la medicación en base a fármacos, como los antidepresivos que entre otros efectos adversos disminuye la libido. Este fenómeno es relevantísimo para los pacientes ya que al saber de esto desaparece la necesidad de medicarse, y el alivio de los molestos efectos secundarios.

La no medicación química constituye, como ya se ha mencionado en otros objetivos analizados, una diferencia más con respecto a occidente, por lo menos respecto de la

medicina médico-psiquiátrica predominante en el tratamiento de la depresión. Es una terapia distinta, que amplía la gama de posibilidades de tratamientos.

“...los pacientes que viene con depresión vienen con fármacos muy fuertes que los atonta, y que producen síntomas adversos... entonces que de repente le digamos lo tratamos y nos vamos a influir en... su diaria reacción, el paciente no va a tener conflictos de quedarse dormido en el trabajo, o que el va a dar gastritis, o que va andar 5 días sin poder ir al baño...”

“...nosotros con medicina china digamos, hay una chance más a la gente que no se a mejorado, que a intentado otras cosas, y que aún siguen empantanados en las mismas enfermedades...”

No-adhesión

Si bien la percepción general de los especialistas es favorable en sus sentidos teóricos y prácticos, existen realidades que no contribuyen a su desarrollo por lo menos en Chile, estas dicen relación con la no adhesión masiva, popular de esta forma de terapia en la depresión. Sus consecuencias son el lento pero en evidente crecimiento a nivel social, es decir actualmente este fenómeno dificulta la efectividad del tratamiento, por ejemplo en el sentido de la frecuencia de las sesiones, ya que no existe la conciencia ni los recursos para que este se lleve a cabo como debería ser, con la cantidad y periodicidad necesaria, lo que trae como consecuencias sobre todo en cuadros más severos a través de resultados a largo plazo, y con un aspecto fundamental de esta medicina que es la prevención, lo que menos aún se encuentra inserto en la conciencia social, el prevenir la enfermedad.

“...con depresión severa ahí se habla en China que tendría que atenderse todos los días, entonces no hay en el aspecto privado todavía no está tan metido en la sociedad que el tratamiento es benéfico, como para que tenga realmente resultados importantes, porque o si no es muy muy a largo plazo... entre más masivo se haga, siempre obviamente la gente

va a preferir este tipo de medicina, porque más allá de que es natural y todo el tema, resulta, o sea realmente resulta el cuento... ” ; “... ahora yo creo que en la medida que esto se hace más masivo específicamente en sus efectos, las personas no van a necesitar ser derivados, o ofrecérselo para venir a tratarse... ”.

El Ambiente

En el tratamiento realizado, se aprecia un aspecto ya no referido a la teoría, a las mejorías internas, a la efectividad, etc. Existen elementos externos, igual de relevantes, que se relacionan con el sentirse bien de los pacientes en el lugar mismo donde son atendidos, incluyendo el espacio físico, como la actitud y el clima generado entre especialista-paciente, la confianza, el ambiente relajado de la consulta en general, incluyendo la sala de atención en esta medicina, sin duda son factores que los pacientes no acostumbran a visitar cuando asisten al médico en general, por lo que se presenta como importante desde la percepción de los especialistas en la terapia misma, en sus buenos resultados.

“...hay cierto ambiente que la gente no espera encontrar, por lo que e visto yo, esperan encontrarse con un médico más serio, entonces desde el momento que llegan encuentran más a un amigo, amigo que los ayuda, que los entiende bajo otros conceptos totalmente nuevos para ellos, y definitivamente se sienten mejor... ” ; “...cada cual tiene una energía especial para atender al paciente, y tú trasmites esa energía al paciente, más allá de poner la aguja, yo creo que la aguja también proyecta como tu espíritu en el tratamiento, y es una cosa cien especial.”

Reacciones primeras y posteriores

Un último elemento que se interpreta desde la percepción de los especialistas, es lo relativo a cómo perciben a modo global la mayoría de los pacientes al iniciar su tratamiento, y cómo ésta se modifica durante y después de finalizada la terapia.

Referente a esto, se aprecia que la mayoría de los pacientes tratados en esta muestra de la

investigación, si bien les era algo desconocido y nuevo en su experiencia con tratamientos para su depresión, este fenómeno de “algo nuevo”, trae consigo distintas reacciones, la típica es el temor, ya que es algo que desconozco y que por ello formo juicios anticipados con respecto por ejemplo al dolor, dolor asociado a las agujas en sí, pero también el ser un tratamiento nuevo genera sensaciones de entusiasmo por ver la posibilidad de solucionar sus problemas y dolencias, ya que los tratamientos previos a este no habían dado los mejores resultados, ya que por alguna razón se someten y aceptan la propuesta de la medicina tradicional china, ya que todas las pacientes recibieron este tratamiento como una posibilidad optativa a su depresión.

Por lo general no se aprecian mayores prejuicios en estas pacientes, lo que si se interpreta positivamente es que tras los buenos resultados durante y después de la terapia a nivel de las mejorías globales experimentadas, y tras las gratas sensaciones del ambiente que acá reciben, es que continúan asistiendo, y además contribuyen a promulgar la efectividad de esta medicina lo que en términos concretos se traducen en la llegada de nuevos pacientes traídos por ellas mismas.

“...las primeras reacciones es asustarse, como creen que son agujas que relacionan con inyecciones, pero una vez que se les mueve, que se les pincha no hay problemas, bueno y tiene bastante buena recepción por el tema natural...”; “...Hay personas que vienen, que ya no quieren más nada con el medicamento, que ya están aburridos de ver médicos que le digan que está enfermo, y que no hagan nada por ellos, yo pienso que igual es .como, es como relativo, entonces...a veces vienen con miedo, otras veces se dejan no más, y te dicen haz lo que quieras, pero mejórame... después empiezan a tomar confianza, ya saben que van a hacer hoy día, cual va a ser la tortura, se crea un clima digamos mucho más ameno, y las personas se sienten mucho mejor...” ; “..... está el tema de que son agujas, yo te diría que ese es un paso super rápido, pero temeroso porque es algo novedoso, pero con mucho entusiasmo porque son personas que desean sentirse bien, ahora también hay un depositar confianza... efectivamente después de que se sienten bien, después que se mejoran obviamente que su disposición y lo dicen es completamente distinto, y se ponen mucho más activos en lo que sienten, en sus vidas”.

6.- Conclusiones

En cuanto a la pregunta de investigación, es posible finalmente señalar que tras la presente investigación, se ha desarrollado a cabalidad una comprensión acerca de los distintos aportes reales experimentados en pacientes con depresión tras haber recibido tratamiento con acupuntura por especialistas en medicina tradicional china de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china.

Existen diversos aportes a nivel de resolución de sintomatología anímica, física, y a nivel de funcionamiento orgánico, además de una comprensión respecto de lo integral del tratamiento, comprensión que colabora activamente en el proceso de recuperación.

Así mismo los aportes encontrados, dan cuenta de una situación de relación similar en cuanto a lo señalado e interpretado en la muestra pacientes mujeres con depresión y especialistas de la escuela mencionada.

Se concluye positivamente que la vivencia de los pacientes en cuanto a su proceso terapéutico es también evidenciado por los especialistas tratantes, no solo por lo propuesto en teoría, sino que también por los resultados observados en los pacientes en sí. Estos resultados dan cuenta de cambios favorables a nivel de dolencias de tipo físicas, ya que en la depresión se encuentran involucrados niveles de desvitalización no tan solo anímica sino que también corporales, en este punto la acupuntura en sí es de gran ayuda, ya que debido a su actuación más directa sobre los órganos y su funcionamiento energético, los resultados son muy rápidos de conseguir y muy permanentes en el tiempo.

A partir de lo anterior, también es posible concluir que las modificaciones en el ámbito físico experimentado en los pacientes con depresión son sumamente relevantes en el alivio general, ya que habitualmente se supone que lo anímico es un aspecto más urgente a tratar, pero la verdad es que se aprecia que los alivios en el ámbito de síntomas físicos, corporales contribuyen enormemente al estado de salud, ya que muchas de esas patologías dificultan el diario vivir.

Así mismo, los cambios anímicos transcurren en forma paralela a los físicos, a medida que sienten menos dolor en alguna zona específica del cuerpo, el estado anímico también se fortalece, y esto no por que uno sea consecuencia del otro, sino porque son procesos que se dan a la vez, sin parcelación interna.

A nivel de esta esfera, tanto pacientes como especialistas señalan cambios de actitud ante la vida, más conciencia de lo que les sucede, más sensación de vitalidad, más equilibrio interno, y relacional, ya que las relaciones interpersonales son algo que también en última instancia se favorece con el tratamiento, partiendo de la relación construida entre terapeuta y paciente lo que también ha sido fundamental en la consecución de los logros terapéuticos.

Además se concluyen que los aportes de la acupuntura a los pacientes con depresión, son en distintos niveles consecutivamente, primero a nivel orgánico, ya que sus efectos son muy rápidos y permanentes en el tiempo por el efecto de re-equilibrio de su funcionamiento; en otra instancia los efectos de conciencia corporal por las sensaciones físicas experimentadas al momento mismo de su inserción; luego el re-encuentro consigo mismas al estar a solas sintiendo los efectos de las agujas, y sintiéndose a sí mismas. Los tres unidos y siendo efecto del trabajo de reequilibrio de la circulación de la energía.

Los aspectos mencionados, traen consigo además la disminución del uso de sustancias químicas al organismo, los efectos rápidos y permanentes de la acupuntura, la conciencia del cuerpo y de sí, generan mayor apropiación de su enfermedad y de su salud, esta es sin dudas una síntesis importante de los distintos aportes que la acupuntura genera en su proceso terapéutico.

Referente a los cambios corporales que las pacientes vivenciaron como relevantes en su recuperación, uno importante es la considerable baja en su peso corporal, la mayoría de las pacientes al inicio de su terapia presentaban problemas de sobrepeso, por lo que es este un aporte que no se debe dejar de mencionar como conclusión, ya que al bajar de peso también anímicamente se sintieron mejor, si bien ellas lo expresan como una relación de causa-efecto; esto más bien hace alusión a la interrelación, ya que el sobre peso se asocia a

lo que globalmente sucede en el organismo, como una especie de enlentecimiento vital, por lo que tras el tratamiento con acupuntura todo ello se armoniza, así baja de peso, a la vez que su ánimo se va paulatinamente restableciendo.

Además la disminución de la ansiedad y de la angustia aparecen como factores claves en su recuperación, las sensaciones tras cada sesión de relajó fueron trascendentes en su tratamiento general, y en cada sesión.

Al observar y sintetizar lo teórico, es posible llegar a la conclusión de que la filosofía de la medicina tradicional china, y por ende de la acupuntura, son finalmente reflejo de un acto consecuente, a través de la puesta en práctica en sus distintas técnicas terapéuticas. Es decir, que la problemática planteada en esta investigación, ha podido cualitativamente ser evidenciada. Los aportes que pacientes y especialistas reportan frente al tratamiento realizado con acupuntura en depresión, dan cuenta interpretativamente y descriptivamente que lo sustentado en la filosofía de esta medicina realmente sucede en la experiencia, en y desde cada sujeto particular entrevistado.

Más al interior, de esta filosofía integral del ser humano, en sus diversas explicaciones, sin duda que la relación macro-microcosmos es realmente importante, lo que sucede a nivel del macrocosmos, del universo, también ocurre en cada individuo, en cada forma de vida. El sistema energético macro, también existe en el ser humano, y es lo que une lo que en occidente llamamos mente-cuerpo; la salud, entendida como el equilibrio interno, como la libre y armónica circulación del qi o de la energía interna; la prevalencia en los procesos preventivos, en fin una serie de elementos teóricos, y uno de ellos que parece unir desde esta investigación una conclusión particular, para lo que en occidente se denomina trastorno depresivo, para la medicina china constituye un "síntoma" más dentro de lo que ellos denominan "síndrome"; es decir, existe un desequilibrio que abarca distintos aspectos en las distintas esferas de lo humano, por lo tanto la sintomatología se expresa en forma diversa, ya sea a nivel como corporal, como mental o emocional, por ello a través de un tratamiento consecuente con un planteamiento filosófico holista es que se puede llegar a ser tan efectivo, con tantos aportes que la medicina occidental en el caso de la depresión no ha

conseguido, teniendo una concepción de salud integral, no coherente a la parcelación que realiza en las distintas dimensiones que se involucran.

En la medicina tradicional china existe una finalidad que es ir a la causa, a lo que origino el síndrome, y esto se logra restableciendo la libre y equilibrada circulación del qi o energía vital, a mi juicio es este el punto, ya que al trabajar con el desequilibrio energético que hace de unión o enlace entre lo corporal y lo mental, permite la armonía total, expresada primeramente a través del alivio de síntomas específicos, para más adelante lograr un proceso de transformación interna más complejo que es en el fondo la base de la no armonía interna, energética.

Es esta quizá la falencia o la carencia que se da en la mayoría de las terapias médicas, unívocas, lineales de la salud, que fragmentan lo mental y lo corporal, y que no trabajan en pro de aquello que une e interrelaciona a ambos, es decir que además los escinde en su naturaleza.

Hasta estas líneas se han venido desarrollando conclusiones que abordan dos elementos, el primero de ello en cuanto a la relación existente entre los aportes de la acupuntura a la depresión a partir de los cambios sintomáticos, y del proceso de sanación logrado; en segundo lugar los aspectos teóricos concluyentes al respecto; y un tercer fenómeno. Si miramos el proceso y sus aportes reales, es posible evidenciar que en términos generales éstos se dividen en dos, los internos ya mencionados a nivel de los síntomas y alivios experimentados; y lo externos a la técnica en si misma, a decir, lo ambiental. Sin duda que aparecen importantemente estos aspectos, que aluden al espacio físico en el que tuvo lugar el tratamiento, la utilización de la música, de la luz, la camilla, en fin, todos ellos elementos de orden exterior a la acupuntura en este caso, que sin duda constituyen información relevante a la hora de conocer los aportes que esta medicina realiza, como lo ha sido en los casos de depresión de la muestra de esta investigación.

En cuanto a la metodología utilizada, también es posible señalar fortalezas, valores importantes en su forma cualitativa y en cuanto a los instrumentos específicos de

recolección de información empleados, y al respecto algunos elementos con carencias como las fichas clínicas.

La metodología implementada a sido la adecuada ya que ha permitido conocer los objetivos de esta investigación, desde los pacientes y especialistas se ha podido desarrollar este conocimiento. Tal vez y lógicamente la experticia del investigador juega y ha jugado un rol, si bien se ha logrado conocer los aportes de la acupuntura al proceso terapéutico de pacientes con depresión al haber sido tratados por especialistas de esta escuela en particular, con mayor práctica como investigador se hubieran podido abarcar más elementos. Pero sin duda que este factor está siempre presente en cualquier investigación.

Solamente cabe mencionar que la utilización de las fichas clínicas no fue del todo necesaria, ya que esta misma información era posible de adquirirse a través de las entrevistas realizadas.

En cuanto a su relevancia práctica, es posible concluir variados elementos, uno de ellos hace referencia a lo nuevo de esta investigación a nivel nacional, por lo que sus contribuciones en términos cualitativos son de real importancia para quien se interese en conocer un poco más acerca de esta medicina por sobre todo en lo respectivo a la depresión y acupuntura.

En Chile se están terminando de realizar unos estudios cuantitativos frente a este tema, por lo que aunque este sea un estudio pequeño, cualitativamente constituye información relevante, sumado a la falta de recursos investigativos al respecto.

Sin duda que en la disciplina de la psicología este estudio es un aporte, la comprensión de la naturaleza humana, y la aplicación terapéutica de ella, son elementos que pueden complementándose llegar a ser de gran ayuda en problemáticas como la depresión. Por ejemplo en cuanto al alivio rápido de síntomas, y junto con ello la disminución de fármacos, ya que tanto los síntomas como algunos medicamentos impiden la toma de conciencia de lo que les sucede y de sus procesos internos. Así, con la ayuda de este

tratamiento el trabajo psicoterapéutico se facilita, ya que se libera de la lucha contra síntomas que impiden el darse cuenta.

También se concluyen algunas dificultades relativas a carencia y variedad bibliográfica, falta de sistematización de experiencias al respecto. Son sin duda estos algunos obstáculos para quienes no se encuentren cercanos al tema. Al enmarcar el estudio en una escuela formadora de este tipo de especialistas contribuye al estudio en sí, ya que permite demarcar un espacio en el que existe información y experiencia, aunque sea de tan solo un par de años.

Finalmente, tras los meses de realización de esta investigación es posible señalar que el conocimiento de esta filosofía y de los procesos terapéuticos, permite la construcción de información nueva, y rica en cuanto a la gran variedad de aportes encontrados. Constituye también una enriquecedora teoría con respecto a la visión de hombre, de salud y enfermedad para nuestra sociedad.

Y por último cabe mencionar, que si bien a veces por la formación recibida, cuesta comprender los procesos descritos por esta medicina, sin lugar a dudas funciona, es decir, que independiente de cómo funcione, sus aportes son reales, y no trae consecuencias negativas en otras esferas vitales.

Anexos

◆ Instrumento de Recolección de Información:

La entrevista semiestructurada, consta de las siguientes preguntas preestablecidas, dejando un espacio de libertad en el que puedan surgir nuevas interrogantes:

Se divide en dos, una dirigida a mujeres pacientes con depresión; y la segunda a los especialistas de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china.

Pacientes:

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte nuevo o distinto al de la medicina occidental en el tratamiento de la depresión?

¿Consideras que el vínculo con el especialista en esta medicina es distinto, y es un aporte a su tratamiento en depresión?

¿Consideras que la acupuntura realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

¿Cuál fue su opinión hacia la medicina tradicional china al inicio del tratamiento?

¿Su opinión desde el inicio, durante y después del tratamiento experimento algún cambio?

Especialistas:

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte nuevo o distinto al de la medicina occidental en el tratamiento de la depresión?

¿Consideras que los aportes al tratamiento en depresión dependen del tipo de depresión que tenga el paciente?

¿Consideras que la acupuntura realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

¿Cuáles son las técnicas utilizadas por especialistas de la escuela latinoamericana de

medicina tradicional china en el tratamiento de la depresión?

¿Estas técnicas son exclusivas de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china?

¿Consideras que existe dentro de estas técnicas un que sea más eficaz en el tratamiento de la depresión?

¿Cuál el rol o finalidad del diagnóstico en medicina tradicional china?

¿Cuál consideras es la principal finalidad de la medicina tradicional china en el tratamiento de la depresión?

◆ *Transcripción Entrevistas Pacientes*

Paciente A

¿Cuáles crees tú son el o los aportes de la Medicina Tradicional China a tú proceso terapéutico respecto de tu depresión?

❖ Me ha servido bastante.

¿Podrías contarte acerca de cómo ha servido concretamente esta medicina a tú cuadro depresivo?

❖ En el sentido de que he tenido recaídas, pero no tan fuertes como antes, ando con más ánimo, me he sentido con más energía. Me ha ayudado a liberarme, a liberar un montón de emociones y sentimientos.

¿Consideras que la Medicina tradicional china realiza un aporte distinto al de nuestra medicina convencional occidental?

❖ Sí, en la siguiente razón: la medicina tradicional china me ha permitido no andar tomando algún tipo de calmante o relajante, para mí eso es evadir realmente los problemas, con las pastillas no se soluciona nada, hubiera tenido que recurrir a ella cada vez que recayera, sin solucionar nada.

¿Consideras que aporta en otro aspecto?

❖ En general para mí ha sido un aporte bastante grande, porque además de lo que te señale, me ha quitado varios otros dolores, otros malestares, lo que me había costado, había probado de todo y no me había pasado nada.

¿Cuáles son esos otros malestares?

❖ Por ejemplo en el período de menstruación, porque los cinco días antes eran terribles y después de mi período y ahora, bueno el color del sangrado era café, casi negro, con muchos coágulos, y ahora directamente casi no me doy cuenta cuando me llega.

¿Esto que me acabas de contar, fue sin querer, o tú se lo planteaste al médico (MTCh)?

❖ Sí yo se lo plantie, y me pregunto lo de cuáles eran mis síntomas, y me ha hecho bastante bien.

¿Presentaste algún otro malestar?

- ❖ Sufro de presión alta, dolores de cabeza, y me los ha quitado, o sea, igual me dan pero no con la intensidad de tratar de quedarme acostada y no querer hacer nada.

¿Cuántas sesiones con Medicina tradicional china te habías realizado y empezaste a sentir que te servía?

- ❖ Como a las 4 o 5 sesiones.

¿Te habías realizado algún otro tipo de tratamiento antes para tu depresión?

- ❖ Solamente con la psicóloga, un par de sesiones. Fue mi primera depresión cuando mi padre se fue de mi lado, y la 2ª cuando me vine a San Antonio y estuve sola, después al hacer actividades se me pasó, no la superé si no que la deje pasar. Y esta última debido a una infidelidad de mi marido, a principio de este año.

¿Qué gatillo el darte cuenta de que necesitabas ayuda externa?

- ❖ El hecho de no querer hacer nada, el hecho de llorar todo el día, el hecho de no pensar en mí.

¿Consideras que la relación, que el vínculo con el especialista en medicina tradicional china es distinta a los de nuestra medicina convencional occidental?

- ❖ Sí es muy distinto. Lo que pasa es que tú acá puedes por ejemplo decirle un montón de síntomas de una sola enfermedad o de varias, en cambio al otro, tienes que ir por un síntoma y te atienden por ese síntoma, y aunque tengas otro no lo toman en cuenta, es más integral.

¿Y de la relación de persona a persona, tú crees que hay alguna diferencia?

- ❖ Sí, es muy personal, atento, agradable, no eres un paciente más, a veces ni te miran a la cara, acá te miran, te preguntan cómo estás, es una relación más cercana.

¿Te han aplicado otras técnicas además de acupuntura?

- ❖ Sí, masaje y calor.

¿Y de esas tres técnicas cómo ha sido tu experiencia con la acupuntura?

- ❖ Es que me gusta, me ha liberado, me ha ayudado bastante y sentimientos, y lo que ya te dije de los dolorcillos extras.

¿Cuál ha sido tu experiencia concretamente con las agujas?

- ❖ A ver, algunas veces igual me duele, sobre todo porque cuando las mueve se siente como una corriente, y a eso a veces le temo, miedo a esa reacción, pero no a la aguja en sí.

¿Y de las tres cosas (acupuntura, masaje y calor) tú podrías diferenciar con cuál te has sentido mejor?

❖ Lo que pasa es que como me la han hecho una ha sido complemento de la otra.

¿No has tenido una sesión de solo acupuntura?

❖ Sí, una crco. En las otras acupuntura y hierbas que son con las que aplican calor, o acupuntura y masaje.

¿Y esa sesión se solo acupuntura, como te haz sentido?

❖ Me he sentido bien en las sesiones de acupuntura sola.

¿Tú sabías de la acupuntura, habías escuchado hablar de ella?

❖ Sí.

¿Cuál era tú opinión antes?

❖ La encontraba extraña, con un poco de miedo, ponerse las agujitas, pero nada más.

¿Cuándo la psicóloga te lo planteo qué pensaste?

❖ Me gusto, porque era como una experiencia nueva, quería probar algo nuevo.

¿Y luego del tratamiento, tú crees que ha habido algún cambio antes y después del tratamiento?

❖ Sí-

¿Cuál sería?

❖ Bueno, ya no me siento depresiva, ya no ando con esos ahogos constantes, eso era siempre, ahogos aunque llorara, gritara eso seguía ahí, y el hecho de andar con más vitalidad, a sido un cambio bastante fuerte.

A mi juicio, la primera vez que vine, vine con bastante temor, de si iba a servir o no, de sí realmente me iba a ayudar, y me he dado cuenta que sí por la liberación y el fin de esos ahogos, además sin proponérmelo adelgace también con la acupuntura, ya no tengo esa angustia que me obligaba ya sea salado o dulce tenía que comer.

Paciente B (Ximena)

¿Consideras que la medicina tradicional china es un aporte a tú proceso terapéutico respecto de tu depresión?

- ❖ Han sido bastantes, me empecé a sentir sobre todo sin es ansiedad que tenía casi todo el día después el problema judicial que tuve y que por eso fui al psiquiatra y de ahí hasta que termine con acupuntura, aunque quiero retomar, cuando tenga plata. La ansiedad fue como bajando, ya a las 4 o 5 sesiones más o menos, es como si me sintiera con más equilibrio, con más fuerza, más tranquila, con menos ganas de llorar. Además me ayudo en otras cosillas que se venían por lo mismo, y es que me ayudo a dormir mejor, yo tomaba por lo mismo un inductor del sueño, y como con la medicina tradicional china se trata de un modo como te dijera, más completa. Y dejar de tomar pastillas, remedios para dormir y para cada cosa que tenía que hacer en el día, para despertar, para andar más tranquila, casi dopada por que incluso hoy sigo tomando el ansiolítico porque era tan fuerte la dosis que he tenido que dejar de a poco y no de un tirón. Así que en lo de dejar tanto remedio creo es lo que así como más palpable me ha ayudado la acupuntura.

¿Consideras que esta medicina realiza un aporte distinto al de la medicina convencional que utilizamos?

- ❖ Lo que ya te explique casi todo, el no tomar remedios, el no hacerte exámenes, es como que te tramitan menos, porque en las sesiones te ven todo, además de lo físico, que yo también tenía frecuentes dolores de cabeza y problemas por la ansiedad, al colon, es como más más completa que con los médicos, médicos. Además que uno se relaja, y puede hablar también de las penas, y problemas de uno.

¿Consideras que la relación, o que el vínculo con el especialistas en esta medicina es distinto al de los otros médicos?

- ❖ Es totalmente diferente, acá te dan más tiempo, te preguntan por todo lo que sientes, dolores, penas, te miran la lengua, te prestan atención, así como te dije te tramitan menos porque no te piden exámenes, y porque no te dan medicamentos, y porque

después de cada sesión te sientes bien, es como una relación más cercana y como más general.

¿Consideras que esas diferencias son un aporte a tu proceso terapéutico?

- ❖ Sí, de todas maneras, por algo uno vuelve, como yo que quiero retomarlo otra vez.

¿Consideras tú, a partir de tu experiencia con la acupuntura, que ésta es un aporte concreto a tu proceso terapéutico?

- ❖ Es todo lo que ya te mencioné, con una cosa más ahora que lo preguntas, con por ejemplo el masaje, uno siente relajación, alivio a dolores, disminución e la tensión que se acumula en el cuerpo, como en la espalda, pero todo esto es como decir, a corto plazo, te sientes bien en la sesión y después, pero eso pasa, en cambio con las agujitas sientes mejor a largo plazo, es como el tratamiento psicológico en el que trabajas más tu personalidad, es como si te miraras desde un espejo, te conoces más y eso es más duradero aunque ahí todavía me falta trabajo, algo así ocurre con la acupuntura, más que con los masajes, o el calor.

¿Sabías, antes de esta experiencia, de la medicina tradicional china y de la acupuntura específicamente?

- ❖ Sí, en la tele y por los cubanos o por el cubano que atiende acá en san Antonio.

¿Cuál era tú opinión acerca de esta medicina?

- ❖ No era muy buena la verdad, sólo creía en cosas más alternativas a las que había recurrido como por ejemplo la homeopatía, para poder tomar medicamentos más naturales y no tanto químico, siempre he sido un poco prejuiciosa, si no es por la confianza en mi psicóloga que me sugirió la acupuntura, yo creo que nunca hubiera, que nunca me habría acercado a este tipo de cosas. Además, ya no quería sentirme más así, ansiosa, sin ganas, con tanta pena y ganas de llorar, y por no tomar más pastillas por todo, creo que eso ahora que lo pienso, desde hace tiempo quizás fue importante en decidir hacerme tratamiento con acupuntura.

¿Existe algún cambio en tú opinión antes y después de tratarte con acupuntura?

- ❖ Evidentemente, mis prejuicios, es decir, ahora veo que fui prejuiciosa, además de temer a las agujas. Ha sido una experiencia muy importante, bueno, parece que como se dice “nada se pierde con probar”, siento que esto de ser como completo es lo que más me ha gustado, y el dejar de tomar remedios, son lo que más me hace

pensar en lo bueno y recomendable de la acupuntura, por lo menos en mi caso.

Paciente C (Guillermina)

¿Considera ud. que la medicina tradicional china es un aporte a su proceso terapéutico respecto de su depresión?

- ❖ Mira, bueno ha sido como un despertar en que los sentimientos están totalmente independientes de mi cuerpo, mis dolores son independientes de lo que yo siento, por ejemplo cuando se me aplicó calor en los pies, yo notaba que ese frío de la rodilla hacia abajo, siempre frío, entonces me dieron calor en los pies y hasta el momento no he sentido frío en los pies, y eso que ando con chalas. Pero también me deshinche, entonces todo el mundo me dice que estoy más flaca, pero no estoy más flaca, yo con esta terapia de la acupuntura yo me deshinche, estoy igual...pero a como yo estaba es bastante la diferencia, entonces los alivios por ejemplo yo trabajo con las tijeras, que son de acero, el tenerla mucho en las manos empiezan a doler las articulaciones, sobre todo aquí en el tendón de la muñeca, incluso ahora tengo un poquito de dolor pero leve, lo más notorio para mí que me di cuenta del efecto que me estaba haciendo la acupuntura en mi cuerpo físico fue mi talón.

¿Sí por qué cuénteme?

- ❖ Sí, porque el talón lo tenía sumamente inflamado, lleno de cototos, ahora tengo pero poquitos, y aquí se me nota la diferencia porque con la acupuntura esto se me hundió, entonces oh, porque yo nunca le comente esto a un médico de medicina general, yo jamás le dije que tenía este problema en el talón, entonces cuando ya como a la 3° sesión yo me di cuenta de eso, que para mí fue una cuestión super sorprendente, ya sabe que lo primero que hice después de la 3° sesión aquí le dije al médico mira, pero este cambio para mí es lo más físicamente, para mostrarlo, es lo más tangible, que yo lo puedo ver y se lo puedo mostrar a otra persona.

¿Por qué nunca quiso decírselo a un médico de medicina general?

- ❖ Porque era como demasiado hipocondríaca, entonces yo no quería ya decirle doctor me duele esto, porque todos los días es un mal, todos los días amanecía con algo.

Entonces eso es una de las razones importantes. Además la sudoración, cuando empecé a tener problemas a la tiroides....la transpiración, porque yo antes no sabía de sudoración, eso ya no lo tengo ahora, y si la tengo es porque ando demasiado nerviosa, y no me puedo controlar. Entonces esas han sido las cosas bien notorias que han cambiado.

¿Y su estado anímico?

- ❖ Esa es una lucha que tengo diaria, pienso que el chi kung me ha ayudado con eso.

Cuénteme de su experiencia con el chi kung.

- ❖ Yo era una persona, que no me había dado cuenta tampoco porque es como que yo e despertado, entonces era una persona demasiado melancólica, no le encontraba sentido a nada, nada me llamaba la atención, entonces cuando yo empecé con la doctora, en ese tiempo me trate con psicóloga, no en terapia de chi kung, entonces me propuse una meta, que era hacer un jardín en mi casa, iba a plantar todo lo que me regalaran, y lo e hecho, tengo todo en pocillos de greda, entonces llueve sale el sol y queda la tierra como una piedra, entonces todos los días en el momento en que yo no tengo trabajo o estoy en la casa ya pensando otras cosas, yo pesco mi palita y me voy para el jardín, y saco pasto, y mi meta es todos los días, y siempre dejo un pedacito para poder trabajar cuando yo me doy cuenta que estoy mal, entonces salgo para fuera y empiezo a sacar el pasto lentamente, disfruto de mis flores, ahora las gozo, es un jardín chiquitito más que esta pieza.

¿Y cómo llego a proponerse esta meta?

- ❖ Porque yo me di cuenta de que estaba mal, muy agria, en el sentido de que por todo me alteraba, peleaba constantemente en mi casa, tenía mucha rabia, pero ahora me e ido calmando, y encontrando una explicación a lo que sentía, pero me e dado cuenta como me dijo el psiquiatra, y yo empiezo a acordarme de cosas de niña, entonces mi vida la e vivido como en base al recuerdo, entonces yo no e aceptado un poco la realidad, y esto me es como bien confuso a la vez también porque de repente mi sentido de mi vida es mi hijo no más, yo mucho e escuchado que una persona se quiere suicidar, pero no necesariamente, porque uno el hecho de querer dormir todo el día también es una autoeliminación, como un castigo a una misma, entonces yo me dedique al jardín en vez de tirarme a la cama.

Y el chikung....

- ❖ El chi kung me a ayudado a lo que es movimiento, por que por ejemplo yo cuando llegue a mi primera terapia de chikung yo era como una "curada", cuando tenía que mover las articulaciones de los pies yo me iba para todos lados, ahora los hago sola, en la casa, me hago mi terapia en la cara, en la cabeza, todas esas cosas, yo lo hago en la casa, lo que es más fácil para mí, cuando llego cansada de mi trabajo entonces yo me acuesto, y todo lo que sea con las manos, la cara, los brazos yo lo hago, no muevo las piernas, pero muevo esta parte que me gusta, lo encuentro tan femenino.

¿Y cómo se siente después de hacer chi kung?

- ❖ Me siento bien, mucho mejor, más relajada, aunque estos últimos días me e notado un poco tensa, despierto con los dientes y el estómago apretados. Otra cosa que me doy cuenta de que no ando bien es que no me lavo el pelo.

O sea, ud, a aprendido a reconocer todas esas cosas...

- ❖ Y eso me a ayudado, pero igual todavía hay algunas cosas bien confusas en mí.

Ud. menciono al principio lo de que su estado anímico es una lucha diaria, ahora ¿Ud. cree que de alguna manera este tratamiento con acupuntura le aporta a su estado depresivo?

- ❖ Eso no lo e relacionado, yo lo vi así como un tratamiento físico, en realidad me e sentido mejor, llegaba alterada a veces y después empecé a sentirme ahora que me acuerdo, y ahora que lo estoy pensando el mal humor, eso sí a cambiado ahora que lo pienso en eso me a ayudado.

Después del chi kung, yo también empecé a escribir, siempre me ha gustado.

Otra cosa eso sí siempre e hecho caso a lo que me han dicho, mi marido me dice tú le haces más caso a las personas que tiene título, a mí no me haces caso.

Estoy como viviendo, como sabiendo lo que estoy haciendo, viviendo conciente, ahora me vuelo, pero no como antes porque hacía las cosas y era como que estaba en otro planeta.

¿Considera ud. que la relación con el médico de medicina tradicional china es distinto al de la medicina convencional, occidental?

- ❖ Sí, el trato.

Cuénteme...

- ❖ Bueno la comunicación acá es distinta, yo fui capaz de decirle que yo sentía rabia, y

fui capaz de por ejemplo de hacerle una broma cuando me decía que le sacara la lengua (procedimiento diagnóstico) porque es la única oportunidad que tengo para sacarles la lengua, es otro tipo de trato, es como más espiritual.

¿Ud. cree que esa relación influye en su tratamiento?

- ❖ Yo creo que sí, porque si yo no creyera en él, yo creo que la terapia no me haría nada.

¿Ud. sabía antes de la acupuntura?

- ❖ Yo sabía, pero no sabía en que consistía, lo había visto en la televisión, en los diarios, pero jamás la había leído, no le había dado importancia, uno piensa que es el médico chino no más.

Pero ¿Tenía su opinión al respecto?

- ❖ Yo quería, yo quería tener la oportunidad de una cosa así, que jamás pensé que la iba a tener porque yo sé que es caro, y sé que con esto nos han hecho un gran favor. Yo e sido poco prejuiciosa con esto, mi esposo sí, yo no soy esotérica, pero me gusta eso. Así que estoy feliz con esta oportunidad.

¿Considera que su opinión la respecto cambio entre antes y después del tratamiento?

- ❖ Que hay que hacérselo, porque hay hartos dolores que son físicos, y yo te digo que la acupuntura sí los quita concretamente como la hinchazón que yo tenía.

Paciente D Ana

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte concreto a tu proceso terapéutico en depresión?

- El médico chino cumple todas las funciones, los aportes son 100%, de partida cuando yo llegué, llegue con una ansiedad, con un miedo, y todo eso yo te digo que la primera sesión no sentí necesidad de (beber); todo me sirvió, las conversaciones, el estar estirada en la camilla, el pensar cuando te dejan ahí con la música, esa parte digamos es tú tiempo, cuando tu ya empiezas a entregarte, a pensar ¡ya! voy a ir solucionando cosas, manejando tu tiempo.

Al médico chino le dijiste de tu problema con el alcohol

- Sí, yo se lo manifesté el mismo día, esa era una de las cosas fuertes para tratarme,

además de mi depresión, o sea, no sacaba nada con sentirme bien aquí y luego llegar a la casa a beber, esa no era la idea. Ahora yo, qué sentí específicamente con la acupuntura...no sentí nervio, no sentía la ansiedad de ir a beber, disminuyó, no sentía eso de pasar y tener ganas, se acabó, y de hecho he estado en estos momentos con gente sirviéndose un trago como para el 18 de septiembre y yo no, yo pura agua mineral y era un miedo el que yo sentía. Pero me di cuenta que lo pase cero problema.

¿Y después de cuántas sesiones te sentiste mejor?

- Mira, yo de la primera sesión me sentí sin las ansias de querer beber.

¿Y tú estado anímico?

- Fue paulatinamente también, paulatinamente me fui, bueno paso lo siguiente mi estado anímico fue cambiando cuando fui también viendo que iba adelgazando.

Es ese otro punto importante...

- Sí, o sea yo no me miraba ya ni al espejo, al bajar me fui sintiendo menos hinchada, las manos rojas, entonces ahí como que mi autoestima empezó a subir, voy bajando, me estoy sintiendo mejor anímicamente. Mi hija fue un aporte muy importante porque como ella sabía el problema ella cambió, y cambió al saber que me estaba tratando, más cercana, más preocupada, sabía que yo no estaba bebiendo porque de hecho el conversarlo, entonces el conversarlo con alguien sabiendo que tú tienes un problema y más con ella(hija), y lo que más yo a ella le e pedido su apoyo, el que no cambie su estado de ánimo, porque tiene un genio horrible, y cambiante, lo que también te afecta y mucho porque me digo qué estoy haciendo, no estoy bebiendo e igual me mandan a la punta del cero, te empiezas tú a cuestionar en muchas cosas, y eso es lo que a mí me tiene en un constante miedo.

¿Tenías algún otro malestar que tratar?

- Sí el colón, la espalda tenía mucho dolor, yo llegue con un dolor, te cuento horrible al pecho, que yo según era el corazón, una presión que no aguantaba, ni abrazar podía, y era ansiedad, porque yo estoy con nervio, ansiedad y se me pone el dolor al pecho. Dolores de cabeza que también fueron disminuyendo cualquier cantidad el dolor; el poder expresarme y el poder conversarlo, cosas que a mi marido por

ejemplo no me gusta decirle, y como tome más fuerza el conversar x cosa con mi hija, el enfrentar las situaciones porque tu ya no estas cometiendo un error, porque antes yo no podía hablar, opinar, entonces las personas se te van subiendo encima.

¿Consideras que la relación o vínculo con el médico especialista en medicina tradicional china es distinto al de la medicina convencional occidental?

- Te lo digo al tiro, como ya te dije, sabes que creo que va en la confianza y el tiempo que te dedican es muy importante, porque yo te e ido a todos los médicos habidos y por haber, y es como rápido, qué tiene, estírese, te tocan, de repente ni te oscultan, te toman la presión , y ya esta receta y chao, y vuelva en 15 días más, pero no está el trasfondo que es lo que yo llegue y pude manifestar, de decirle mira este es mi problema, esto siento, aparte generalmente por lo que yo venía depresivo y de beber tengo otras cosas como dolor de cabeza, me siento hinchada, una rinitis alérgica, o sea un sin fin de cosas que abarcamos, que fueron abarcando, y la confianza, el tiempo que te escuchan.

¿Y eso tú crees es un aporte?

- Sí, 100%, y otra cosa es la confianza que tenga uno con la persona, porque si tú disculpas me mandas con el doctor Ferrer(médico cubano que realiza auriculupuntura en la zona) a atenderme, o otra yo no hubiera ido, yo no voy, porque no es de mi confianza, y la confianza para mí fue muy importante, y ver que el médico que te trata es muy profesional. Yo creo que lo importante es la persona, que te de la confianza.

¿A raíz de esto, tú podrías de decir qué crees aporta de nuevo esta medicina al tratamiento de la depresión?

- El tiempo, la conversación, que no sólo vaya puntualmente, tú vas a ver al médico y le dices “me duele el estómago”, ¿Qué tiene?¿por qué vino?, ah ya, y no va al trasfondo, porque a lo mejor ese dolor es porque tienes problemas en tu casa, buscar otra vía de conversación, es mucho más integral, la medicina china es mucho más integral, y es más cálida, o sea, el hecho de sentarte, conversar, darte tú tiempo, conversar, el estar en la misma camilla, después poner las agujas, después los masajes, o sea es todo muy muy completo.

¿Específicamente la acupuntura es un aporte a tu tratamiento de depresión?

- Ya te lo he dicho todo, todo fue la acupuntura, los masajes también influyen porque significan relajo, disminución del dolor de cuello, también te ayuda, no sé pero yo creo que la acupuntura para mí me saco de un hoyo muy grande, y como que fue subiendo, y en 10 sesiones sentirme como me siento ahora, yo si hubiera ido a un médico no hubiera tenido estos logros.

¿Y por qué continúas tomando fluoxetina?

- Porque a veces me siento media ansiosa, como deje de venir semanal, pero no de beber, es más anímico.

Bueno, igual hay cosas que no se solucionan solamente con la acupuntura, que las vas solucionando uno en la vida, que a mí me cuesta mucho, expresar, me cuesta mucho decir lo que me choca, pero de dejarlas pasar te las llevas tú, yo soy muy introvertida, no me dan la confianza para decir lo que siento, es mucho trabajo lo que me queda.

¿Tú sabías de la medicina tradicional china antes?

- A ver, sabía entre comillas de que había un médico acá que hacía acupuntura, también sabía que hacía para adelgazar, una de las pacientes de mi jefa también me dijo que venía por un dolor en el brazo, pero a mí nunca me llamó la atención, pero esa por eso que te digo “el médico”, un cubano yo no voy. Los antecedentes me los dio la psicóloga, o sea ella me dio posibilidades de tratamiento, pero yo elegí la acupuntura, porque a neurólogo yo ya había hecho y las recetas son carísimas, en cambio económicamente podía tratarme con acupuntura, además no quería licencias.

Para mí era muy delicado, el contar yo fui esto y ahora..., porque yo me fui dando cuenta de que si tú no bebes no eres topísima, porqué no bebes, eres cuestionada socialmente por no beber.

Yo tenía prejuicios en el médico, porque e tenido malas experiencias con médicos extranjeros, no hay como lo nacional en al parte médica.

¿Sentías miedo a las agujas?

- No, son dolorosas, pero parece que entre más duelen más te llaman a venir, yo me fui sintiendo mejor, así que volvía y me sentía cada vez mejor, no me daban miedo, yo soy al dolor, cero dolor, soy bien valiente, yo digo para mí lo más valiente fue

tener parto normal y cero anestesia, nada, y con eso ya quedé lista para cualquier dolor.

¿Tú opinión hacia esta medicina experimentó algún cambio entre antes y después del tratamiento?

- Que es excelente, la acupuntura, el médico, el centro es lo mejor que a llegado a San Antonio, o sea, personalmente hubieron cambios fabulosos, tú vez ahora ya no converso y no lloro, como que me siento más fuerte, enfrentar las cosas, como que fue todo un cambio, más completo, más integral y confiable, ir y decir esto y esto siento, en un mes y medio baje como 10 o más kilos, sin planteárselo como que vengo a acupuntura para adelgazar, eso no se lo manifesté, porque consideraba que lo otro era más importante. Ahora que hay que solucionar otras cosas sí.

Paciente E (Sandra)

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte concreto a tu proceso terapéutico respecto de tu depresión?

- Me a ayudado a relajarme, a ver la vida de otra forma, es decir, que mi enfermedad no....(es que me pone nerviosa esa ...haciendo alusión a la grabadora), yo creía que mi enfermedad no tenía cura, que yo era la única, entonces yo creía que tenía que ir al psiquiatra, pero la doctora(psicóloga) me dijo que no, y que con la medicina esta me iba a calmar, pero e avanzado rápido en corto plazo, porque mi enfermedad fue muy larga, 22 años, porque mientras más largo el período de la enfermedad más largo el proceso de la mejoría también, si eso lo sé. Entonces con la medicina china me ha ayudado a estabilizarme, a tranquilizarme, y a estar como, a ver, a encontrarme conmigo misma, a encontrarme con mi cuerpo, con todo.

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte distinto a nuevo al de la medicina convencional occidental?

- Que esta te trata internamente, espiritualmente, que la medicina psiquiátrica que te trata con pastillas, sino que aquí van como a la raíz del problema, un problema de energía o de algo así, un desequilibrio energético, que eso se va arreglando con la acupuntura, al diferencia que el otro son como calmantes que a uno le dan.

¿Tú tomaste medicamentos?

- No, hasta el día de hoy estoy sin medicamentos, y me dan flores de Bach.

¿Consideras que la relación, o vínculo con el médico especialista en esta medicina es distinto al establecido con los otros tipos e médicos?

- Lo que pasa es que solo e tenido dos médicos, la doctora(psicóloga) y el médico chino, para mí los dos son iguales, es la confianza con el médico, y me e dado cuenta de que e estado mejor, mucho mejor, de que ahora cuando empecé el tratamiento en agosto ya en septiembre pude salir sola a la calle, a la playa al puertecito, después a Ilo-Ilo, y ahí empezó como una cosa tan rara, como conocerme a mí misma y todo eso.

¿Y eso ha influido en tu proceso terapéutico?

- Sí, además la terapia, la sesión es larga, a veces yo llego super estresada a aquí, y con la terapia me voy totalmente relajada, es como como que te vienen a calmar, es así como cachay..., cada sesión te va ayudando cada vez más.

¿Y tu estado de ánimo ha mejorado con esta terapia?

- Igual tiendo como caer así como a bajonarme, igual eso es porque como dice el médico tengo mucho sobrepensamiento, pienso mucho las cosas antes de hacer, y también los problemas que a una la invaden, si eso es la causa. Me e sentido más o menos, mejor que antes porque ahora por ejemplo puedo salir y eso es como que me sube más el ánimo, y así ya no me asomo a la ventana y me pongo a llorar, y decir pucha porqué ella sale y yo no. Pero ahora me afectan otras cosas así como querer estudiar, otras necesidades, no es por falta...es por falta de dinero, como cosas más más.

¿Y a nivel físico la acupuntura te ha ayudado?

- El asma, yo era asmática, sufría todos los años de asma, pasaba en el hospital, con inhalador, y desde que empecé con acupuntura me a dado una crisis de asma solamente.

¿Y la acupuntura específicamente cómo te a ayudado, diferenciándola de el masaje por ejemplo?

- Por ejemplo, con la acupuntura, cuando me ponen las agujas siento como un cosquilleo, como un calambre en el cuerpo, así como un hormigueo, eso me decían

que es por que la energía está circulando, y el resto, cuando estoy muy tensa me ponen moxa también, eso es para los sobrepensamientos, incluso con eso yo me siento super bien, igual me duele, pero después ya estoy bien.

¿Y tú crees que la acupuntura realiza un aporte distinto al masaje por ejemplo?

- Sí, el masaje al menos para mí situación , para mí enfermedad, es para relajar más la tensión, pero la acupuntura me a ayudado a las crisis, esa es la diferencia entre la acupuntura y el masaje, por que el masaje es solamente para relajación física, la acupuntura me a ayudado para la psicológica y para la parte física también.

¿Cuánto tiempo llevas con acupuntura?

- Sin parar, empecé como en marzo, abril. El tratamiento ha sido más largo por los años de mi enfermedad, son 22 años enferma.

¿Y cómo no hiciste algo antes?

- Porque mi mamá decía que eran mañas, que rayaba la papa y toda la cuestión, entonces no la entendía mucho mi mamá, si mi mamá hasta el día de hoy mi mamá no entendía la acupuntura, me decía que eran mañas no más.

¿Sabías antes de la acupuntura?

- No, sí por la tele, veía a unas personas que clavaban agujas, que eran para los dolores pero nunca para la parte mental, solamente para la parte física.

A mí siempre me han gustado las cosas interesantes, siempre me ha gustado no tomar medicamentos, sino que sanarme lo más naturalmente posible, pero no con medicamentos, porque daña el organismo, porque te afecta una cosa, te mejora la cosa pero te afecta en otra.

¿A cambiado tu opinión la respecto antes y después den tratamiento con acupuntura?

- De hecho yo a toda la gente que puedo, que estoy en contacto con ella le digo que se hagan acupuntura, que es un tratamiento tanto psicológico y espiritual, que te va ayudando en parte de vivir la vida, es que sí hay solución aunque sean los problemas muy grandes, pero sí hay solución, sin necesidad de tomar remedios, ni estar en tratamiento con medicamentos o algo así.

Paciente F

¿Considera que la medicina tradicional china es un aporte concreto a su proceso terapéutico, en su depresión?

- Bueno, empezando cuando yo empecé a hacerme la acupuntura venía super mal, venía enferma, con dolores al cuerpo, decaída, venía con mareos, con la presión alta, también el colesterol, y gracias a la acupuntura e estado saliendo también adelante, me ha ayudado mucho a las emociones también.

¿Cómo es eso?

- Porque a uno le clavan una agujita aquí en le medio(al centro del pecho), entonces eso me ayuda también a sentirse mejor, como a desahogar un poquito la pena, y me a ayudado cualquier cantidad, yo creo que eso me ha ayudado tanto.

¿Su estado de ánimo entonces está un poco mejor?

- Sí, un poco mejor, a como yo estaba, no tenía deseos de vivir, no tenía ganas de pintarme, ahora incluso me doy ese tiempo y ese ánimo, y me doy ánimo para hacer las cosas porque no tenía ánimo de ni para barrer, incluso yo llegaba a la casa y era puro dormir, dormir, dormir y no saber de nada, ahora me siento más activa.

De a poquito me ha ayudado harto.

¿Después de cuántas sesiones empezó a sentirse mejor?

- Casi las últimas sesiones.

¿Le ha ayudado a sus dolencias más de tipo físicas como al colesterol alto, la hipertensión?

- Es que no e hecho si el examen ahora, es que mi sistema de presión es nervioso, entonces cuando yo me altero me sube la presión, pero él me a enseñado de que cuando me sube la presión me toque aquí la orejita(puntos de auriculupuntura)fuerte, y siento mareo, y ahí me dijo que 15 veces 3 veces al día.

¿Y la ha ayudado en alguna otra dolencia?

- Tenía mucho calambre, no sentía todo este lado, lo sentía dormido, todavía que da algo pero siento como que se me ha pasado un poco.

¿Ud. a partir de su experiencia con la acupuntura, considera que la medicina tradicional china realiza un aporte nuevo o distinto al de la medicina convencional?

- Sí

¿Cuál sería?

- O sea, por las dolencias que yo e experimentado, veo que ayuda harto, harto a las dolencias que uno tiene, que llega, o sea a mi me a costado sí, pero a mí me ha ayudado bastante.

¿Considera que el vínculo, que la relación con el médico especialista en esta medicina es distinto al la otra medicina?

- Es distinta.

¿Cuál es la diferencia?

- Es la confianza que da el médico, porque el psiquiatra no es lo mismo, porque yo me e abierto mucho con él, el psiquiatra solamente trata de decir pero no tanto como a este.

¿Y cree que eso le ha ayudado a su tratamiento?

- Sí

¿Por qué?

- Por la confianza.

¿El estar ahí tendida en la camilla, escuchando música, ud. cree que le contribuye?

- Sí, porque uno se evade de todo, se siente super relajado, es como que se evade del mundo, y a la vez uno se siente demasiado relajada.

¿Y me podría hablar de los portes específicamente de la acupuntura?

- A ver, los masajes son una tortura, pero me han hecho bien, hace poquito me hizo uno que llegué a llorar, pero me han hecho bien.

¿Podría por ejemplo diferenciar entre el masaje y acupuntura?

- Bueno los masajes son fuertes, pero hacen bien; y la acupuntura es más lenta pero también hace bien.

¿Ud. le tenía miedo a las agujas?

- Un poco, pero paso, casi todas me duelen, o sea, no es un dolor, es como una corriente que pasa por el cuerpo, pero es así un rato no más y después se pasa.

¿Sabías antes de la acupuntura y de la medicina tradicional china?

- No, había escuchado sí de la acupuntura, pero no sabía a que se relacionaba, cómo se colocaba, no sabía mucho. Pensaba que era una medicina más, pensaba que era dolorosa, y que dolían las agujas, y que era un dolor permanente, pero no es así.

¿Y su opinión cambio antes y después de tratarse?

- Sí, o sea el estado de ánimo, para como yo estaba, que no podía hablar, que no podía caminar, me e sentido super bien.

El hecho de venir sola, e venido 3 veces ya, y mi marido me venía a buscar, pero hoy día me dijo que me fuera sola no más

¿Con el tema del sobrepeso le ha ayudado?

- No mucho, lo que pasa es que Mauricio me dijo que yo tenía un problema al hígado y al vaso, y me da el sistema nervioso me da mucha ansiedad, trato si de dejar el pan, mucha verdura, como harta verdura, yo le decía que cuando ando con esa ansiedad como esta semana, siento los brazos grandes, me siento hinchada, inmensa, las piernas, los brazos.

¿Sigue tomando antidepresivos?

- No, el psiquiatra me los quito todos, incluso para dormir.

¿Y la acupuntura le ha ayudado para dormir?

- Sí, hasta las pesadillas, pero ahora me habían vuelto.

¿Ud. cree que le ayudado a no tener que tomar medicamentos?

- Sí, porque yo no me tomo lo que me dice el médico, sino que me tomo la mitad, la cuarta parte, los estoy eliminando ya de a poquito.

Yo además, tenía principio de hemiplejia por el colesterol

¿Y le ha ayudado en eso?

- Es que no me e hecho el examen, sí Mauricio me preguntó.

◆ *Transcripción Entrevistas Especialistas*

Especialista A

Oscar Fuentes

¿Consideras que la Mtch realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

Bueno, la Mtch yo creo que ordena más la enfermedad en relación al ser humano que la medicina occidental, porque toma en cuenta, se puede decir el cuerpo, eh... por ejemplo toma en cuenta el espíritu que la medicina occidental no lo toma en cuenta, y muchas veces las enfermedades provienen de esa parte del ser humano, la parte espiritual, entonces bajo ese punto de vista para mí la Mtch es como mucho más integral, en el sentido del enfoque de la enfermedad en relación al ser humano.

Si uno ni siquiera sabe muy bien el sentido real en el cual funciona la aguja, es impresionante porque fíjate que estoy atendiendo a una paciente, y e visto cambios que no te puedo decir que son concretos, como cambios en cómo yo percibí al paciente cuando llego, y cómo lo percibo ahora como llega, que no es una cosa concreta, puedo decir el tipo nose como un cambio se percepción, cambio en la mirada, algo así como bien imperceptible.

¿Consideras que la Mtch realiza un aporte nuevo o distinto al de la medicina occidental?

De partida no hay reacciones adversas, respecto a la farmacología, a los fármacos que da la psiquiatría o la psicología, porque a los pacientes los dejan a veces como noqueados, y esto es fabuloso, porque tu pones una agujita en un punto y se supone que eso te arregla, digamos te equilibra toda tu parte energética, esa es como la diferencia más grande, que no hay reacciones adversas, no hay daños.

Mira nosotros atendimos a una paciente, que le daban remedios, pero el asunto es que el psiquiatra la quería tener todo el día durmiendo, imagínate, la persona ni siquiera puede analizarse y ver qué es lo que tiene, o de dónde surge, porque el estar dopada...es absurdo e incoherente, yo le decía “no tomes tanto”, porque realmente ella dormía todo el día, estaba todo el día noqueada, entonces la tipa se levantaba comía y seguía durmiendo, eso era todo lo que hacía.

(Entrevistador)Me podrías hablar de tu experiencia con la acupuntura:

Te diría que los pacientes manifiestan sentirse mejor, mejoría.

¿Y cómo a las cuántas sesiones?

Yo te diría que como a las tres sesiones el paciente dice por ejemplo que duerme mejor, que anda más relajado, eso me han dicho.

¿Y específicamente la acupuntura, tú podrías diferenciarla por ejemplo del masaje o de la moxibustión, en relación a los aportes a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

Yo creo que las tres cosas son buenas, lo ideal a veces inclusive es mezclarlas, por ejemplo acupuntura y moxibustión en casos de pacientes que están con energía muy baja, entonces tú tonificas la energía con la moxa, y bueno el masaje, es un complemento.

Bueno a nivel de puntos, porque hay puntos que actúan directamente sobre los órganos, puntos donde tú llegas al alma del órgano.

¿Consideras que los aportes de esta terapia dependen del tipo de depresión que tenga el paciente?

La verdad es que no sé mucho al respecto.

(Entrevistador) Porque sabes que yo me e dado cuenta porque e entrevistado a pacientes con depresión moderada y severa, y es una diferencia muy grande.

¿Qué técnicas utiliza la escuela latinoamericana de medicina tradicional china en el tratamiento de la depresión?

Bueno, la acupuntura, moxibustión, masaje, el chi kung. En la medicina tradicional china se habla de que la depresión puede estar asociada al hígado, a existen diversas técnicas, si porque el hígado tiene que ver con todas las emociones, o puede por ejemplos ser producida por el corazón que también esta relacionado con el hígado, o ligada al vaso, al riñón, por lo tanto en relación al diagnóstico se trata al paciente, pero por lo general se encuentra asociada al hígado, corazón y vaso, esos son los tres órganos principales.

¿Tú crees que hay una técnica que es más efectiva que la otra en el tratamiento de la depresión?

Yo creo que la acupuntura puede ser más efectiva porque actúa a nivel del alma del órgano, eso te puedo decir de acuerdo a mi experiencia.

¿Y las técnicas que utilizan en Chile, son las mismas que se utilizan en todos lados?

Sí, porque Luis(profesor y director de la escuela latinoamericana de medicina tradicional

china) tiene toda esa experiencia desde el maestro cheng yong fa, discípulo directo de esta tradición.

¿Y cuáles son las técnicas que se utilizan en Chile?

Yo creo que depende más que nada de ...principalmente se utilizan...tu puedes si es exceso tu dispersas, si es por deficiencia tu tonificas, me entiendes, se supone que una enfermedad se produce por desequilibrio entonces ese desequilibrio puede ser de qi, o de sangre, entonces eso te lleva a la enfermedad, entonces tú mediante estas técnicas llevas el equilibrio.

¿Cuál es el papel del diagnóstico en medicina tradicional china?

Es lo fundamental, si tu te equivocas lo puedes hasta empeorar, si el paciente está en exceso por ejemplo y tu en vez de dispersar lo vas a tonificar lo vas a aumentar, entonces vas a provocar más desequilibrios se supone que la medicina tradicional china persigue el equilibrio entre el yin y el yang.

¿En qué consiste el diagnóstico?

Hay diagnósticos de acuerdo a yin y yang, hay diagnóstico de acuerdo a si hay calor o frío, hay diagnósticos si la enfermedad es exterior o interior, y hay diagnóstico a bueno si hay exceso o hay deficiencia.

Entonces de acuerdo a eso más toda la sintomatología del paciente, tu vez su síndrome, y de acuerdo a eso el tratamiento. Se ven además todos los síntomas del paciente, si duerme bien, cómo esta la digestión, sabores en la boca, las emociones...es una cosa bien integral, y es más tu vez todo eso, y te vas al pulso y a la lengua, con eso digamos de ahí teniendo todos los datos, como decía Luis, nuestro profesor, decía que hay que mirara con los ojos internos, el diagnóstico inclusive va más allá de los sentidos, un poco más...

¿Qué hacen con el diagnóstico occidental con que llega el paciente?

No, lo que pasa es que acá no hay enfermedad, hay síndrome efectivamente, esa es la gran diferencia con la medicina occidental, y que el diagnóstico que dan ellos es de depresión, pero para nosotros puede ser, no sé, por ejemplo deficiencia de sangre o de yin, o de yin de vaso, estoy dándote un ejemplo así no más, entonces esa es la gran diferencia. Y esa deficiencia, te provoca problemas a nivel de diferentes partes en el ser humano, que se yo, desde que el paciente piensa mucho, tiene sobrepensamiento, no va al baño, y eso es la depresión pero con otros nombres para la medicina china.

¿Y cómo crees tú que los pacientes perciben inicialmente el tratamiento con MTch?

Mira, claro la gente por lo general nunca se a atendido, por ejemplo estoy atendiendo a una niña que tuvo un hijo mongólico, y esta con una tremenda depresión, tremenda, entonces al principio le daban miedo las agujas, pero yo diría que la primera sesión, después fíjate que llegan como contento con hacerse el tratamiento.

¿La percepción desde el inicio, durante y después cambia en los pacientes?

Sí, por supuesto que sí, yo diría que la primera sesión inclusive ellos sienten cosas especiales, yo siento muy especial la sesión me dijo, y a seguido viniendo, y vienes de santiago a verme acá, nos turnamos cada 15 días.

Igual hay gente que siente prejuicios, que piensa que la acupuntura no le va hacer nada, que son volados, sí hay, pero mucha gente cambia de reacción después, positivamente.

(Entrevistador) Los pacientes hablan mucho de la confianza con el médico:

Luis nos decía, que cada cual tiene una energía especial para atender al paciente, y tú trasmites esa energía al paciente, más allá de poner la aguja, yo creo que la aguja también proyecta como tu espíritu en el tratamiento, y es una cosa cien especial.

Especialista B

Mauricio Pacheco.

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

Considerablemente tiene un super buen aporte.

¿Cuál o cuáles?

Tanto en el síntoma, dolores de cabeza, principalmente problemas estomacales y además por la depresión misma, su estado de ánimo, por la perspectiva de ver la vida diferente, o sea realmente se ven cambios, y aportes a largo plazo y a corto plazo.

¿Y qué técnicas utilizas?

Acupuntura y masaje, más electroacupuntura, más moxibustión, ventosa.

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte nuevo o distinto al de la medicina occidental?

Bueno, el aporte como más importante es que no se interviene con drogas el organismo, no hay manipulación química hacia el organismo del paciente, solamente ocupamos su propia energía para versus cambiar su punto de vista, y que realmente vaya viendo cómo cambian sus síntomas, al principio, porque obviamente la forma de pensar es más a largo plazo, o sea, los síntomas son los que se ven más rápidamente el cambio, dolores de cabeza, problemas estomacales, picazón.

¿Síntomas físicos o también mentales?

Haber como mentales, como los que producen taquicardia como las crisis de pánico, o sea, que su mente produzca síntomas físicos también, sobrepensamiento, ansiedad, pena, angustia, rabia, o sea un buen conjunto de emociones.

Entrevistadora: los pacientes también hacían alusión al vínculo con el terapeuta, y al mismo hecho de estar en la camilla, la música, ¿No crees tú que eso es un aporte también al tratamiento?

Claro, por ejemplo el terapeuta tiene que tener primero que todo experiencia para tratar a los pacientes, porque si viene alguien recién salido o que tiene una manera muy brusca, o

imponen reglas al pacientes, obvio que el paciente no va a resultar el tratamiento con éxito, porque se va a sentir como agredido, entonces la idea del paciente de que sea no de guiarlo, pero sí de mantenerlo en un estado confortable para que el mismo vaya reaccionando, o sea lo ideal es que no se sientan confrontados.

Lo importante es eso, no juzgarlo, por ejemplo un paciente que tiene depresión porque consume alcohol, no juzgarlo.

¿Consideras que la acupuntura realiza un aporte al proceso terapéutico de pacientes con depresión?

La acupuntura a diferencia del masaje, porque el masaje va hacia, sobre el cuerpo, contacto directo, es como más íntimo ya, es como soltar las emociones desde ese punto de vista, la acupuntura va directamente a interferir a los procesos orgánicos del paciente, entonces le puedo colocar la aguja y él rápidamente va a sentir efecto de relajación, o si por ejemplo le duele la cabeza, o sea es más sintomático, aunque igual hay un vínculo con el paciente pero no es tan fuerte como con el masaje, por eso el tratamiento con depresión es con acupuntura y masaje, para crear ese vínculo.

También, dependiendo del paciente, aunque en el común de los pacientes no se realiza siempre el masaje, el 100% va a ser todas las veces acupuntura, y el masaje va a ser un refuerzo para el tratamiento, igual que la moxibustión.

¿Consideras que los aportes dependen del tipo de depresión que tenga el paciente?

Eh..sí, y al mismo tiempo la cantidad de veces del tratamiento, por ejemplo un paciente con depresión leve o moderada con dos veces a la semana andamos super bien, vamos a ver cambios rápidamente, tanto síntomas como la manera de enfocar la vida, pero con depresión severa ahí se habla en China que tendría que atenderse todos los días, entonces no hay en el aspecto privado todavía no está tan metido en la sociedad que el tratamiento es benéfico, como para que tenga realmente resultados importantes, porque o si no es muy muy a largo plazo.

¿Cuáles son las técnicas utilizadas por especialistas de tu escuela en el tratamiento de la depresión?

Acupuntura, masaje, moxibustión y ventosas con sangría. Y el aspecto muy importante es la música, que se sienta confortable en el momento que tenga las agujas, porque claro al principio le van a incomodar, o sea a todo el mundo nos molesta que nos pinchen, pero con la música es como que el paciente, como que abre su corazón, logra disfrutar, o darse cuenta de su estado anímico, o su estado mental, entonces se relaja y como que se da ese permiso para estar bien.

¿Y la fitoterapia?

Desgraciadamente todavía la escuela no la trae, pero se van a traer horas en infusiones, pero sí en China hay hierbas, hay recetas de hierbas enfocadas 100% para la depresión.

¿Y por qué no la han traído todavía?

Porque el S.A.G. tiene un conflicto con la importación de plantas o de hierbas al país, por el tema de los té chino envasado no hay problemas, y lo que dice rotulado la caja es lo que tiene que traer.

¿Tú crees que alguna de estas técnicas es más efectiva que la otra en el tratamiento de la depresión?

No, todas son efectivas, bueno a diferencia se moxibustión y ventosas que es complementaria de acupuntura o de masaje, pero ambas acupuntura y masaje son totalmente igual de efectivas, pero habría que ver en el paciente la frecuencia del tratamiento, eso es lo que influye entre una y otra.

¿Existe alguna técnica que se utilice en forma exclusiva por tu escuela en el tratamiento de la depresión?

Todas son de la tradicional china, pero la diferencia es que unas son de familia, en la antigüedad solamente los maestros de artes marciales, los jefes de clanes tenían que practicar medicina tradicional china, no era como ir a un hospital, o cómo acá ir a la machi y te sanaba, no, allá eran los maestros de artes marciales, ellos tenían el monopolio médico, entonces el maestro de artes marciales, obviamente recibió todos estos conocimientos antiquísimos, lo que paso con la revolución en china, que no recuerdo su nombre, hubo un periodo en que se prohibió la medicina china, y solamente se ocuparon los fármacos,

obviamente cacharon que no tenían tanta plata como para todos los chinos, entonces volvió la medicina tradicional china, y en ese periodo entonces hubieron varias técnicas de familia que se perdieron, entonces ahora a partir de los años 80 China volvió a promover esas técnicas, certificando a estos maestros que no necesariamente habían tenido un estudio reglamentario en una universidad, entonces la técnica por ejemplo de ventosas con sangría no es una técnica que sea masiva en los hospitales de china, sino que solamente algunos médicos de esta tradición familiar las conocen, y así tanto como las técnicas de chi kung, de transmisión energética tampoco es masiva en china, solamente es reducida a este grupo de médicos de familia, y siempre y cuando esa familia conozca esa técnica, por que por ejemplo hay otros que solamente trabajan con la mano, y sus familias solamente se dedicaban por ejemplo a pinchar la mano, han hecho estudios, y hay un apéndice de acupuntura que es manopuntura, o craneopuntura, o auriculopuntura, técnicas de familia que se perdieron durante 30 o 40 años, y que ahora han vuelto, se están recién dando a conocer, bueno en china son locos por los estudios.

Ahora, el fuerte es la acupuntura, es la acupuntura general en el cuerpo, las otras son apéndices, por ejemplo la craneopuntura tiene excelentes resultados en accidentes vasculares, por ejemplo auriculopuntura es muy bueno como anestesia, no tanto así para tratar síntomas de los órganos, y así las distintas técnicas, siendo la más fuerte la acupuntura general en el cuerpo, más agregándose puntos de estos distintos apéndices.

¿Cuál consideras es el rol del diagnóstico?

El diagnóstico es lo principal en medicina tradicional china y por lo que creo yo en todas las medicinas es lo principal, porque las técnicas van a ir según el diagnóstico que uno haga, por ejemplo si yo diagnóstico que el mal está en la cabeza, y le trato los pies obviamente nunca se va a mejorar, pero si el diagnóstico es preciso y en la primera sesión voy a tratar el conflicto, una en menos sesiones voy a tener mejor resultado, y no me voy a ir por las ramas, se va a enfocar 100% el problema, la idea de la medicina tradicional china es ver que originizó el problema, ir a la causa más que ver los síntomas, en eso es 100% importante.

¿En qué consiste el diagnóstico?

Se basa principalmente en tres; uno en ver al paciente, ver cómo se sienta, como te habla,

su color de piel, si se sienta y se cruza entero, o llega y se desparrama, esto te va a dar una pequeña reseña se qué tiene este paciente; y después del ver está el diagnóstico de lengua y el pulso, son los principales, bueno después viene el mismo tema con el de los diagnósticos de familia, por ejemplo Cheng yon Fa tiene su clínica especialmente por un pasillo, entonces él al fondo tiene su consulta porque cuando el paciente viene caminando él escucha y empieza al tiro a conocer al paciente, lo que lo da la práctica y el tiempo.

¿Cómo crees que los pacientes perciben inicialmente el tratamiento de su depresión con medicina tradicional china?

Principalmente lo perciben con dolor, se asustan, las primeras reacciones es asustarse, como creen que son agujas que relacionan con inyecciones, pero una vez que se les mueve, que se les pincha no hay problemas, bueno y tiene bastante buena recepción por el tema natural, o sea, por que generalmente en este caso los pacientes que viene con depresión vienen con fármacos muy fuertes que los atonta, y que producen síntomas adversos, por ejemplo pastillas te van a caer mal al estómago, gastritis, estitiquez, somnolencia, falta de claridad, entonces que de repente le digamos lo tratamos y nos vamos a influir en... su diaria reacción, el paciente no va a tener conflictos de quedarse dormido en el trabajo, o que el va a dar gastritis, o que va andar 5 días sin poder ir al baño, eso.

¿No te ha llegado gente con prejuicios al respecto?

Sí, o sea siempre te va a llegar gente que viene más que a probar, viene a decirnos que esto directamente no sirve, entonces como que ellos se prestan claro como para su propio estudio científico, pero el tema es que entre más masivo se haga, siempre obviamente la gente va a preferir este tipo de medicina, porque más allá de que es natural y todo el tema, resulta, o sea realmente resulta el cuento.

¿Entonces hay como un cambio de percepción o de opinión de los pacientes antes, durante y después?

Sí, surge que los mismos pacientes traen más pacientes.

¿Te ha pasado pacientes que han venido más?

Ah, claro, o sea siempre hay gente que quiere todo al tiro en la primera sesión, o si no es la expectativa que ello quieren, que iban a ver luces, o escuchar voces.

¿Qué diferencia vez entre como perciben hombres y mujeres?

En general los hombres chilenos no han evolucionado a decir que están enfermos, por lo que la mayoría de los pacientes siguen siendo mujeres.

¿Cuál consideras tú que es la principal finalidad de la medicina tradicional china en el tratamiento de gente con depresión?

Bueno, tanto en depresión como en el resto de las enfermedades es sanar al paciente, cual es la diferencia entre sanar y curar, curar es algo que puede ser a corto o largo plazo en los síntomas de las enfermedades, mientras que sanar viene con un proceso interno hacia el exterior, perfectamente yo puedo atender a alguien por un problema cervical, pero lo más seguro es que ese problema cervical sea originado por una pena..., una depresión, o sea lo más ilógico que uno lo va a pensar al principio lo va a producir, o sea esta paciente cuando termine con su problema cervical, no va a tener depresión, crisis de pánico, no va a tener un montón de cosas, o sea es un proceso de sanación de la persona, como desarrollo interior.

Y por eso es que generalmente los tratamientos son de 10 sesiones, más o menos, dependiendo de la enfermedad o del paciente, pero son tratamientos que se van a repetir a lo largo de 1 año, por 2 o 3 tratamientos al año, en la antigüedad y actualmente en China, en que la consulta de medicina china atiende abiertamente porque es del estado, es el tema preventivo, tanto para dolencias actuales o para prevenir por ejemplo viene la primavera, y otros, entonces la gente antes se hace un tratamiento, para así que su energía y órganos están más fuertes, para tomar este proceso de temporada, o durante el invierno.

Es para prevenir la frecuencia del tratamiento al año o también para reforzar el tratamiento anterior.

Especialista C

Marcelo

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

Totalmente.

¿Por qué?

Porque son una medida o una forma de cuidar al paciente, que la medicina no ha logrado, o tiene más efectividad, o también hace menos daño, por todo lo que es medicamentos.

¿Y en los pacientes cómo ves ese aporte?

Los pacientes yo diría el 98 % , todos mejoran, también cosas puntuales que se relacionan además con el afán de la persona de sanarse, con el tratamiento se logra bastante.

¿Y esto a nivel tanto físico como anímico?

Eh, el sistema físico y anímico se mejoran ambos, porque van de la mano, lo que es medicina china, el San Bao(yin, qi, shen), digamos la dialéctica que manejan los chinos, uno siempre toma los tres aspectos, globaliza mucho, tanto psíquico, lo que es la psicología, y también estructural, lo que en occidente es mente-cuerpo nada más.

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte nuevo o distinto al de la medicina occidental?

Hay grandes aportes, en el sentido de que nosotros con medicina china digamos, hay una chance más a la gente que no se a mejorado, que a intentado otras cosas, y que aún siguen empantanados en las mismas enfermedades, y tú sabes que estas fechas surgen cosas complicadas, hay mucha gente que se suicida digamos, son esto se da un cierto relajo energético que las personas sí, mejoran. También los medicamentos, no tomar, o bajan las cantidades, porque todo medicamento que se toma es , en su medida afectan al estómago, entonces claro se mejoran de una cosa pero se enferman de otra.

¿Tú crees que aporta el hecho por ejemplo de escuchar al paciente, tenderte en una camilla, escuchar música, tú crees que es un aporte a pacientes con depresión?

Definitivamente, porque hay cierto ambiente que la gente no espera encontrar, por lo que e visto yo, esperan encontrarse con un médico más serio, entonces desde el momento que llegan encuentran más a un amigo, amigo que los ayuda, que los entiende bajo otros conceptos totalmente nuevos para ellos, y definitivamente se sienten mejor.

Además es globalmente, es un aspecto más completo de su san Bao, además es un tiempo para estar son su propia realidad, con sus propios problemas, y llenó de agujas obviamente.

¿Consideras que específicamente la acupuntura realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

El aporte de la acupuntura, es que podemos de una forma física digamos tomar ciertos

puntos, y bueno, con el tratamiento de qi sangre en la depresión, principalmente provocados por el hígado, uno puede digamos movilizar esa energía y hacer cambios, cambios de actitud, cambios de... energéticos, de que la persona ya se empieza a sentir más aliviada, de no sentir esa presión en el cuello, de decir ya no puedo ni gritar, y decirle ya anda afuera y grita, esas posibilidades que la acupuntura te da, eh...las personas se mejoran.

¿Consideras que los aportes de la acupuntura dependen del tipo de depresión que tenga el paciente?

Eh.., la forma de tratamiento, cada tratamiento depende de cada persona, y cada persona es distinta, o sea, puede tener la misma depresión, o los mismos problemas, pero la persona es distinta. Y la efectividad siempre también se a medido en el ánimo, en las ganas que tenga la persona de salir, por ejemplo una persona que come mal, que fuma, que toma harto, un tipo pura flema y calor, entonces como se sabe que en medicina china la ansiedad es calor interno, entonces se sabe que está con ese problema, y que tiene que dejar esas cosas, sin eso no se puede hacer nada por ti, porque te pueden clavar por meses, sin haber mejoría, porque se requiere de un cambio de actitud, de vida, entonces la depresión también, ahí les cuesta más porque están metidos en su parte psíquica, empantanados, dando vueltas, pero aún así la gente sale, siempre que ella sienta ganas.

¿Cuáles son las técnicas de la escuela latinoamericana de medicina tradicional china utilizadas en el tratamiento de la depresión?

Acupuntura, masaje, moxibustión, ventosas y la fitoterapia, aunque esta última es menor medida.

¿Crees que alguna es estas técnicas es más efectiva que otra en el tratamiento de la depresión?

Todo depende del caso, y del espíritu del tratamiento que tu quieras dirigir hacia la persona, dentro de sus problemáticas, dentro de sus problemas.

Las que más se usan son la acupuntura y masaje, son todas herramientas, y cada herramienta tú la ocupas dependiendo del caso, porque si una persona que tiene miedo a las agujas, no la puedes pinchar mucho, más masaje, depende.

¿Hay alguna técnica que Uds., utilicen en forma exclusiva en tu escuela?

Que sea de mi conocimiento no, son las tradicionales abiertas a todo el mundo. Donde vayas, si alguien realmente a estudiado medicina tradicional china sabe todas las técnicas.

¿Cuál es el rol o principal finalidad del diagnóstico en medicina tradicional china?

Importante, porque tú cuando viene tu paciente lo atiendes digamos, todo su historial digamos, se puede conversar, pero los síntomas, viendo su pulso, su lengua, viendo su contextura física, como viene, eh...tú inmediatamente decides si el problema es yin o yang, si es externo o interno, si es severo no, entonces de acuerdo tú dices ah..., esta persona tiene vamos a hacer esto para poder sacar sus problemas adelante, es muy importante.

¿Cómo consideras que los pacientes perciben inicialmente el tratamiento para su depresión con esta medicina?

Hay personas que vienen, que ya no quieren más nada con el medicamento, que ya están aburridos de ver médicos que le digan que está enfermo, y que no hagan nada por ellos, yo pienso que igual es como, es como relativo, entonces...a veces vienen con miedo, otras veces se dejan no más, y te dicen haz lo que quieras, pero mejórame.

¿Y te ha tocado ver gente con prejuicios la respecto?

De todas manera, partiendo de que pucha me voy a sacar la ropa que aquí que allá, que piensan que uno los va a desnudar, todo un tema medio voyerista, y al notar que le decimos sabes que te vamos a pinchar allí y allá, nosotros salimos, ponte boca abajo, boca arriba, tápate esto, destápate esto otro, entonces ya empiezan a determinar su propio juicio, pero viene con la idea de quiénes son estos tipos.

¿Consideras que hay un cambio de opinión o percepción de los pacientes con depresión desde el inicio, durante y después del tratamiento?

De todas maneras, porque después empiezan a tomar confianza, ya saben que van a hacer hoy día, cual va a ser la tortura, se crea un clima digamos mucho más ameno, y las personas se sienten mucho mejor.

¿Cuál consideras es la finalidad principal de la medicina tradicional china en el tratamiento

de la depresión?

Volver a restablecer el normal o correcto flujo de qi y sangre, que cuando afecta ciertos determinados órganos se produce la depresión.

La medicina tradicional china abarca básicamente la raíz del problema, el porqué del problema que trae el paciente.

Especialista D

Alejandra Reyes.

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte a los procesos terapéuticos de pacientes con depresión?

Sí.

¿Cuáles?

La medicina tradicional china, yo creo que el aporte más importante que realiza tiene que ver con la no separación de la mente y el cuerpo, de hecho en la medicina occidental incluso en la psicología más tradicional uno también entiende que hay una relación entre la mente y el cuerpo, pero la particularidad de la medicina china es que no existe la visión de causalidad en ellos, así como que un estado anímico causa malestares físicos o al revés, sino que esto se da a la vez, o sea, hay un correlato paralelo entre la dimensión de las emociones y la dimensión de lo físico, son expresión de lo mismo y ocurren al mismo tiempo, por lo tanto me parece a mí que se aporta como una visión mucho más integral a los procesos, y del punto de vista de cómo uno lo aborda como terapeuta con los pacientes, lo importante de eso es que permite mostrar y hacer una intervención mucho más completa, si bien no necesariamente desde todos los aspectos que incluye una patología, porque uno no puede tratarlo todo, pero si desde la mirada que uno tiene del paciente o de la persona que consulta, y de lo que uno les puede traspasar a ello desde un aporte comprensivo, para que ellos mismos entiendan qué les pasa, eso genera también una cuestión bien entretenida que es que al uno traspasar una visión más integral la gente se siente más propietaria de su estado de salud y propietaria de su estado de enfermedad, o sea, ya no hay algo externo que lo causa, si bien lo ambiental siempre es importante, pero la medicina tradicional china dice

“el ser humano es un microcosmos, lo que pasa en el macrocosmos externo pasa en el microcosmos interno, entonces permite que la persona entienda que dentro de ella esta todo vivo, esta todo relacionándose, y eso hace que surja esta percepción como más de propiedad del estado de salud y enfermedad.

¿Y eso cómo se ve en los pacientes, concretamente?

Yo lo e visto fundamentalmente no solo desde el tema de la acupuntura, porque bueno yo e tratado con acupuntura, en terapia psicológica, y también en terapia corporal, y en las que incorporo trabajo de chi kung, y en la terapia corporal también incorporo como la perspectiva de la Medicina china, y en ese ámbito es que me parece que eso más se nota no, porque las personas por ejemplo cuando yo les digo que relacionen sensorialmente lo que pasa con su estómago y con sus emociones, lo que pasa con su corazón o lo que pasa con sus riñones, surge algo bien bonito y es que por primera vez se dan cuenta de que son órganos vivos que están en su cuerpo, que su cuerpo por dentro está vivo, y está produciendo no solamente cosas químicas o fisiológicas, sino que produce sensaciones de bienestar, emociones, en el caso de los estados depresivos sobretodo hay una sensación como de muerte interna, de desvitalización interna bien fuerte que al tratar de conectarse sobre todo con sus órganos como expresión, como componentes que también incorporan las emociones, hace que sientan que hacia dentro hay vida, y que esa vida hay que ponerla en movimiento, más bien ese ámbito.

¿Consideras que la medicina tradicional china realiza un aporte nuevo o distinto al de la medicina occidental?

Yo no se si uno puede decir..., haber desde lo que yo conozco sí, no podría que concretamente nuevo porque no conozco todo lo que existe, yo creo que el no tomar medicamentos tiene que ver con lo que te estaba diciendo, cuando uno se siente más propio, más dueño de su estado de enfermedad y de salud, pierde esa sensación que necesita de algo externo para sentirse bien o para sentirse mal, y aunque la acupuntura es un terapia invasora, de repente tan invasora como los medicamentos, es fuerte el efecto que produce, eh...la manera en que uno lo aborda hace que sientan que son más dueñas de sí mismas, que ya no necesitan del medicamento para tomarlo, por eso es que lo valoran tanto, por eso es que sienten, por que de alguna forma la salud occidental le otorga mucha relevancia al

papel del médico o del terapeuta, igual acá eso también existe, pero no esa sensación de que tu dependes del otro, porque ya tienes una comprensión mayor de lo que te pasa, porque ya no estas apegada a una pastilla para sentirte bien, de hecho el efecto de la acupuntura es así, tu te haces acupuntura e inmediatamente te sientes bien, y et sientes bien durante un periodo de tiempo, hasta que vuelve el tratamiento, y ese desapego de tener que tomar medicamentos produce de por sí una sensación de mejoría.

Porque en un estado depresivo, donde uno trata con personas que ya han estado en tratamiento, que la mayoría de las que uno trata ya han pasado por tratamientos tradicionales, con fármacos, etc. Eh.. no con buenos resultados porque por algo llegan acá, esa sensación de dependencia y esa sensación sentirse enferma es “yo tengo depresión”, como que lo incorpora como un estado permanente, por eso siempre tengo que tomarme el medicamento, hay gente que periodos en que pelea con el medicamento, y ya no lo quiere más porque siente que lo ata a un estado de enfermedad, es como que simboliza que todavía estas enfermo, en cambio con la acupuntura no hay esa misma sensación de dependencia, lo sientes mucho más amistoso.

¿Podrías diferenciar en sus aportes a la depresión entre por ejemplo la acupuntura y el masaje?

Yo creo que desde el punto de vista de la medicina china, todos apuntan a lo mismo, porque todos apuntan a restablecer equilibrios, desbloquear qi, tonificar, sedar, etc. Pero desde el punto de vista de lo que ocurre en el paciente yo diría que el masaje tiene la particularidad de la sensación de bienestar más corporal, tú te sientes menos tenso, hay desbloques en lo que tiene que ver con lo muscular y los tendones, que ya es fuerte porque además eso esta ligado a otra serie de sintomatologías como dolores de cabeza, y una serie de otras cosas, y además está el tema del contacto corporal, que también es algo importante dentro del tratamiento, porque hacerse un masaje igual también es aumentar la sensibilidad que uno tiene dentro de su propio cuerpo, a veces tú no te das cuenta donde tienes los bloqueos, cuando te tocan un músculo contraído recién te das cuenta de que está ahí, porque imagínate sobre todo en un estado depresivo, donde uno esta desvitalizado, todo lo sensorial está mucho más bajo, está mucho más inhibido, todo lo que tiene que ver con los sentidos, desde que uno no goza con ver un día bonito, hasta que uno tampoco no goza con un contacto rico, entonces el masaje hace que tu atención se vuelva hacia aquellas zonas de

tu cuerpo que están dejadas de lado porque estay en un estado desvitalizado que implica de por si una inhibición de lo corporal en tu vida, y además en un estado de mucho rollo mental, de sobrepensamiento que también hace que uno se desconecte, el masaje te vuelve a eso.

¿Y la acupuntura?

Yo diría que la acupuntura produce una sensación que es como bien poco comprensible para un occidental común y corriente, porque incluso para uno que estudio medicina china sigue siendo difícil entender el efecto que produce, porque produce un efecto energético, y en ese sentido produce un efecto curativo, porque efectivamente moviliza la circulación del qi dentro del organismo, y eso produce sensaciones de...mejora el estado de salud, entonces en el momento mismo la persona que se esta haciendo acupuntura siente una serie de sensaciones extrañas, eso también es entretenido porque se da cuenta de que su cuerpo está lleno de otros procesos que van allá de lo puramente mental porque te da corriente, porque te da...y eso que paso que es, y ese calambre, ese calor, y las sensaciones que junto con eso dan, o sea, si sobre todo son personas que está muy estresadas, o que están muy ansiosa, uno va a tratar de provocar sensación de sedar el aspecto que esta muy en exceso, y por lo tanto la persona le va a venir un sueño bien placentero, que va más allá del espacio físico, yo he hecho acupuntura sentada en una silla y las personas se quedan plácidamente dormidas, o al revés cuando uno está muy desvitalizada lo que uno busca es tonificar el qi, salir despierto, salir activo, y eso ahí no hay mediación con tu mano, de hecho uno a veces ni siquiera habla mucho en ese momento con el paciente, es simplemente el efecto físico que produce la acupuntura, que es muy potente, por eso es que la gente dice yo no me hago acupuntura porque yo no creo, entonces uno dice uno no tiene que cree en esto, esto es super práctico, y es super efectivo.

Indudablemente la técnica, como se puede decir, la más invasora, que produce un movimiento más importante en tu circulación de qi, en tu circulación de sangre, y de funcionamiento orgánico y mental es la acupuntura.

¿Consideras que los aportes de esta medicina en pacientes con depresión dependen del tipo de depresión que tenga el paciente?

Sí, si porque es que eso es una ley que se repite en todo, y en la psicoterapia si viene

alguien con depresión reciente, con un primer estado que tiene super identificado las causas que le provocan, etc. Eso va a ser una evolución mucho más rápida que otro, eso que se entiende así desde el punto de vista psicológico en la medicina china lo que entendemos es que un síndrome, un desequilibrio energético que nosotros llamamos síndrome, que uno lo empieza a tratar en un primer momento de evolución, eh es de mucho más fácil arreglo restablecer el equilibrio, ahí es mucho más fácil, que si este síndrome a profundizado en términos de su evolución, porque tenemos 4 niveles de evolución de un síndrome; Wei, Qi, Ying, Xue, ahora qué significa Wei, es la energía defensiva; Qi es la relación energética de los órganos, lo que nosotros conocemos como metabolismo; ying son los fluidos orgánico a y Xue es la sangre, entonces cuando un síndrome está solamente a nivel de wei esta mucho más superficial, no afecta todo mis órganos, a los mejor ni siquiera a afectado mi dinámica energética, entonces a lo mejor desde el punto de vista e la depresión yo voy a estar por ejemplo con un sistema inmunológico más en deficiencia, me voy a resfriar, o voy a tener alergias, voy a estar desganado, pero si afecta ya al metabolismo voy a tener una dinámica orgánica comprometida, ahora si pasó más tiempo el síndrome , va a seguir avanzando, y va afectar mis fluidos, mis fluidos son como los líquidos a través de los cuales el organismo se mueve, y si eso pasa de ahí, bueno se ahí ya vienen cosas más graves en términos patologías y los órganos ya están afectados en sí, dentro de sí, ya no es su relación, sino el organismo mismo, y luego el xue, bueno ya uno está ya muchísimo más afectado, ya ahí son estados mucho más patológicos, entonces desde la medicina occidental o desde la psicología, lo que se entiende como una progresión de la depresión que podría ser desde la cosa, del CIE-10 por ejemplo, leve, moderada y profunda , tiene que ver más o menos con l mismo verdad, tiene que ver con el tiempo en que la depresión a estado, con la resistencia a los tratamientos, etc. En la medicina china lo vemos así también, así avanza, entonces una persona que tiene una depresión severa, profunda, seguramente ya va a estar en estos estados de evolución del síndrome que se a profundizado mucho, y por lo tanto, requiere una intervención más larga, más compleja, porque lo que hay que repara ya es mayor, no solamente por ejemplo entre las pacientes que tú entrevistaste, quizás la que más aclara eso es la Ana María, la Ana María no solamente tiene un estado anímico, el mundo de sus emociones muy afectadas, sino que también sus órganos también están muy afectados, no se, su páncreas produce insulina,

Entrevistador: Ella se ve muy hinchada

Esta hinchada porque hay un grave problema de transportación, etc. Entonces ahí tienes los órganos afectados, la relación energética, el metabolismo, sus defensas y sus emociones afectadas, y ese es un tratamiento muchísimo más a largo plazo, ahora eso igual es por lo menos desde como nosotros conocemos la medicina china no hay pelea con la occidental, y se puede hacer uso combinado de distintas técnicas.

¿Cuáles son las técnicas terapéuticas utilizadas por la escuela latinoamericana de medicina tradicional china en el tratamiento de la depresión?

Bueno, una de las técnicas características que tiene la escuela es que nosotros aprendemos medicina tradicional china, y aunque en un primer momento nos especializamos más en acupuntura, si tenemos una pasada por las diferentes técnicas de la medicina china, por lo tanto aprendemos primero medicina china, filosofía que fundamenta la medicina china, y luego aprendemos las técnicas, las técnicas son la acupuntura, masaje, el trabajo con moxa, la moxa que esta hierba que se utiliza para tonificar, y las distintas formas de usar moxa, el trabajo también con ventosas que es re bueno para todo lo que tiene que ver cuando hay obstrucción y acumulación, por ejemplo dolores muy fuertes que están pegados mucho tiempo, ahí uno trabaja entonces con ventosas para mover, y a veces hacemos una mezcla con ventosa y martillo 7 estrellas para poder desbloquear, eso aunque es un poco doloroso produce sensaciones de bienestar físico tremendos, el chi kung que es este sistema de ejercicios que por lo menos en los pacientes con lo que yo trabajo en el hospital, lo que valoran es que de verdad es una herramienta que te hace más independiente del terapeuta, porque la medicina china tiene un fundamento preventivo básico, de hecho el papel de los médicos chinos en la antigüedad era prevenir que aparecieran las enfermedades, ahora como vivimos en un mundo distinto, nosotros atendemos a personas que vienen enfermas, son muy raro las personas que viene para tratar de no enfermarse, eso casi no existe. Pero el chi kung dentro de todas estas cosas hace que la gente pueda automedicarse, o sea pueda adquirir un hábito de vida que le permite estar mejor.

Entrevistador: La señora Guillermina hace eso...

Sí, la señora Guillermina es una persona que estuvo mucho tiempo con hipotiroidismo, hay una persona que tu no entrevistaste, porque ella no se hace acupuntura, se ha tratado conmigo en terapia corporal y chi kung, ella es una persona que además es muy activa, ella

me a pedido aprender ejercicios especiales, se hace digitopuntura, y ella durante mucho tiempo tuvo un problema de hipertensión severo, tomaba 4 pastillas diarias para controlar su presión, ahora ya hace más o menos un año que ella toma solamente una, y ella dice que eso es gracias al chi kung, y a los automasajes que ella aprendió a hacer, y ahí la gente, bueno yo tengo gente que lleva años trabajando, porque va aprendiendo más y se produce algo bien bueno, que la gente lo quiere traspasar a otros, entonces la gente ayuda en los talleres, enseñan a otras personas que viene, lo que ya también de por sí es bueno, ayuda a la salud de uno y de los demás, entonces el chi kung tiene esa particularidad, esas con las técnicas, y bueno y una más que nosotros no usamos, yo diría dos más, una que es el feng sui, que se enseña en la escuela, pero yo por lo menos no la estudié, que también tiene que ver con la circulación del qi en los espacios físicos, y de hecho hay gente que hace tratamientos a través de esta técnica; y también está la fitoterapia que eso todavía no lo aprendemos, por el problema de traer las hierbas, pero sí hacemos uso de té, té rojo, verde, amarillo, que tiene prescripciones médicas, y también aceites especiales usamos.

¿Consideras que de todas esas técnicas una es más efectiva en el tratamiento de la depresión?

Yo creo que es una convicción, haber..yo creo que la acupuntura es irremplazable, porque la acupuntura no solamente produce un efecto en la esfera de las emociones, de lo que uno conscientemente siente, sino que produce un efecto importante a nivel del equilibrio entre los órganos, eso es algo que si bien uno lo puede lograr a través de un trabajo largo con chi kung, es a muy largo plazo, durante mucho tiempo, en cambio la acupuntura en eso como es más invasora, es más rápida en su efecto y en ese sentido me parece irremplazable. Pero la combinación de la acupuntura con moxibustión, con el chi kung, con masaje.

¿las técnicas utilizadas por tu escuela son exclusivas de ella?

No, son las tradicionales de esta medicina, porque por ejemplo hay gente que aprende acupuntura, pero no les enseñan filosofía y medicina tradicional china, sino que el uso de ciertos puntos como por ejemplo para anestesiarse, para bajar la presión arterial, uno que nosotros llamamos reflexológico, que quiere decir desde la reflexología en tanto solo uso de puntos, este punto tiene esta cualidad y lo uso, pero no en términos de la comprensión de lo que produce eso.

¿Y la auriculupuntura?

La auriculupuntura es super usada por lo mismo, así como la craneopuntura también, eso está muy difundido, sobre todo porque tiene muchos efectos a nivel de lo motor por ejemplo hemiplejías, para todo eso, y la auriculupuntura es super usada por que es super práctica, es muy simple de aprender y porque a nivel de los síntomas es muy efectiva, no de los síndromes, sino de los síntomas.

¿Qué rol o finalidad cumple el diagnóstico en medicina tradicional china?

Como en cualquier disciplina médica, o disciplina que trabaje con la salud, es super importante, porque uno puede tener las mismas expresiones o sea los mismos síntomas para diversos síndromes, nosotros no decimos hay una sola depresión, de hecho nosotros no hablamos de depresión, decimos deficiencia del qi del bazo, deficiencia del qi del riñón, y eso puede provocar más o menos síntomas similares, pero es tan importante por que si uno dice por ejemplo yo puedo ver alguien que esta en exceso, por ejemplo puedo ver una persona que esta muy hiperactivada, muy ansiosa, y puedo decir yo a esta persona la tengo que sedar, pero si yo hago un buen diagnóstico, y me doy cuenta que realmente ella está en exceso porque en el fondo hay una deficiencia, lo que yo tengo que hacer es tonificar y no sedar, porque si yo sedo le voy a provocar un bienestar parcial y muy esporádico, entonces por eso es que es tan importante el tema del diagnóstico, y en eso yo creo que sí nos diferenciamos mucho de la medicina occidental, y quizás nos acercamos más a como era la medicina occidental antes, un buen médico tiene que hacer un buen diagnóstico, como nosotros lo hacemos en psicología, una buena anamnesis, tienes que ver muy bien todo. Ahora, hay algunos indicadores que te permiten acercarte más al diagnóstico, la lengua, los pulsos, sin tener que preguntar, de hecho Chen Yong fa dice “Un buen médico chino ve, es más el dice que el oye no más”, sin tener que preguntar, un médico más o menos toca, un mal médico pregunta.

¿Y qué hacen con el diagnóstico occidental que trae la paciente en este caso con depresión? Esa información sirve como síntoma, yo digo o sea, claro en la medicina china la depresión es síntoma, además de que tiene deficiencia del qi del bazo, esta deficiencia provoca entre otras cosas depresión, provoca también trastornos de la menstruación, una serie de otras

cosas, y además un estado anímico depresivo.

¿Cómo consideras que los pacientes perciben inicialmente el tratamiento de su presión con esta medicina?

Yo diría que con entusiasmo, con entusiasmo un poco temeroso porque es algo nuevo, porque está el tema de que son agujas, yo te diría que ese es un paso super rápido, pero temeroso porque es algo novedoso, pero con mucho entusiasmo porque son personas que desean sentirse bien, ahora también hay un depositar confianza, eso no siempre pasa, ahora yo creo que en la medida que esto se hace más masivo específicamente en sus efectos, las personas no van a necesitar ser derivados, o ofrecérselo para venir a tratarse, aunque la relación médico paciente, terapeuta paciente siempre es importante.

¿Consideras que esa percepción cambia durante y después del tratamiento?

Sí, porque hay una comprensión mayor de lo que pasa con uno mismo, y una comprensión mayor de la técnica que fue usada, yo diría que la mayor parte de la gente que viene no tiene, por lo menos no expresa sus prejuicios, porque viene como tan entregada, ya bueno tratamos por este lado, que quizás después dicen "bueno la verdad es que yo no creía mucho, tenía miedo, pero al principio no lo expresan mucho, porque vienen más inhibidos, hablan más bien de su malestar, que lo que sienten, de lo que piensan, de que si creen o no creen, pero bueno efectivamente después de que se sienten bien, después que se mejoran obviamente que su disposición y lo dicen es completamente distinto, y se ponen mucho más activos en lo que sienten, en sus vidas.

Bibliografía

Apuntes Cátedra de medicina tradicional China. Escuela Latinoamericana de Medicina tradicional China. Año 2002.

Apuntes Escuela Latinoamericana de medicina tradicional China. " Síndromes". Año 2003.

Apuntes Cátedra de Medicina Tradicional China. Escuela Latinoamericana de Medicina Tradicional China. Año 2004.

Beck y Cols. Terapia Cognitiva de la depresión. Apuntes Universidad Diego Portales. Año 1995.

Bogdan y Taylor. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Editorial Paidós.

Castanedo, Celedonio. Terapia Gestalt. Editorial Herder. Cuarta edición. Año 2002.

Castro, Cecilia. Cátedra psiquiatría Adultos. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Año 2000.

Caudet, Francisco. Medicina China. Editorial Astri. Año 2003.

Centro de Documentación Minsal. Revista psiquiátrica 1991, Chile: La integración de la Psicoterapia y psicofármacos en las depresiones.

Chenggu, Ye. Tratamiento de las enfermedades mentales por acupuntura y moxibustión. Primera edición. Ediciones en lenguas extranjeras. Año 1995.

C.I.E- 10. pautas Diagnósticas y de Actuación ante los trastornos mentales en atención

primaria. Organización Mundial de la salud. Capítulo V. Año 2006.

Clasificación de desórdenes mentales norteamericanas.

Dorr, Otto. Psiquiatría Antropológica. Editorial Universitaria. Año 1993.

Everest, Diccionario Enciclopédico. Año 1978

Freud, Sigmund. "Duelo Y Melancolía". Editorial Amorrortu, España. Año 1992.

Gobierno de Chile. Plan Nacional de salud Mental y Psiquiatría. Unidad de salud mental, segunda edición. Año 2001.

Guía Clínica de la atención, diagnóstico y tratamiento de la atención primaria. Ministerio de salud. Año 2001.

Ministerio De Salud Chile. Diagnóstico y tratamiento de la Depresión en el nivel primario de atención. Año 1998.

Ministerio de salud, Guía Clínica: "programa para la detección, diagnóstico y tratamiento de la depresión en atención primaria. Año 2001.

Perls y Cols. " Esto es Gestalt". Editorial Cuatro vientos. Chile. Año 1999.

Reid, Daniel. Medicina Tradicional China. Ediciones Urano. Año 1999.

Sampieri, Roberto. Metodología de la Investigación. Segunda Edición. Año 1998.

Sturgeon, W. " Depresión". Editorial Grijalbo, Buenos Aires Argentina. Año 1985.

Tesis. "Depresión y Psicoterapia". Patricio Ortega Obreque. Universidad Academia de

Humanismo Cristiano. Año 2002.

Revistas

Revista Cubana de Psicología. Año 2003.

Revista Nuevo Mundo. Ediciones septiembre / octubre. Año 2004.

Revista Mujer. Diario la tercera. Domingo 30 el mayo. Año 2004.

Archivos Internet

www.medicinachina.com.

www.revistanuevomundo.cl

www.escuelalatioamericanademedicinatradicionalchina.cl

www.acupuntura.cl

www.psiconet.com. "Seminarios Depresión".

www.psiconet.com. "Seminario Tratamiento Psicoanalítico".

www.psicoterapiacognitiva.com.

