



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR "ESCULAPIO"

I.T.S.E.

REGISTRO SENECYT No. 17-061

ESCUELA DE ENSEÑANZA DE TERAPIAS NATURALES

2020

RESUMEN

La cefalea es un problema de salud que afecta a varias personas, sin importar su género, raza o edad; aquejando una gran parte de la población mundial. La migraña es un tipo de cefalea, caracterizado por síntomas fuertes e incapacitantes, cuyo curso es impredecible. Varias sugerencias de diferentes sistemas médicos complejos intentan proporcionar tratamiento y prevención para este tipo de cefalea. La medicina tradicional china es un sistema holístico cuyo objetivo es determinar el desequilibrio energético de todo el organismo. En la medicina occidental, los dolores de cabeza se tratan con medicamentos químicos; en la medicina china, los dolores de cabeza se pueden tratar con acupuntura, hierbas medicinales, y todas sus herramientas.

Palabras Clave: Medicina China, bondades curativas, etiopatogenia, cefalea.

CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA

CERTIFICO QUE EL TRABAJO DE TITULACIÓN "AGRUPACIÓN SINDRÓMICA DE CEFALEA SEGÚN LOS CINCO ELEMENTOS DENTRO DE LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA" FUE REALIZADO POR EDGAR LOJA.

QUITO, MARZO 2021

Dra. Rebeca Peña

EL PRESENTE TRABAJO SE PRESENTA COMO UNO DE LOS REQUISITOS PREVIOS PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE TECNÓLOGO EN NATUROPATÍA POR LO QUE AUTORIZO AL INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR ESCULAPIO, PARA QUE HAGA USO DE ESTE TRABAJO Y SU CONTENIDO COMO UN DOCUMENTO DISPONIBLE PARA SU LECTURA SEGÚN LAS NORMAS DE LA INSTITUCIÓN.

CEDO AL INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR ESCULAPIO, LOS DERECHOS DE PUBLICACIÓN DE ESTE TRABAJO O DE SUS PARTES, MANTENIENDO MIS DERECHOS DE AUTOR HASTA POR UN PERIODO DE 3 AÑOS CONTADOS DESPUÉS DE SU APROBACIÓN.

Edgar Wilfrido Loja Picón

DEDICATORIA

Este documento, lo dedico a mis queridos lectores quienes se alimentarán de información relevante para su estudio y formación profesional. Además, dedico a Dios, quien me ha dado el impulso y entusiasmo para ser un buen profesional y ha puesto en mi camino tutores de buen corazón quienes han sido mis guías para mi formación en medicina natural.

EDGAR WILFRIDO LOJA PICÓN

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por estas sapiencias de sanación para resolver las inquietudes de nuestros seres queridos y al prójimo para que se sientan felices, también a mi Tutora de investigación por ser quién siembra en mi mente maneras de tratamiento hacia los pacientes, por último, agradecer a mis padres que de alguna forma estuvieron apoyándome para que este sueño se realice, a mi hermana quién me ha brindado esas ganas de seguir esta formación.

EDGAR WILFRIDO LOJA PICÓN

ÍNDICE

RESUMEN	III
CERTIFICACIÓN DE AUTORÍA.....	IV
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
ÍNDICE	VIII
ÍNDICE DE GRÁFICOS	XI
ÍNDICE DE TABLAS	XI
INTRODUCCIÓN	1
OBJETIVOS	2
OBJETIVO GENERAL	2
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	2
CAPÍTULO 1: MARCO CONCEPTUAL.....	3
1.1 ETIOPATOGENIA	3
1.2 CLASIFICACIÓN.....	3
1.3 CEFALEA	4
1.3.1 Fisiopatología.....	5
1.3.2 Diagnóstico	5
1.3.3 Tratamiento	6
1.3.3.1 Tratamiento farmacológico	6
1.3.3.2 Tratamiento no farmacológico	6
1.4 MEDICINA TRADICIONAL CHINA	8
1.5 TEORÍAS QUE PERTENECEN AL ENFOQUE DE LA ANTIGUA CHINA	9
1.5.1 El Tao y sus dos componentes Yin-Yang.....	9
1.5.2 El Qi o energía fundamental.....	10
1.6 LOS CINCO ELEMENTOS.....	10
1.6.1 Funciones de los órganos	10

2.5.4 Elevación Yang de Hígado.....	23
2.5.5 Obstrucción interna por flema.	24
2.5.6 Estancamiento de Xue	24
2.5.7 Deficiencia de Qi y de Xue	25
2.5.8 Ascenso de fuego de Hígado	25
2.5.9 Deficiencia de Riñón	25
CAPITULO 3: METODOLOGÍA.....	27
3.1 DISEÑO DEL ESTUDIO.....	27
3.2 CRITERIO DE EXCLUSIÓN	27
3.3 ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA	27
CONCLUSIONES.....	28
RECOMENDACIONES	29
BIBLIOGRAFÍA	30

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N°- 1: Clasificación de las cefaleas.....	3
Gráfico N°- 2 Cosmología taoísta que representa los principios fundamentales de la realidad	9
Gráfico N°- 3 Elementos presentes en la Naturaleza y en el hombre	11
Gráfico N°- 4 Tipo de dolores de cabeza	20

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°- 1 Factores desencadenantes de la cefalea.....	5
Tabla N°- 2 Tratamientos no farmacológicos, físicos y cognitivos.....	8
Tabla N°- 3 Regiones afectadas y síndromes	22

INTRODUCCIÓN

La cefalea es una enfermedad muy común, en muchos casos, obliga a los pacientes a buscar tratamiento médico. (Leonardi, Raggi, Bussone, & D'Amico, 2010: p. 1578). Suele ser una enfermedad crónica y recurrente que afecta la calidad de vida del paciente, desde una perspectiva productiva, social y emocional dando lugar a un aumento mayor de depresión y ansiedad (Gómez et al., 2015: p. 29).

La Organización Mundial de la Salud estima que el 50% en adultos se acentúa más los dolores de cabeza. En el último año, tres cuartas partes de los adultos en edades de 18 y 65 años sufrieron cefaleas, y el 30% o más de este grupo sufrieron migraña. La cefalea que ocurre durante 15 días o más, cada vez afectan del 1.7% al 4% de la población adulta del mundo. (Organización Mundial de la Salud, 2016)

Es decir que las cefaleas son un problema global que afecta a personas de todas las edades, sin priorizar razas, niveles de ingresos y ubicaciones geográficas.

La OMS ha decretado a la cefalea como un ente invalidante y ha calificado como un problema de salud pública, ya que afecta, entre 1.000 y 1.400 millones de personas en el mundo (Buse, Serrano, & Manack, 2012: p. 5). Esto parece indicar que la aparición de este dolor de cabeza requiere susceptibilidad o vulnerabilidad inicial. (A. Gómez, 2006; p.53).

En el último año, casi la mitad de los adultos tuvieron al menos un dolor de cabeza. Según el informe de la Organización Mundial de la Salud, solo un pequeño número de pacientes con dolor de cabeza serían diagnosticados adecuadamente por profesionales de la salud.

Desde la perspectiva de la Medicina Tradicional China (MTCH) como medicina antigua, la cefalea es una entidad intensamente estudiada, y también tiene una causa multifactorial según el tipo de síndrome desencadenado, que implica la deficiencia o exceso de diferentes componentes como energía (Qi) o sangre (Xue) y los órganos o vísceras energéticos Zang-Fu (Díaz, 1995: p. 5).

En los últimos años, en los países occidentales, la MTCH se ha convertido en un campo de gran interés debido a su buen efecto terapéutico y sus efectos secundarios tienden a ser casi nulos, lo que hace que muchos pacientes pueden optar por usar esta terapia evitando el consumo de medicamentos farmacéuticos (Mauskop, 2012: p. 797).

OBJETIVOS

Objetivo General

Determinar las diferentes causas por las cuales se produce la Etiopatogenia Cefálica.

Objetivos específicos:

- Describir las bondades curativas que ofrece la medicina natural, basados en la teoría de los cinco elementos dentro de la medicina china, siendo un gran problema en la actualidad a causa de la gran competitividad del entorno profesional, impidiendo tener una buena calidad de vida.
- Determinar las causas y los síntomas correspondientes por las que se produce la cefalea, de esta manera prevenir la Etiopatogenia de Cefalea. Tomando en cuenta que el 50 % de personas adultas que sufren de cefalea por situaciones familiares, sociales y emocionales que son un factor inicial a la manifestación del padecimiento equiparando síndromes de la cefalea según los órganos Zang dentro de los cinco elementos de la MEDICINA TRADICIONAL CHINA. Para dar un buen tratamiento a los padecimientos que adolece el paciente.

CAPÍTULO 1: MARCO CONCEPTUAL

1.1 Etiopatogenia

La dinámica de los neurotransmisores o receptores pueden tener cambios en la base o alteraciones biológicas temporales (A. Gómez, 2006).

Se puede originar, especialmente por un uso a largo plazo de analgésicos, la regulación o supresión insuficiente del sistema antinociceptivo previamente anormal o suprimido en pacientes con cefalea puede conducir a dolores de cabeza crónicos diarios. Es importante tener en cuenta el hecho de que este tipo de dolor de cabeza de rebote no ocurre en pacientes sin dolor ya que toman grandes cantidades de analgésicos (como la artritis). Indicando que la aparición de este dolor de cabeza requiere susceptibilidad o vulnerabilidad inicial (Barrera, 2011: p. 35).

Por otro lado, la mayoría de los medicamentos juegan un papel en el tratamiento de la cefalea crónica diaria ya que poseen el mecanismo de la serotonina en la liberación y captación de neurotransmisores. Esto indica que la serotonina puede desempeñar un papel importante en la aparición y el mantenimiento de esta enfermedad. En la depresión y el dolor de cabeza crónico, el valor de la endorfina también cambia (Del Cerro & Arráez, 2013).

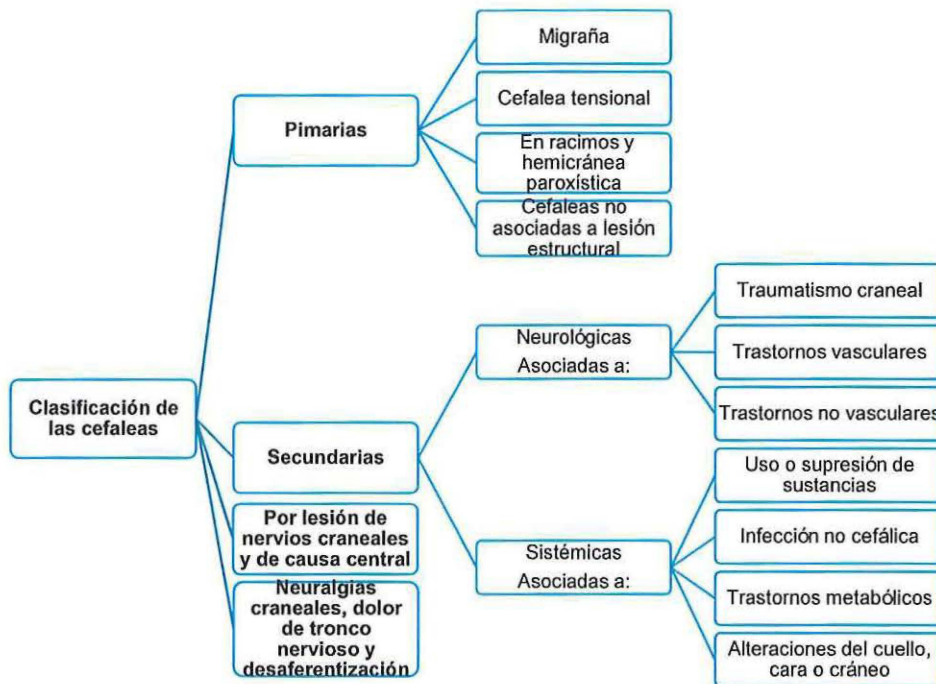
Se puede considerar que los factores genéticos con un alto porcentaje de pacientes con dolores cefálicos crónicos tienen antecedentes familiares (A. Gómez, 2006).

Finalmente se debe explicarse al paciente que padece una enfermedad benigna, y su dolor no indica un tumor cerebral u otra patología incurable; los dolores de cabeza rara vez desaparecen para siempre, pero actualmente tenemos suficientes tratamientos para controlar la enfermedad (Lozano, 2001: p. 101).

1.2 Clasificación

Según la Sociedad Internacional para el Estudio de la Cefalea se clasifican de acuerdo al gráfico 1 (Olesen, 2008: Pp. 691-693).

Gráfico N°- 1: Clasificación de las cefaleas



Lozano (2001) p. 98. *Clasificación de las Cefaleas*. Gráfico elaborado por Loja Edgar, (2021)

1.3 Cefalea

La cefalea es uno de los síntomas más comunes (clasificado séptimo entre los motivos de las consultas externas) y una de las causas más importantes de ausentismo, lo que resulta grandes gastos financieros en analgésicos (Kuruvilla & McIntosh, 2020). Es decir, los dolores de cabeza frecuente o severo puede afectar la calidad de vida de una persona. Entonces para ello debemos reconocer la causa de un dolor de cabeza, el cual conlleva al terapeuta a tomar medidas adecuadas en el tratamiento.

La tensión del padecimiento de cefalea está ubicada sobre la línea entre los bordes exteriores de los dos ojos hasta el centro del meato auditivo externo. El dolor que se origina debajo de esta línea, llamada; dolor facial (M. Gómez & Serna, 2015: p. 43).

De esta manera, se considera como síndrome, al conjunto de signos y síntomas que acompañan una cefalea determinando un cuadro sindrómico. El dolor de

cabeza indica una deficiencia abajo y un exceso arriba, es decir que cuando el Qi no puede ascender el cerebro está vacío.

1.3.1 Fisiopatología

La estructura de la cúpula craneal involucrada en el proceso de dolor de cabeza incluye: senos venosos, arterias pre meníngicas y medias, duramadre, nervio trigémino, nervio glossofaríngeo y la parte proximal de la arteria carótida interna y su rama cerca del polígono, Willis, tronco encefálico, Núcleos sensoriales de materia gris y tálamo alrededor del acueducto (Joubert, 2005: p. 621).

La cefalea se puede dividir en dos la primaria y la secundaria. En cuanto a la primaria se puede decir que es la ausencia de enfermedades, es frecuente y con duración variable, como por ejemplo la migraña, cefalea en racimos y la cefalea tensional. Y la secundaria se caracteriza por un desorden exógeno entre sus causas se encuentran: infección sistémica, tumor cerebral, traumatismos, etc.

Tabla N°- 1 Factores desencadenantes de la cefalea

Dependientes del paciente	Dependientes del medio
Estrés.	Luz intensa, ruidos, olores,
Ansiedad.	Cambios atmosféricos.
Relajación tras estrés.	Alimentos
Cambios hormonales.	Glutamato sódico
Hambre.	Tabaco.
Fatiga.	Bebidas
Insomnio.	Alérgenos.

Lozano (2001): p. 101. *Factores desencadenantes de la cefalea* Elaborado por Loja Edgar (2021).

1.3.2 Diagnóstico

Los pacientes que tienen dolor de cabeza a diario deben proporcionar un historial y un examen físico neurológico completo y una revisión de medicamentos. A menos que los síntomas sistémicos estén presentes. Es importante evaluar las señales de alerta que pueden sugerir una causa secundaria de dolor de cabeza, o que requiere una evaluación más inmediata (Yancey, Sherida, & Koren, 2014: p. 643).

1.3.3 Tratamiento

1.3.3.1 Tratamiento farmacológico

La cefalea leve se pueden tratar medicamentos farmacológicos como por ejemplo analgésicos que no precisan receta médica: paracetamol o antiinflamatorios no esteroides (AINE) como ácido acetilsalicílico e ibuprofeno (Boveda et al., 2003: p. 47-48).

1.3.3.2 Tratamiento no farmacológico

En la actualidad existen múltiples tratamientos para aliviar el dolor cefálico:

Biofeedback: El dolor es una sensación física que se vive de forma variable en función de diferentes parámetros socioculturales y personales. En general, se asume que los estímulos dolorosos tienen dos tipos de respuestas principales, que pueden entremezclarse de forma variable.

Respuestas reflejas: Una respuesta refleja, que se produce de forma automática tras un estímulo doloroso y que condiciona un comportamiento reactivo que provoca respuestas similares ante estímulos semejantes. Un ejemplo de este tipo de respuesta es la retirada de la extremidad a la que se le aplica el estímulo doloroso, la emisión de una exclamación sonora asociada al dolor y cambios fisiológicos, como un aumento de la frecuencia cardíaca tras un estímulo doloroso.

Conducta operante: Una denominada conducta operante, que implica mecanismos psicológicos más complejos. Este tipo de respuesta está gobernada por la existencia de refuerzos positivos o negativos. Así, la consecución de un beneficio con la aparición de una cefalea (mayor atención por parte de los padres, la pareja, etcétera o la posibilidad de ausentarse o no acudir a un lugar conflictivo, como puede ser el centro de trabajo en determinadas condiciones) actúan como un refuerzo positivo para la reaparición de dicho dolor. En algunas cefaleas existen condicionamientos de este tipo, que juegan un papel importante en la cronificación del cuadro.

- Durante la crisis es recomendable el reposo en un ambiente tranquilo, sin ruidos, ni olores y con una iluminación tenue.
- en otros casos resulta más eficaz el estar simplemente sentado.
- Puede aplicarse frío local, sin que éste sea muy intenso, sin embargo, es importante mantenerlo.

Tabla N°- 2 Tratamientos no farmacológicos, físicos y cognitivos.

1. Modalidad no farmacológicas, físicas y cognitivas para reducir la intensidad y la duración del dolor		
Psicoterapia Biorretroalimentación Técnicas de relajación Terapia cognitivo conductual (TCC) Mindfulness	Disminuye la discapacidad, frecuencia superior al 35% y severidad de la cefalea, el uso de medicamentos y mejora de la calidad de vida, efectivos y menos propensos a producir efectos secundarios o dañinos	Nivel 8 de evidencia
Acupuntura	Efectiva para reducir la Frecuencia	Reportes de casos
Estimulación nerviosa periférica en la región occipital	Reduce el dolor, la discapacidad y el número de días de cefalea, especialmente en cefaleas en racimos y CM	Reportes de casos y aún en estudio
Inyecciones de toxina botulínica tipo A	En paciente con HC intolerantes a indometacina, con 165U en promedio de 2 aplicaciones con reducción de intensidad del dolor de > 50%	Reportes de Casos
2. El reconocimiento y la evitación de los factores desencadenantes modificables		
Higiene de sueño y melatonina	La falta de sueño puede causar cefalea	No se encontró el nivel de evidencia en esta revisión
Abandono del consumo de cafeína	Consumo de cafeína de >311 mg/día	Falta de evidencia controversial
3. El inicio temprano y rotación de tratamientos abortivos agresivos, de corta duración con agentes farmacológicos que tienen menos probabilidades de producir un rebote analgésico		

Tratamientos no farmacológicos, físicos y cognitivos. Tabla elaborada por Loja Edgar, (2021),

1.4 Medicina tradicional china

La MTCH fue concebida hace miles de años y ha evolucionado a través de la práctica continua y el refinamiento a través de su aplicación a los pacientes y al mantenimiento de la salud. La MTCH se practica en la actualidad en muchos países y se ha propuesto que posee un gran potencial para mejorar la salud y el bienestar de las personas (Ma, Zhou, Fan, & Sun, 2016: p. 29).

La medicina occidental se considera como "ciencia pura" mientras que MTCH se basa en una amplia gama de filosofías. Dichos conceptos son parte de la forma de

desarrollo de MTCH abarcando las teorías de la filosofía y cultura, desarrollándose gradualmente a teorías complejas incluida la teoría del Yin-Yang, 5 elementos, 8 principios, órganos Zang-Fu, Qi y Xue, así como múltiples enfoques terapéuticos (Leshner, 2014).

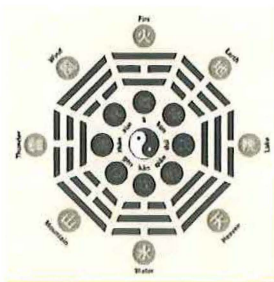
1.5 Teorías que pertenecen al enfoque de la antigua china

1.5.1 El Tao y sus dos componentes Yin-Yang

En el taoísmo, la clasificación yin-yang sugiere la idea de que se necesitan opuestos para que exista armonía (Fang, 2015: p. 34). Es decir, todos necesitamos equilibrio en nuestras vidas. El símbolo yin-yang (también conocido como el símbolo Tai Chi) consiste en un círculo dividido en dos mitades por una línea curva. La mitad del círculo es negra, típicamente representando, el lado yin; el otro es blanco, por el lado yang. Un punto de cada color está situado cerca del centro de la otra mitad.

El significado de yin y yang es que el universo está gobernado por una dualidad cósmica, conjuntos de dos principios opuestos y complementarios o energías cósmicas que se pueden observar en la naturaleza (Mitsuru, Kawabata, & Tanikawa, 2004: p. 888).

Gráfico N°- 2 Cosmología taoísta que representa los principios fundamentales de la realidad



Guerri, (2017): *Cosmología taoísta que representa los principios fundamentales de la realidad*

1.5.2 El Qi o energía fundamental

Para los antiguos chinos, el universo entero y toda su diversidad se vieron afectados por el mismo tipo de energía, creían que existían diferentes formas de energía en la misma forma de energía básica. (Chiang, Chang, Huang, & Hsu, 2014: p. 318).

La energía o Qi es dinámica; circula continuamente en el universo, lo que determina la interrelación entre diferentes vidas y fenómenos, quien a través del Qi se vincula al cosmos y a los otros seres ; el Qi también circula en el interior del cuerpo humano (Coba, 2013: p. 2).

La MTCH funciona el nivel de energía, mientras que el tratamiento funciona mediante Ventosas, Moxa, Fitoterapia entre el nivel de energía y el cuerpo, causando cambios en las células y las moléculas. Mejorando desde el campo de las funciones de bioenergía para alcanzar todos los niveles del cuerpo humano (Coba, 2013: p. 4).

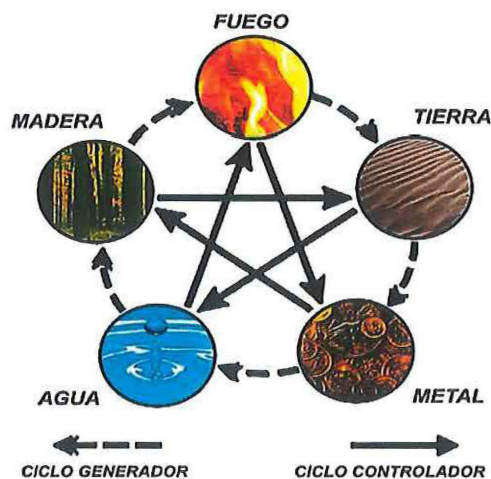
1.6 Los cinco elementos

El marco de cinco elementos de MTCH es antiguo y universal en lo que representa. Los Cinco Elementos están profundamente ligados al tejido de la cultura china. De hecho, (Fundación de Medicina China Tradicional, 2015).

1.6.1 Funciones de los órganos

Dentro de la concepción de la medicina occidental un órgano se considera un tejido que está generado según determinados principios y que está delimitado claramente en su entorno. Sin embargo, cuando los médicos chinos hacen referencia a un órgano, están hablando no tanto del tejido en sí, sino de toda la energía que se transporta en el correspondiente meridiano. Esta diferencia conceptual se manifiesta en el lenguaje: el médico que, por ejemplo, detecta un desorden en el estómago se está refiriendo con ello a un trastorno energético en el meridiano del estómago (Jagirdar, 2012).

Gráfico N°- 3 Elementos presentes en la Naturaleza y en el hombre



Álvarez (2012) *Representación de los cinco elementos dentro de la medicina tradicional china*. Fotografía tomada de los Elementos presentes en la Naturaleza y en el hombre

1.6.1.1 Madera

La madera representa las visiones del futuro, la creatividad, la curiosidad, el descubrimiento y la puesta en práctica de las ideas. Cuando la energía de la madera está equilibrada, puede moverse de forma armónica, ágil y flexible; con este equilibrio, resulta fácil expresar necesidades y formular metas. (Z. Ma, Jia, Guo, Gu, & Miao, 2014: p. 119).

La madera dentro de la medicina china representa el (Hígado) y la víscera (Vesícula biliar). El hígado se encarga del movimiento uniforme y armónico de la energía vital Qi y de la sangre por todo el organismo, también controla la actividad de la vesícula biliar que influirá en la producción de bilis. Si el hígado consigue que la energía circule suave y libremente, el hombre experimenta una armonía interior y se siente relajado. Sobre todo, el enojo y la decepción influyen en el meridiano del hígado. A nivel espiritual, el hígado representa el comienzo, es decir, el inicio de vida.

La vesícula tiene como función almacenar la bilis y segregarla. Dentro de la simbología de la medicina china, la vesícula biliar representa la capacidad de la

toma de decisiones. Por eso un exceso de energía en la vesícula biliar puede estar relacionado con el enojo y las decisiones precipitadas. Una vesícula biliar que funciona correctamente es paradigma de paciencia, tolerancia y flexibilidad (Jagirdar, 2012).

1.6.1.2 Fuego

En la medicina china el fuego está relacionado con la luz, el sol, el verano y la floración. En lo que respecta al cuerpo, con el fuego le corresponde la sangre, la alegría, el amor, el calor humano, la risa, el sentimiento de felicidad y con el habla (Yang & Jia, 2013: p. 134).

El fuego está representado en el (Corazón) y la víscera (Intestino Delgado). Por lo tanto el corazón, es un órgano Yin. Tiene como función vital: la de bombear sangre a través de las venas. A los diferentes órganos. A nivel físico, espiritual y anímico.

El intestino delgado pertenece al órgano Yang divide el bolo alimenticio en puro y «turbio» y decide qué es lo que se queda en el cuerpo y qué va al intestino grueso. A nivel anímico o sentimental se trata de averiguar de qué manera viven los propios sentimientos, cuáles se expresan realmente y cuáles se reprimen. A nivel espiritual, el intestino delgado separa la energía vital que la absorbemos, por ejemplo, al leer un libro (Jagirdar, 2012).

1.6.1.3 Tierra

La tierra fortalece la parte media, esto es, el centro del cuerpo. También se habla de la «madre tierra», puesto que en ella crecen plantas de las que nos podemos alimentar. Cuando la energía de la tierra está equilibrada aporta estabilidad, una postura firme, seguridad sincera y comprensión con los otros y una participación activa en el mundo. A nivel espiritual, el elemento tierra tiene la obligación de llevar las cosas a la práctica y la confianza de poder perseverar lo que se ha iniciado (International Organization for Standardization, 2018).

El bazo órgano yin es considerado el verdadero órgano digestivo, puesto que extrae de los alimentos las esencias puras para convertirlas en Qi y sangre, también es el que dirige sustancias a los músculos, brazos y piernas.

El estómago, víscera yang divide los alimentos en componentes «puros» y «turbios». La «digestión» psíquico-anímica trata de procesar las emociones que provienen del exterior de la mejor manera posible (E. Lozano, 2016).

1.6.1.4 Metal

En medicina china el metal corresponde al otoño, la sequedad, la despedida, la aflicción y el llanto. Este elemento tiene que ver sobre todo con la absorción y la entrega de energía, es decir, la equilibrada interrelación entre lo exterior y lo interior. Las dificultades surgen cuando absorbemos mucha energía y entregamos poca, o bien cuando absorbemos poca y entregamos mucha. (Casey, 2020).

El órgano Yin del metal es el pulmón: éste, controla la respiración. El pulmón toma la energía del aire, extrae el oxígeno y lo transmite a la sangre. De esta manera el pulmón consigue una conexión entre lo externo y lo interno, por lo que simboliza la adaptación al entorno. El pulmón se corresponde con la piel y con el vello.

El intestino grueso se considera un órgano Yang que desprende energía. Acumula todas las sustancias de desecho que el intestino delgado selecciona y extrae el agua. Su función más importante consiste, en deshacerse regularmente de las sustancias de desecho, evitando de esta manera que el cuerpo se envenene a sí mismo (Alvarez, 2012).

1.6.1.5 Agua

La energía del agua en las personas está equilibrada, cuando se lanzan a la vida y se desarrolla reaccionando de manera flexible al entorno. El agua siempre se adapta a lo externo, cuando surgen grandes cantidades y fluye rápidamente su fuerza se desarrolla inmediatamente por ejemplo, en las inundaciones y en las mareas vivas. El agua ayuda al movimiento, brinda energía y de ello representa la calma, el

descanso y la tranquilidad, encarna la profundidad de nuestro ser, siendo la base de nuestra existencia (Yang & Jia, 2013: p. 134).

Los riñones siendo un órgano yin guardan una estrecha relación con las orejas y con la audición. También en los huesos, en los dientes y en el cabello en ellos se evidencia si la energía de los riñones está equilibrada.

Víscera yang de agua es la vejiga. Su función es acumular orina producida en los riñones y la excreta. La energía en la vejiga proporciona información acerca del equilibrio existente entre el cuerpo y la mente. De esta manera, la excesiva fatiga intelectual puede manifestarse de forma dolorosa en las zonas por donde transcurre el meridiano de la vejiga (Fundación de Medicina China Tradicional, 2015).

1.7 Importancia del equilibrio en los cinco elementos

Está regulado a través de dos ciclos biológicos, y dos patológicos (E. Lozano, 2016).

1.7.1 Biológicos

Generación: Es la energía generadora de apoyo de un elemento hacia otro, lo que se llama ciclo generativo. Es decir, cada elemento nutre al siguiente.

Dominación: Cada movimiento tiene la característica de controlar y ser controlado por otro elemento. Es lo que se llamaría en medicina alópata, el sistema simpático y parasimpático.

1.7.2 Patológicos

Madre e Hijo y Nieto: sobre asistencia o inversión sobre el ciclo Sheng. Supone un bloqueo en el órgano al que debería asistir o apoyar energéticamente.

Oposición y Control: sobre control de estas dos energías. No controlan los excesos de energía.

1.8 Diagnóstico en medicina china

Para elaborar la historia clínica, en la (MTCH) se sigue una metodología un poco diferente a la que usan los médicos occidentales, aunque el esquema general es muy parecido. Algunos terapeutas tienden a evitar en sus historias clínicas el empleo de términos técnicos, y prefieren usar términos coloquiales y expresiones del habla corriente para que sea entendible en el paciente de esta manera se puede definir, describir los trastornos que padece el paciente.

En el diagnóstico según el método de los Cuatro Elementos se estableció un modelo de historia clínica en el que se describe Diagnósticos (1. Inspección o "ver"; 2. Auscultación u "oír"; 3. Palpación o "tocar"; 4. Interrogatorio o "escuchar") y según la diferenciación de síndromes por los Cinco Elementos (Ping, 2014).

Por ejemplo, en mujeres con insuficiencia de sangre puede haber afectación durante y después de las menstruaciones ya que la sangre no puede nutrir al hígado y éste se bloqueará en un sobre esfuerzo por realizar sus funciones. Habrá fotofobia, visión borrosa, entumecimiento de extremidades, fatiga, suspiros, alteraciones de estreñimiento y diarrea. Se observará un pulso fino y la lengua pálida. La fórmula de fitoterapia china Xiao Yao Wan y el tratamiento acupuntural regularan este síndrome una vez por semana.

El exceso de Humedad interna es otra de las posibles afectaciones, sobre todo en sitios húmedos. La humedad normalmente se estanca en el sistema digestivo y a largo plazo acaba ascendiendo a la cabeza provocando dolor sordo con pesadez y dificultad cognitiva. Los síntomas empeorarán por la mañana. Es común que el dolor se localice en la frente. Puede haber náuseas y tendencia a la mucosidad. El pulso será deslizante y la capa lingual espesa. Este caso es de afectación del Bazo que en su deficiencia es incapaz de transformar y transportar los líquidos orgánicos. En fitoterapia china la fórmula Qiang Huo Sheng Shi Tang para fortalecer el Bazo y eliminar humedad es el tratamiento acupuntural una vez por semana en el cual ira regulando este síndrome (Oleson, 2005).

CAPÍTULO 2: ETIOLOGÍA

Son factores que causan o agravan la enfermedad:

2.1 Deficiencia constitucional

Existen tres factores fundamentales: La salud general de los padres, La salud de los padres en el momento de la concepción, Las condiciones del embarazo de la madre.

2.1.1 Tensión emocional

Dentro de la tensión emocional se encuentran varias causas a saber:

2.1.1.1 La ira

La frustración, el resentimiento, y los rencores reprimidos causan dolores de cefalea por elevación del Yang de Hígado o fuego del Hígado, suelen ser provocadas por una reacción visceral, por algo que nos ocurre de la que surge la emoción naturalmente, en la que servirá para poner límites y hacer entender razones que a veces los demás no pueden ver.

2.1.1.2 Preocupación

Es aquella intranquilidad o miedo que algo le despierta a una persona, en donde el Qi se anuda, en particular el Qi de pulmón y corazón que puede desencadenar más adelante ascenso Yang de Hígado.

2.1.1.3 Tristeza

Es un estado anímico que ocurre por un acontecimiento desfavorable que, puede llevar al agotamiento del Qi, y con el tiempo al agotamiento de sangre desencadenando cefaleas especialmente en mujeres.

2.1.1.4 Miedo

Aparece en toda situación donde contiene algún riesgo y hace que podamos preservar nuestra vida, donde puede agotar el Riñón y causa cefaleas globales. La química del miedo hace que elevemos la presión arterial por vasoconstricción, produzcamos contractura muscular

2.1.1.5 Shock

Es un estado en el que entra el cuerpo cuando no recibe aporte suficiente de sangre a los tejidos y, por tanto, no llega el oxígeno necesario a los órganos para que éstos realicen sus funciones es decir causa suspensión del Qi afectando el Qi de Corazón, Pulmón y Bazo. afectando toda la cabeza.

2.1.1.6 Ensimismamiento

Son las personas que ocupa su atención en sí misma aislándose de su entorno social en la que se encuentran, el hecho de realizar esta actividad como el pensar y reflexionar demasiado conduce a cefaleas.

2.1.1.7 La culpa

Son responsabilidades o causa de un suceso o de una acción negativa o cosa de una persona que puede ocasionar estancamiento de Qi en Pulmón, Corazón, Hígado, y Riñón afectando posteriormente la sangre y ocasionando dolores de cabeza.

2.1.1.8 Vergüenza

Son sentimientos de incomodidad producido por el temor a hacer el ridículo ante alguien, o a que alguien lo haga, las mismas que puede ocasionar cefalea por hundimiento del Qi con posterior retención de humedad y llevar a cefaleas crónicas (Giralt & Viñas, 2008)

2.1.1.9 Exceso de trabajo

El exceso de trabajo puede llevar a un debilitamiento del Qi de vaso, y a largo plazo el dolor se intensifica en toda la cabeza, en el caso de elevación del Yang causa dolor en zonas de Hígado, causa por deficiencia de Yin de riñón (Bryce. S, 2010).

2.1.1.10 Actividad sexual excesiva

Una actividad sexual sin control lleva a cefaleas de carácter permanente occipital especialmente en hombres, esto debido al agotamiento de la esencia del Riñón (Wu, 2019).

2.1.1.11 Dieta irregular

No comer lo suficiente, lleva a una deficiencia de Qi y de sangre llevando a cefaleas. Por otro lado, el comer en exceso causa daño a los órganos, una abundancia en comidas calientes y picantes da lugar a la aparición de cefaleas por fuego de Hígado y calor de estómago; un exceso en comidas saladas dará lugar a una deficiencia de Riñón y por consiguiente ocasiona cefaleas de carácter sordo occipital. Un consumo desproporcionado de alimentos fríos y húmedos dará una insuficiencia de Bazo con cefaleas de carácter sordo frontal (Chinar & Anish, 2018).

2.1.1.12 Traumatismos

Los accidentes pueden causar estasis de sangre, y si son repetidos sobre la misma zona, pueden desencadenar cefalea crónica (Wu, 2019).

2.2 Factores patógenos externos

La humedad y el viento externo son los principales causantes de cefalea, especialmente de carácter agudo y de corta duración. El viento lesiona la energía Wei de protección, además suele presentarse junto con otros factores, como viento-frío, viento- calor, viento-humedad. La humedad cuando invade la parte inferior del cuerpo afecta el Jiao medio, de ahí que no permita el fluir claro del Yang hacia arriba ocasionando cefalea.

2.3 Clasificación del dolor

Diferenciación de los dolores de cabeza de acuerdo con las 6 divisiones parte del tratado originalmente aparecido en el clásico de la MTCH llamada «Zhang Han Lun», que puede ser traducida libremente como «El daño de frío». Fue escrito por Zhang Zhong Jing en la dinastía Han tardía, alrededor de 20 a 200 años d.C.

Entre los factores patógenos externos se encuentran el viento, frío, humedad y calor. Cada uno tiene diferentes síntomas.

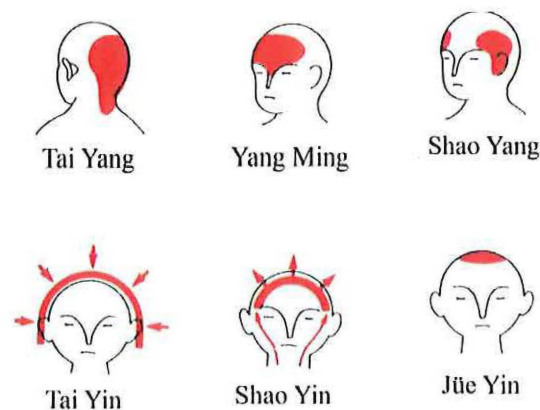
Si es el viento frío es el causante de nuestro malestar, el dolor de cabeza se irradiará hacia la zona cervical y a la espalda, aumentando con el viento y con el frío. El paciente tendrá falta de sed.

Cuando ataca el viento y el calor, el dolor de cabeza puede tener la sensación de que la cabeza “se parte”. El dolor se limita a un lado, a veces a los dos lados, alternando. El paciente podrá sentir aversión al viento, la cara y orejas enrojecidas y sed, además de estreñimiento (Chinar & Anish, 2018).

Viento y la humedad son los causantes del dolor de cabeza. Entonces, se percibirá una sensación de atadura, dolor limitado en la frente, a veces en la cabeza entera. Fatiga y pesadez en los cuatro miembros, anorexia, y puede haber opresión torácica.

Cuando la cefalea es de tipo deficiencia. El ataque es lento y se debe generalmente a la tensión y el cansancio. El dolor es insidioso y se alivia con el calor moderado o la presión. Es acompañado frecuentemente por lasitud, palpitaciones, insomnio (Sol, 2014).

Gráfico N°- 4 Tipo de dolores de cabeza



Nieto (2016) *Tipo de dolores de cabeza*. Tomada, Modificada Loja Edgar, (2021)

2.4 Canales afectados

La cabeza es el sitio de confluencia de todos los canales superficiales Yang del cuerpo; además, los canales Yin llegan también a ella internamente a través de los canales divergentes. Se considera que una afectación en cualquiera de los 12 canales principales puede expresarse como cefalea (Trujillo, 2010).

La cabeza es el área de mayor potencial energético en cuanto a flujo de Qi y, por lo tanto, es más propensa a albergar los excesos de energía de características Yang, que asciende como Yang de Hígado, Fuego de Hígado, Viento de Hígado, Fuego de Corazón.

Los canales Yang más frecuentemente en cefalea perturbados son: Vejiga y Vesícula Biliar. Para determinar el canal afectado se tiene en cuenta, además de la historia clínica completa del paciente, la zona de la cabeza que está afectada por el dolor. Con este dato se puede obtener también un diagnóstico sindrómico y, de acuerdo a la descripción del dolor, se puede orientar hacia una posible etiología.

El dolor ubicado en la parte más alta de la cabeza corresponde a Hígado, igual que el que afecta la zona de detrás de los ojos, mientras que cuando el dolor empieza en la región occipital y alcanza el vértex corresponde a Vejiga (Buse et al., 2012).

La zona témporoparietal, así como las sienes, corresponde a Vesícula Biliar y cuando es bilateral suele deberse a Fuego de Hígado, Yang de Hígado o Viento de Hígado, que asciende, de manera unilateral suele ser por ascenso de Yang o Fuego de Hígado. La cefalea frontal se relaciona con Estómago, aunque también puede estar causada por humedad, flema o un factor patógeno exógeno. El área occipital corresponde al meridiano de Vejiga, pero la causa más frecuente de dolor crónico en esta región es una deficiencia de Riñón y de dolor agudo un factor patógeno exógeno tipo viento.

Tabla N°- 3 Regiones afectadas y síndromes

REGION	MEDRIDIANO ENERGÉTICO	SÍNDROME
Parte alta cabeza	Jueyin del Pie (Hígado)	Insuficiencia Sangre Hígado Insuficiencia Energía y Sangre Insuficiencia Sangre y Corazón
Laterales de la cabeza	Shaoyang del Pie (Vesícula B.)	Ascenso Yang de Hígado Fuego de Hígado Viento de Hígado
Cefalea Hemicránea	Shaoyang del Pie (Vesícula B.)	Ascenso Yang de Hígado Fuego de Hígado
Sienes	Shaoyang del Pie (Vesícula B.)	Ascenso Yang de Hígado Fuego de Hígado Viento de Hígado
Detrás de los ojos	Jueyin del Pie (Hígado)	Ascenso Yang de Hígado Insuficiencia Sangre Hígado
Frente	Yang Ming del Pie (Estómago)	Insuficiencia Energía Estómago Calor- Fuego de Estomago Humedad y Flema Patógenos residuales
Occipucio	Shaoyin del Pie (Riñón)	Insuficiencia de Riñón: crónica Invasión de Viento: aguda Calor Y Humedad Vejiga
Toda la cabeza		Insuficiencia Yin o Esencia de Riñón. Invasión viento eterno

Regiones afectadas y síndromes, Tabla elaborada por Loja Edgar, (2020)

2.5 Diferenciación sindrómica

2.5.1 Viento-frío externo

Es una de las causas más comunes que provoca la cefalea, ataca a la parte superior superficial. El frío hace que los músculos y los tendones se contraigan, la vía aérea de Yang también afecta el Qi defensivo y lo reduce, llegando a causar dolor de cabeza por la invasión del viento frío y agudo, relacionado con otros síntomas como resfriado, dolor muscular, tos, secreción nasal; La lengua se torna seca y el pulso es poco profundo.

2.5.2 Viento-calor externo

El calor externo y viento bloquea los agujeros de la cabeza y causa cefaleas con una característica hinchada acompañado de resfriados, con posibles escalofríos, fiebre, sed, secreción nasal, dolor de garganta, ojos rojos; En comparación con el ataque del viento frío, la aversión al frío no es tan grave. Aquí la lengua puede ponerse roja con recubrimiento amarillo claro, el pulso es superficial y rápido.

2.5.3 Viento- humedad externo

Suele ser una combinación de enfriamiento por aire y humedad. Este bloqueo húmedo obstruye en los pequeños agujeros de la cabeza, causando cefaleas, y sensación de pesadez típica. Por otra parte, el viento húmedo afecta al Jiao medio el cual perturbará el ángulo medio de escalamiento del Yang evitando que se origine el Jing, mostrando la cefalea llevando a una confusión del paciente. En la lengua se produce abundante saburra blanca y pegajosa con pulsos resbaladizos.

2.5.4 Elevación Yang de Hígado

La principal causa de cefaleas, se debe al deterioro del Yin de Hígado y riñón con la pérdida de control del Yang de Hígado, también se debe por estancamiento, estimulación emocional y angustia. Afectando el Qi, energía, que se convierte en

fuego, consumiendo la sangre Yin que da lugar a la pérdida del Ying sobre el control del Yang.

Se caracteriza, que al ser una cefalea de carácter intenso, pulsante o en distensión; afecta principalmente a uno o los dos lados temporales de la cabeza, por donde circula el meridiano de Vesícula biliar también las sienas suelen acompañarse con frecuencia de náuseas y vómitos, mareo, visión borrosa o destellos luminosos. La lengua es roja en los bordes y el pulso es de cuerda.

2.5.5 Obstrucción interna por flema.

La humedad es una energía patógena de deficiencia del Yin, lo que dificultará el ejercicio. Cuando hay deficiencia de Qi, lesión de Yang, disfunción del vaso, correspondiente a la conversión de líquido, hay acumulación de humedad que bloquea los agujeros y evita el flujo ascendente de yang, causando la cefalea. Cuando se está en clima húmedo por mucho tiempo, también puede presentar cefalea. Sus características clínicas son: sensación de pesadez afectando toda la cabeza o la frente, empeora por la mañana y puede estar acompañado de tos, secreción nasal. A medida que pasa el tiempo, se convierte en flema turbia, con síntomas como visión borrosa, mareos, lengua gruesa pegajosa, y pulso deslizante.

2.5.6 Estancamiento de Xue

El estancamiento de sangre (Xue), se refiere a la desaceleración del flujo sanguíneo que causa disminución en la circulación de este componente, a un estancamiento local de la sangre en los vasos, o a una acumulación local de la sangre fuera de ellos. Sus principios son variados:

Por un vacío de energía o Qi, hace que no pueda circular la sangre; por frío, la sangre se congela y se estanca, por calor, hace que la sangre se aglomere y no pueda circular, lo cual hace que pierda la sangre y su circulación quede bloqueada. Sus características clínicas son: cefalea de carácter severo e intenso, punzante como "uña clavada en la cabeza", cuando es de colocación fija; es más común en las mujeres, se asocia a la tez morena, dolor abdominal o hipocondrial con

menstruaciones dolorosas, con coágulos. Lengua de color púrpura, pulso firme, de cuerda y picado.

2.5.7 Deficiencia de Qi y de Xue

La cefalea debido a la deficiencia de Qi o el estancamiento de energía impide que ascienda a la cabeza e ilumine el orificio de la misma, puede deberse a una carencia de Qi del Vaso y el estómago, el vaso, los pulmones y el corazón, se manifiesta alrededor de toda la cabeza. Con más frecuencia que la frente. Se puede relajar con descanso, con ejercicio en especial en las mañanas. La Lengua es pálida, pulso hueco, esencialmente en posición distal que correspondería a cardiopulmonar.

En la cefalea por deficiencia de sangre se da principalmente porque la sangre no intenta alcanzar o llegar hasta la cabeza y nutrir el cerebro; Debido a la deficiencia de Qi, muy común para las mujeres. Lengua pálida Delgado; pulso débil, suave, filiforme.

2.5.8 Ascenso de fuego de Hígado

El síndrome se describe por ser un calor –plenitud del Hígado. Cuando es fuego de Hígado, ocasiona malestar en la cabeza, además el oído se ve afectado el orificio causando acúfenos y sordera, irritabilidad e ira, sabor amargo en la lengua.

Las causas de este síndrome son las emociones, la ira, el resentimiento que persisten durante mucho tiempo. El estar deprimido, beber demasiado, comida demasiado caliente promueve la fiebre del Hígado. Ocasionalmente que la lengua se torne roja en el borde del cuerpo, el pulso se encuentra lleno, rápido y enredado.

2.5.9 Deficiencia de Riñón

La causa de la cefalea es la falta de la esencia en los riñones, la incapacidad de alcanzar a la cabeza y nutrir el cerebro, el Jing o esencia que preserva los riñones se considera agua renal, y el Jing primordial es fuente de todos los líquidos necesarios, El Jing viene de todos los organismos derivados de líquidos, es el nacimiento, el crecimiento y la reproducción.

Este tipo de cefalea se da debido a la deficiencia del Yang de riñón, motivo en el cual se desarrolla por exceso de trabajo, actividad sexual incontrolable; se caracteriza por ser una cefalea, acompañado de mareos, cuando el occipucio tiene tendencia a sensación de vacío cerebral, afecta al meridiano de vejiga causando otros síntomas, como dolores de cabeza al estar apoyado/a en la almohada, además puede ser por deficiencia de Ying o Yang de riñón en donde encontramos dolor en la parte baja de la espalda y las rodillas, escalofríos y micción La lengua es rica, pálida y el pulso es profundo y débil. Baja deficiencia de ying hallamos sudores nocturnos, micción, mareos lengua sin saburra pulso flotante.

CAPITULO 3: METODOLOGÍA

3.1 Diseño del estudio

Se investigó literatura relevante para la recuperación de datos, publicada entre enero de 2001 y marzo del 2020, para rescatar investigaciones, ensayos y publicaciones relevantes que contengan información apreciable sobre la (MTCH) en el tratamiento de cefaleas y estudios relacionados al mismo.

La literatura investigada en el estudio describió los beneficios de la MTCH en el tratamiento de las cefaleas, independientemente del método utilizado; y los diferentes tipos de causas por la cual se produce una cefalea.

Con la información investigada se pudo describir las bondades curativas que ofrece la medicina China y determinar las causas y los síntomas correspondientes por las que se produce la cefalea

3.2 Criterio de exclusión

Los criterios de exclusión en la búsqueda bibliográfica se incluyen : No se utiliza publicaciones duplicadas, Estudios en animales, Informes de casos y artículos en revisión, Estudios de investigación clínica que compararon diferentes métodos de MTCH,

3.3 Estrategia de búsqueda

La investigación bibliográfica se la realizó en la base de datos de literatura biomédica china (CBM), la base de datos de citas médicas chinas (CMCH / CMCC), la base de datos en línea de medicina china, se realizaron búsquedas en la base de datos PubMed y MEDLINE, como también en revistas de alto impacto. En la estrategia de búsqueda se utilizó palabras clave como cefalea, dolor de cabeza, el viento en la cabeza y el viento en el cerebro; además se indagó la práctica dentro de la medicina médica tradicional china.

CONCLUSIONES

Los estudios realizados por la MTCH muestran resultados positivos inestimables para reducir el dolor en su intensidad, frecuencia y duración de los ataques y superior en términos de efectos secundarios negativos.

La Cefalea es uno de los síntomas más comunes que se presentan en la práctica clínica por exceso o deficiencia constitucional, tensiones emocionales, factores externos, laborales, entre otros.

En lo concerniente a un tratamiento se puede hacer uso de lavanda como tisana, aceite esencial, flor de bach para cefaleas tensionales, contribuyen a sedar y desinflamar acompañado de un masaje relajante aplicando la acupresión dentro los cinco elementos sobre el cráneo.

Esta técnica conduce hacer uso de la aplicación de la acupresión, van a tener resultados positivos en pacientes con cefalea crónica y relativamente rentable en términos económicos en comparación con la medicina Occidental.

Es evidente que cuando mayor sea el tiempo en que una persona ha sufrido dolores de cabeza más durara su tratamiento.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda tratar los dolores cefálicos con la medicina natural para no intoxicar al cuerpo con fármacos y realizar un auto masaje suave en la nuca, ojos, sienes y base de la nariz pueden ser muy útiles para la reducción de cefalea tensional.
- La práctica del ejercicio es muy impórtate ya que por medio del mismo se libera al cuerpo de toxinas a más del ejercicio la meditación ayudara a tener un estilo de vida saludable.
- Mantener un buen hábito alimenticio, previene dolores de cabeza.

BIBLIOGRAFÍA

- Alvarez, A. (2012). Los 5 elementos de la filosofía china y su interacción en el ser humano. Retrieved from Huellas para la Humanidad website: <https://centrohuellas.wordpress.com/2012/07/18/los-5-elementos-chinos-y-su-interaccion-en-el-ser-humano/>. Extraído el 1 de julio del 2020
- American Migraine Foundation. (2018). Tension Headache. Retrieved from American Migraine Foundation website: <https://americanmigrainefoundation.org/>. Extraído el 1 de julio del 2010
- Ardila, C. (2015). La Medicina Tradicional China en la prevención de la enfermedad. *Revista Ciencias de La Salud*, 13, 275–281.
- Augello, S., Trujillo, Y., Arjona, M., Maderos, I., Zayas, B., & Zarzabal, Y. (2015). Acupuntura con estimulación manual en la cefalea migrañosa. *Correo Científico Médico*, 19, 645–655.
- Barrera, J. (2011). Cefaleas. Retrieved from Salud y Medicina website: <https://es.slideshare.net/drojitos/cefaleas-7154589>. Extraído el 2 de julio del 2020
- Boveda, E., Díaz, B., Fernández, M., Fernández, P., Hidalgo, E., & Salinas, E. (2003). Cefaleas. *Farmacia Profesional*, 17, 46–55.
- Brenner, G., & Stevens, C. (2019). Clasificación y tratamiento farmacológico efectivo para las cefaleas (en racimos, tensionales y migrañas). Retrieved from Elsevier Connect website: <https://www.elsevier.com/es-es/connect/enfermeria/clasificacion-y-tratamiento-farmacologico-para-las-cefaleas>. Extraído el 2 de julio del 2020
- Bryce, S. (2010). El taoísmo como ' ' El camino ' ': Yin y Yang y el concepto Wu-wei. Retrieved from Cursos de Humanidades website: <https://study.com/academy/lesson/taosim-as-the-way-yin-and-yang-the-wu-wei-concept.html>. Extraído el 2 de julio del 2020
- Buse, D., Serrano, D., & Manack, A. (2012). Impacto del dolor de cabeza de la migraña crónica y episódica: resultados del estudio estadounidense de Prevalencia y Prevención de la Migraña. *Cefaleas*, 52, 3–17.
- Cartwright, M. (2018). Yin y Yang. Retrieved from Ancient History Encyclopedia website: https://www.ancient.eu/Yin_and_Yang/ Extraído el 1 de julio del 2020
- Casey, J. (2020). Yin Yang Introduction. Retrieved from Personal Tao website:

- <https://personaltao.com/taoism/what-is-yin-yang/>. Extraído el 02 de julio del 2020
- Chiang, H.-C., Chang, H.-H., Huang, P.-Y., & Hsu, M. (2014). Qi en la medicina tradicional china. *Taiwanese Journal of Obstetrics and Gynecology*, 53, 317–323.
- China Express. (2006). *Cuidado de la salud en la MTC*. Beijing: Nueva Estrella.
- Chinar, O., & Anish, B. (2018). Cefalea en racimos y Hemicrania paroxística. *Annals of Indian Academy of Neurology*, 21, 16–22.
- Coba, J. (2013). La energía vital-Qi. Retrieved from Universidad Andina Simón Bolívar website: [http://www.uasb.edu.ec/UserFiles/372/File/pdfs/PAPER UNIVERSITARIO/2013/JoseLuisCoba \[La energía vital-Qi\].pdf](http://www.uasb.edu.ec/UserFiles/372/File/pdfs/PAPER%20UNIVERSITARIO/2013/JoseLuisCoba%20[La%20energ%C3%ADa%20vital-Qi].pdf). Extraído el 1 de julio del 2010
- Daroff, R., Fenichel, G., & Jankovic, J. (2005). *Neurología Clínica: Diagnóstico y Tratamiento* (Elsevier, Ed.). Madrid.
- Del Cerro, P., & Arráez, A. (2013). Posible origen anatómico en la etiopatogenia de la cefalea. Retrieved from Instituto Healthway Institut website: <http://www.healthwayinstitut.com/posible-origen-anatomico-en-la-etiotopogenia-de-la-cefalea/>. Extraído el 3 de julio del 2020
- Deza, L. (2003). Cefalea, neuralgia craneal y dolor facial. *Revista Peruana de Biología*, 16, 93–100.
- Díaz, M. (1995). LA ETIOLOGÍA Y LA PATOGENIA EN LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA. Retrieved from Gestión de Información en Salud website: <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/mednat/etiopatogenia.pdf> Extraído el 2 de Julio del 2020
- Fang, T. (2015). Yin Yang: A New Perspective on Culture. *Management and Organization*, 8, 25–50.
- Fernández, C. (2002). Neuralgias cráneo-faciales y cefaleas secundarias. *GACETA MEDICA DE BILBA*, 99, 23–28.
- Foundation for Medical Education and Research. (2020). Symptoms Headache. Retrieved from Mayo Clinic website: <https://www.mayoclinic.org/symptoms/headache/basics/causes/sym-20050800>. Extraído el 4 de junio del 2020
- Fundación de Medicina China Tradicional. (2015). Marco de cinco elementos. Retrieved from Traditional Chinese Medicine World website: <https://www.tcmworld.org/what-is-tcm/five-elements/>. Extraído el 1 de julio del 2020

- Fundación Europea De Medicina Tradicional China. (2019). Beneficios de la medicina China. Retrieved from Fundación Europea de Medicina Tradicional China website: <https://fundacion.mtc.es/newsletter-mtc.php?entrada=87-beneficios-medicina-china-las-enfermedades-oncologicas->. Extraído el 3 de julio del 2020
- Giralt, I., & Viñas, F. (2008). Introducción a las bases de la Medicina Tradicional China. *NATURAMEDICATRIX*, 34, 8–11.
- Gómez, A. (2006). Cefalea crónica diaria. *Offarm*, 25, 52–63.
- Gómez, M., González, C., & Martínez, M. (2015). Enfoque diagnóstico de la migraña clásica desde la Medicina Tradicional China. *Revista Internacional de Acupuntura*, 9, 28–32.
- Gómez, M., & Serna, L. (2015). Cefalea: Más que un simple dolor. *Revista Mexicana de Neurociencia*, 16, 41–53.
- Guerri, M. (2017). Teoría del Yin y el Yang. *Psicoactiva*, 35, 56–67.
- International Headache Society. (2015). Dolor de cabeza atribuido a infección sistémica. Retrieved from International Headache Society website: <https://ichd-3.org/9-headache-attributed-to-infection/9-2-headache-attributed-to-systemic-infection/> Extraído el 3 de julio del 2020
- International Organization for Standardization. (2018). THE FIVE ELEMENTS. Retrieved from Traditional Chinese Medicine website: https://www.iso.org/files/live/sites/isoorg/files/archive/pdf/en/tcm_five_elements.pdf. Extraído 1 de julio del 2020
- Izquierdo, Y. (2000). Tratamiento de las cefaleas. *Revista Clínica Española*, 12, 664–678.
- Jagirdar, P. (2012). La teoría de los cinco elementos en la acupuntura. *American Journal of Chinese Medicine*, 17, 135–138.
- Joubert, J. (2005). Diagnosing headache. *Reprinted from Australian Family Physician*, 34, 621–624.
- Kuruvilla, D., & McIntosh, J. (2020). Causing this headache. Retrieved from Medical News Today website: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/73936>. Extraído el 2 de julio del 2020
- Leonardi, M., Raggi, A., Bussone, G., & D'Amico, D. (2010). Calidad de vida relacionada con la salud, discapacidad y gravedad de la enfermedad en pacientes con migraña asistiendo a un centro especializado en dolor de cabeza. *Cefaleas*, 50, 1576–1586.

- Leshner, A. (2014). A middle way for traditional medicine. *Science*, 346.
- Linde, K., Allais, G., Brinkhaus, B., Manheimer, E., Vickers, A., & Withe, A. R. (2009). Acupuncture for migraine prophylaxis. *Cochrane Database Syst Rev*, 1, 12–18.
- Lozano, E. (2016). La Teoría de los Cinco Elementos y la Medicina Tradicional China. Retrieved from GetNova website: <https://www.gentnova.com/la-teoria-de-los-cinco-elementos-y-la-medicina-tradicional-china/>. Extraído el 1 de julio del 2020
- Lozano, J. (2001). Fisiopatología, diagnóstico y tratamiento de las cefaleas. *FARMACOTERAPIA*, 1, 96–106.
- Ma, Y., Zhou, K., Fan, J., & Sun, S. (2016). Traditional Chinese medicine: potential approaches from modern dynamical complexity theories. *Frontiers of Medicine*, 10, 28–32.
- Ma, Z., Jia, C., Guo, J., Gu, H., & Miao, Y. (2014). Features analysis of five-element theory and its basal effects on construction of visceral manifestation theory. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 34, 115–121.
- Maciocia, G. (2001). Los fundamentos de la Medicina China. Un texto de consulta para acupuntores y fitoterapeutas. *Aneid Press*, 1, 129–144.
- Martelletti, P., & Steiner, T. (2011). *Handbook of Headache: Practical Management* (Springer, Ed.). Nueva York.
- Mauskop, A. (2012). Nonmedication, alternative, and complementary treatments for migraine. *CONTINUUM: Lifelong Learning in Neurology*, 18, 796–806.
- Mitsuru, S., Kawabata, K., & Tanikawa, K. (2004). Units of Time in Ancient China and Japan. *Publications of the Astronomical Society of Japan*, 1, 887–904.
- Molina, R. (2008). Cefalea. *Franja Visual*, 1, 4–6.
- Moltó, J. P. (2005). *Fundamentos clásicos y contemporáneos de la Medicina Tradicional China* (Dilema, Ed.). Madrid.
- Nieto, A. (2016). Dolor de Cabeza las Seis Tipologías. Retrieved from Shiatsu Escuela website: <https://shiatsuescuela.es/dolor-de-cabeza-las-seis-tipologias/> Extraído el 5 de julio del 2020
- Ocampo, B., & Carillo, R. (2018). Tratamiento de las cefaleas con acupuntura. *Acta Médica Del Centro*, 12, 496–504.
- Olesen, J. (2008). La clasificación internacional del dolor de cabeza Trastornos. *Cefaleas*, 48, 691–693.

- Oleson, T. (2005). *Auriculoterapia sistemas chino y occidental de acupuntura auricular* (Panamericana, Ed.). Buenos Aires.
- Organización Mundial de la Salud. (2013). Estrategias de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. Retrieved from OMS website: <http://apps.who.int/medicinedocs/documents/%0As21201es/s21201es.pdf>. Extraído el 1 de julio del 2020
- Organización Mundial de la Salud. (2016). Cefaleas. Retrieved from Temas de Salud: Datos y cifras website: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/headache-disorders#:~:text=Entre la mitad y las,la población adulta del mundo.> Extraído el 1 de Julio del 2020
- Pareja, J. (2010). Pathophysiology of headaches with a prominent vascular component. Retrieved from Pain Research and Management website: https://www.researchgate.net/publication/298433845_Pathophysiology_of_Headaches_with_a_Prominent_Vascular_Component/fulltext/56eea00108ae59dd41c6d0b7/Pathophysiology-of-Headaches-with-a-Prominent-Vascular-Component.pdf Extraído el 1 de julio del 2020
- Peilin, S. (2002). *The treatment of pain with Chinese herbs and acupuncture* (Churchill livinstone, Ed.). Londres.
- Ping, Z. J. (2014). *Acupuntura y moxibustion , guias de estudio de medicina china* (Fundación Europea De Medicina Tradicional China, Ed.). Madrid.
- Ritter, J., & Flower, R. (2015). Migraine. Retrieved from Patient Care & Health Information website: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/migraine-headache/symptoms-causes/syc-20360201>. Extraído el 4 de junio del 2020
- Salleras, L. (2008). La medicina clínica preventiva: el futuro de la prevención. *Medicina Clínica*, 102, 5–12.
- Santolin, C., & Penido, M. (2020). Cefaleas en la infancia. Retrieved from Neurología. Hospital de Niños "Sor María Ludovica" de La Plata website: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/03/983145/pediatrica-620-625.pdf>. Extraído el 4 de julio del 2020
- Silver, G. (2018). Tension Headache. Retrieved from The International Headache Society website: https://www.health.harvard.edu/a_to_z/tension-headache-a-to-z. Extraído el 4 de junio del 2020
- Sol, E. G. (2014). Pequeño compendio de materia medica china. *Medicina China Hoy*, 3, 400–408.
- Sussmann, D. (2000). *Acupuntura teoria y practica*. (Editorial kier S.A., Ed.). Buenos Aires.

- Trujillo, Y. (2010). Acupuntura con estimulación manual en el tratamiento de la cefalea vascular migrañosa. *Holguín: Hospital Clínico Quirúrgico Lucía Iñiguez Landín*.
- Urrego, D. Z. (2010). Abordaje de la Medicina Alternativa como sistema médico complejo en la Universidad Nacional de Colombia. *Revista Facultad de Medicina de La Universidad Nacional de Colombia*, 58, 155–160.
- World Health Organization. (2012). Cefaleas. *Geneva: WHO*, 1, 1–4.
- Wu, W. (2019). Cefalea atribuido a traumatismo craneal. Retrieved from MedLink Neurology website: https://www.medlink.com/article/headache_attributed_to_head_trauma.
Extraído el 2 de julio del 2020
- Yancey, J., Sherida, R., & Koren, K. (2014). Chronic Daily Headache: Diagnosis and Management. *American Academy of Family Physicians*, 89, 642–648.
- Yang, X. Y., & Jia, C. H. (2013). Understanding association of spleen system with earth in Traditional Chinese Medicine theory. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 33, 134–136.
- Youhua, Y., & Qian, L. (2006). La medicina tradicional. *China: Ministerio de Cultura de La República Popular China. Versión Traducida: Barcelona*.
- Zasler, N., Katz, D., & Zafonte, R. (2012). *Brain Injury Medicine: Principles and Practice* (Demos Medical Publishing, Ed.). Nueva York.