

# GASTRITIS Y ACUPUNTURA

La gastritis crónica (GC) consiste en la inflamación crónica de la mucosa gástrica que ocasiona: náuseas, vómitos, inapetencia, saciamiento rápido, dolor y distensión en hemiabdomen superior.



En china la GC es muy frecuente (prevalencia del 30%- 80%), razón por la cual el estado ha dado prioridad a su investigación. En Colombia Bravo y colaboradores hallaron el *Helicobacter pylori* en el 69.1% de las biopsias endoscópicas, asociándose dicha bacteria a la GC no atrófica en el 36,4%.

La GC está asociada a: Infección por el *H. pylori*, tabaquismo, consumo de alcohol, alergias a alimentos, reflujo duodeno-gástrico, fármacos, herencia, e inmunidad.

Bedoya y colaboradores hallaron un mayor riesgo de GC atrófica relacionada con:

- Estado emocional alterado.
- Situación nutricional del paciente y frecuencia de la ingesta de alimentos.
- Uso de bebidas alcohólicas y cigarrillo.
- Consumo alto o frecuente de habas, arroz, café.
- Bajo consumo de frutas y verduras.

En Bogotá investigaciones del Instituto Nacional de Cancerología, asoció el consumo de carnes procesadas con la GC atrófica y el cáncer gástrico. Estas investigaciones colombianas en GC coinciden con la Medicina Tradicional China, donde la debilidad del Bazo-Páncreas-Estómago es la piedra angular de su origen, permitiendo que Factores Patógenos Exógenos invadan al Estómago. En el Su Wen (Medicina Interna del Emperador Amarillo 1400 a.C) está descrito : " El Qi deficiente, permite el ataque de Factores Patógenos" El Qi de Estómago debilitado por la mala asimilación o deficiencia de nutrientes permite que la mucosa gástrica se lesione por:

- La acción de la angustia, frustración, depresión o ira. Conocido como el ataque del Qi del Hígado al Estómago.
- La invasión de Factores Patógenos al Estómago,
- Una alimentación irregular.
- Comer en exceso grasas, picantes, alcohol, etc.



Por lo tanto los objetivos del tratamiento con acupuntura son:

- Nutrir el Qi de Estómago.
- Eliminar los factores patógenos.
- Tranquilizar la mente.

Pero esta visión ancestral se ha convalidado con la medicina moderna gracias a las investigaciones científicas en China ganándose el reconocimiento de la ciencia médica moderna. Citemos algunas:

- El Instituto de Investigación en Acupuntura y Meridianos de Shanghai y la Universidad de MTCH de Shanghai demostraron que la moxibustion (calor en los puntos de acupuntura obtenido por la quema de Artemiza) produce:



Dr. **Lázaro Tarazona Cáceres** // Médico y Cirujano UIS, Maestría en Acupuntura Universidad Nacional  
 lazaroltc@hotmail.com

Cra 36 No 46 - 89 Cons. 402 Centro de Especialistas Cabecera ::: (57+7) **6850520** ::: Bucaramanga – Colombia  
[www.tumedicinaintegrativa.com](http://www.tumedicinaintegrativa.com)

- Aumento del flujo sanguíneo en la mucosa gástrica, promoviendo la reparación de la barrera mucosa y su resistencia al daño.
- Regulación de las hormonas gastrointestinales (gastrina, motilina, prostaglandina E2, somatostatina y factor de crecimiento epidérmico) que modulan la secreción, movilidad, absorción, e inmunidad gastrointestinal. El desbalance en estas sustancias es el responsable de los síntomas de indigestión, sensación de plenitud temprana al comer, pobre apetito, dolor abdominal, náusea y aumento de los ruidos intestinales.
- Promoción de la inmunidad del cuerpo y resistencia al *Helicobacter pylori*.

- B. Jiao Wei y otros, en el 2000 realizaron la erradicación de *H. pylori* con
- C. acupuntura.
- D. HUANG Qín-feng y QÌ Li-zhen hallaron en 5.325 pacientes de 93 estudios clínicos de acupuntura y gastritis crónica una tasa de efectividad total de 94,4%.
- D. La eficacia del uso de puntos de acupuntura como el pericardio 6 para náusea y vómito, se ha evaluado en más de 3000 pacientes ( 26 estudios clínicos) demostrando su superioridad sobre los medicamentos antieméticos.

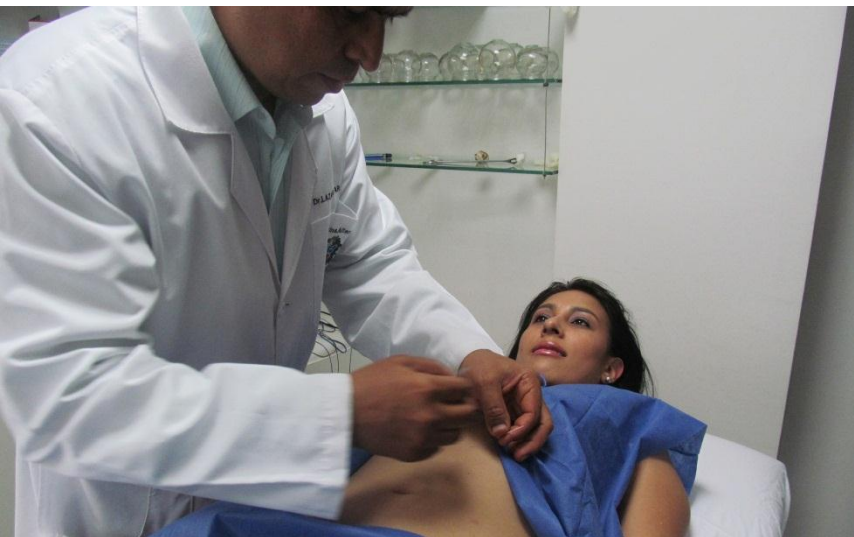
### Recomendaciones

#### Evite

1. Alcohol, café y cigarrillo.
2. comer en exceso y después de las 6pm.
3. El consumo de comidas chatarra o muy condimentadas.
4. Situaciones que le generen angustia, rabia, frustración.

#### Promueva:

1. El hábito de comer en horarios adecuados.
2. Un ambiente agradable y tranquilo en el momento de las comidas principales.
3. El uso de Cúrcuma o turmeric como condimento.
4. El consumo (para quienes lo toleren) de: coles, brócoli, coliflor, brotes de Bruselas, rábanos, nabos, berros y semillas oleaginosas.
5. El uso de manzanilla, sábila, té verde sin aditivos químicos.



Dr. **Lázaro Tarazona Cáceres** // Médico y Cirujano UIS, Maestría en Acupuntura Universidad Nacional  
lazaroltc@hotmail.com