

FOLLETO DE DIGITOPUNTURA
MsC. DR. BERNANDO ACOSTA MARTINEZ
MsC. AGUSTÍN MULET PEREZ

GENERALIDADES

INTRODUCCIÓN

Como rica heredad de la enigmática y sapiente cultura oriental, el mundo occidental de hoy, transculturado, recibe con beneplácito cada vez mayor, y serie de técnicas terapéuticas de probada utilidad aunque de aspecto exótico.

Entre estos procederes, envueltos en una constelación filosófica y de particulares actitudes espirituales y materiales ante la existencia, se encuentra una técnica de tratamiento que aislada de su esotérica cuna asombra por su simplicidad e insospechada eficacia. Nos referimos a la digitopuntura, también conocida por los términos de digitopresión, masaje con los dedos o masaje digital.

Este masaje digital, devenido en una posibilidad más de la llamada Medicina Alternativa, consiste en influir con los dedos, generalmente uno de ellos, sobre una serie de puntos distribuidos por el organismo en hipotéticos meridianos, con fines terapéuticos y profilácticos.

Y no sólo estos puntos son los mismos empleados en la acupuntura y en la moxibustión, sino además la digitopuntura está basada en fundamentos similares a los de estos métodos de la Medicina Tradicional Oriental.

La digitopresión, aunque tiene cierta similitud con el masaje oriental propiamente dicho, presenta como diferencia básica que la influencia de los dedos está dirigida hacia los puntos sin otro procedimiento del masaje oriental.

UTILIDAD DE LA DIGITOPUNTURA

El masaje digital, como explicábamos en la definición, tiene utilidad preventiva y curativa. Es eficaz para la profilaxis de algunos trastornos de tipo psicossomático, o una vez establecidos éstos, tratarlos. Es muy útil, además, para el tratamiento sintomático del dolor.

En resumen, la digitopresión puede prevenir, aliviar o incluso curar diversos síntomas, síndromes y afecciones especialmente de tipo funcional.

COMO ACTÚA LA DIGITOPUNTURA?

Aún en la actualidad no existe una teoría que explique de forma integral y con exactitud los mecanismo de acción de la acupuntura, la moxibustión y la digitopuntura. Sin embargo, ya son múltiples las teorías, incluyendo conjeturas e hipótesis, que tratan de dilucidar este enigma de la medicina.

PRINCIPIOS BÁSICOS PARA EL TRATAMIENTO CON DIGITOPUNTURA.

Como en cualquier tipo de relación médico – paciente es necesario observar una serie de principios.

1. Debe estimularse de manera adecuada la motivación del paciente por el proceder y junto con ella ganar la confianza del paciente en la técnica y en nosotros.
Con esta finalidad, debemos explicarle al enfermo en que consiste este método, sus objetivos, sus posibilidades y sus ventajas.
2. Es necesario realizar un diagnóstico previo no sólo occidental sino también oriental. En este sentido es fundamental tener presente que nunca, salvo situaciones heroicas, debe aliviarse un dolor sin conocer su origen pues podemos falsear las manifestaciones de una enfermedad incluso grave y permitir así que progrese hacia etapas más avanzadas en las que puede ya ser tarde para una terapéutica efectiva. Por ello si no somos médicos y vamos a efectuar el proceder es menester que el paciente haya sido atendido por un facultativo y que éste haya emitido un diagnóstico. Respecto al diagnóstico oriental, es importante reconocer las características elementales de las enfermedades según la medicina tradicional, sin pretender convertirnos en virtuosos de este tipo de diagnóstico.
3. Aunque la digitopuntura de hecho puede aplicarse en cualquier lugar, lo ideal es efectuarla en un local de temperatura ambiente, agradable, ni fría ni excesivamente calurosa, adecuadamente ventilado. Deben prevenirse las corrientes bruscas de aires. Sobre este punto es oportuno señalar que el aire frío puede provocar una contracción indeseable de las regiones expuestas.
4. Las manos del digitopunturista deben estar limpias y con las uñas cortadas. Es conveniente antes de aplicarlas al paciente frotar las manos para calentarlas, especialmente si hay una temperatura fría ambiental, para evitar reacciones de la piel al frío.
5. El terapeuta debe mostrar seguridad en su forma de actuar. Es necesario que preste toda la atención al paciente, durante y luego del proceder. Las técnicas deben ejecutarse con una secuencia lógica, sin vacilaciones y siempre observando las reacciones del enfermo. Debe ser afectuoso y cortés pero mantener la seriedad.
6. La duración y el grado de intensidad de la influencia sobre el punto dado, depende, entre otras cosas, de la capacidad del paciente para tolerar la influencia.
7. ¿Cuándo no debe aplicarse la digitopresión?
Precauciones:
En las personas que han acabado de ingerir abundantes alimentos o los que por el contrario llevan un ayuno prolongado no deben ser sometidos a este tratamiento. Tampoco es prudente el uso de la digitopresión en las embarazadas excepto por profesionales de la salud expertos en estas técnicas.

Si existen afecciones de la piel en la zona de los puntos no se debe emplear el masaje digital.

Una preocupación importante es no aplicar de manera inmediata el proceder a un paciente que llega sofocado luego de una prolongada caminata. En esta situación esperaremos a que el paciente se recupere.

8. Siempre es necesario tener presente el principio de “tonificación dispersión”. Así un masaje suave y lento en el sentido de los meridianos produce un efecto de Tonificación. La presión fuerte y rápida en el sentido contrario a los meridianos origina un efecto de Dispersión.
9. Las enfermedades clasificadas por la Medicina Tradicional Oriental como crónicas, frías e internas (tipo YIN) se tratan mediante Maniobras de Tonificación. Por su parte las enfermedades agudas, calientes y externas (Tipo YANG) se tratan mediante maniobras de Dispersión.
10. La duración del tratamiento digitopuntural está en relación con las características de la enfermedad. En algunos trastornos de tipo agudo más comunes tales como resfriados, estado febriles transitorios, entre otros, se efectúan uno o dos procedimientos al día. En enfermedades crónicas se prescribe una sesión de tratamiento al día o en días alternos.

PRINCIPALES TÉCNICAS DE DIGITOPUNTURA

1. Clavado de un dedo
2. Sobado digital
3. Punción con la uña
4. Presión digital
 - a) Presión simple
 - b) Presión con vibración
5. Pinza digital
6. Roce digital
 - a) Roce horizontal con toda la superficie del dedo pulgar
 - b) Roce con la cara lateral del dedo pulgar
7. Otras variantes:
 - a) Método de agarre
 - b) Método de Hincado:
 - ✚ Hincado con el dedo pulgar
 - ✚ Hincado con el dedo semidoblado
 - ✚ Hincado tridigital

1. CLAVADO DE UN DEDO

En esta técnica se utiliza el dedo medio para realizar el “clavado” sobre un punto. Con esta finalidad se coloca el dedo índice en la cara dorsal del dedo medio y el pulgar en la cara palmar del mismo.

Al hacer la presión, debe situarse el dedo medio en ángulo recto con respecto a la superficie de la piel. No debe flexionarse pues la presión no penetra en los tejidos en la profundidad necesaria pues la presión no penetra en los tejidos en la profundidad necesaria para ejercer su acción. Al realizar la influencia sobre el punto, hay que ejercer la presión con todo el dedo medio, el brazo y el hombro.

Orden de ejecución:

El proceder se efectúa en tres pasos:

- ✚ Se sitúa el dedo medio sobre el punto y se ejerce presión. Luego se incrementa la presión gradualmente, de forma tal que el dedo se hunda en el tejido.
- ✚ Realizar movimientos vibratorios del dedo durante un minuto para intensificar la influencia sobre el punto.
- ✚ Debilitar gradualmente la presión del dedo pero mantenerlo durante cierto tiempo sobre el punto.

Todos estos pasos se deben repetir de 3 a 5 veces.

2. SOBADO DIGITAL

El pulgar es el dedo que se emplea para realizar esta técnica.

Orden de ejecución:

- ✚ Se hace presión con el dedo pulgar sobre el punto seleccionado
- ✚ A continuación se ejecutan movimientos en forma de tornillo con desplazamiento de la piel con respecto a los tejidos subcutáneos.

3. PUNCIÓN CON LA UÑA

En esta técnica la influencia sobre el punto se ejerce a través de la uña del dedo pulgar.

Orden de ejecución:

- ✚ Se flexiona ligeramente la segunda falange (falange distal) del dedo pulgar.
- ✚ Se realiza la influencia sobre el punto. La intensidad y el tiempo de influencia sobre el punto están en dependencia de varios factores, entre ellos el carácter de la enfermedad.

4. PRESIÓN DIGITAL

Esta técnica presenta dos variantes:

- a) Presión simple
- b) Presión con vibración
 - a) PRESIÓN SIMPLE:

Se utiliza el extremo de un dedo

Orden de ejecución:

- ✚ Se coloca el extremo del dedo en una posición levemente inclinada con respecto a la superficie de la piel.

- ✚ Se realiza la presión en el punto, incrementándola gradualmente pero con fuerza, hasta que el paciente sienta una sensación de entumecimiento y de dolor sordo.
 - ✚ Se hace decrecer suavemente la presión.
- b) PRESIÓN CON VIBRACIÓN:
También se utiliza el extremo de un dedo.

Orden de ejecución:

- ✚ Se efectúa la presión en el punto de igual forma que en el procedimiento anterior (presión simple).
- ✚ Una vez ejecutada la presión se procede a realizar movimientos vibratorios con el dedo.

La presión con vibración se realiza desde el brazo, antebrazo, mano y dedo.

La duración de estos procedimientos de Presión Digital, tanto en una modalidad como en otra, oscila desde varios segundos hasta un minuto.

Hay dos métodos que se pueden aplicar, cuando se utiliza la técnica de PRESIÓN DIGITAL, en general.

Método de excitación leve (Tonificación):

Se realiza Presión Digital sobre el punto a influenciar con la fuerza necesaria para que penetre hasta el músculo. La duración de la presión sobre el punto es de 30 a 40 segundos. El masaje se realiza en la misma dirección del meridiano.

Método de excitación intensa (Dispersión):

La técnica es muy parecida a la anterior pero difiere en que la duración de la Presión es hasta de dos minutos y la orientación es en el sentido contrario al del meridiano en cuestión.

5. PINZA DIGITAL

En este método se utiliza el I y II dedos de la mano. Los dedos quedan al mismo nivel para permitir una mayor presión sobre el punto. Los dedos deben situarse en un ángulo de 45 a 90 grados con respecto a la piel.

La presión se ejerce con todo el miembro superior.

Orden de ejecución:

- ✚ Se sitúa el dedo pulgar y el índice paralelamente a ambos lados del punto.
- ✚ Se ejecuta el pellizco con la pinza formada por los dedos y luego se presiona. La presión se mantiene alrededor de 20 a 25 segundos. Luego se deja de presionar manteniendo la pinza.
- ✚ Este proceder se realiza de 3 a 4 veces hasta el minuto.

6. ROCE DIGITAL:

En esta técnica se emplea el dedo pulgar y presenta dos modalidades:

- a) Roce horizontal con toda la superficie del dedo pulgar.
 - b) Roce con la cara lateral del dedo pulgar.
- a) ROCE HORIZONTAL CON TODA LA SUPERFICIE DEL DEDO PULGAR (CARA PALMAR)

Orden de ejecución:

- ✚ Se coloca la cara palmar del dedo pulgar sobre el punto en que se va a influir.
- ✚ Se efectúa el roce sobre este punto mediante un movimiento que puede ir de derecha a izquierda o de delante hacia atrás. Este movimiento está constituido por dos momentos.
- ✚ Al dirigirse el roce hacia un sentido, los restantes cuatro dedos de la mano se reflexionan y al realizar el movimiento en el sentido contrario se extienden.

Observación: Al mismo tiempo que se realizan los movimientos hay que ejercer presión sobre la piel y los planos profundos.

- ✚ Mantener el ritmo del movimiento en uno y otro sentido hasta un minuto.

b) ROCE CON LA CARA LATERAL DEL DEDO PULGAR

Orden de ejecución:

- ✚ Colocar la cara lateral del dedo pulgar sobre el punto de influencia. Manteniendo los restantes dedos de la mano flexionados.
- ✚ Realizar el movimiento en un solo sentido (hacia delante) al mismo tiempo que se extienden los dedos que estaban flexionados.

En esta variante no se ejerce presión sobre los planos profundos.

OTRAS VARIANTES DE LAS TECNICAS DE DIGITOPUNTURA

a) MÉTODO DE AGARRE:

Es parecido a la técnica de la pinza digital con la diferencia de que se realiza con los tres primeros dedos de la mano. Los movimientos se efectúan relativamente rápidos. Se repite de 2 a 3 veces.

b) MÉTODO DE HINCADO:

Es similar al clavado del dedo medio. En esta técnica se distinguen tres variantes:

- b1) Hincado con el dedo pulgar
- b2) Hincado con el dedo del medio flexionado (coyuntura media)
- b3) Hincado tridigital (con el dedo pulgar, el índice y el del medio)

b1) HINCADO CON EL PULGAR

Los dedos índice, medio y anular (II, III, IV) se flexionan y sus puntas se unen a la cara palmar del pulgar para reforzarlos. Con la punta del pulgar se hinca el punto a influenciar.

b2) HINCADO CON EL DEDO MEDIO FLEXIONADO:

Se cierra el puño de la mano manteniendo extendida hacia delante la articulación interfalángica proximal (entre la falange proximal y media) del dedo medio (III dedo). Los dedos índice y anular se aprietan fuertemente contra el dedo medio. El dedo pulgar (I dedo) aprieta fuertemente los dedos índice y anular. Esta variante es recomendable especialmente para los digitopunturistas de complexión más débil que van a aplicar digitopresión a pacientes de complexión muy robusta.

Este tipo de puño es conocido en Kárate como NAKAYU - B1 IPPON KEN, o NAKADAKA - KEN O NAKADAKA - IPPON - KEN, denominado en inglés ONE KNUCKLE FIST, y en español PUÑO DE UN NUDILLO DEL DEDO CORDIAL.

b3) HINCADO TRIDIGITAL:

Se unen los extremos de los dedos pulgar, índice y medio entre sí formando una especie de cono. Estas tres puntas unidas se hincan sobre el punto seleccionado.

Para realizar cualquiera de las técnicas descritas es necesario tener fuerza y ligereza en los dedos de las manos y las uñas no deben rebasar las puntas de los mismos. Con este fin recomendamos practicar los ejercicios orientados por WATARU OHASHT (Profesor de la escuela de SHIATSU en Estados Unidos):

- ✚ Apriete una mano contra la otra, las palmas rectas y los dedos tocándose
- ✚ Apriete una mano contra la otra, pero separando los pulgares de los restantes dedos.
- ✚ Mientras una mano se cierra sobre los dedos de la otra, doblar hacia atrás los dedos de la mano extendida.

MÉTODO PRACTICO Y SENCILLO DE DIGITOPUNTURA DE FACIL APLIACIÓN PARA LOS PRINCIPIANTES.

La utilización de estas técnicas que e describen a continuación están en dependencia de la necesidad de TONIFICAR, DISPERSAR o de ARMONIZAR la energía.

PARA TONIFICAR:

Para obtener la tonificación se percute con el dedo del medio de forma rápida. el dedo se semiflexiona y los movimientos se realizan en la muñeca.

Esta técnica se utiliza fundamentalmente para tonificar el organismo, aumentar las secreciones digestivas, combatir la fatiga y mantenerse alerta.

PARA DISPERSAR:

En esta técnica se emplea el dedo pulgar. La articulación interfalángica se flexiona y se hace presión sobre el punto seleccionado durante un minuto con intervalos de 20 segundos. Se utiliza fundamentalmente para aliviar dolores, disminuir la tensión muscular, bajar la tensión arterial elevada, entre otros efectos.

PARA ARMONIZAR:

Aquí usamos las puntas de los dedos pulgar y del medio para hacer presión sobre el punto que se va a influenciar. A la vez que presionamos, efectuamos movimientos circulares hacia un lado y hacia otro, de forma rápida.

Este método puede emplearse en todas las situaciones.

RESUMEN DE LOS PUNTOS MAS IMPORTANTES POR REGIONES

Cabeza:

IG20---YING XIANG

ID18---QUAN LIAO

ID19---TING GONG

E2---SIBAI

E4---DICANG

E6---JIACHE

V2---ZANZHU

VB14---YANGBAI

VB20---FENGCHI

VC24---CHENGJIANG

VG20---BAIHUI

VB26---RENZHONG

EXTRA1---YINTANG

EXTRA2---TAIYANG

EXTRA3---YUYAO

Cuello:

TR17---YIFENG

Tórax:

VC17---SHANZHONG

P1---ZHONGFU

Abdomen:

VC4---GUAN YUAN

VC6---QI HAI

VC12---ZHONGWAN

E25---TIANSHU

Dorso:

VG4---MINGMEN

VG14---DAZHUI

V11---DAZHU

V13---FEISHU

V15---XINSHU

V23---SHEN SHU

Miembro Superior:

Hombro:

IG15---JIANYU

VB21---JIANJING

Codo:

P5---CHIZE

IG11---QUCHI

Antebrazo:

P7---LIEQUE

IG10---SHOUSANLI

CS6---NEIGUAN

TR5---WAIGUAN

Pliegue antebraquio palmar:

C7-----SHENMEN

Mano:

IG4-----HEGU

EXTRA30---SHIXUAN

Miembro Inferior:

Muslo:

BP10-----XUE HAI

Pliegue Poplíteo:

V40-----WEIZHONG

Pierna:

E36-----ZUSANLI

E40-----FENGLONG

VB34---YANGLINGQUAN

VB39---XUANZHONG

V57-----CHENGSHAN

V60-----KUNLUN

R3---TAIXI

BP6-----SANYINJIAO

Pie:

E44---NEITING

H3---TAICHONG

R1---YONGQUAN

ALGUNOS CRITERIOS A TENER EN CUENTA PARA LA SELECCIÓN DE LOS PUNTOS. ESQUEMAS TERAPÉUTICOS.

Existen muchos criterios para seleccionar los puntos de acupuntura (digitopuntura) y conformar los esquemas de tratamiento. A continuación exponemos algunos de ellos:

1. Los puntos de acupuntura de un meridiano tratan las enfermedades localizadas en el trayecto del mismo y las enfermedades del órgano y los tejidos con el cual se relaciona.
2. Cada punto puede usarse para tratar las afecciones que estén alrededor del mismo.
3. Los puntos situados por debajo del codo y de la rodilla además de su utilidad local son de gran valor para tratar lesiones proximales. Dentro de estos puntos los más importantes son:
 - a) Intestino Grueso 4 (IG4): Efectivo para tratar síntomas síndromes y enfermedades relacionarlos con la parte anterior de la cabeza y del cuello. Aquí se incluyen las afecciones de los órganos de los sentidos y de la cavidad bucal.
 - b) Pulmón 7 (P7): Abarca la parte posterior de la cabeza, cuello y la mitad superior de la espalda. También es útil para todas las alternaciones de los pulmones y piel.
 - c) Circulación Sexualidad 6 (CS6): Útil para tratar alteraciones en las paredes anterolaterales del tórax, los órganos de la cavidad torácica y el diafragma.
 - d) Estómago 36 (E36): Paredes y órganos de la cavidad abdominal propiamente dicha.
 - e) Vejiga 40 (V40): Mitad inferior de la espalda
 - f) Bazo--Páncreas 6 (BP6): Región perineal, genitales externos y órganos de la cavidad pélvica.
4. En el curso de las enfermedades y especialmente en las alteraciones del sistema osteomioarticular (S.O.M.A) aparecen en la superficie del cuerpo puntos dolorosos, denominados Ah Shi (en Chino significa Oh Si). En estos puntos generalmente se encuentran fuera del trayecto del meridiano.
5. Pueden utilizarse los puntos de Tonificación. Sedación, Fuente. Lo, Alarma, Asentimiento, Xi---Cleft y los puntos Shu en relación con los 5 elementos.
6. Existen puntos de confluencia que relacionan el meridiano regular con un meridiano extraordinario, siendo usado para tratar las enfermedades de ambos meridianos.
7. Existen puntos para tratar sistemas y puntos para tratar síntomas.
8. Hay puntos relevantes para lograr los diferentes efectos que produce la estimulación de los puntos de acupuntura; analgesia, sedación, homeostasis y aumento del sistema inmunológico. De estos puntos se describen en el texto los siguientes:
 - a) Analgésico: IG4, E44
 - b) Sedante: C7, VG20
 - c) Homeostático: IG11, E36, BP6
 - d) Inmunológico: VG14, IG11, E36, BP6

Principales esquemas terapéuticos de Digitopuntura Modo de Ejecución.

Con la finalidad de facilitar el uso de las recetas digitopunturales y la aplicación de técnicas de digitopresión combinadas, ofrecemos un grupo de esquemas terapéuticos para su aplicación en diversos síntomas, síndromes y enfermedades.

1. AMENORREA POR ALTERACIÓN FUNCIONAL:
Puntos de influencia: BP6, BP10, H3, E36, VC6 Y V23
Técnicas: Presión digital, Punción con la uña, Sobado digital.

Procedimiento:

- ✚ Presión digital en BP6, BP10 y H3
- ✚ Sobado digital en E36 y VC6
- ✚ Punción con la uña en V23

2. ANSIEDAD
Puntos de influencia: IG4, C7, CS6, H3, VG20, Yintang y Taiyang
Técnicas: Presión digital, Pinza digital, Roce digital.

Procedimiento:

- ✚ Presión digital en IG4, C7 y CS6
- ✚ Hacer al mismo tiempo presión digital en VG20
- ✚ Roce digital en Taiyang

3. ASMA BRONQUIAL:
Puntos de influencia:
a) Crisis: IG4, IG11, P1, P5, P7, VC17, E40
b) Período Inter crisis: IG4, P1, VG14, V13, E36
Técnicas: Presión digital, Sobado digital

Procedimiento:

En la crisis de Asma ejercemos presión digital y a continuación sobado digital sobre los puntos de influencia señalados, En los períodos de inter crisis se efectúa sobado digital en los puntos correspondientes.

4. CALAMBRE DE LOS MÚCULOS DE LA PARTE POSTERIOR DE LA PIERNA (CUCA):
Puntos de influencia: V57
Otros puntos: BP6, V40
Técnicas: Presión digital, Sobado digital

Procedimiento:

- ✚ Lo primero que se hace es extender la pierna y luego se realiza presión digital en el punto V57.
- ✚ Al transcurrir algunos segundos se efectúa Sobado digital alrededor del punto.

5. CEFALEAS DE CAUSA TENSIONAL; VASCULOTENSIONAL Y MIGRAÑOSA:
El esquema a utilizar en este síntoma está en dependencia de la localización.

a) Cefalea de localización frontal:

Puntos de influencia: IG4, Yintang, Yuyao, Taiyang y VG20.

Procedimiento:

- ✚ Primero se realiza presión digital con el pulgar en IG4
- ✚ Luego pinza digital con el pulgar e índice en Yintang
- ✚ Clavado de un dedo en VG20
- ✚ Clavado de un dedo en Yuyao
- ✚ Roce digital en Taiyang

La influencia sobre cada punto se mantiene alrededor de un minuto.

Otros puntos: E36, E40, E44, se escoge uno de estos puntos y se utiliza la técnica de Punción con la uña o la Presión digital.

b) Cefalea de influencia: IG4, VG20, H3 y VB34

Puntos de influencia: IG4, VG20, H3 y VB34

Procedimiento:

- ✚ Punción con la uña, sobado digital y clavado digital son las técnicas a utilizar.
- ✚ Comenzamos con Presión digital imprimiendo una intensidad creciente en IG4 bilateralmente durante un minuto.
- ✚ Luego influir durante 1 minuto con el pulgar sobre el punto VG20, primero con el método de clavado de un dedo y a continuación mediante el sobado digital.
- ✚ Continuar con el método de clavado de un dedo sobre los puntos H3 y VB34.

c) Cefalea de localización occipital:

Puntos de influencia: IG, VB20, V60 y VG20

Procedimiento:

- ✚ Hacer presión digital con el pulgar sobre IG4, con intensidad creciente y durante un minuto.
- ✚ Clavado de un dedo en VG20
- ✚ Después influir con presión digital y a continuación sobado digital, durante un minuto, sobre VB20.
- ✚ A continuación efectuar Clavado del pulgar o presión digital en V60.

d) Cefalea migrañosa variedad hemisférica y Cefalea global de igual etiología:

Puntos de influencia: IG4, Yintang, Taiyang, VB20 y VG20

Procedimiento:

- ✚ De entrada se efectúa presión digital creciente durante un (1) minuto con los pulgares en IG4 (Bilateral).
 - ✚ A continuación Pinza digital en Yintang
- Después:
- ✚ Roce digital suave en Taiyang
 - ✚ Punción con la uña, seguido de sobado digital en VB20
 - ✚ Finalizar en VG20 realizando clavado de un dedo y sobado digital.

6. CERVICALGIA:

Puntos de influencia: VB20, VB21, VG14, TRS y V60.

Otros puntos: P7, IG11, VB39.

Técnicas: Presión digital, Punción con la uña, sobado digital

Procedimiento:

- ✚ Presión digital en VB20
- ✚ Punción con la uña en VB21 y V11
- ✚ Sobado digital en VG14
- ✚ Presión digital en TR5 y V60
- ✚ Finalmente se le ordena al paciente realizar ejercicios del cuello de atrás hacia delante y viceversa, de lateralidad y rotatorios en uno y otro sentido.

7. CIATALGIA:

Puntos de influencia: Los puntos serán seleccionados de acuerdo con la irradiación del dolor.

- a) Si el dolor se irradia por la parte posterior del miembro inferior: V23, V40, V57, V60, R3.
- b) Si el dolor se irradia por la parte lateral del miembro inferior: V23, VB24 y VB39.

Técnicas: Punción con la uña, presión digital, Pinza digital y Sobado digital.

Procedimiento:

En la primera situación (a) se realiza punción con la uña en V23. A continuación presión digital y sobado digital en V40 y V57. Por último pinza digital en V60 y R3. En la segunda posibilidad, se efectúa punción con la uña en V23 y VB34. Luego presión digital, seguido de sobado digital en VB39.

8. CRISIS DE HISTERIA DISOCIATIVA. -- HISTERIA CONVERSIVA:

Puntos de influencia: VG26, R1, TR17, SHUXUAN

Otros puntos: VG20, H3, E36

Si hay presencia de síntomas conversivos se agregan otros puntos de la siguiente forma:

- ✚ Parálisis histérica: IG15, IG11, IG4, E44, VB34
- ✚ Hipoacusia histérica: V3, VB20
- ✚ Bolo Histérico (sensación de cuerpo extraño detrás del esternón): VC17, V13.
- ✚ Mutismo psicógeno: E6, E4, BP6, IG4, C7, CS6

Técnicas: Presión digital, clavado de un dedo, sobado digital.

Procedimiento:

- ✚ Presión digital en VG26
- ✚ Presión digital en R1
- ✚ Clavado de un dedo bilateral en TR17
- ✚ Punción de la uña en los puntos SHIXUAN
- ✚ Presión digital en IG4, C7, CS6
- ✚ Si no mejora hacer presión digital en los puntos VG20, H3 y sobado digital en E36.
- ✚ A partir del día siguiente a la crisis debe tratarse con IG4, C7, CS6.

Observación: En los casos de conversión histérica se realiza presión digital y sobado digital en los puntos señalados de acuerdo con el síntoma conversivo.

9. DEPRESIÓN

Punto de influencia: IG4, CS6, E36, BP6

Otros puntos: VC6, VG26 y VC24

Técnicas: Sobado digital

Procedimiento:

Hacer el sobado digital en todos los puntos seleccionados.

10. DESMAYOS:

Puntos de influencia: VG26, SHIXUAN y VG20 y R1

Procedimiento:

Se utiliza la punción con la uña y el sobado digital en el siguiente orden de ejecución

- ✚ Primero se presiona fuertemente sobre el punto VG26
- ✚ Segundo se realiza presión digital en R1
- ✚ Si el paciente no recobra el conocimiento se presiona los puntos extraordinarios Shixuan
- ✚ Además se efectúa la punción con la uña y luego sobado digital sobre el punto VG20.

Con este esquema y con el uso adecuado de la técnica de digitopresión se puede efectuar una asistencia efectiva en los desmayos.

Otros puntos que también pueden ser utilizados son VC24, IG4 y E36. Se emplea sobre ellos la presión digital.

11. DISMENORREA (MENSTRUACIÓN DOLOROSA):

Puntos de influencia: VC4, BP6, H3

Otros puntos: VC6, BP10

Técnicas: Presión digital, Sobado digital

Procedimiento:

- Presión digital en BP6 e H3.
- Sobado digital en VC4

Si se utilizan los otros puntos se emplea:

- Punción con la uña en BP10
- Sobado digital en VC6

12. DISTONIA NEUROVEGETATIVA CARDIOVASCULAR:

En ella no hay lesión orgánica del corazón. Se trata de un trastorno psicofisiológico asociado a ANSIEDAD que cursa con palpitaciones e incluso extrasistoles aislados.

Puntos de influencia: IG4, C7, CS6, H3, BP6

Técnicas: Presión digital, Sobado digital

Procedimiento:

- Se realiza presión digital en los puntos: IG4, C7, CS6, H3
- Sobado digital en BP6

13. DOLOR EN LA ARTICULACIÓN DEL CODO:

Puntos de influencia: IG4, TR5, P5, IG11, puntos Ah Shi

Técnicas: Presión digital, punción con la uña y Sobado digital.

Procedimiento:

Se realiza la influencia en el orden siguiente:

- Presión digital en: IG4, TR5
- Punción con la uña en IG11 y P5
- Sobado digital en los puntos Ah Shi

14. DOLOR EN LA ARTICULACIÓN DE LA MUÑECA:

Puntos de influencia: IG4, TR5, IG11

Técnicas: Presión digital y Sobado digital

Procedimiento:

Ejecutar en el siguiente orden:

- Presión digital en IG4 e IG11
- Sobado digital en TR5 y en los puntos Ah Shi

15. DOLOR EN LA ARTICULACIÓN DE LA RODILLA

Puntos de influencia: VB34, E36, BP10, V40 y puntos Ah Shi

Técnicas: Presión digital, Sobado digital

Procedimiento:

- Presión digital en VB34, E36
- Sobado digital en BP10 y V40
- Presión digital seguido de sobado digital en los puntos Ah Shi

16. DOLOR EN EL BRAZO Y ANTEBRAZO

Puntos de influencia: IG4, IG10, VB21 y puntos Ah Shi

Técnicas: Presión digital y Sobado digital.

Procedimiento:

Ejecutar en el siguiente orden:

- Presión digital en IG4, IG10 y VB21
- Sobado digital en los puntos Ah Shi

17. DOLOR EN LA REGION LATERAL TORACICA

Se refiere a los dolores originados por contracturas musculares y por neuralgias intercostales.

Puntos de influencia: CS6, VB34, puntos Ah Shi

Técnicas: Presión digital, punción con la uña, sobado digital

Procedimiento:

Realizar en el siguiente orden:

- Presión digital en CS6
- Punción con la uña en VB34
- Sobado digital en los puntos Ah Shi

18. DORSALGIA

Puntos de influencia: VG14, V11, V60, R3 y puntos Ah Shi

Técnicas: Punción con la uña, presión digital y pinza digital.

Procedimiento:

En estos casos es conveniente antes de aplicar la digitopuntura activar la circulación de la zona mediante masaje manual con frotaciones con la palma de la mano y con palmadas con la mano ahuecada.

Luego ejecutar en el siguiente orden:

- Presión digital en V11
- Sobado digital en VG14
- Pinza digital en V60 y R3
- Punción con la uña en los puntos Ah Shi
- Por último volver a realizar el masaje manual mediante frotaciones con la palma de la mano

19. ENURESIS:

Puntos de influencia: IG4, C7, CS6, VC4, VC6, BP6 y V23

Técnicas: Presión digital, Clavado de un dedo, Sobado digital

Procedimiento:

- Sobado digital en IG4, C7, CS6
- Clavado de un dedo en VC4, VC6
- Sobado digital BP6
- Presión digital en V23

20. GASTRITIS AGUDA:

Puntos de influencia: IG4, CS6, VC12, E25, E36, BP6, H3

Técnicas: Presión digital, clavado de un dedo, sobado digital

Procedimiento:

- Presión digital en IG4, CS6 e H3
- Clavado de un dedo seguido de sobado digital en VC12 y E25
- Sobado digital en E36 y BP6

21. GASTRITIS CRÓNICA

Puntos de influencia: IG4, CS6, VC12, VC6, E25, BP6, E36

Técnicas: Sobado digital

Procedimiento:

Ejercer influencia con sobado digital en los puntos señalados y en un orden similar

22. HEMIPLEJIA

Punto de influencia: IG4, IG10, IG15, CS6, VB34, VB39, E36, V40, V60. Si tiene mucho calor H3

Si presenta trastornos circulatorios periféricos BP10

Técnicas: Presión digital, Sobado digital

Procedimiento:

En los puntos señalados en el mismo orden debe hacerse primero presión digital e inmediatamente después sobado digital.

23. HIPERTENSIÓN ARTERIAL.

Punto de influencia: IG4, C7, CS6, H3, R3 e IG11

Si se acompaña de cefalea global: VG20

Si se presenta con cefalea occipital o temporal: VB20

Si tiene la cara enrojecida: BP10

Técnicas: Presión digital, Punción con la uña

Procedimiento:

- Presión digital en IG4, C7, CS6, H3 e IG11
- Punción con la uña en R3

Observación: Si se acompaña de cefalea o de enrojecimiento facial realizar presión digital sobre los puntos de influencia señalados con ese fin.

24. HIPO

Puntos de influencia: IG4, CS6, E36, VC12, E44, H3

Técnicas: Presión digital, Sobado digital

Procedimiento:

- Presión digital y a continuación sobado digital en IG4
- Presión digital en VC12 y E36
- Sobado digital en VC12 y E36

25. IMPOTENCIA FUNCIONAL

Puntos de influencia: IG4, C7, CS6, E36, BP6, VC4, VC6, R3, V23 y VG4

Técnicas: Presión digital, sobado digital

Procedimiento:

- Presión digital en IG4, C7 y CS6
- Sobado digital en VC4, VC6, E36, BP6
- Presión digital en R3
- Sobado digital en G4 y presión digital en V23

26. NEURASTENIA

Puntos de influencia: IG4, C7, CS6, E36, BP6, VC4, VC6, R3

Otros puntos: E36, IG4

Técnicas: Presión digital, pinza digital, sobado digital

Procedimiento:

- Realizar presión digital en VG20, y Pinza digital en YINTANG
- Roce digital en Taiyang
- Presión digital en CS6 y C7
- Sobado digital en BP6

Si el paciente presenta anorexia se hace sobado digital en E36

Si presenta constipación presión digital en IG4

27. NEURALGIA DEL TRIGEMINIO

Puntos de influencia: Existen puntos principales para la neuralgia de las tres ramas. Se agregan otros puntos de acuerdo a la rama afectada o el predominio de una de ellas.

Puntos principales: IG4, TR17, VG20 y E44

Otros puntos:

I rama (rama oftálmica) VB14, V2, Yuyao, Taiyang

II ramas (rama maxilar) E2, ID18, VG26

III ramas (rama mandibular) E6, E4, VC24

Técnicas: Presión digital, clavado de un dedo, punción con la uña, roce digital

Procedimiento:

- Presión digital en IG4
- Clavado de un dedo en TR17
- Punción con la uña en VG20 y E44

Agregar según la situación:

I rama: Presión digital en VB14, V2 y Yuyao, Roce digital en Taiyang.

II rama: Clavado de un dedo en E2, ID18, presión digital en VG26

III rama: Clavado de un dedo en E4 y E6, presión digital en VC24

28. ODONTALGIA

Punto de influencia: Aquí vamos a tener puntos que se pueden utilizar para una odontalgia de cualquier diente: IG4, E44, VG20.

Se agregan a estos puntos el VG26, si es de la arcada superior, y VC24 si es de la arcada inferior. También se puede añadir un punto local de acuerdo al número del diente de la siguiente forma:

- Incisivos, caninos, premolares (bicúspide) superiores (del 11 al 15 y del 21 al 25) los puntos E2 e IG20
- Molares superiores (16 al 18 y 26 al 28) el punto ID18
- Incisivos, caninos, premolares (bicúspide) inferiores (del 41 al 45 y del 31 al 35) el punto E4
- Molares inferiores (del 46 al 48 y del 36 al 38) el punto E6

Técnicas: Presión digital

Procedimiento:

- Presión digital en IG4, E44 y VG20
- Presión digital en VG26 o VC24 de acuerdo con la arcada.
- Presión digital en los puntos locales de acuerdo con número de diente.

29. PARÁLISIS FACIAL PERIFERICA.

Puntos de influencia: IG4, E2, E4, E6, VB14, Taiyang, BG26, VC24.

Otros puntos: Yuyao, ID18, IG20, V2, VB20, E44.

Técnicas: Presión digital, roce digital y clavado de un dedo

Procedimientos:

- Presión digital en IG4.
- Clavado de un dedo y a continuación sobado digital en E2, E4, E6, VB14.
- Roce digital en Taiyang.
- Presión digital en VC24 y VG26.
- En los otros puntos se proceden así:
 - a) Clavado de un dedo en Yuyao, ID18, IG20, V2.
 - b) Presión digital en VB20 y E44.

30. POLIARTRITIS

Puntos de influencia: IG4, E36, VG14, BP10, V23 y puntos Ah Shi.

Técnicas: Presión digital, sobado digital y punción con la uña.

Procedimiento:

- Presión digital en IG4.
- Sobado digital en VG14 y E36.
- Presión digital en BP10
- Punción con la uña en V23

- Sobado digital en los puntos Ah Shi.

31. RESACA:

Puntos de Influencia: VG26, E36, CS6, VC12.

Técnicas: Presión digital, clavado de un dedo y sobado digital.

Orden de ejecución:

- Presión digital en VG26
- Sobado digital en E36.
- Clavado de un dedo en CS6 y luego VC12

32. RESFRIADO COMUN.

Puntos de influencia: IG4, VB20, VG14

Procedimiento:

Se utilizan clavado de un dedo, presión digital y sobado digital en el siguiente orden:

- Primero se realiza presión digital sobre IG4
- A continuación sobado digital en VG14.
- Luego lavado de un dedo en VB20
- Después según los síntomas más relevantes se agregan otros puntos, por ejemplo:

Fiebre: IG11

Cefalea: VB20, Yintang, y Taiyang

Tos: B7 y V2

Obstrucción nasal: IG20, Yintang.

33. RINITIS:

Puntos de influencia: IG4, IG20, VG14, E36, Yintang.

Técnicas: Clavado de un dedo, presión digital, sobado digital y pinza digital.

Procedimiento:

Influir en el siguiente orden:

- Presión digital sobre IG4
- Presión digital o clavado de un dedo en IG20 y después roce digital dirigido hacia la raíz de la nariz.
- Pinza digital de Yintang
- Por último sobado digital en VG14 y E36.