

# SINDROMES Y APLICACIONES ESTÉTICAS





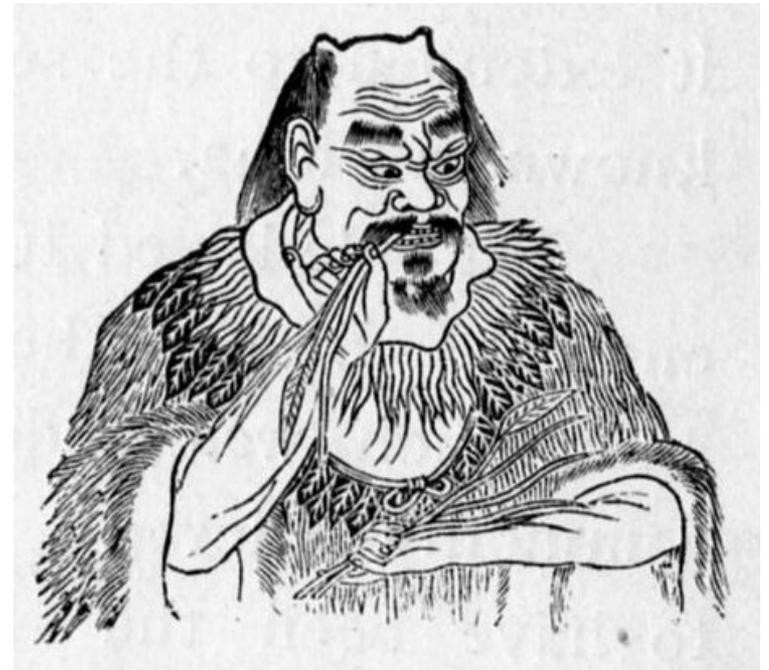
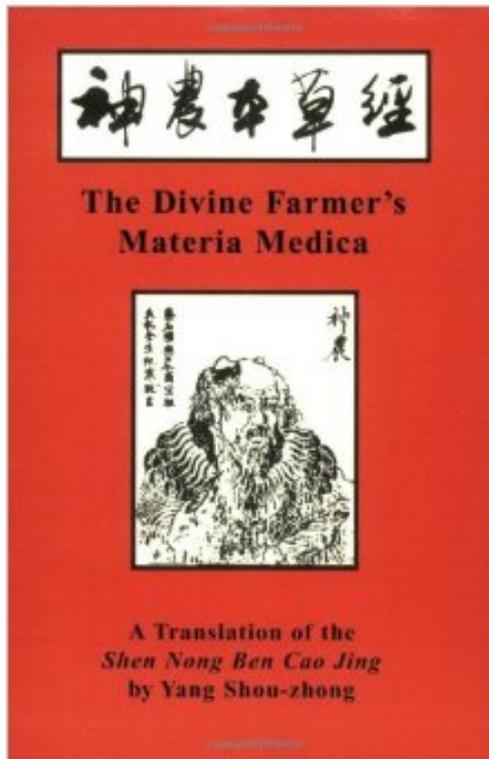
# REFERENCIAS HISTÓRICAS

- La belleza siempre ha estado, y está presente a lo largo de la historia de la medicina china, aunque no se mencione específicamente



# 神農本草經

- *Shen Nong Ben Cao Jing* 神農本草經

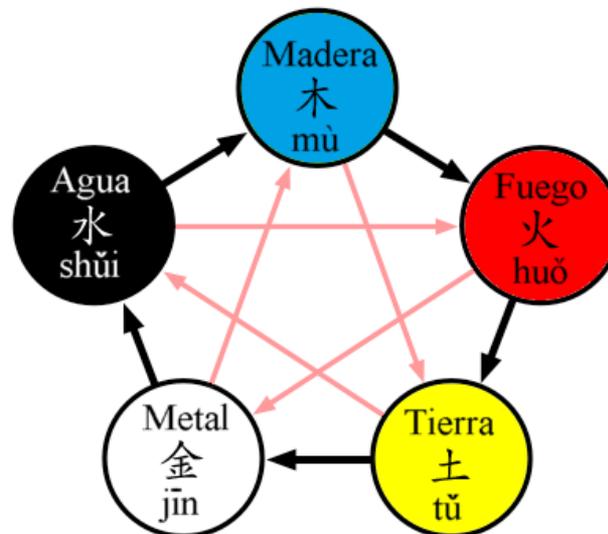


# 神農本草經

- *Shen Nong* “padre fitoterapia china”
- Probaba las plantas
- 1er tratado materia medica china
- 300 plantas
- División plantas superiores, medias, inferiores
- Plantas superiores => propiedades anti envejecimiento y rejuvenecimiento facial

# CINCO ELEMENTOS

- *Wu Xing*
- Correspondencias capítulo 4 y 5 *Su Wen*
- Madera => Hígado => Ojos => Tendones



# SÍNDROMES

- Cara pálida
- Cara roja
- Ojos rojos
- Piel seca
- Caída de pelo
- Pelo seco

Síndrome

- Acupuntura
- Fitoterapia
- Dietética

BELLEZA

Emociones

Hábitos vida

- Alimentación
- Cuidados piel
- Hidratación
- Clima

# SINDROMES

# ¿QUE ES UN SINDROME?

SINDROME- COLECCIÓN DE **SIGNOS**  
Y **SINTOMAS**

**SIGNOS**



OBJETIVO



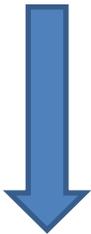
**SINTOMAS**



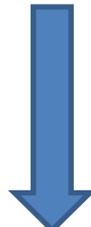
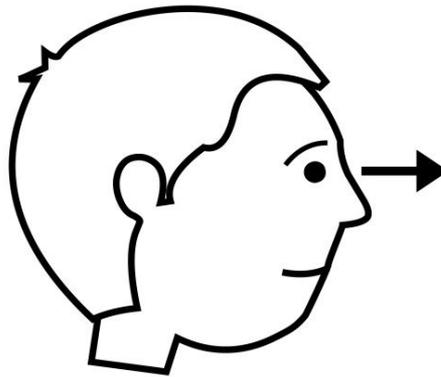
SUBJETIVO



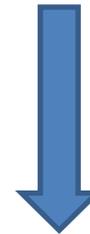
# ¿ COMO DIAGNÓSTICAMOS UN SINDROME?



INTERROGATORIO



LENGUA  
TEZ  
PELO  
SHEN



~~PULSO~~





NO DIAGNOSTICAMOS EN BASE A LO QUE INTUIMOS, SINO A LO QUE OBSERVAMOS Y PREGUNTAMOS!!!!

EQH



中医  
MEDICINA CHINA

# COMO ES DENTRO ES FUERA

- ¿Qué relación guarda un síndrome con estética? => Relación estrecha
- Todos los síndromes tienen una manifestación interna y externa.



# COMO ES DENTRO ES FUERA

- **Insuficiencia de Sangre de Hígado**
  - **Interno**: parestesias, hormigueos, calambres
  - **Externo**: piel seca, pelo seco...

# COMO ES DENTRO ES FUERA

- Importancia síndrome =>
- Llevamos tratamiento estético un paso mas adelante
- Imposible estética sin síndrome
- Síndrome raíz cualquier tratamiento estético => tratamos lo visible a raíz de lo invisible



# SINDROMES PRINCIPALES Y RELACION ESTETICA

# SINDROMES Y ESTETICA

- Para cada síndrome
  - Manifestaciones clínicas
  - Manifestaciones estéticas
  - Tratamiento con acupuntura
  - Tratamiento con fitoterapia
  - Alimentación

# EXCESO / INSUFICIENCIA

- SINDROME **EXCESO** => **PATOGENO** EXTERNO O INTERNO, QI CUERPO OK
- SINDROME **INSUFICIENCIA** => QI, XUE, YIN o YANG DEBILITADOS, NO PATOGENO



# INSUFICIENCIAS

- QI XU
- YANG XU
- XUE XU
- YIN XU

# QI XU (HUNDIMIENTO QI)

CARA PÁLIDA  
VOZ DÉBIL

FALTA DE  
ALIENTO

PROBLEMAS  
DIGESTIVOS

HECES SUELTAS Y  
POCO APETITO

PALPITACIONES

SUDORACION  
ESPONTANEA

CANSANCIO

PULSO DÉBIL

PROLAPSO

QI XU GENERAL  
QI XU PULMÓN  
QI XU BAZO  
QI XU CORAZÓN



# QI XU (HUNDIMIENTO QI)

- QI XU ANTE SALA YANG XU, ES IDENTICA SOLO QUE SIN FRIO
- ESTUDIAMOS QI XU CON YANG XU

# QI XU (HUNDIMIENTO QI)

## **HUANG QI** (Astragali Radix)

- Propiedades: dulce, ligeramente caliente
- Canales: Pulmón, Bazo.
- Características: eleva el Yang Qi, tonifica el Qi de Bazo y de Pulmón, detiene la sudoración, facilita la micción, genera carne, promueve la liberación de pus.
- Características estéticas: fortalece la superficie de la piel y previene la formación de arrugas. Drena la Humedad, eleva el Qi, ayuda si hay ptosis facial, bolsas en los ojos e hinchazón facial.
- Hervir a fuego lento 6 gramos de la raíz en medio litro de agua durante 25 minutos. Colar. Esa decocción da para dos tazas, a razón de una al día.



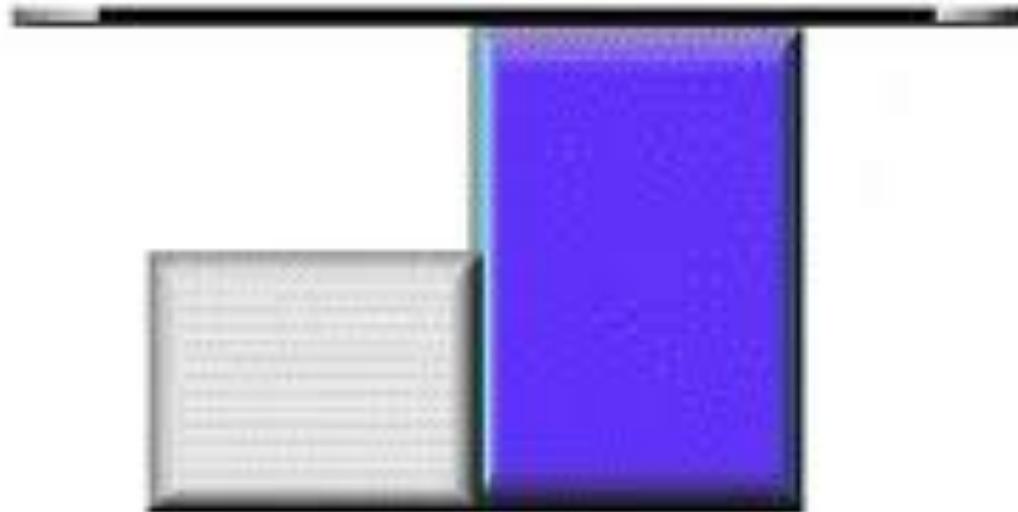
# QI XU (HUNDIMIENTO QI)

- Hervir a fuego lento 6 gramos de la raíz en medio litro de agua durante 25 minutos. Colar. Esa decocción da para dos tazas, a razón de una al día.



# YANG XU

**Deficiencia de Yang**



# YANG XU

- Es una fase mas evolucionada de Qi Xu.
- Yang no logra calentar => Frio.
- Por lo tanto en Yang Xu **SIEMPRE** hay Frío.
- El **FRIO** caracteriza la insuficiencia de Yang.



# YANG XU



**Sensación de Frío**  
**Miembros Fríos**  
**Cansancio**  
**Sed bebidas**  
**calientes**  
**Cara Pálida**  
**Pulso Débil (Lento)**  
**Lengua Pálida**

BAZO

CORAZÓN

RIÑÓN



# YANG XU

## BAZO

Poco apetito  
Heces Seltas  
Hinchazón abdominal  
Extremidades debiles

Sensación de Frío  
Miembros Fríos  
Cansancio  
Sed bebidas calientes  
Cara Pálida  
Pulso Débil  
Lengua Pálida

## RIÑÓN

Dolor lumbar  
Mareos  
Tinnitus  
Rodillas  
Micción profusa  
Poca actividad sexual  
/libido  
Orinar por la noche  
Edema tobillos

## CORAZÓN

Palpitaciones  
Opresion toracica



# SINTOMAS ESTETICOS DE YANG XU

- Hinchazón (Yang no transforma ni transporta)
- Edemas
- Retención líquidos
- Prolapsos, pérdida de tono muscular
- Palidez
- Órganos mas afectados Bazo y Riñón

# YANG XU DE BAZO

- Tendencia obesidad
- “Trampa dietas”
- Debilidad muscular (bazo controla músculos)
- Cara pálida
- Complicado con humedad (más hinchazón, pesadez)...

脾



# YANG XU DE BAZO



# YANG XU DE BAZO



# ACUPUNTURA

- Ren-12 *Zhongwan*, E-36 *Zusanli*, B-3 *Taibai*, B-6 *Sanyinjiao*, V-20 *Pishu*, V-21 *Weishu*.
- Moxa directa
- Con humedad añadir B-9, Ren-9, E-28, V-22



# FITOTERAPIA

- *Si Jun Zi Tang.*
- *Liu Jun Zi Tang*
- *Central Mansion*
- *Prosperous Earth*



# HUMEDAD

- Digestivo
- *Tsou Li*
- Genitales
- Cabeza



# HUMEDAD

- *Tsou Li*
- Ease the Muscles / *Lian Po Yin*



# HUMEDAD

- Digestivo
- Central Mansion / *Shen Ling Bai Zhu San*



# HUMEDAD

- Jiao Inferior
- Separate Clear And Turbid / *Bi Xie Fen Qing Yin*



# PLANTAS

## ***FU LING***

- Propiedades: dulce, blanda, neutra
- Canales: Corazón, Bazo, Riñón, Pulmón.
- Características: tonifica el Bazo, drena la Humedad, calma el Espíritu.

# PLANTAS

Hervir 6 gramos de *fu ling* en un cazo con 2 tazas de agua, colar y tomar. También podemos tomar 1 gramo en polvo al día diluido en agua.



# PLANTAS

## ***HUANG QI***

- Nombre Farmacéutico: Astragali Radix
- Propiedades: dulce, ligeramente caliente
- Canales: Pulmón, Bazo.
- **Características**: eleva el Yang Qi, tonifica el Qi de Bazo y de Pulmón, detiene la sudoración, facilita la micción, genera carne, promueve la liberación de pus.
- **Características estéticas**: fortalece la superficie de la piel y previene la formación de arrugas. Drena la Humedad, eleva el Qi, ayuda si hay ptosis facial, bolsas en los ojos e hinchazón facial.

# PLANTAS

- Uso: Hervir a fuego lento 6 gramos de la raíz en medio litro de agua durante 25 minutos. Colar. Esa decocción da para dos tazas, a razón de una al día.



# PLANTAS

## **BAI ZHU**

- Nombre Farmacéutico: *Atractylodis macrocephalae* Rhizoma
- Propiedades: amarga, dulce, caliente
- Canales: Bazo, Estómago
- Características: tonifica el Qi de Bazo, seca la Humedad, calma el feto.
- **Aplicación estética**: tonifica el Bazo y drena la Humedad de los canales. Especialmente indicado se hay insuficiencia de Qi de Bazo con heces sueltas, digestiones lentas, tez apagada, falta de energía, retención de líquidos y poco apetito



# PLANTAS

Uso: Hervir a fuego lento 3 gramos en dos tazas de agua durante 20 minutos. Colar y tomar una taza al día. Si lo tenemos en polvo podemos mezclar 1 gramo en agua caliente y tomar una vez al día durante 10 días



# ALIMENTOS

## *Shan Yao (Ñame chino)*

- Se incluye en la categoría de plantas que tonifican Qi. Tonifica Qi de Bazo, de Estómago y de Qi de Pulmón, así como Yin y de Yang de Riñón. Por ello es beneficioso para la piel y el cabello y las manchas oscuras y el descoloramiento.
- Se puede agregar a cualquier sopa. Si optamos por consumir ñame seco en lugar de fresco, la medida es de 12 gramos por sopa.



# ALIMENTOS



# ALIMENTOS

## ***Yi Yi Ren (semillas de coix/lágrima de job)***

- Es de naturaleza fría y de sabor dulce. Entra en los canales del Pulmón, del Bazo, del Estómago y de los Riñones. Tonifica el Bazo y fortalece los Pulmones; resuelve la Humedad del digestivo.



# ALIMENTOS



# ALIMENTOS

## Cerezas

- Las cerezas son calientes y de sabor dulce, actuando sobre el Estómago y el Bazo.
- Tonifican el Qi y la Sangre del Calentador Medio
- Humedecen la piel si hay sequedad de piel.
- Debido a que tienen un alto contenido en hierro, dan brillo y tono a la piel puesto que enriquecen la sangre

# ALIMENTOS

## Soja Negra

- Nutre el Bazo y resuelve la Humedad. Se puede utilizar si hay insuficiencia de Bazo que cursa con retención de líquidos, edemas, pesadez de piernas e hinchazón abdominal.



# ALIMENTOS

## ***Dong Gua* (Melón de Invierno Chino)**

- Muy popular en china donde se consume habitualmente como sopa.
- Sus semillas (*Dong Gua Ren*) se utilizan debido a que drenan la Humedad, aclaran el Calor y resuelven Flema.
- Embellece la piel, desintoxica el cuerpo y beneficia al Corazón. Trata las bolsas que aparecen alrededor de los ojos así como las ojeras. Debido a que trata la Flema y la Humedad, su consumo regular puede ayuda a perder peso



# ALIMENTOS

- Uso: Mezclar 6 gramos de semillas de *Dong Gua Zi* y hervir en medio litro de agua durante 20 minutos. Beber la infusión y comer las semillas peladas.
- Mascarilla: Mezclar 2 gramos de semillas de *Dong Gua Zi* en polvo con media cucharadita de miel. Extender por la cara durante 15 minutos y transcurrido ese tiempo aclarar con agua abundante.

# ALIMENTOS

## *Ju Hong Gua*

- Infusiones de piel de mandarina



# MASCARILLAS

## **Mascarilla de *Feng Wang Jiang***

- La jalea real, además de ser un excelente tónico en casos de fatiga y un fuerte estimulante del sistema nervioso entre otros, es un gran tónico facial. Basta con aplicarla sobre el rostro limpio, dejar actuar durante 20 minutos y aclarar con abundante agua.

# YANG XU DE RIÑÓN

- PALIDEZ
- EDEMAS (PIERNAS)

腎





中医  
MEDICINA CHINA



# ACUPUNTURA

- *V-23 Shenshu, Du-4 Mingmen, Ren-4 Guanyuan, Ren-6 Qihai, R-3 Taixi, R-7 Fuliu*





# PLANTAS

## *TU SI ZI (Cuscutae Semen)*

- Propiedades: ácida, dulce, neutra.
- Canales: Riñón, Hígado.
- Características: Caliente el Yang Original, nutre el Yin, tonifica los Riñones, el Hígado y el Bazo.

### **Aplicación estética**

- Se utiliza por lo general para eliminar manchas de la cara y dar brillo a la cara si hay tez apagada. Al tonificar el Yang de Riñón (y en Yin) ayuda a nutrir la piel de la cara. Utilizar con síntomas de insuficiencia de Yang de Riñón.

# PLANTAS

Hervir 6 gramos en dos tazas de agua durante 20 minutos, colar y tomar



# PLANTAS

## ***ROU GUI (Cinnamoni Cortex)***

- Propiedades: acida, dulce, caliente
- Canales: Corazón, Riñón, Hígado, Bazo.
- Características: caliente y tonifica Yang, dispersa el Frío, promueve el movimiento de la Sangre.

### **Características estética:**

- Debido a su naturaleza caliente, mejora la tez, sobre todo si hay palidez, promoviendo el flujo sanguíneo hacia la cara. Especialmente con pies fríos, manos frías, abdomen frío, etc. Evitar si la persona presenta síntomas de calor.



# MANCHAS DE VEJEZ



# MANCHAS DE VEJEZ

## *Shi zi (Caqui)*

- Los caquis aclaran el calor del cuerpo, nutren los Pulmones y humedecen la piel; se deben comer sin piel y maduros, y se emplean para manchas oscuras en la cara, pudiéndose aplicar la piel directamente sobre el rostro



# MANCHAS DE VEJEZ

## ***ZHEN ZHU (Polvo de Perla) => Mascarilla***

- En un bol mezclamos  $\frac{1}{4}$  de cucharadita de aceite de oliva,  $\frac{1}{4}$  de cucharadita de miel y dos gramos de polvo de perlas. Aplicamos la mezcla a la cara y dejar 15 minutos. Retirar y aclarar con abundante agua.
- Otra alternativa es mezclar una clara de huevo con media cucharadita de miel y polvo de perla. Extender por la cara. Si la mezcla resulta demasiado compacta rebajar con un poco de agua. Dejar 20 minutos y lavar con abundante agua.



# MANCHAS DE VEJEZ

## ***YU LI REN* (semillas de Cerezo)**

- Mascarilla de *Yu Li Ren*: Según la medicina china, las semillas de cerezo alivian el estreñimiento, humedecen y producen un movimiento de descenso y tratan la retención de líquidos. A nivel estético se emplean cuando hay problemas de pigmentación y de manchas de vejez.
- Semillas de cerezo, si crudas, asar en horno. Triturar un puñado hasta obtener un fino polvo.
- Antes de dormir, mezclar una cucharadita de este polvo con una clara de huevo y extender por cara, dejándola toda la noche.



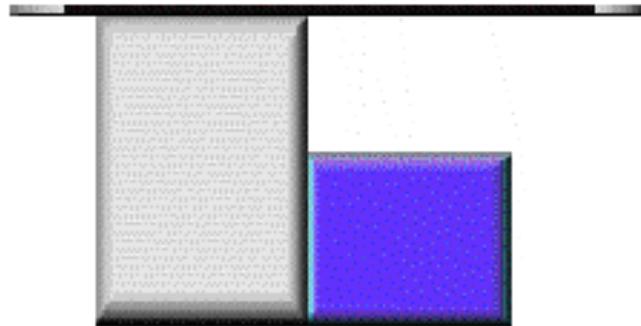
# MANCHAS DE VEJEZ

## ***DONG GUA ZI (Melón Chino)***

- Uso: Mezclar 6 gramos de semillas de *Dong Gua Zi* y hervir en medio litro de agua durante 20 minutos. Beber la infusión y comer las semillas peladas.
- Mascarilla: Mezclar 2 gramos de semillas de *Dong Gua Zi* en polvo con media cucharadita de miel. Extender por la cara durante 15 minutos

# YIN XU

## Deficiencia de Yin



**YIN XU**



**P**

**Tos seca  
Voz ronca  
Garganta seca**

**Sudores Nocturnos  
Sensacion de Calor por la  
tarde  
Adelgazamiento  
Leve ansiedad  
Boca seca por la noche  
*Calor 5 Corazones*  
*Heces secas*  
*Orina oscura*  
*Rubor malar*  
P: Flotante  
L: Roja/normal, sin saburra**

**C**

**Palpitaciones  
Insomnio  
Ansiedad**

**R**

**Mareos  
Tinitus  
Orina turbia y  
escasa**

**H**

**Ojos secos  
Síntomas insuf Xue**

# SINTOMAS ESTETICOS DE YIN XU

- Sequedad
- Arrugas
- Adelgazamiento





中医  
MEDICINA CHINA



# ACUPUNTURA

- Ren-4 *Guanyuan*, R-3 *Taixi*, R-6 *Zhaohai*, R-10 *Yingu*, R-9 *Zhubin*, B-6 *Sanyinjiao*, P-7 *Lieque* y R-6 *Zhaohai* combinados (puntos de apertura de *Ren Mai*). .
- Sin Moxa



# FITOTERAPIA

- *Zuo Gui Wan.*
- *Liu Wei Di Huang Wan*
- *Nourish the Root*
- *Ease the Journey Yin*



# ALIMENTOS

## *Sang Shen Zi (Moras)*

- Pueden consumirse o bien directamente o como zumo; en medicina china *Sang Shen Zi* refresca y tonifica la Sangre y nutre el Yin, promueve la secreción de saliva y humedece la sequedad.



# ALIMENTOS

- Sopa de Hueso anti arrugas
- 700 gramos de huesos de cerdo (sin carne), 2.5 litros de agua, 3 cebollinos cortados en laminas, 5 rodajas de jengibre fresco, 2 cucharaditas de vino de cocinar,  $\frac{1}{4}$  de cucharadita de sal. Poner al fuego. Cuando el agua rompa a hervir, hervir a fuego lento durante una hora y media. Tomar dos tacitas pequeñas al día



# MASCARILLAS

- Mascarilla de plátano y fresa
- Mezclar 3 fresas con un cuarto de plátano y aplicar al rostro. Dejar 15 minutos.  
Transcurrido este tiempo aclarar con agua abundante



# MASCARILLAS

- Mascarilla de leche y kiwi
- Mezclar 1/8 de taza de leche con 1 kiwi y aplicar sobre la cara mientras masajeamos el rostro. Dejar 15 minutos y aclarar con agua abundante



# MASCARILLAS

## Mascarilla de pie de cerdo

- Hervir medio kilo de pies de cerdo troceados en 8 tazas de agua durante 2 horas (o hasta que quede aproximadamente una taza de agua).
- Introducir caldo en la nevera. Al enfriarse, se formará sobre su superficie una gelatina que utilizaremos para extender sobre la cara por la noche antes de dormir y que retiraremos a la mañana siguiente

# MASCARILLAS

- Para combatir las arrugas podemos hacer una mascarilla a base de huevo, de miel y de leche. Para ello mezclamos una cucharada de leche con otra de miel y con un huevo crudo. Extendemos sobre la cara y dejamos actuar durante 15 minutos. Retiramos y aclaramos con abundante agua



# ALIMENTOS

## Alimentos “anti-arrugas”

- Dátiles chinos
- Cacahuetes
- Soja Negra
- Piel de cerdo
- Semillas de sésamo negro
- Nueces
- Cerezas
- Miel
- Goji



# SANGRE

- INSUFICIENCIA
- ESTANCAMIENTO
- CALOR

# SANGRE

- ESTRECHAMENTE UNIDA AL QI
- DONDE VA EL QI VA LA SANGRE
- QI MUEVE SANGRE
- A VECES INSUF QI LLEVA A INSUF SANGRE
- **BAZO** PRODUCE XUE, **CORAZON** LA MUEVE, **HIGADO** ALMACENA
- DOS ORGANOS AFECTADOS POR PATOLOGÍA DE LA SANGRE: HIGADO + CORAZON

INSOMNIO

PELO Y PIEL SECOS

VISION BORROSA  
+ MOSCAS

MAREOS

TEZ PALIDA,  
LABIOS

DEPRESIÓN  
ANSIEDAD  
SIN RUMBO  
MALA MEMORIA

CANSANCIO

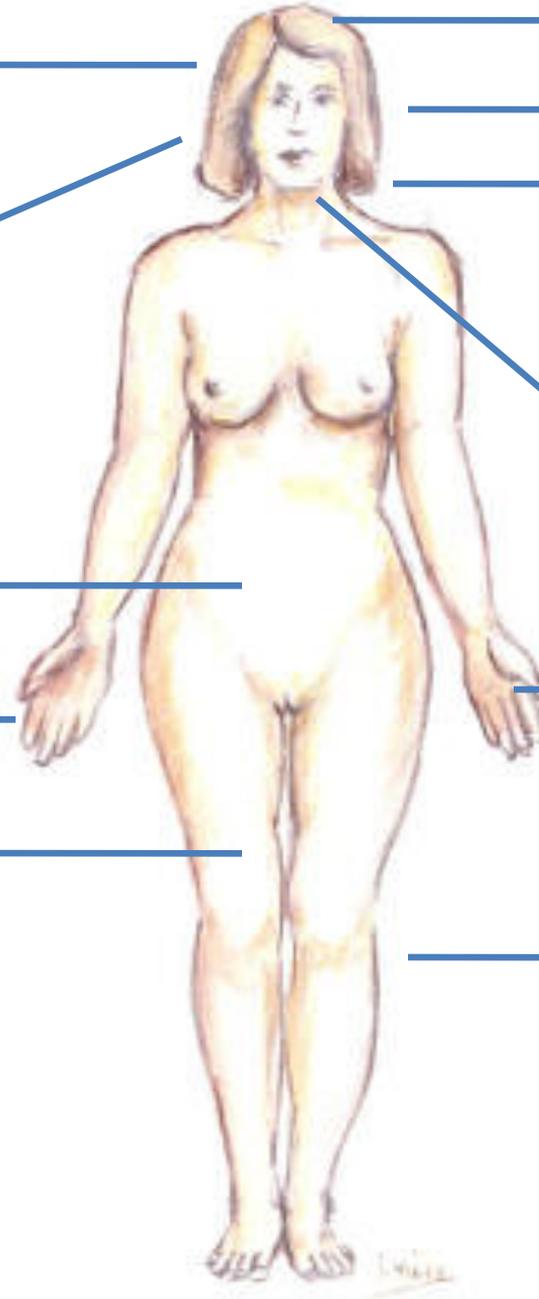
MENS. ESCASAS

UÑAS FRÁGILES

PARESTESIAS/HOR  
MIGUEOS

CALAMBRES

DEBILIDAD  
MUSCULAR



# SINTOMAS ESTETICOS DE XUE XU

- Sequedad de piel
- Sequedad de pelo
- Uñas frágiles
- Caída de pelo
- Adelgazamiento



中医  
MEDICINA CHINA

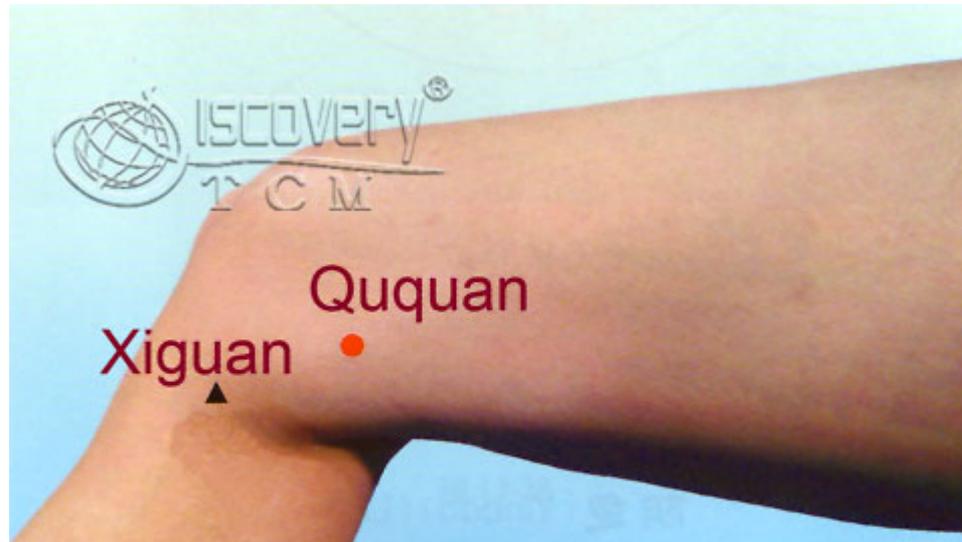


中医  
MEDICINA CHINA



# ACUPUNTURA

- H-8 *Ququan*, B-6 *Sanyinjiao*, E-36 *Zusanli*, Ren-4 *Guanyuan*, V-18 *Ganshu*, V-20 *Pishu*, V-23 *Shenshu*, V-17 *Geshu*



# FITOTERAPIA

- *Si Wu Tang*
- *Bu Gan Tang*
- *Precious Sea*
- *Calm the Shen*



# FITOTERAPIA

- *Si Wu Tang (decocción de las Cuatro Sustancias)*
  - *Shu Di Huang* (15 gramos)
  - *Bai Shao* (10 gramos)
  - *Dang Gui* (12 gramos)
  - *Chuan Xiong* (8 gramos)

# FITOTERAPIA



# PLANTAS

## ***DANG GUI***

- Nombre Farmacéutico: Angelicae Sinensis Radix
- Propiedades: dulce, acida, caliente.
- Canales: Corazón, Hígado, Bazo.
- **Características:** tonifica la Sangre, vigoriza la Sangre, regula la menstruación, alivia el dolor.
- **Características estéticas:** promueve el flujo de sangre a la cara, nutre la piel seca, tiene propiedades anti envejecimiento.

# PLANTAS

- Realizar una decocción mezclando 3 gramos de raíz de *Dang Gui* con 300cl de agua y hervir a fuego lento durante 15 minutos. Colar y tomar



# ALIMENTOS

## ***Da Zao (Dátiles chinos)***

- Los Dátiles chinos son dulces, calientes y penetran en los canales del Bazo y del Estómago. Son un tónico de Qi y de Sangre y generan Líquidos Orgánicos. Debido a que generan Sangre y Líquidos orgánicos, son un complemento ideal en dietas de personas con pieles secas, labios secos y arrugas.



# ALIMENTOS

## Cacahuetes

- De sabor dulce y de naturaleza fresca, los cacahuetes son beneficiosos para el Bazo y el Pulmón. Hidratan el Pulmón y fortalecen el Calentador Medio. Debido a su acción sobre el Pulmón y la correspondencia de este órgano con la piel, resultan estupendos para tratar las pieles secas.



# PSORIASIS/EXCEMA

# PSORIASIS/EXCEMA

- Siempre hay Humedad-Calor-Viento en la piel, y Calor en la Sangre
- Otra forma de Viento.
- B-6, B-10, IG-11
- Clear Lustre (aplicar sobre herida)

# OJOS



# MASCARILLA DE ACEITE DE SEMILLAS DE SÉSAMO

- Mascarilla muy eficaz para las ojeras.
- Aplicar un poco de aceite de semillas alrededor de las ojeras y extender masajeando suavemente antes de dormir



# MASCARILLA DE PIEL DE CAQUI

- Para problemas de ojos (ojeras, bolsas, ojos cansados...)
- Pelar un caqui maduro y con los ojos cerrados aplicar el caqui pelado sobre estos aplicando un suave masaje. Tras veinte minutos retirar y lavar con agua abundante



# MASCARILLA DE PIEL DE PATATA

- Tomar una patata cruda, cortar dos tiras de piel y aplicar presionando sobre cada ojo durante 10 minutos. Retirar y lavar.



# MASCARILLA DE PIEL DE MANZANA

- Tomar una manzana, cortar dos tiras de piel y aplicar presionando sobre cada ojo durante 10 minutos. Retirar y lavar.



# AGUA TÓNICA DE FLOR DE CRISANTEMO

- Para ojeras y círculos negros
- Mezclar y dejar reposar durante 10 minutos 200 cl de agua hirviendo con 6 gramos de flor de crisantemo.
- Mojamos en este agua una toalla de mano y aplicamos sobre los ojos durante un minuto, repitiendo la operación 5 veces. Para mayor efectividad es posible añadir un gramo de polvo de perla al líquido

# TÓNICOS DE PIEL

# MASCARILLA DE NUECES DE GINGKO

- Coger un puñado de nueces de ginko peladas, machacar y añadir un poco de agua hasta lograr una pasta que aplicaremos sobre la cara en días alternos.



# MASCARILLA DE MELON CHINO

- Para mantener un tono facial radiante, es aconsejable realizar un mascarilla de melón de invierno; separamos la parte tierna del melón y la machacamos. Aplicamos la mezcla 20 minutos sobre el rostro, y transcurrido ese tiempo, retiramos y lavamos con agua abundante.

