

DEBILIDAD DE BAZO en la medicina china

En la medicina china, el qi del bazo se refiere a la energía vital asociada con la red del bazo. Los que practican la medicina china no piensan solo en el órgano que la medicina occidental llama bazo. La red del bazo es un nombre más adecuado para este órgano en la medicina china ya que está relacionado con el flujo de energía en el cuerpo y el proceso digestivo completo. Una deficiencia de qi significa que no hay suficiente flujo qi en el bazo, lo que lleva a la disminución de la capacidad del cuerpo de generar qi por medio de los alimentos.

El bazo en medicina china realiza las siguientes funciones:

- "Gobierna" el transporte y la transformación:

Esta función implica la transformación del agua y del alimento en qi y sangre en el cuerpo. El bazo es el órgano principal para la producción de qi y sangre en el cuerpo y atiende a una función vital en esta capacidad. Cuando el bazo está funcionando bien una persona tiene buen apetito, una digestión fuerte y una energía vibrante. Cuando esta función es débil, se experimentarían problemas como sensación de plenitud gástrica, reflujo, fatiga, diarrea, inapetencia y/o desnutrición.

Otra función transformativa del bazo se relaciona con la disolución de la humedad en el cuerpo. La humedad se refiere a un problema interno que pueda dar lugar a energía perezosa, a funciones digestivas pobres, puede solidificarse en fibromas/quistes/tumores y puede causar muchos otros problemas. Dentro de esta función, el bazo ayuda a remover esta humedad de los meridianos y de todos los órganos del cuerpo. Una debilidad en esta función puede conducir a condiciones como edema, diarrea y otros problemas de retención de líquidos.

- "Controla" la sangre:

El bazo cumple un papel importante en mantener la sangre circulando en el cuerpo y en los meridianos. Si una debilidad ocurre en el bazo (que también desempeña un papel importante en la producción de sangre) verá que también se desarrollan problemas hemorrágicos como defecar sangre, hemorragia y desangramiento uterino, entre otros problemas.

- "Domina" los músculos y los cuatro miembros:

Si se nutre al cuerpo, los músculos y los miembros serán fuertes y capaces, pero una debilidad en esta función conducirá a la debilidad, atrofia, y otros problemas.

- "Se abre" en la boca y se "expresa" en los labios:

La correcta función del bazo conducirá a un buen apetito y a un buen sentido del gusto. Una debilidad en esta función conducirá a un apetito pobre, disminución (o pérdida) del gusto. La condición de los labios generalmente indica parcialmente el nivel relativo del funcionamiento del bazo.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Los labios secos y agrietados indican problemas con el metabolismo líquido y los labios pálidos, una debilidad completa del qi del bazo.

Síntomas

Las funciones del “bazo” en medicina china se relacionan funcionalmente con el bazo y el páncreas como los entendemos en medicina occidental. Las condiciones que pueden presentarse a partir de un desequilibrio del bazo en términos de MTC son amplias y variadas, comenzando con una serie de problemas digestivos (apetito pobre, plenitud gástrica, reflujo, diarrea) a problemas sistémicos (fatiga, pobre ideación, debilidad muscular, pérdida del control de los músculos, quistes) y muchos más. Como el bazo desempeña un papel fundamental en la producción de energía y alimento para nuestros cuerpos pueden presentarse muchos estados de debilidades en este sistema.

Tratamiento

El bazo es un sistema que necesitamos cuidar para que funcione bien, evitando sobrecargarlo para que no trabaje en exceso. Un estilo de vida saludable y una dieta moderada conducirían a un funcionamiento interno más armonioso que nos deje con energía, un cuerpo fuerte y una mente tranquila y equilibrada con el pensamiento claro, emociones equilibradas y una sensación de alivio. La acupuntura, la moxibustión, la consejería dietética, los ejercicios como el qigong y el tai chi pueden ayudar a equilibrar este sistema

Alimentación

Consumir alimentos llamados tónicos yang es útil para una deficiencia de qi del bazo ya que lo calienta y mejora el flujo de energía. Ejemplos de estos son la albahaca, el clavo de olor, el eneldo y las semillas de hinojo, el ajo, el jengibre seco, la nuez moscada, los pistachos, las frambuesas y los camarones. También, los alimentos con sabor picante y dulce son beneficiosos para el bazo y ayudan a que circule el qi. Estos son las zanahorias, la pimienta de cayena, el té de jazmín, la cáscara de naranja, el té de menta y los rabanitos.

Una dieta para la deficiencia esplénica exige evitar ciertos alimentos. Se debe limitar el consumo de azúcar y sal. Evitar la leche, el queso y los productos lácteos, las algas marinas, las frutas y jugos cítricos, el tofu, las ensaladas, la sal, el mijo y los granos crudos. No consumir cerdo, productos con trigo ni comidas con gluten, productos con levadura como la cerveza, plátanos, grasas saturadas y alimentos grasosos o fritos.

Generalmente, los alimentos cocidos y calientes son mejores para el bazo, pero se debe limitar la cantidad de frutas cocidas que se consumen. Evitar los alimentos congelados, fríos y crudos. Los alimentos fríos y sin cocinar requieren que el cuerpo utilice el qi para calentarlos y digerirlos. Cuando se tiene una deficiencia de qi de bazo, no se tiene energía demás para perder.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Complementos alimenticios

Cardo mariano Forte® (Nutrinat Evolution): Complemento alimenticio a base de extracto y polvo de cardo mariano con un elevado aporte de silimarina por cápsula.

Cardo mariano Complex (HealthAid), que contiene, entre otros:

- Cardo mariano: Ayuda al hígado y al bazo en sus funciones. Estos dos órganos trabajan en conjunto, y un bazo inflamado es, por lo general, causado por un hígado que ha trabajado demasiado.
- Diente de león: Promueve el buen funcionamiento de hígado y bazo.

La **equinácea (Echinacea purpurea) 500 mg (HealthAid)**, limpia y fortalece los riñones, el hígado, el páncreas y el bazo.