

Los Puntos Esenciales de Acupuntura

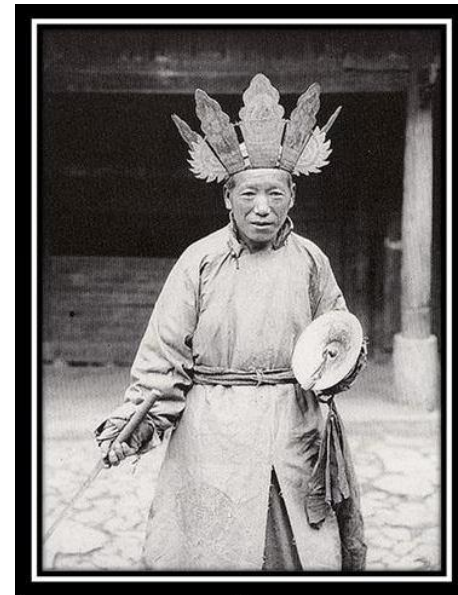


UN POCO DE HISTORIA

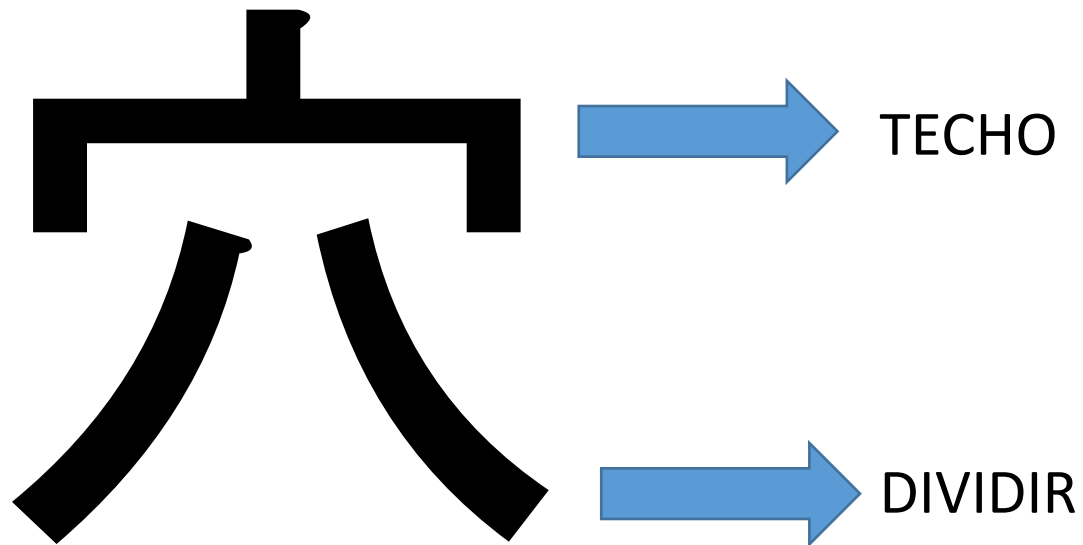


ORÍGEN CHAMÁNICO

- Dinastía *Zhuo* / Reinos combatientes
- Chamanes lanzas
- Punto acupuntura = *Xue* = Cueva



IDEOGRAMA



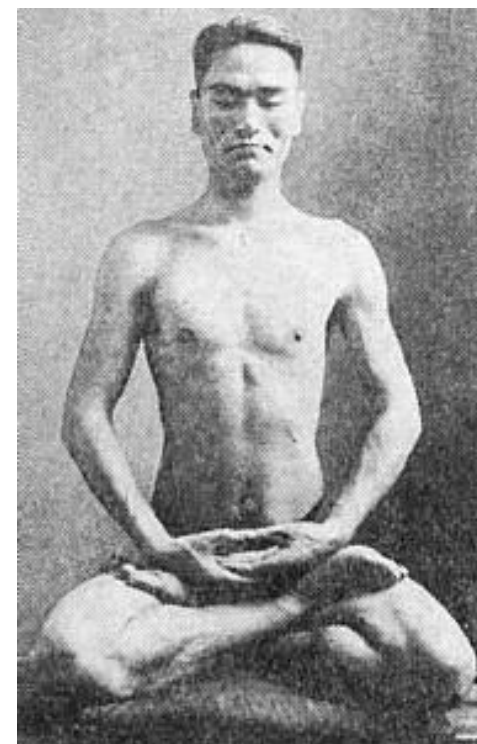
TEORÍA ACEPTADA

- Masaje de puntos
- Puntos alivian
- Inserción aguja en puntos
- *Deqi* por canal => descubren canal
- Puntos dolorosos/cambios => en relación con un órgano
=>relación *Zang Fu*



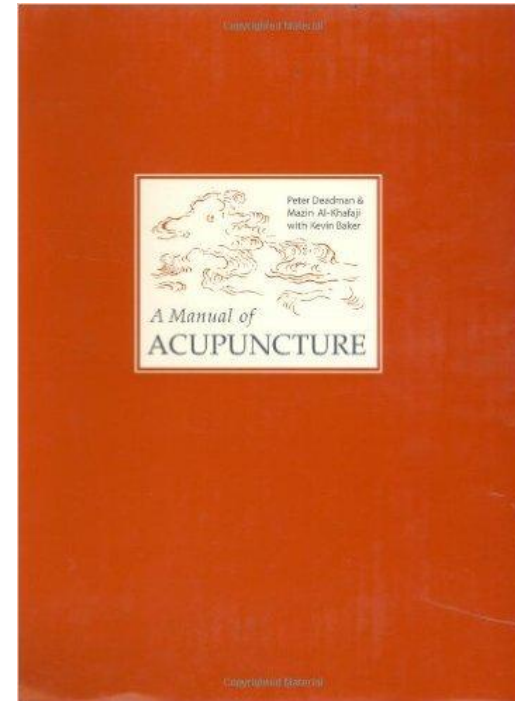
¿VISIÓN?

- *Nei Jing* hablan de sabios de la antigüedad
- En ese libro ya estaba definido el canal
- Bian Que veía los órganos y canales.



FUENTE DE LAS IMÁGENES

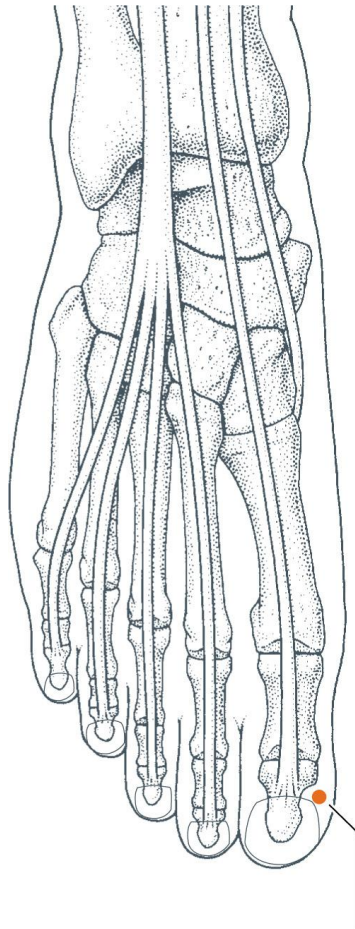
Todas las imágenes de los puntos de acupuntura extraídas del libro *A Manual of Acupuncture* de Peter Deadman



TRES YIN DEL PIE

BAZO

B-1 YINBAI (Blanco Escondido)



Yinbai SP-1

Naturaleza

Punto Pozo (*Jing*).

Punto Madera.

Punto Fantasma de Sun Si Miao.

Localización

En la intersección de la línea medial vertical y horizontal de la uña del dedo gordo del pie, aproximadamente a 0,1 *cun* de la esquina de la uña.

Puntos TING base uña!

Inserción

Perpendicular u oblicua proximal de 0,1 a 0,2 *cun*.

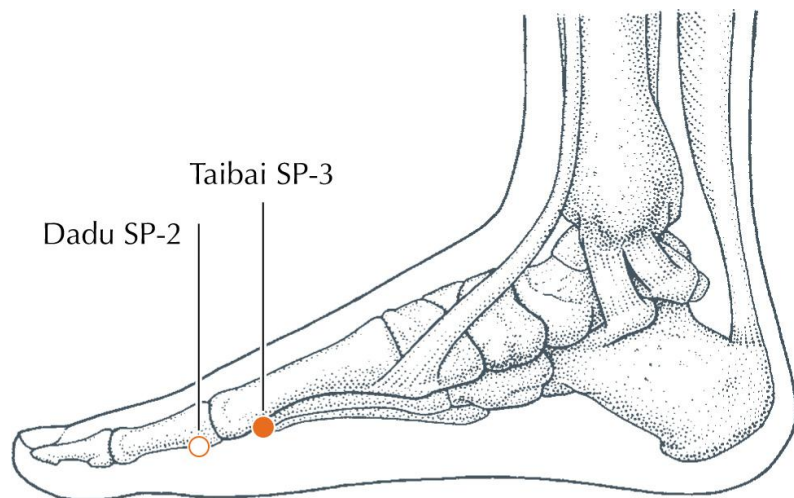
B-1 YINBAI (Blanco Escondido)

Funciones

- Refuerza contención Bazo
- Detiene Sangrados con moxa directa (¿?)
- Sangrados Uterinos, pero también otros



B-3 TAIBAI (Blanco Supremo)



Naturaleza

Punto Arroyo (*Shu*).

Punto Tierra.

Punto Fuente (*Yuan*).

Localización

En la cara medial del dedo gordo del pie, en la depresión que se forma proximal y por debajo de la primera articulación metatarso falángica, en el límite entre la piel roja y la piel blanca

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*.

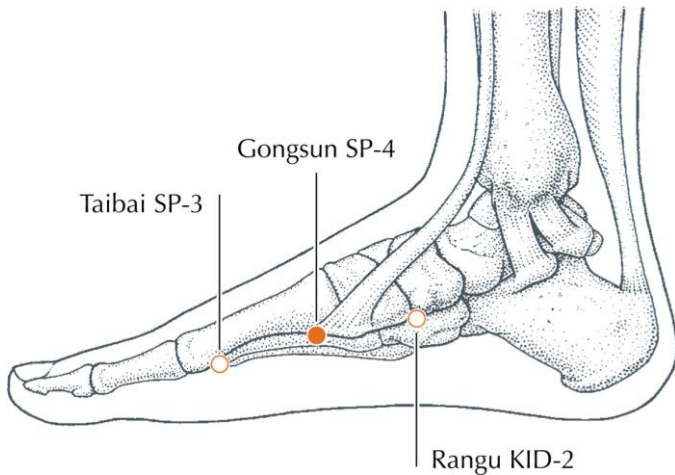
B-3 TAIBAI (Blanco Supremo)

Funciones

- Emplea como punto tonificación (fallo 5 Elementos)!
- Todo tipo de insuficiencias de Bazo (Qi, Yang, Hundimiento)
- Fortalece el Yi (estudio, memoria)
- Resuelve la Humedad
- Reforzar columna (cap. 4 Su Wen)



B-4 GONGSUN(Colaterales Luo Diminutos)



Naturaleza

Punto *Luo*.

Punto de apertura del *Chong Mai*.

Localización

En la cara medial del dedo gordo del pie, en el límite entre la piel roja y la piel blanca, en la depresión que se forma distal y por debajo del primer hueso metatarsal.

Para encontrar B-4 *Gongsun*, localizamos primero B-3 *Taibai* y deslizamos nuestro dedo índice por el borde del hueso metatarso hasta topar con la depresión que se forma en la base distal del primer hueso metatarsal. Esta depresión se encuentra aproximadamente a 1 *cun* proximal de B-3 *Taibai*.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

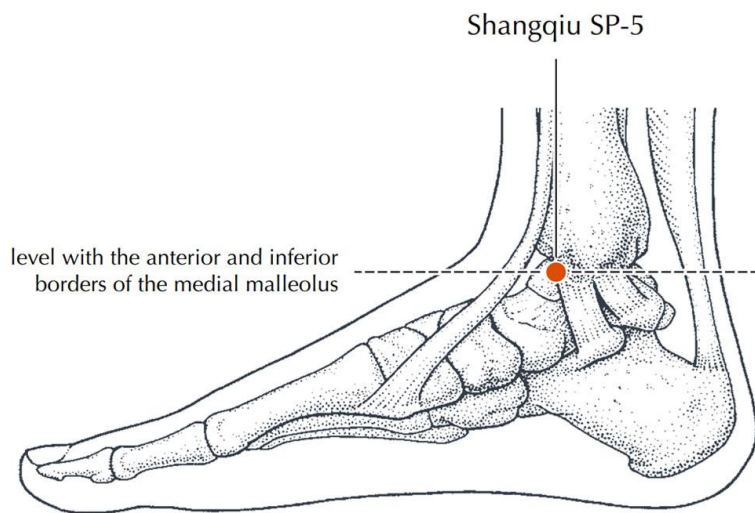
B-4 GONGSUN(Colaterales Luo Diminutos)

Funciones

- Problemas digestivos (ascenso) => Mar de los Alimentos
- Agitación (QI Rebelde Chong Mai)
- Punto Luo => sangrados, sobre todo digestivo
- Problemas dedo gordo del pie



B-5 SHANGQIU (Montículo de Metal)



Naturaleza

Punto Río (*Jing*).

Punto Metal.

Punto de Sedación.

Localización

En el maleolo interno, en una depresión formada en la intersección de la línea horizontal del borde inferior del maleolo interno y la línea vertical del borde anterior del maleolo interno.

A la misma altura que VB-40.

Inserción

Perpendicular de 0,2 a 0,3 *cun*, o bien transversal hacia *Jiexi* E-41 por debajo de los tendones

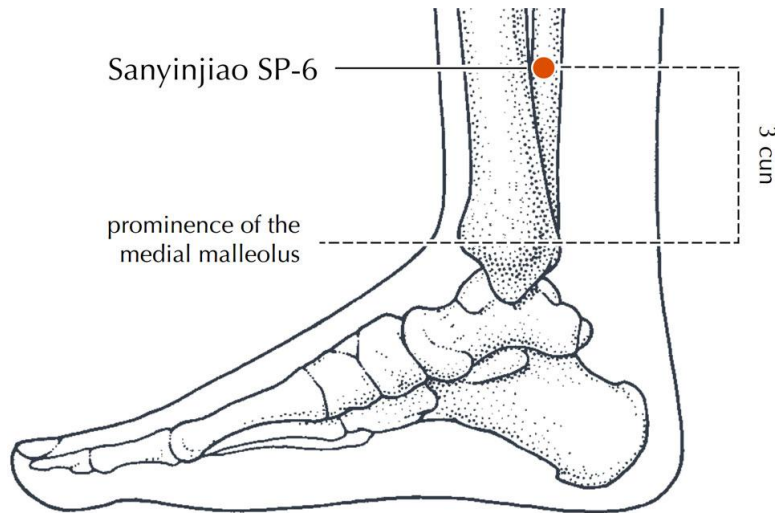
B-5 SHANGQIU (Montículo de Metal)

Funciones

- Punto secundario para resolver la Humedad y tonificar el Bazo
- Problemas articulares, de tendones... (Punto río)



B-6 SANYINJIAO (Reunión de los 3 Yin)



Naturaleza

Punto de cruce de los tres canales Yin del pie (Bazo, Hígado y Riñón).

Localización

En la cara medial de la pierna, a 3 *cun* por encima de la prominencia máxima del maleolo interno, y en la depresión que se forma pegada a la cresta medial de la tibia.

Inserción

Perpendicular u oblicua proximal de 1 a 1,5 *cun*

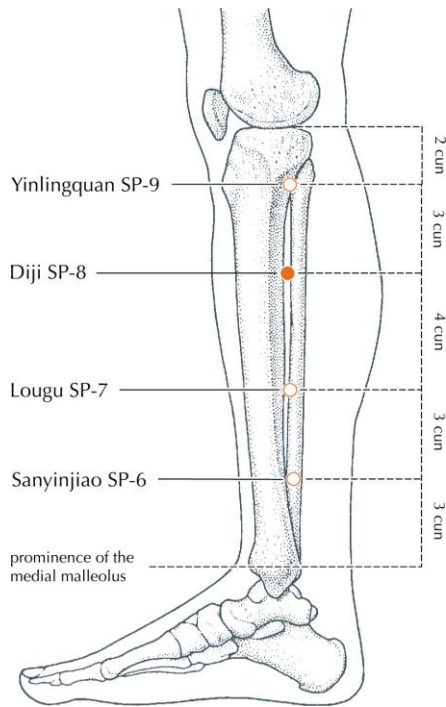
B-6 SANYINJIAO (Reunión de los 3 Yin)

Funciones

- Punto principal para tonificar el Bazo (E-36) + moxa con aguja.
- Tonifica la Sangre.
- Resuelve la Humedad (Jiao Inferior) => micción dificultosa, secreción vaginal...)
- Nutre Yin.
- Estancamiento y Calor en la Sangre.
- Regula el Útero.



B-8 DIJI (Eje de la Tierra)



Naturaleza

Punto Hendidura (*Xi*).

Localización

En la cara medial de la pierna y a 3 *cun* por debajo del punto B-9 *Yinlingquan*, en la línea que conecta B-9 *Yinlingquan* con la protuberancia máxima del maleolo interno.

También podemos localizar el punto trazando una línea vertical entre la cresta poplíteica medial y la protuberancia máxima del maleolo interno; dividiremos esta línea en tres tercios, ubicando B-8 *Diji* en la intersección del tercio superior con los dos tercios inferiores.

B-8 *Diji* está a 7 *cun* por encima de B-6 *Sanyinjiao* y a 4 *cun* por encima de B-7 *Lougu*.

Inserción

Perpendicular u oblicua proximal o distal de 1 a 1,5 *cun*

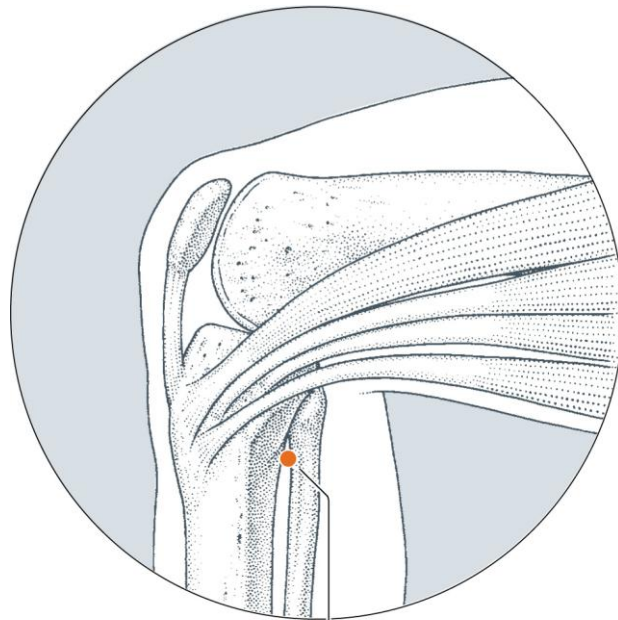
B-8 DIJI (Eje de la Tierra)

Funciones

- Dolor (Xi)
- Dolor menstrual (fase 4)



B-9 YINLINGQUAN (Manantial del Montículo Yin)



Yinlingquan SP-9

Naturaleza

Punto Mar (*He*).

Punto Agua.

Localización

En la depresión que se forma por debajo del cóndilo medial de la tibia, en el ángulo que existe en la unión de este cóndilo con el borde posterior de la tibia.

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*

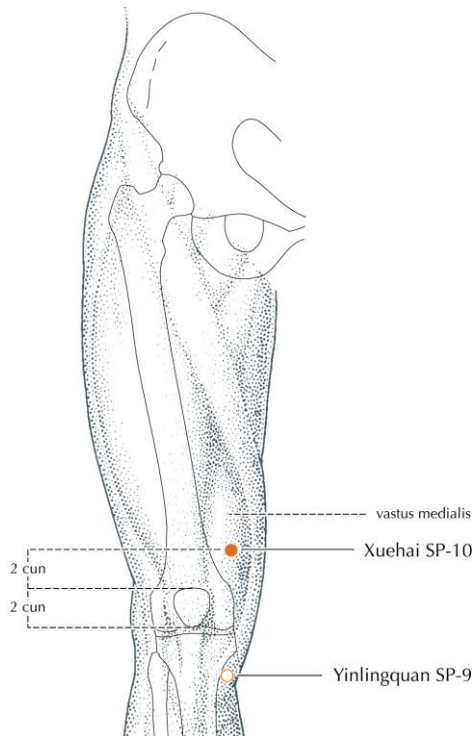
B-9 YINLINGQUAN (Manantial del Montículo Yin)

Funciones

- Humedad Jiao Inferior => orina, diarrea, edemas...
- Bi rodilla (VB-34, B-10, E-34...)



B-10 XUEHAI (Mar de la Sangre)



Naturaleza

Ninguna

Localización

Localizamos B-10 *Xuehai* por encima de la rodilla, a 2 *cun* del borde medial superior de la rótula, en una depresión en la protuberancia del músculo vasto interno, en la misma línea vertical que B-9 *Yinlingquan*.

Inserción

Perpendicular u oblicua distal o proximal de 1 a 1,5 *cun*

B-10 XUEHAI (Mar de la Sangre)

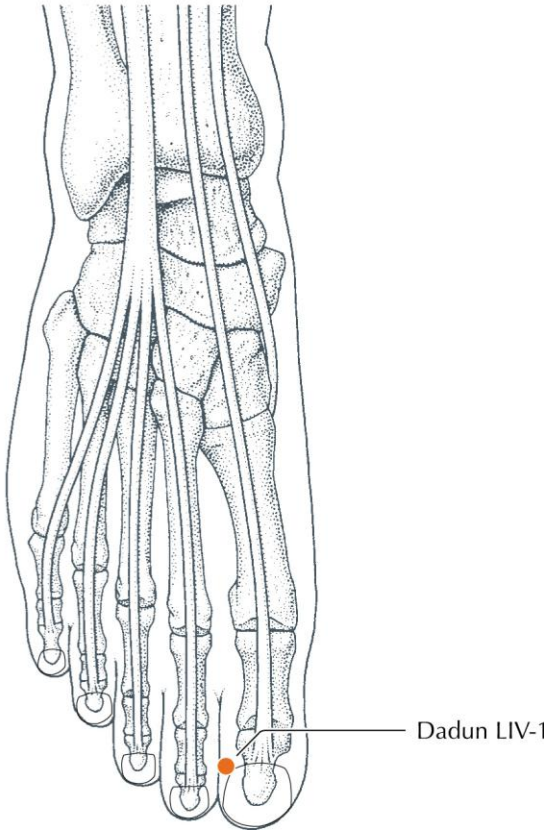
Funciones

- Todo tipo patologías Sangre
- Sobre todo Calor y Estancamiento de Sangre
- Especialmente piel (IG-11, B-6)



HÍGADO

H-1 DADUN (Montículo Grande)



Naturaleza

Punto Pozo (*Jing*).

Punto Madera.

Localización

En la parte lateral del dedo gordo del pie, en la intersección de la línea vertical y horizontal de la uña, a 0,1 *cun* de la esquina de la uña.

Inserción

Perpendicular u oblicua proximal de 0,1 a 0,2 *cun*

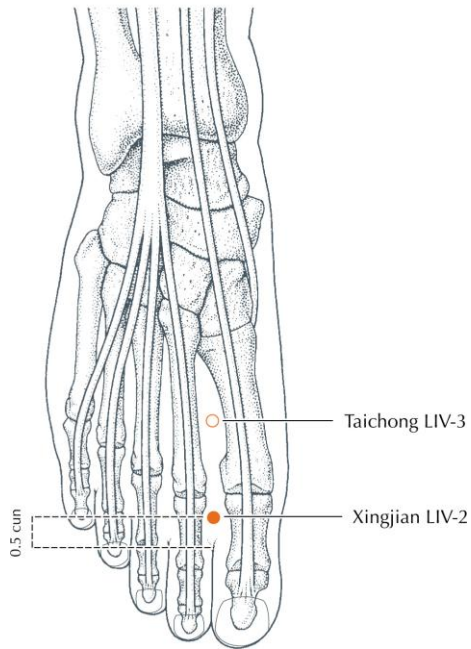
H-1 DADUN (Montículo Grande)

Funciones

- Sangrados (por Calor)



H-2 XINGJIAN (Temporalmente en el Medio)



Naturaleza

Punto Manantial (*Ying*)

Punto Fuego

Punto de Sedación.

Localización

Entre el primer y segundo dedo del pie, a 0,5 *cun* del pliegue interdigital.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 0,8 *cun* u oblicua hacia el talón de 0,5 a 1 *cun*

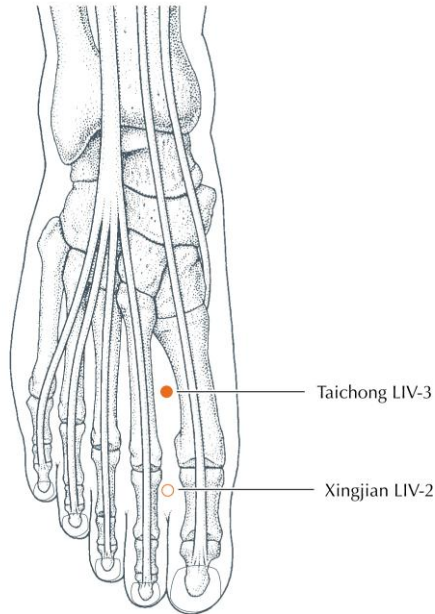
H-2 XINGJIAN (Temporalmente en el Medio)

Funciones

- Fuego, Yang y Viento de Hígado.
- Ojos, sangrados, enfado, gusto amargo, cefaleas...



H-3 TAICHONG (Mayor Penetración)



Naturaleza

Punto Arroyo (*Shu*).

Punto Tierra.

Punto Fuente (*Yuan*).

Punto de la Estrella Celeste Ma Dan Yang.

Localización

En la cara dorsal del pie, entre el primer y segundo hueso del metatarso, en la hendidura que se forma distal a su unión.

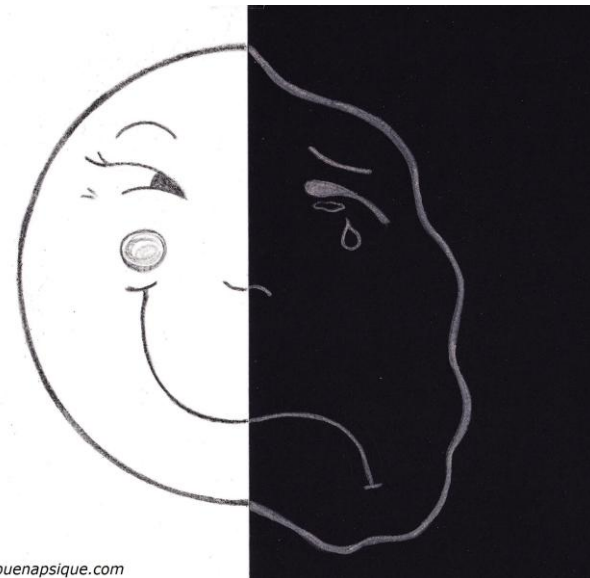
Inserción

En dirección a R-1 *Yonquan* de 0,5 a 1,5 *cun*

H-3 TAICHONG (Mayor Penetración)

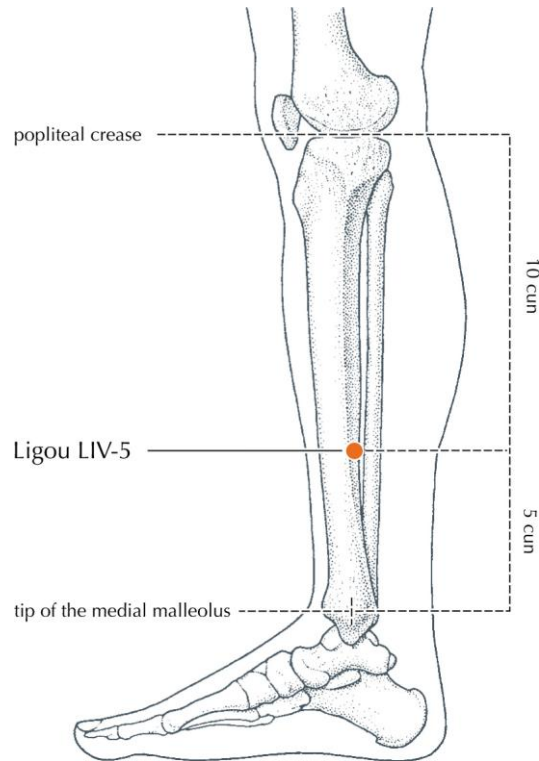
Funciones

- Mueve Qi de Hígado
- Yuan según clásicos
- Viento Interno
- Calma la Mente
- Mueve la Sangre (Chong Mai)



amaltiopobuenapsique.com

H-5 LIGOU (Canal de la Termita)



Naturaleza

Punto Luo.

Localización

H-5 *Ligou* se sitúa a 5 *cun* por encima del punto más elevado del maléolo interno, en el hueco que queda entre la cara interna de la tibia y el músculo gastrocnemio (gemelo).

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1,5 *cun*

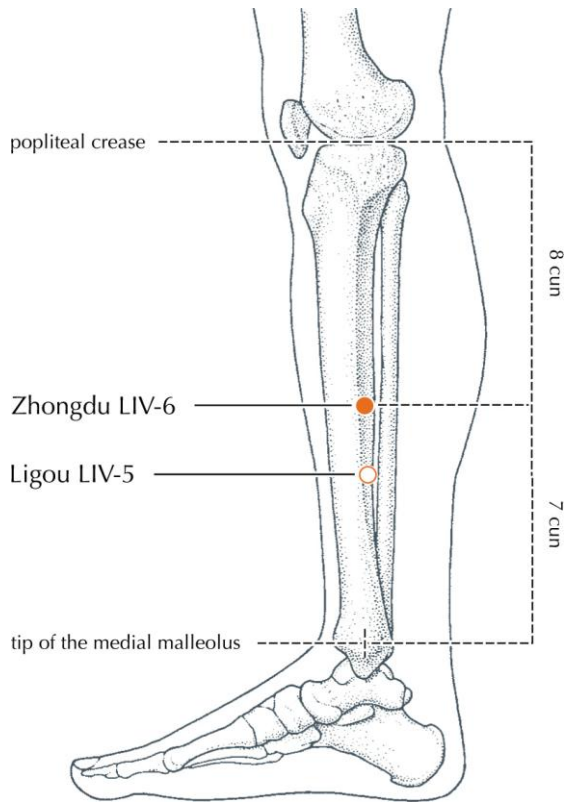
H-5 LIGOU (Canal de la Termita)

Funciones

- Mueve Qi de Hígado
- Actúa sobre la garganta
- Humedad genitales



H-6 ZHONGDU (Capital Central)



Naturaleza

Punto Xi.

Localización

H-6 *Zhongdu* se sitúa a 7 *cun* por encima de la prominencia máxima del maleolo interno, en el hueco que queda entre la cara interna de la tibia y el músculo gastrocnemio (gemelo).

Si hemos localizado H-5 *Ligou* con anterioridad, H-6 *Zhongdu* se encuentra a dos *cun* por encima.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1,5 *cun*

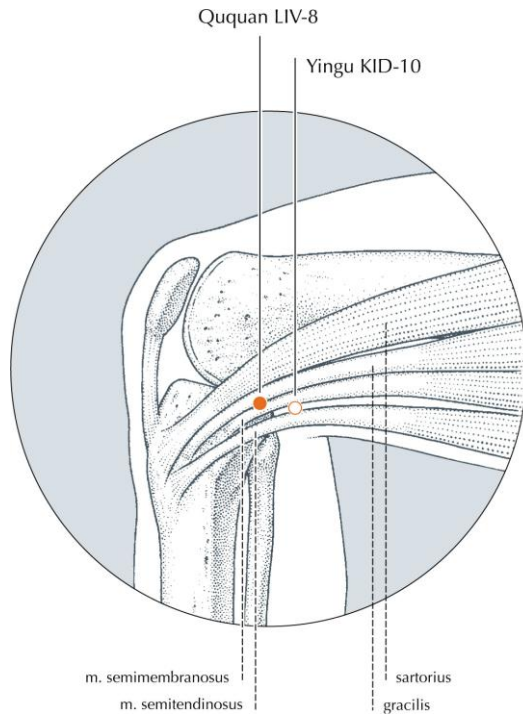
H-6 ZHONGDU (Capital Central)

Funciones

- Dolor abdomen, genital, urinario



H-8 QUQUAN (Manantial en la Curva)



Naturaleza

Punto Mar (*He*).

Punto Agua.

Punto de Tonificación.

Localización

En una depresión anterior a los tendones de los músculos semitendinoso y semimembranoso, y por encima del extremo medial del pliegue del hueco poplíteo. Se localiza mejor con la rodilla flexionada y rotada hacia fuera.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1,5 *cun*

H-8 QUQUAN (Manantial en la Curva)

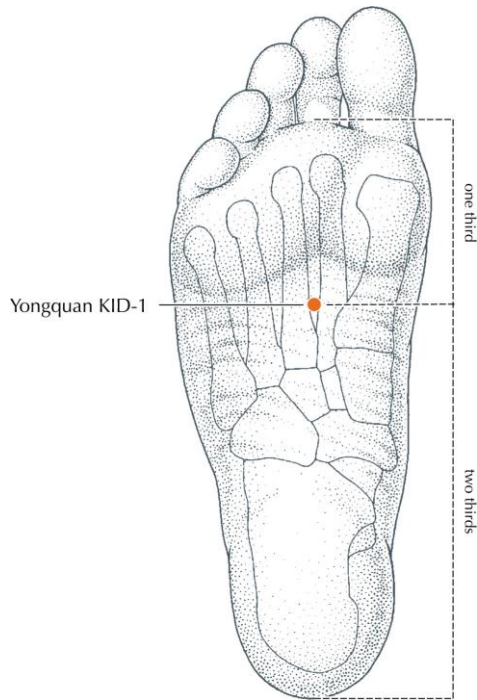
Funciones

- Humedad Jiao Inferior
- Tonifica Sangre Hígado



RIÑÓN

R-1 YONGQUAN (Manantial Burbujeante)



Naturaleza

Punto Pozo (*Jing*).

Punto Madera.

Punto de Sedación.

Localización

En la planta del pie, en una depresión que se forma entre el segundo y tercer hueso del metatarso, aproximadamente a un tercio de la distancia entre la base del segundo dedo del pie y el talón.ç

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

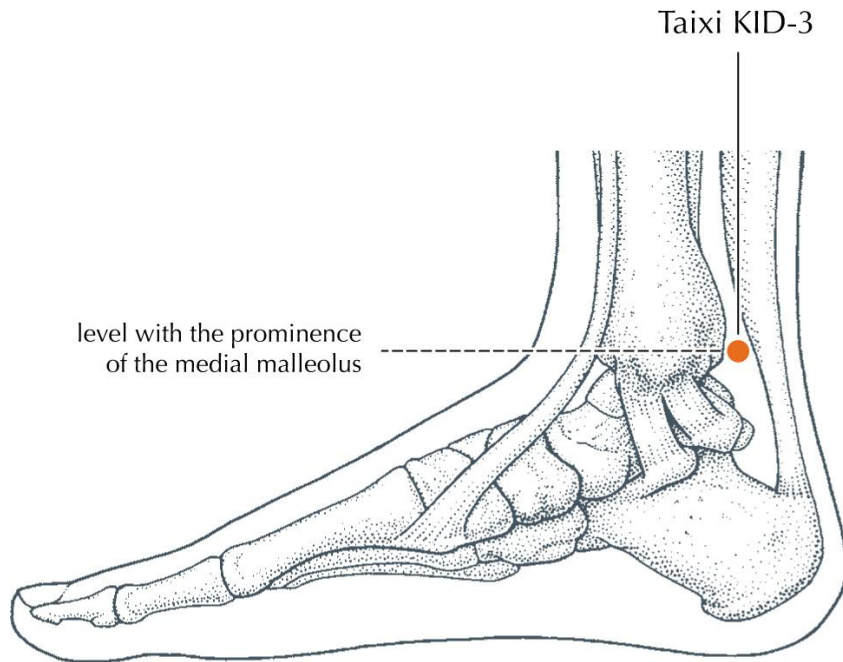
R-1 YONGQUAN (Manantial Burbujeante)

Funciones

- Calor por Insuficiencia de Riñón
- Ansiedad



R-3 TAIXI (Arroyo más Grande)



Naturaleza

Punto Arroyo (*Shu*).

Punto Tierra.

Punto Fuente (*Yuan*).

Localización

En el centro de la depresión que se forma entre el tendón de Aquiles y el punto más elevado del maleolo interno

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

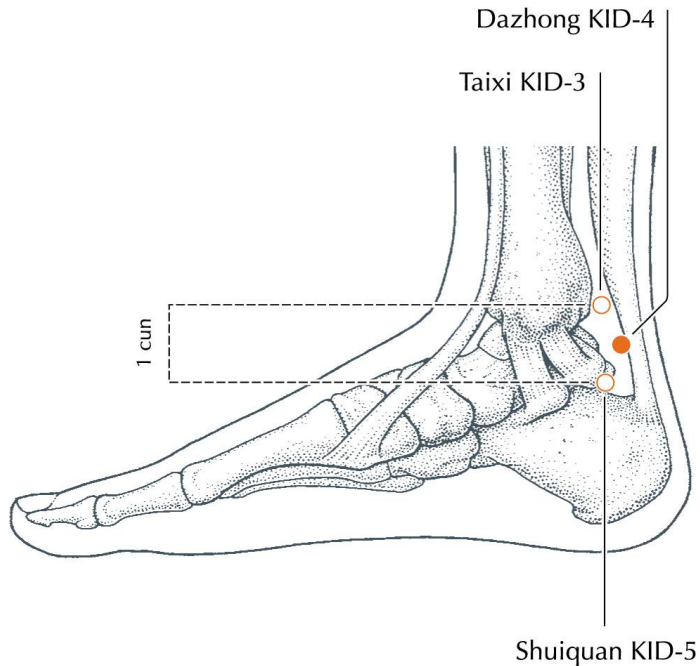
R-3 TAI XI (Arroyo más Grande)

Funciones

- Tonifica Yin y Yang de Riñón
- Esencia
- Recepción Pulmones Qi
- Fortalece huesos y espalda (lumbares)



R-4 DAZHONG (Gran Campana)



Naturaleza

Punto Luo

Localización

A 1 *cun* por debajo de R-3 *Taixi* (punto medio de la línea que une la máxima prominencia del maleolo interno con el tendón de Aquiles) se encuentra R-5 *Shuiquan*. Cuando tengamos R-5 *Shuiquan* localizado, encontramos R-4 *Dazhong* a 0,5 *cun* posterior (hacia el tendón de aquiles) del punto medio de la línea vertical que une R-3 *Taixi* con R-5 *Shuiquan*.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

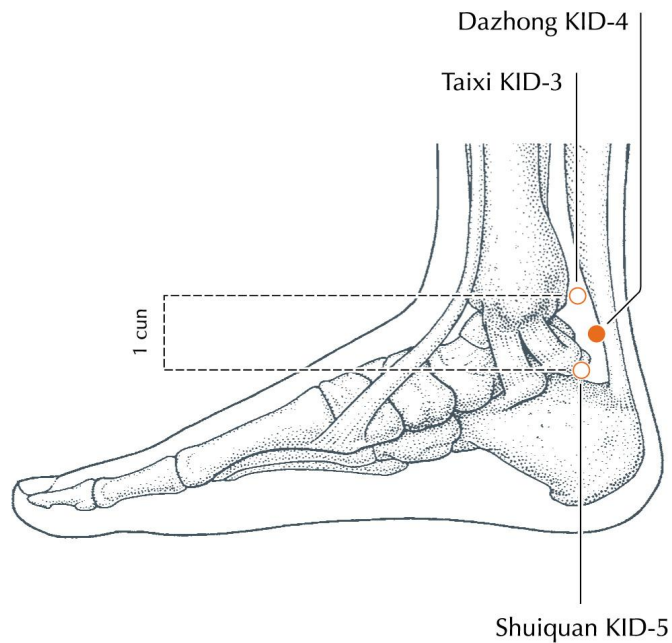
R-4 DAZHONG (Gran Campana)

Funciones

- Punto Luo => conexión Vejiga => dolor lumbar



R-5 SHUIQUAN (Manantial de Agua)



Naturaleza

Punto Hendidura

Localización

Punto A 1 *cun* por debajo de R-3 *Taixi* (punto medio de la línea que une la prominencia máxima del maleolo interno con el tendón de Aquiles).

Inserción

Perpendicular de 0,3 a 0,5 *cun*

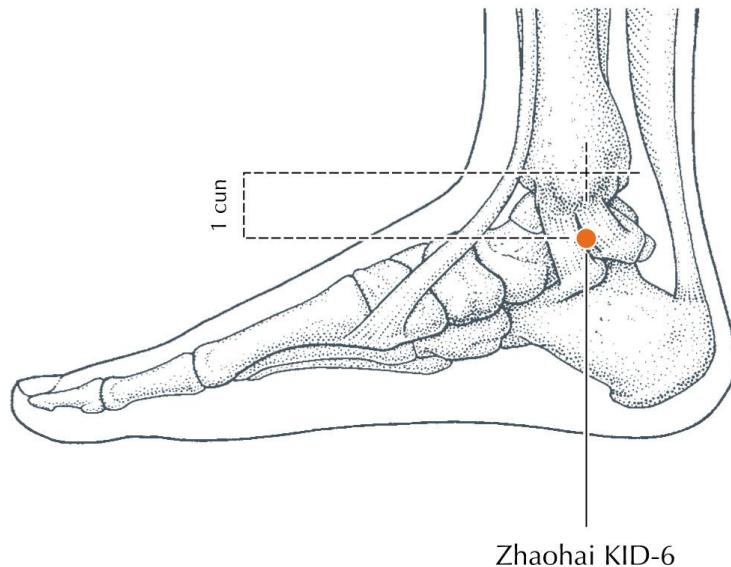
R-5 SHUIQUAN (Manantial de Agua)

Funciones

- Punto Xi=> micción dolorosa.



R-6 ZHAOHAI (Mar Brillante)



Naturaleza

Punto de apertura del canal Extraordinario del *Yin Qiao Mai*

Localización

En la cara medial del tobillo, en el hueco entre el tendón tibial posterior y el tendón del flexor largo de los dedos, a 1 *cun* por debajo de la protuberancia máxima del maleolo interno. Una flexión interna del pie pone de relieve estos dos tendones.

Inserción

Oblicua hacia arriba de 0,3 a 0,5 *cun*

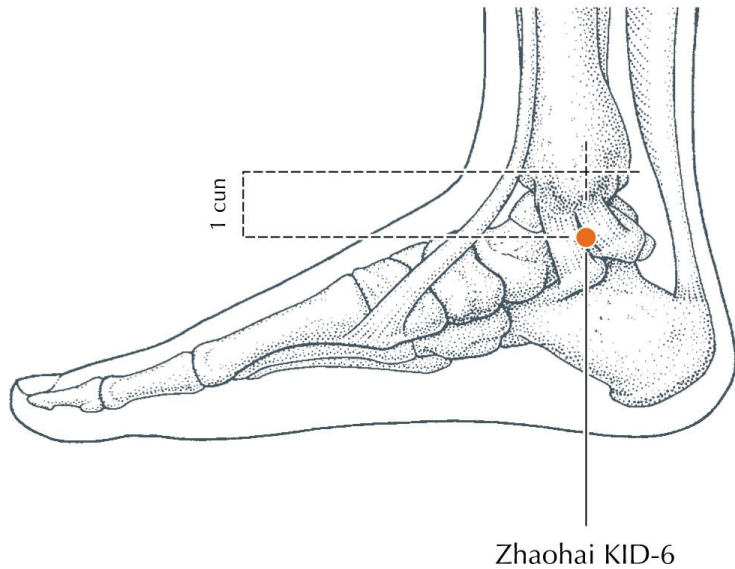
R-6 ZHAOHAI (Mar Brillante)

Funciones

- Tonifica Yin de Riñón.
- Sequedad => ojos y garganta secas
- Ansiedad por Yin Xu



R-7 FULIU (Corriente de Retorno)



Naturaleza

Punto Río (*Jing*).

Punto Metal.

Punto de Tonificación.

Localización

En el borde anterior del talón de Aquiles, en una depresión situada a 2 *cun* por encima de R-3 *Taixi*.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

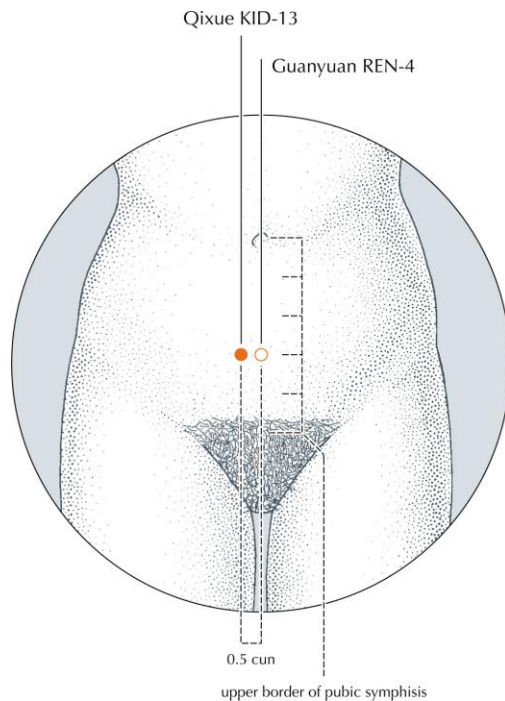
R-7 FULIU (Corriente de Retorno)

Funciones

- Tonifica Yang de Riñón.
- Moxa directa, aguja con moxa
- Edemas en piernas
- Con C-6 detiene sudoración por Yin Xu.



R-13 QIXUE (Agujero del Qi)



Naturaleza

Punto de cruce del canal del Riñón con el canal extraordinario del *Chong Mai*.

Punto de cruce del canal del Riñón con el canal del Hígado y con el canal del Bazo.

Localización

R-13 se localiza a 0,5 *cun* lateral de la línea media (*Ren Mai*) y a dos *cun* por encima del borde superior de la sínfisis del pubis.

También se puede localizar a 3 *cun* por debajo del centro del ombligo y a 0,5 *cun* por fuera de la línea media.

Misma altura que Ren-4

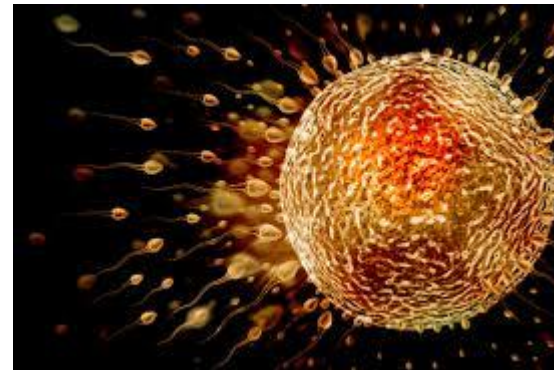
Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

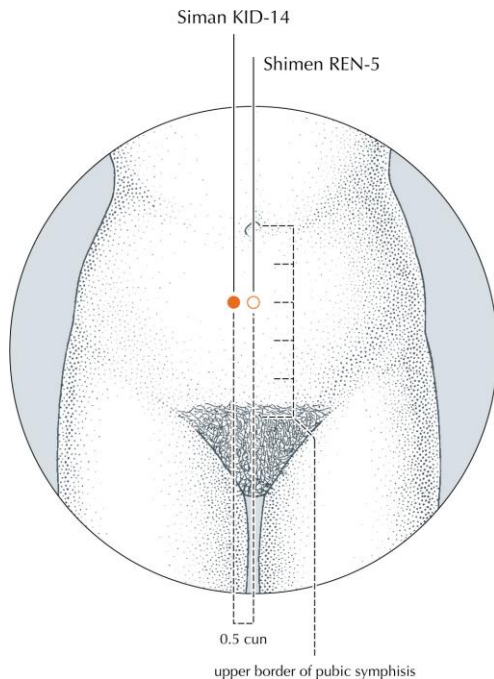
R-13 QIXUE (Agujero del Qi)

Funciones

- Tonifica Riñones
- Consolida Esencia
- Recepción Qi Pulmón



R-14 SIMAN (Cuatro Plenitudes)



Naturaleza

Punto de cruce del canal del Riñón con el canal extraordinario del *Chong Mai*.

Localización

También se puede localizar a 2 *cun* por debajo del centro del ombligo y a 0,5 *cun* por fuera de la línea media.

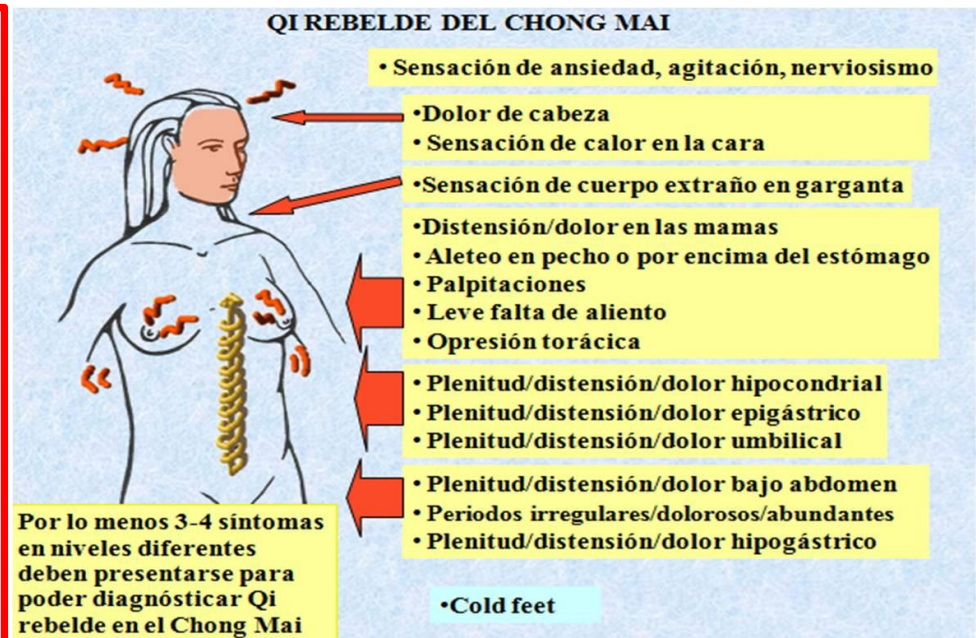
Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*

R-14 SIMAN (Cuatro Plenitudes)

Funciones

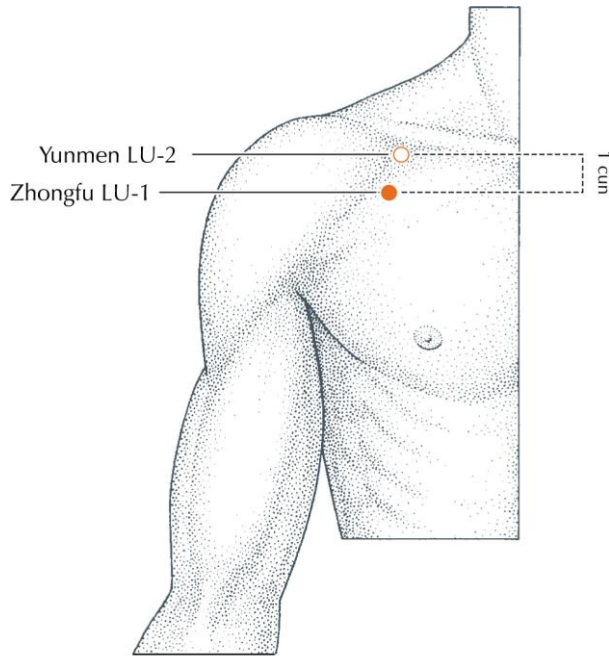
- Mueve Sangre Útero
- Qi Rebelde de Chong Mai (con B-4 + PC-6)



TRES YIN DE LA MANO

PULMÓN

P-1 ZHONGFU(Palacio Central)



Naturaleza

Punto *Mu* anterior de los Pulmones.

Punto de cruce del canal del Pulmón con el canal del Bazo.

Localización

P-1 *Zhongfu* se encuentra a 6 *cun* de la línea media, es decir a 6 *cun* del canal del *Ren Mai*, en el primer espacio intercostal, entre la primera y segunda costilla.

Inserción

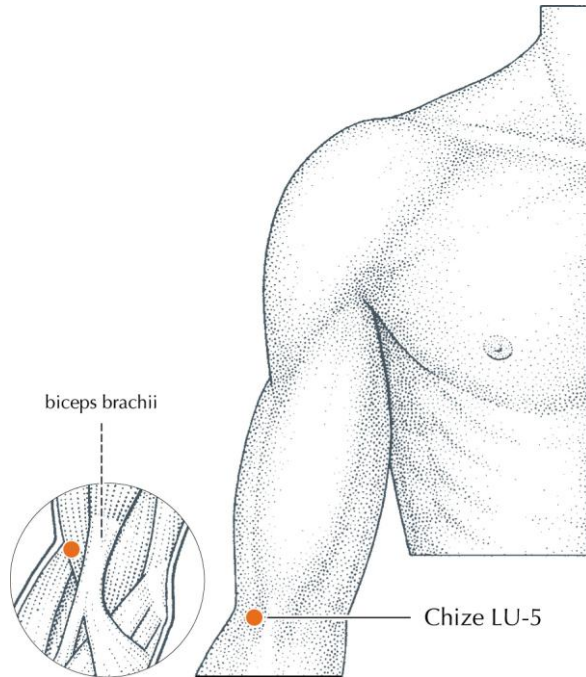
Oblicua (aproximadamente 45°) o transversal de 0,5 a 1 *cun*, medialmente siguiendo el contorno del espacio intercostal.

Funciones

- Tos
- Flema
- Dolor espalda y hombro



P-5 CHIZE (Pantano del Pie)



Naturaleza

Punto Mar (*He*).

Punto Agua.

Punto de Dispersión.

Localización

En el pliegue de flexión del codo, en la depresión que se palpa por fuera del tendón del bíceps braquial.

Inserción

Lo más conveniente es pinchar este punto con el codo en ligera flexión. Inserción perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

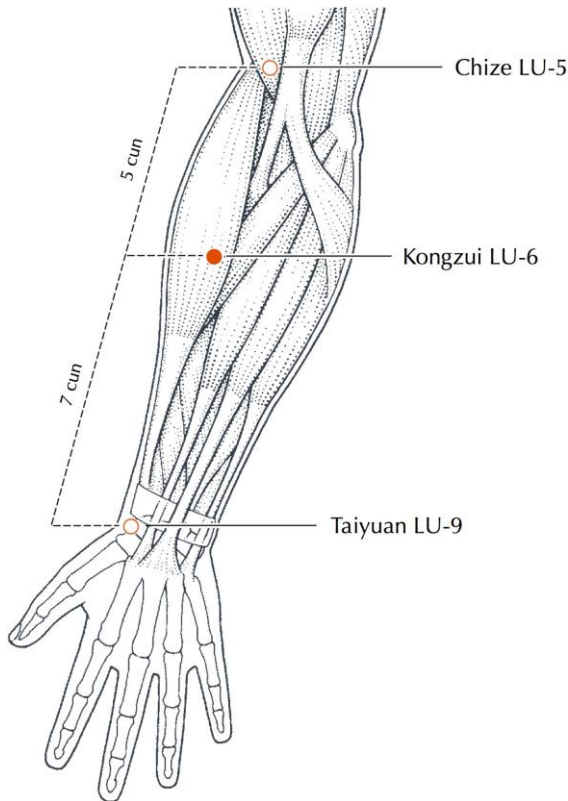
P-5 CHIZE (Pantano del Pie)

Funciones

- Nutre Yin de Pulmón
- Humedece los Pulmones
- Calor en el Pulmón
- P-1 más para Exceso.



P-6 KONGZUI (Agujero de Convergencia)



Naturaleza

Punto Hendidura (*Xi*).

Localización

P-6 *Kongzui* se encuentra en una línea imaginaria que conecta P-5 *Chize* (en el pliegue del codo) con P-9 *Taiyuan* (en la cara radial del pliegue de la muñeca), a 7 *cun* de P-9 *Taiyuan* y a 5 *cun* de P-5 *Chize*. Está prácticamente pegado al borde del radio. Hay una depresión palpable en el punto.

Inserción

Perpendicular u oblicua de 0,5 a 1,5 *cun*

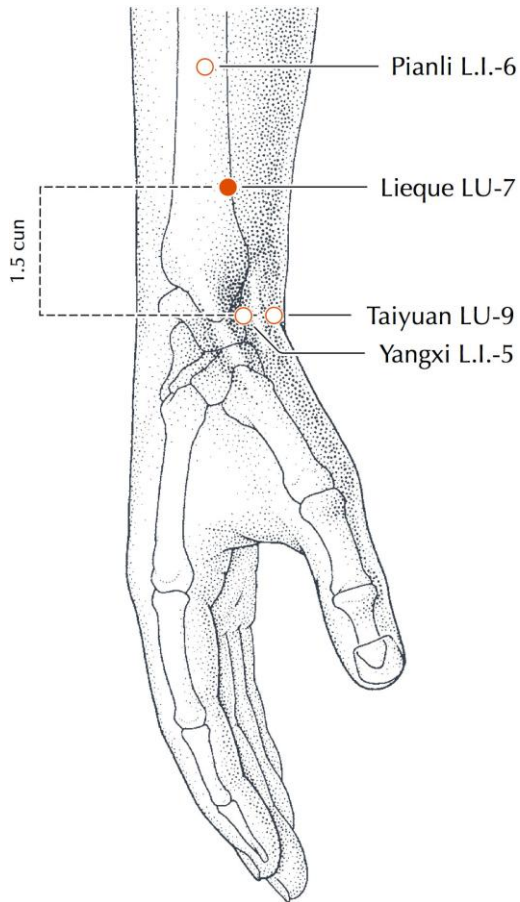
P-6 KONGZUI (Agujero de Convergencia)

Funciones

- Dolor a lo largo del canal
- Ataques agudos de asma
- Sangre en los Pulmones (nasal)



P-7 LIEQUE (Hendidura de Ramificación)



Naturaleza

Punto Luo (*Xi*).

Punto de apertura del canal extraordinario del *Ren Mai*.

Localización

P-7 *Lieque* se localiza justo en la apófisis estiloides del radio.

Inserción

Transversal proximal o distal de 0,5 a 1 *cun*

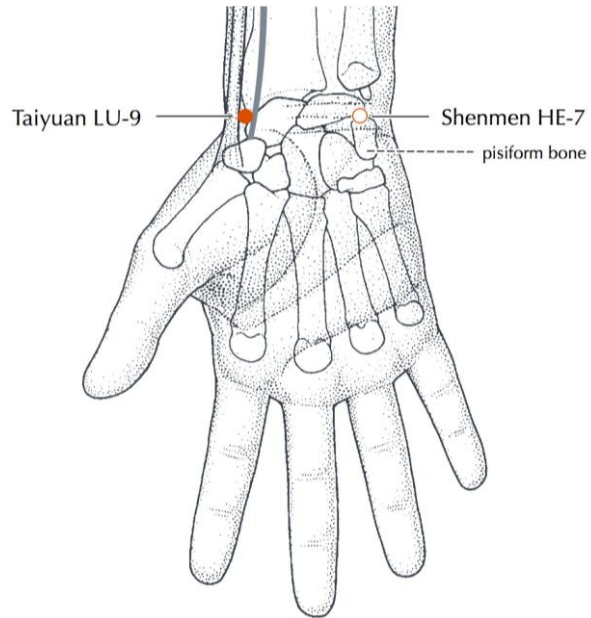
P-7 LIEQUE (Hendidura de Ramificación)

Funciones

- Descenso Qi Pulmón
- Abre el tórax (físico/emocional)
- Expulsa Viento Externo con IG-4



P-9 TAIYUAN (Abismo Supremo)



Naturaleza

Punto Fuente (*Yuan*).

Punto Arroyo (*Shu*).

Punto Tierra.

Punto de Reunión (*Hui*) de arterias y venas.

Punto de Tonificación.

Localización

P-9 *Taiyuan* se encuentra en el lado radial de la articulación de la muñeca, en la depresión formada entre la arteria radial y el tendón del músculo abductor largo del pulgar.

Inserción

Perpendicular de 0,3 a 0,5 *cun*

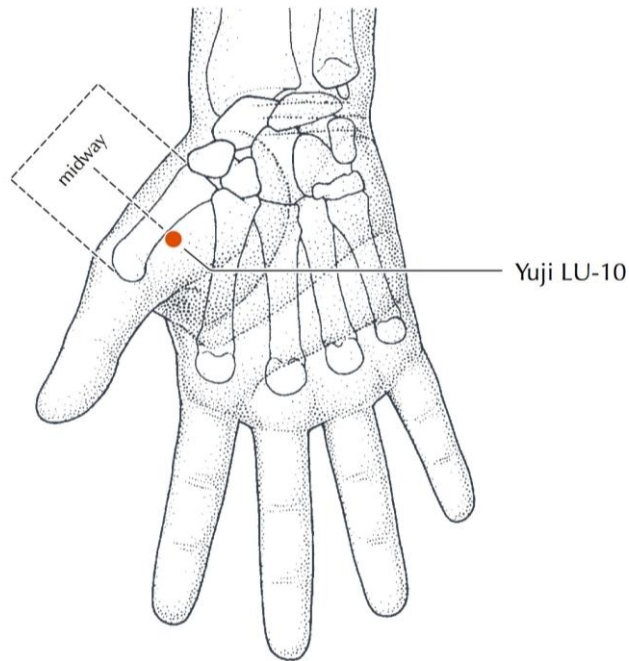
P-9 TAIYUAN (Abismo Supremo)

Funciones

- Tonifica Qi y Yin de Pulmón (Ren-17)
- Vasos sanguíneos => mala circulación, varices, sabañones...



P-10 YUJI (Borde del Pez)



Naturaleza

Punto Manantial (*Ying*).

Punto Fuego.

Localización

En la eminencia tenar de la mano, en el punto medio del hueso del primer metacarpo. Una vez localizado este punto buscamos la depresión entre ese punto y la eminencia tenar.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

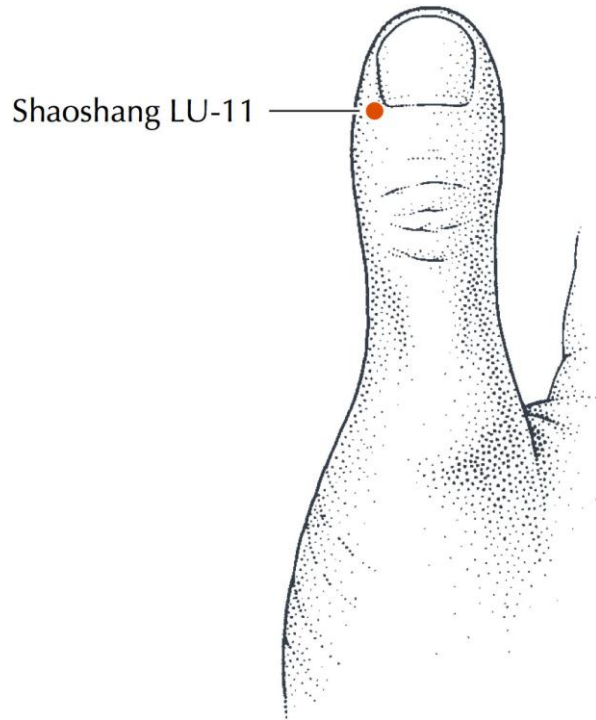
P-10 YUJI (Borde del Pez)

Funciones

- Calor de Pulmón
- Calor en la garganta



P-11 SHAOSHANG (Pequeño Metal)



Naturaleza

Punto Pozo (*Jing*)

Punto Madera

Punto Fantasma de Sun Si Miao

Localización

En la intersección de la línea vertical y horizontal del borde radial de la uña del dedo pulgar, a 0,1 *cun* de la esquina de la uña.

Inserción

Perpendicular de 0,1 a 0,2 *cun*

P-11 SHAOSHANG (Pequeño Metal)

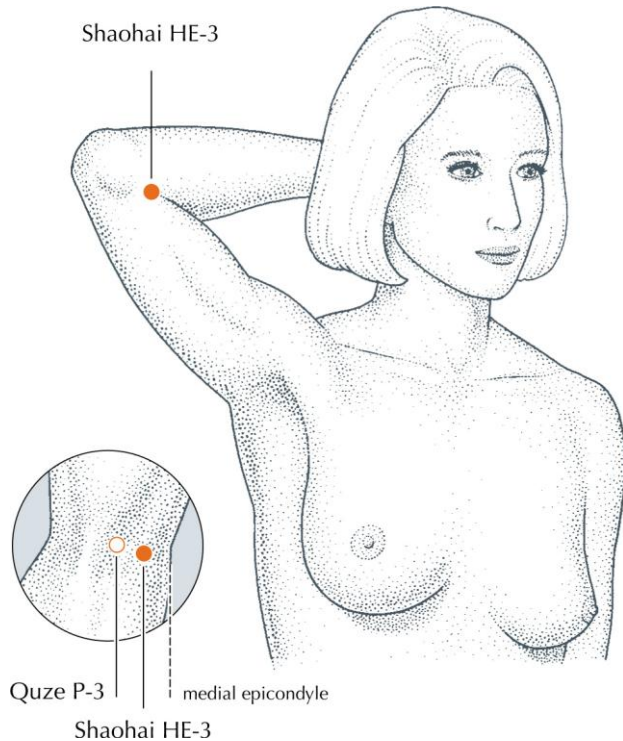
Funciones

- Viento Calor
- Calor en la garganta



CORAZÓN

C-3 SHAOHAI (Mar del Yin Menor)



Naturaleza

Punto Mar (*He*).

Punto Agua.

Localización

Con el codo completamente flexionado, localizamos C-3 *Shaohai* al final de la línea medial del pliegue del codo, a mitad de camino de la línea que une el epicondilo medial del húmero con PC-3 *Quze*.

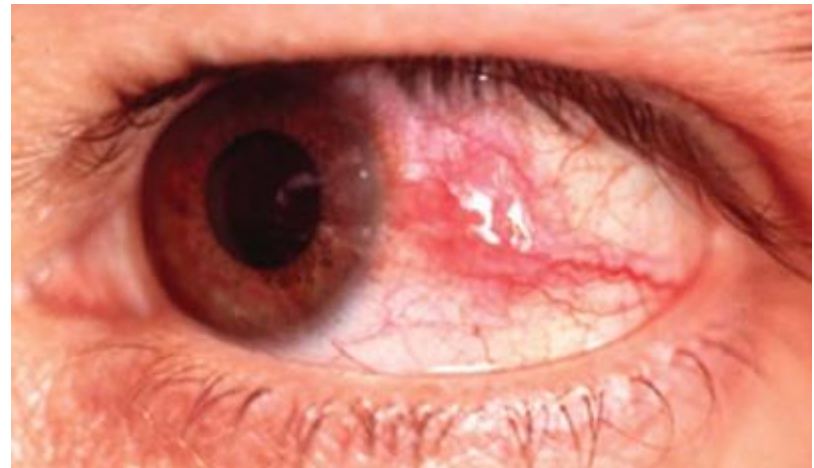
Inserción

Perpendicular hacia IG-11 *Quchi*, o bien oblicua distal o proximal de 0,5 a 1 *cun*

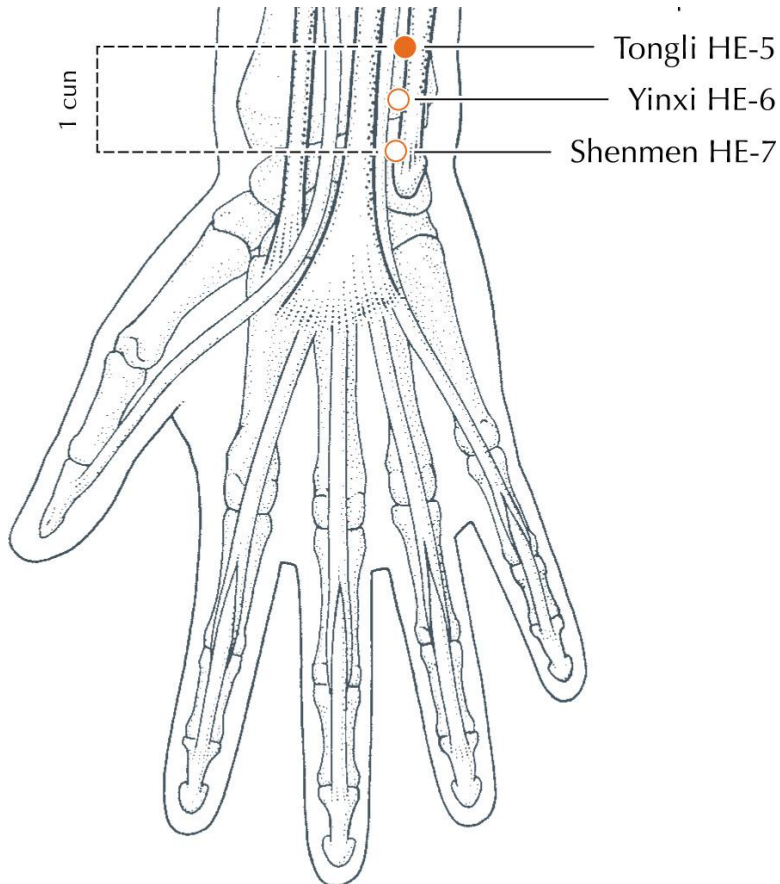
C-3 *SHAOHAI* (Mar del Yin Menor)

Funciones

- Fuego de Corazón



C-5 TONGLI (Comunicación Interna)



Naturaleza

Punto *Luo*.

Localización

A 1 *cun* proximal de C-7 *Shenmen* en el pliegue de flexión de la muñeca, en el borde radial del tendón del músculo flexor cubital.

Inserción

Perpendicular de 0,3 a 0,5 *cun* u oblicua proximal o distal de 0,5 a 1 *cun*

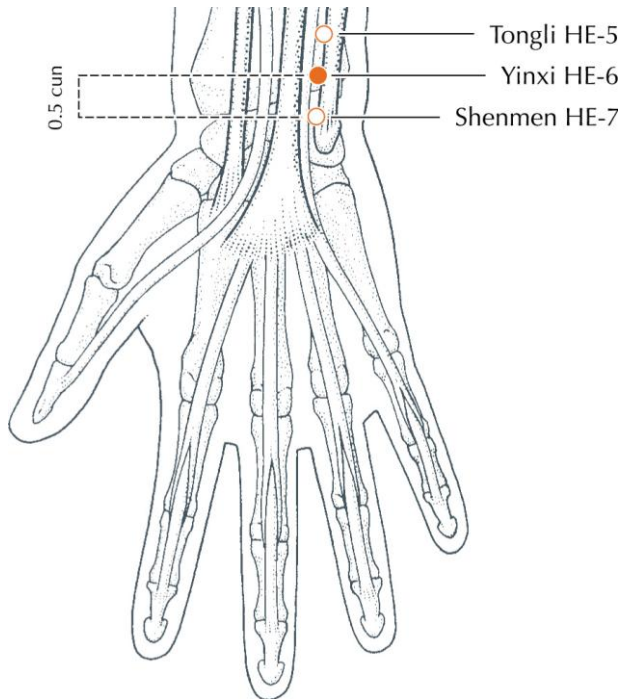
C-5 TONGLI (Comunicación Interna)

Funciones

- Cualquier insuficiencia de Qi de Corazón
- Tonifica Qi de Corazón
- Cualquier problema en la lengua (Luo)



C-6 YINXI (Hendidura del Yin)



Naturaleza

Punto Hendidura (*Xi*).

Localización

A 0,5 *cun* del pliegue de flexión de la muñeca, a la altura de C-7 *Shenmen*, en el borde radial del tendón del músculo flexor cubital.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

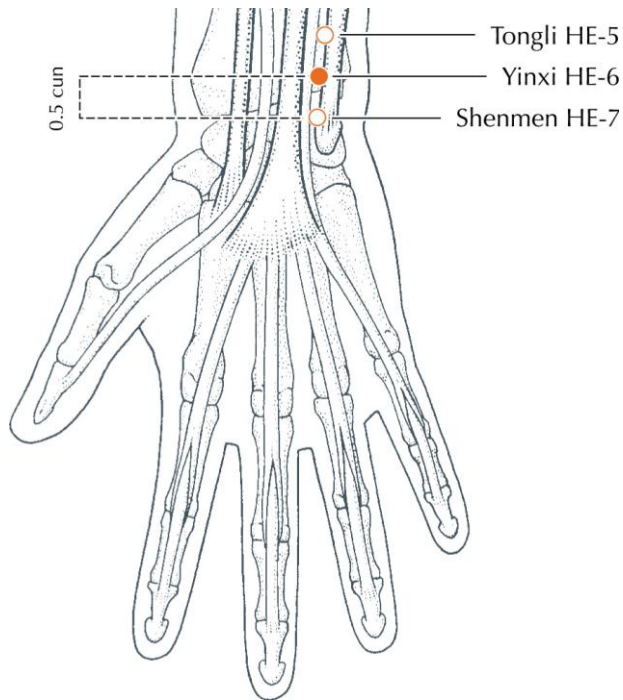
C-6 YINXI (Hendidura del Yin)

Funciones

- Punto principal para nutrir Yin de Corazón
- Con R-7 detiene sudoración por Yin Xu de Corazón
- Punto Xi => dolor por estancamiento de Sangre de Corazón



C-6 YINXI (Hendidura del Yin)



Naturaleza

Punto Hendidura (*Xi*).

Localización

A 0,5 *cun* del pliegue de flexión de la muñeca, a la altura de C-7 *Shenmen*, en el borde radial del tendón del músculo flexor cubital.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

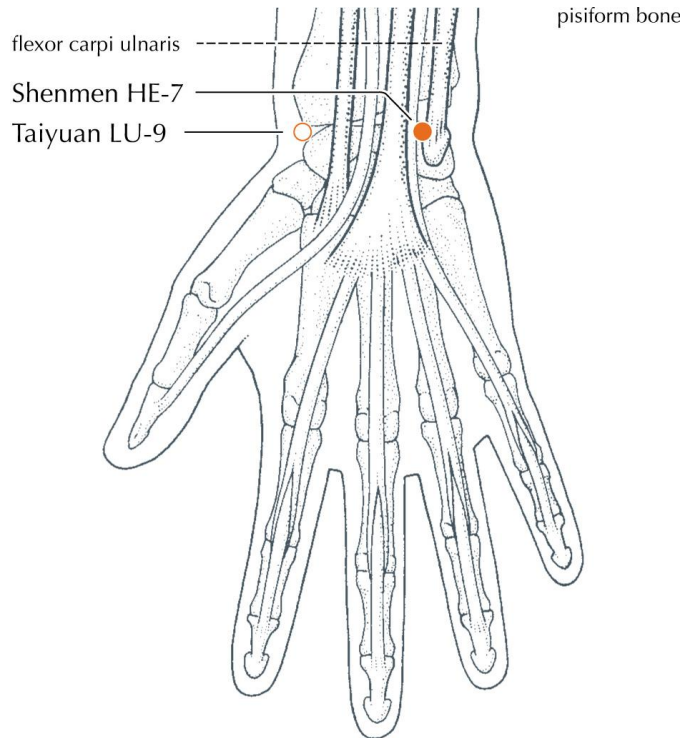
C-6 YINXI (Hendidura del Yin)

Funciones

- Punto principal para nutrir Yin de Corazón
- Con R-7 detiene sudoración por Yin Xu de Corazón
- Punto Xi => dolor por estancamiento de Sangre de Corazón



C-7 SHENMEN (Puerta de la Mente)



Naturaleza

- Punto Fuente (*Yuan*).
- Punto Arroyo (*Shu*).
- Punto Tierra.
- Punto de Sedación.

Localización

En el borde radial del tendón del músculo flexor cubital y en el pliegue de flexión de la muñeca, en la depresión que se forma en el borde proximal del hueso pisiforme.

Inserción

Perpendicular de 0,3 a 0,5 *cun*

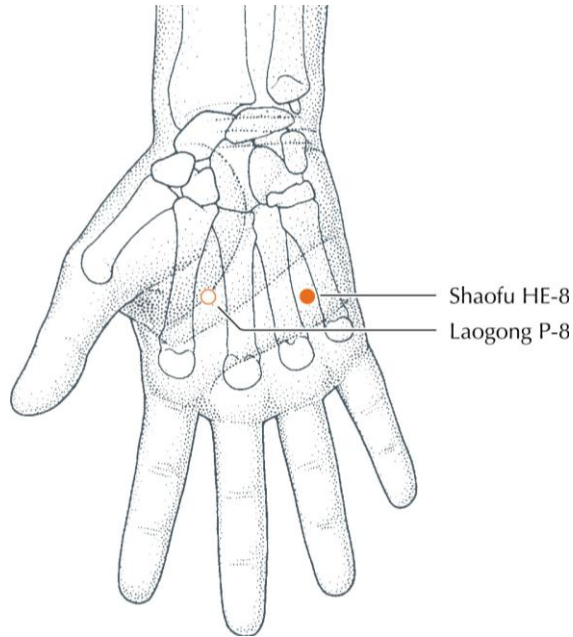
C-7 SHENMEN (Puerta de la Mente)

Funciones

- Punto principal para tonificar Sangre de Corazón => Ansiedad
- Insomnio Inicial
- Memoria



C-8 SHAOFU (Mansión del Yin Menor)



Naturaleza

- Punto Manantial (*Ying*).
- Punto Fuego.

Localización

En la palma de la mano y entre el 4º y 5º hueso metacarpiano.

Inserción

Perpendicular 0,5 *cun*

C-8 SHAOFU (Mansión del Yin Menor)

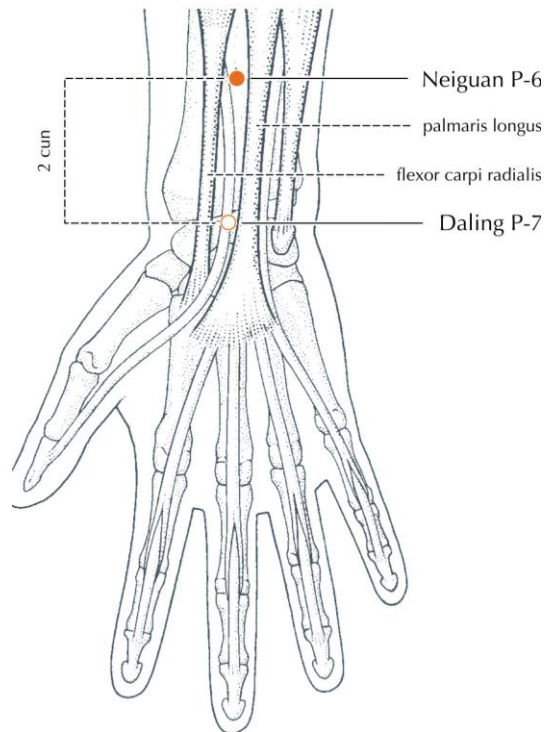
Funciones

- Aclara Calor Corazón (Shu/Xi) => más para Exceso
- C-9 => efecto idéntico



PERICARDIO

PC-6 NEIGUAN (Puerta Interna)



Naturaleza

Punto *Luo*.

Punto de apertura del canal extraordinario del *Yin Wei Mai*.

Localización

A 2 *cun* proximal de PC-7 *Daling* (en el pliegue de flexión de la muñeca) y entre los tendones del músculo flexor radial del carpo y del músculo palmar largo.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

PC-6 NEIGUAN (Puerta Interna)

Funciones

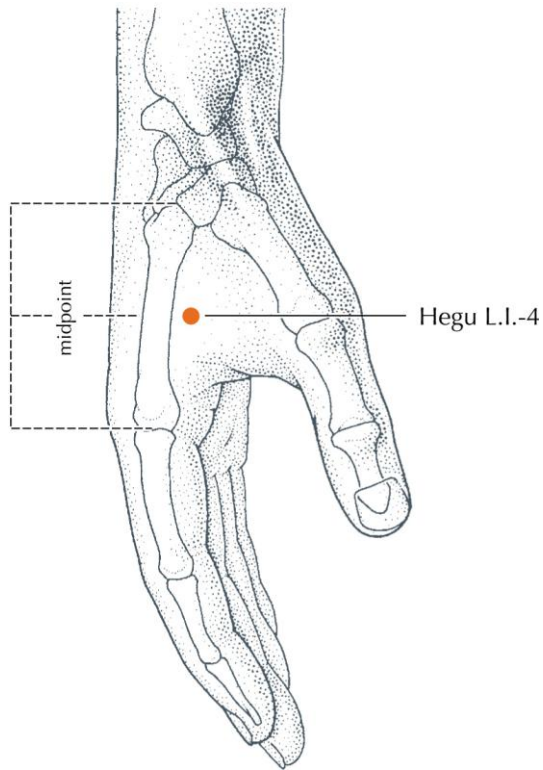
- Actúa sobre el tórax (mueve Qi y Sangre)
- Emociones
- Calma la Mente
- Qi Rebelde de Estómago



TRES YANG DE LA MANO

INTESTINO GRUESO

IG-4 HEGU (Valle Cerrado)



Naturaleza

Punto Fuente (*Yuan*).

Punto de comando Gao Wu.

Punto de la Estrella Celeste de Ma Da Yang

Localización

Entre el primer y segundo hueso del metacarpo, en la cara dorsal de la mano, y justo a la altura de la mitad del segundo hueso del metacarpo en su borde radial.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun* u oblicua de 1 a 1,5 *cun* hacia la muñeca

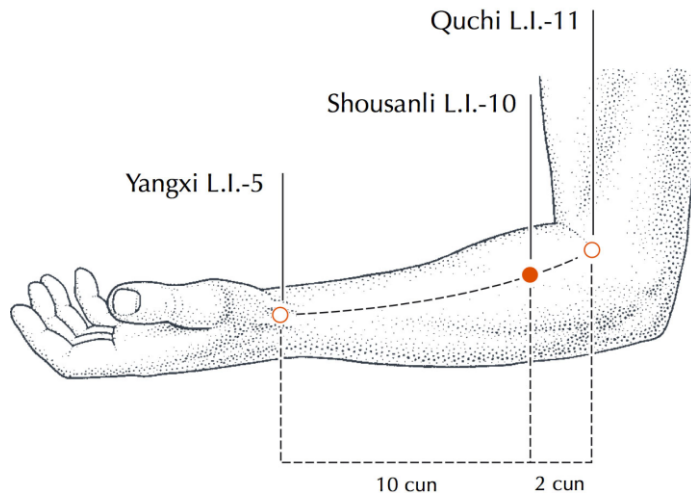
IG-4 HEGU (Valle Cerrado)

Funciones

- Elimina Viento Calor y libera el Exterior.
- Acción sobre la cara
- Cuatro puertas
- Calma la Mente (Du-24 + VB-13)
- Parto



IG-10 SHOUSANLI (Tres Millas del Brazo)



Naturaleza

Ninguna

Localización

- A 2 *cun* de IG-11 *Quchi* en la línea que conecta IG-11 *Quchi* con IG-5 *Yangxi*.

Inserción

Perpendicular u oblicua proximal o distal de 0,5 a 1,5 *cun*

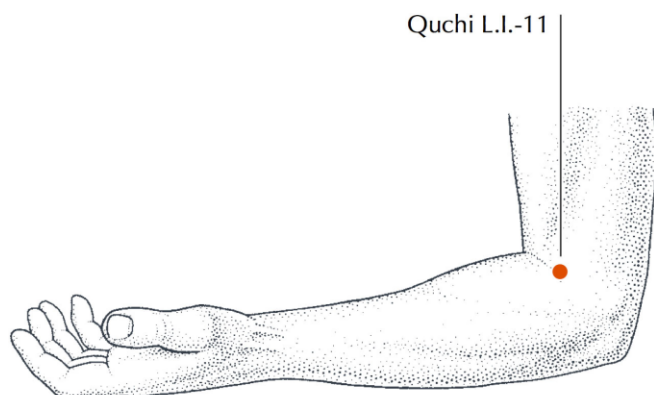
IG-10 SHOUSANLI (Tres Millas del Brazo)

Funciones

- Tonifica Qi (moxa directa)
- E-36 del brazo



IG-11 QUCHI (Estanque en el Giro)



Naturaleza

Punto Mar (*He*).

Punto Tierra.

Punto de Tonificación.

Punto de la Estrella Celeste de Ma Da Yang.

Punto Fantasma de Sun Si Miao.

Localización

Con el codo flexionado y al final de la línea lateral de pliegue del codo, en el punto medio de la línea que une el epicóndilo externo del húmero con P-5 *Chize*.

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*

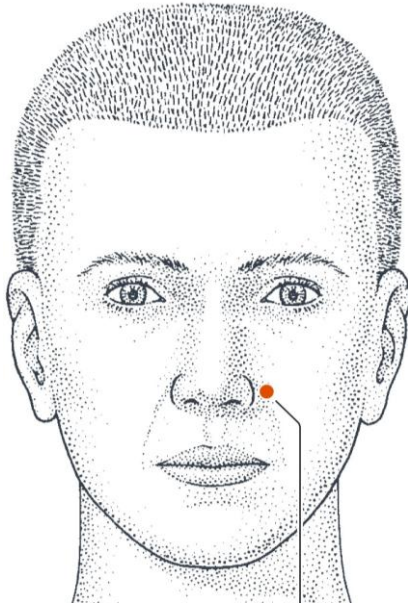
IG-11 QUCHI (Estanque en el Giro)

Funciones

- Punto genérico para aclarar Calor
- Refresca la Sangre (piel)
- Resuelve la Humedad (piel => excemas, acné...)



IG-20 YINGXIANG (Fragancia de Bienvenida)



Naturaleza

Punto de cruce del canal del Intestino Grueso con el canal del Estómago.

Localización

Buscamos el punto medio de los bordes superiores e inferiores del lateral del ala de la nariz y trasladamos este punto hacia el pliegue nasogeniano.

El punto se encuentra sobre el mismo pliegue nasogeniano. Si el paciente sonríe, el pliegue será más fácil de ver.

Inserción

Oblicua medial superior de 0,3 a 0,5 *cun*

IG-11 QUCHI (Estanque en el Giro)

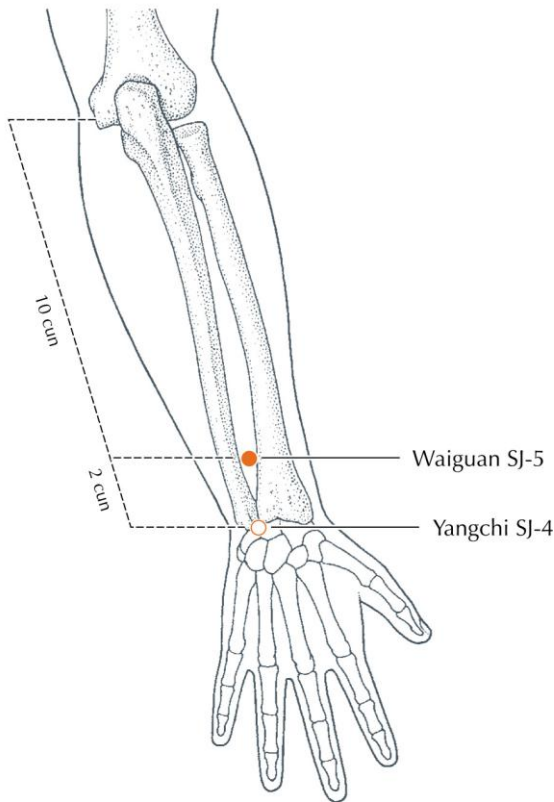
Funciones

- Viento externo
- Congestión nasal
- Perdida olfato



SAN JIAO

SJ-5 WAIGUAN (Puerta Externa)



Naturaleza

Punto *Luo*.

Punto de Apertura del canal extraordinario del *Yang Wei Mai*.

Localización

En una depresión situada entre el radio y el cubito y en la cara radial del tendón del músculo extensor común de los dedos, a 2 *cun* proximal de SJ-4 *Yangchi*.

Inserción

Oblicua proximal, distal o lateral hacia el radio, o bien oblicua proximal o distal hacia el codo o hacia la muñeca de 0,3 a 0,5 *cun*; perpendicular hacia PC-6 *Neiguan*.

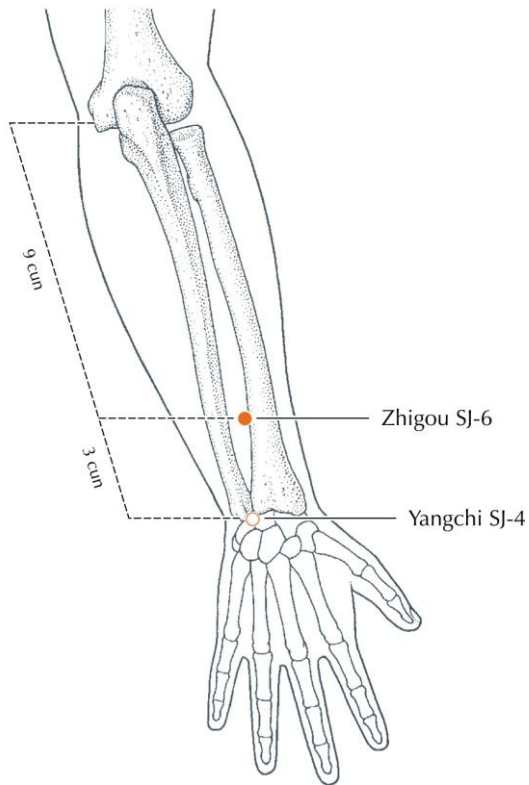
SJ-5 WAIGUAN (Puerta Externa)

Funciones

- Elimina Viento Calor y libera el Exterior.
- Acción específica sobre oídos
- Ascenso Yang de Hígado



SJ-6 ZHIGOU (Ramificación del Canal)



Naturaleza

Punto Río (*Jing*).

Punto Fuego.

Localización

En una depresión situada entre el radio y el cubito, a 3 *cun* proximal de SJ-4 *Yangchi*, en la cara radial del tendón del músculo extensor común de los dedos.

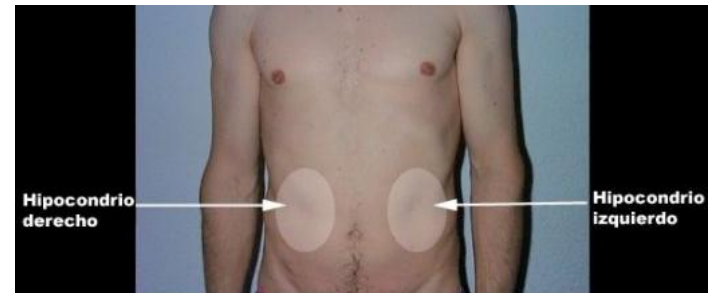
Inserción

Inserción oblicua hacia el cúbito; oblicua proximal hacia el codo o distal hacia la muñeca de 0,5 a 1,5 *cun*. Perpendicular hasta alcanzar PC-5 *Jianshi*

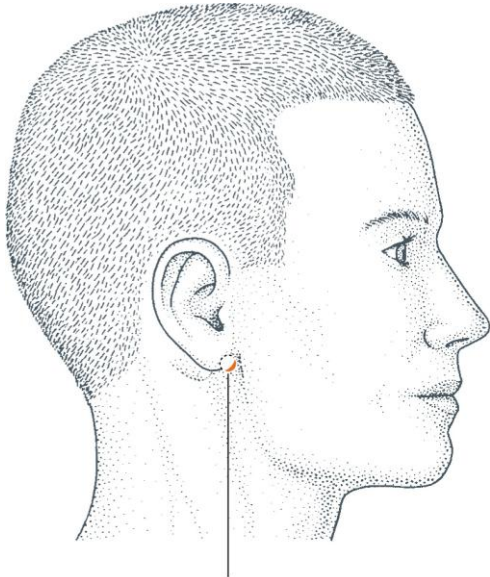
SJ-6 ZHIGOU (Ramificación del Canal)

Funciones

- Mueve Qi de Hígado (sobre todo hipocondrios)
- Transformación de los líquidos.



SJ-17 YIFENG (Pantalla del Viento)



Yifeng SJ-17 (behind earlobe)

Naturaleza

Punto de cruce del canal del *San Jiao* con el canal de la Vesícula Biliar.

Localización

Detrás del lóbulo de la oreja y con la boca del paciente abierta, en la depresión que se forma entre la apófisis mastoides y la mandíbula.

Si presionamos el lóbulo de la oreja, caerá en la ubicación de SJ-17 *Yifeng*

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 1 *cun* hacia la oreja opuesta

SJ-17 YIFENG (Pantalla del Viento)

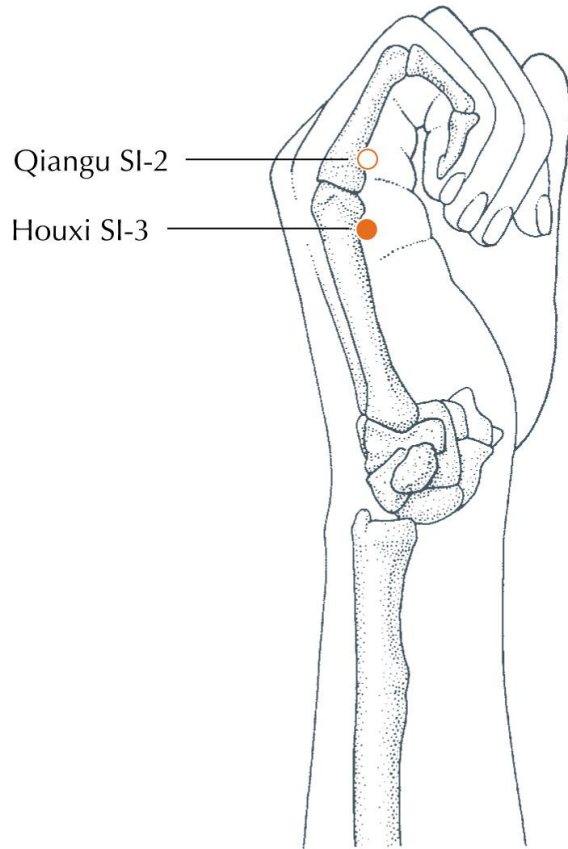
Funciones

- Punto principal problemas oído.
- Expulsa Viento cara => tics, parálisis, neuralgias...



INTESTINO DELGADO

ID-3 HOUXI (Torrente Posterior)



Naturaleza

Punto Arroyo (*Shu*).

Punto Madera.

Punto de Tonificación.

Punto de apertura del canal extraordinario del *Du Mai*.

Localización

En el borde cubital del dedo meñique y en el límite entre la piel blanca y la piel roja, en una depresión proximal a la quinta articulación metacarpofalángica. Se localiza mejor con el puño ligeramente cerrado.

Inserción

Inserción perpendicular de 0,5 a 2 *cun* hacia IG-3 *Sanjian*. El puño debe estar cerrado y sin tensión para poder realizar una inserción profunda

ID-3 HOUXI (Torrente Posterior)

Funciones

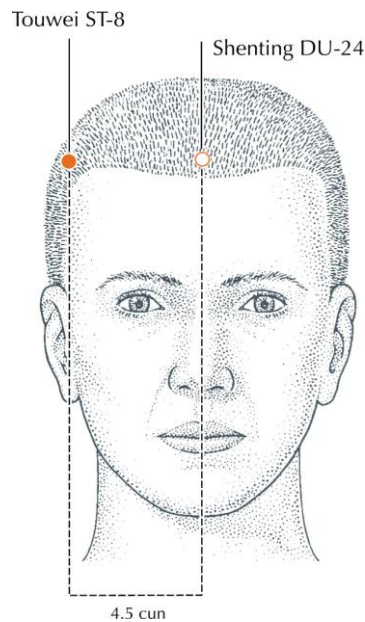
- Rigidez de cuello
- Problemas Du Mai
- Viento Interno de Du Mai (convulsiones, epilepsia, mareos...).



TRES YANG DEL PIE

ESTÓMAGO

E-8 TOUWEI (Esquina de la Cabeza)



Naturaleza

Punto de cruce del canal del Estómago con el canal de la Vesícula Biliar y con el canal extraordinario del *Yang Wei Mai*.

Localización

Como referencia, el punto se encuentra 0,5 a *cun* por detrás de la línea horizontal del nacimiento del pelo y a 4,5 *cun* lateral de la línea media (canal del *Du Mai*), a la altura del punto DM-24 *Shenting*.

Inserción

Transversal de 0,5 a 1 *cun*

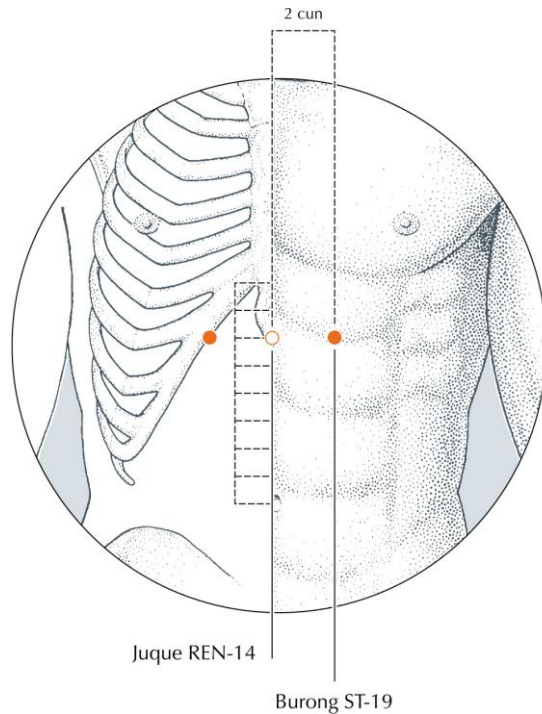
E-8 TOUWEI (Esquina de la Cabeza)

Funciones

- Flema y Humedad en la cabeza
- Mareos, cefaleas
- Ascenso/descenso Qi/Yang claro



E-19 BURONG (Lleno)



Naturaleza

Ninguna

Localización

A 2 *cun* de la línea media y a 6 *cun* por encima del ombligo.

Inserción

Perpendicular de 0,5 a 0,8 *cun*. Si el punto cae sobre la caja torácica inferior, se realizará una punción transversal

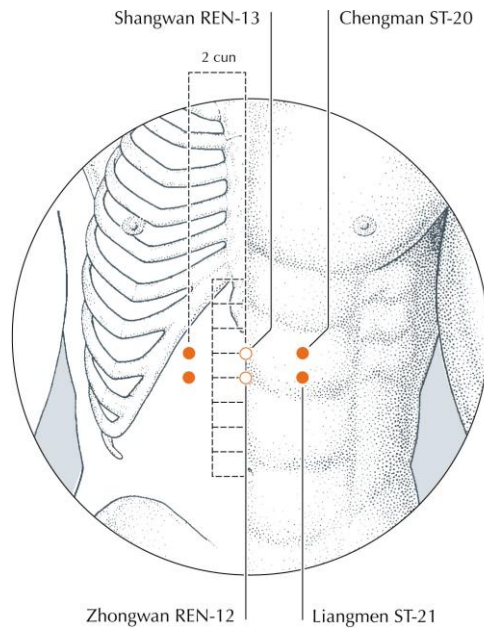
E-19 BURONG (Lleno)

Funciones

- Excesos en el Estómago
- Plenitud en el Estómago, náuseas, vomitos...



E-21 LIANGMEN (Viga de la Puerta)



Naturaleza

Ninguna

Localización

A 2 *cun* de la línea media y a 4 *cun* por encima del ombligo

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*. Si el punto cae sobre la caja torácica inferior, se realizará una punción transversal

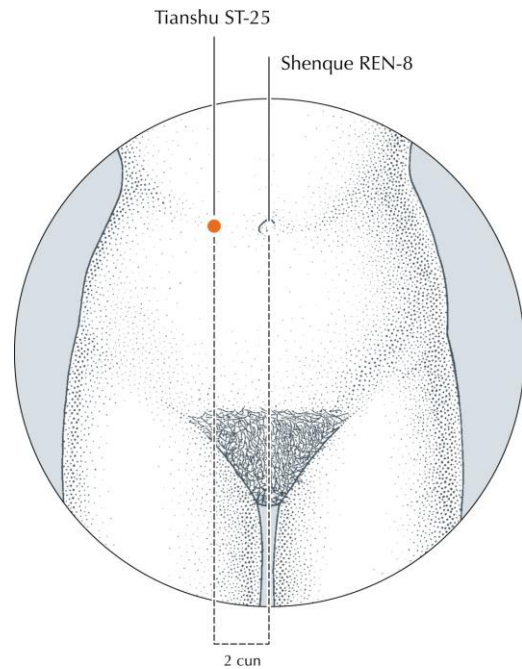
E-21 LIANGMEN (Viga de la Puerta)

Funciones

- Excesos en el Estómago
- Plenitud en el Estómago, náuseas, vómitos...
- Dolor de Estómago (con E-34)



E-25 TIANSHU (Eje Celestial)



Naturaleza

Punto *Mu* Anterior del Intestino Grueso.

Localización

A 2 *cun* laterales del centro del ombligo.

Inserción

Perpendicular de 1 *cun* a 1,5 *cun*.

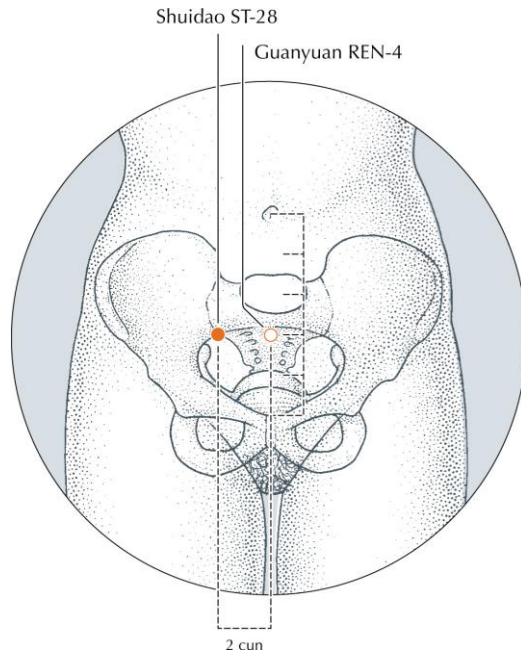
E-25 TIANSHU (Eje Celestial)

Funciones

- Regula los intestinos
- Moxa directa => calienta el Bazo (diarreas por Yang Xu + Ren-6 + E-37).
- Diarreas (Humedad)
- Dolores de Estómago



E-28 SHUIDAO (Pasajes del Agua)



Naturaleza

Ninguna

Localización

A 2 *cun* de la línea media y a 3 *cun* por debajo del ombligo. También se puede localizar a 2 *cun* por encima de la sínfisis del pubis.

Inserción

Perpendicular de 1 *cun* a 1,5 *cun*.

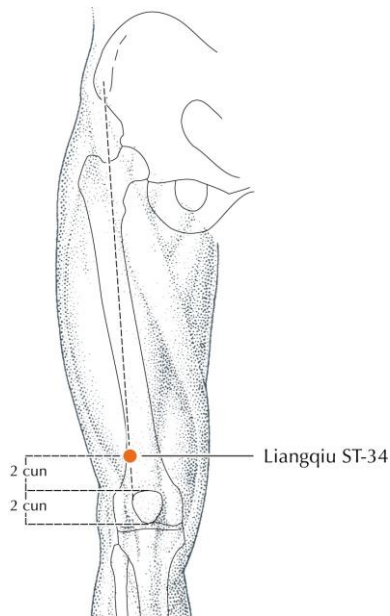
E-28 SHUIDAO (Pasajes del Agua)

Funciones

- Estimula excreción líquidos en *Jiao* Inferior => edemas, micción dificultosa...
- Infertilidad por Flema/Humedad



E-34 LIANGQIU (Viga del Montículo)



Naturaleza

Punto Xi

Localización

En el muslo, y a 2 *cun* por encima del borde superior de la rótula y en la línea que une el borde lateral de la rotula y la espina iliaca antero superior.

Inserción

Perpendicular de 1 *cun* a 1,5 *cun*.

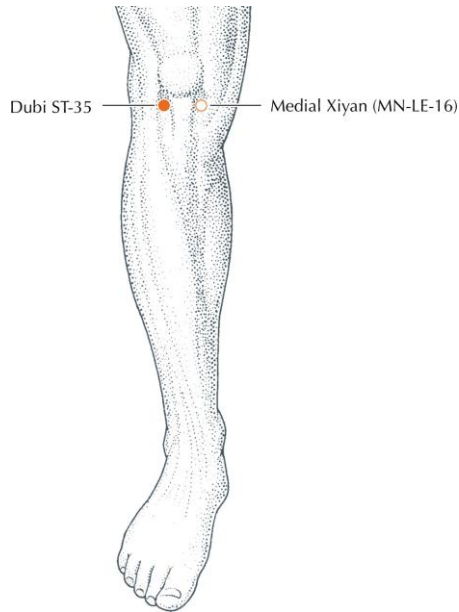
E-34 LIANGQIU (Viga del Montículo)

Funciones

- Dolor de Estómago
- Bi Rodilla



E-35 DUBI (Nariz del Ternero)



Naturaleza

Ninguna

Localización

En la depresión por debajo de la rótula y lateral al ligamento rotuliano que se aprecia cuando se flexiona la rodilla.

Inserción

Pinchar con la rodilla flexionada y descansando sobre una almohada. Perpendicular hacia V-40 *Weizhong* de 1 a 2 *cun*. Oblicuamente medial y superior por detrás de la rótula de 1 a 2 *cun*. Paralela oblicua y por detrás del ligamento rotuliano hasta llegar a *Xiyan*

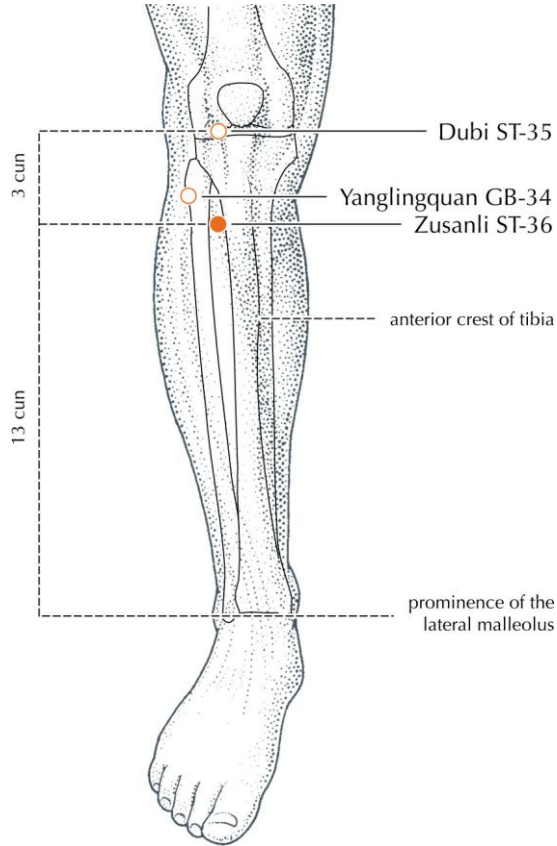
E-35 DUBI (Nariz del Ternero)

Funciones

- Bi Rodilla



E-36 ZUSANLI (Tres Millas del Pie)



Naturaleza

Punto Mar (*He*).

Punto Tierra.

Punto del Mar de los Alimentos.

Punto de la Estrella Celeste de Ma Da Yang.

Punto de Comando Gao Wu.

Localización

La forma más común de encontrar E-36 *Zusanli* es localizar primero E-35 *Dubi* en el ojo lateral de la rodilla y luego medir 3 *cun* por debajo de E-35 *Dubi* y un dedo por fuera de la cresta tibial anterior. La medida de 3 *cun* corresponde con el ancho de 4 dedos.

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*.

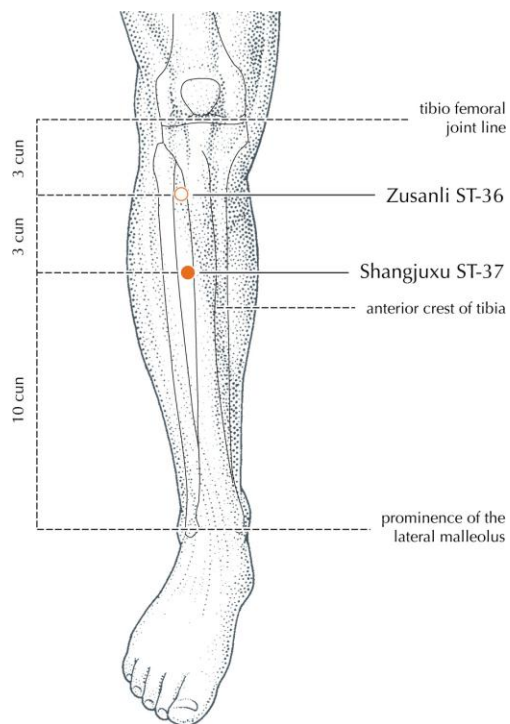
E-36 ZUSANLI (Tres Millas del Pie)

Funciones

- Digestivo
- Humedad
- Yuan Qi
- Sangre



E-37 SHANGJUXU (Gran Vacío Superior)



Naturaleza

Punto Mar Inferior del canal del Intestino Grueso.

Localización

A 3 *cun* por debajo por debajo E-36 *Zusanli* (o 6 a *cun* por debajo de E-35 *Dubi*) y a un dedo por fuera de la cresta tibial anterior.

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*.

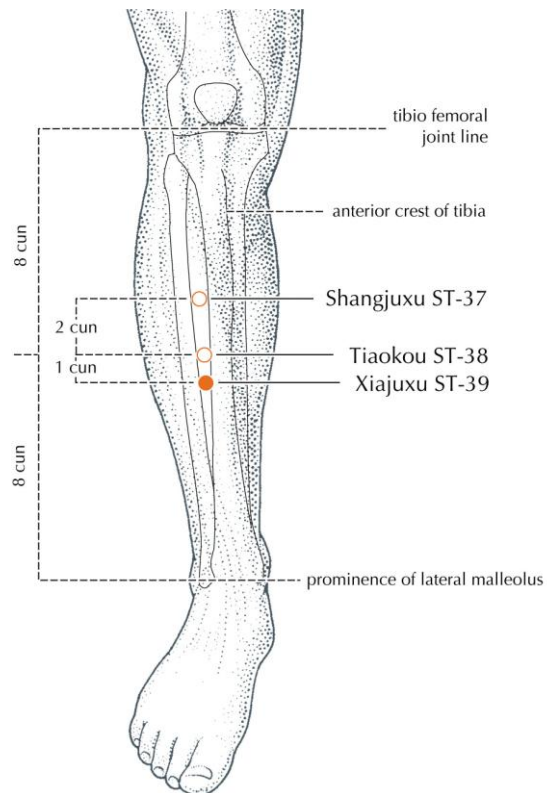
E-37 SHANGJUXU (Gran Vacío Superior)

Funciones

- Problemas Intestino Grueso
- Diarreas



E-39 XIAJUXU (Gran Vacío Inferior)



Naturaleza

Punto Mar Inferior del canal del Intestino Delgado.

Localización

A 3 *cun* por debajo por debajo E-37 *Zusanli* y a un dedo por fuera de la cresta tibial anterior.

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*.

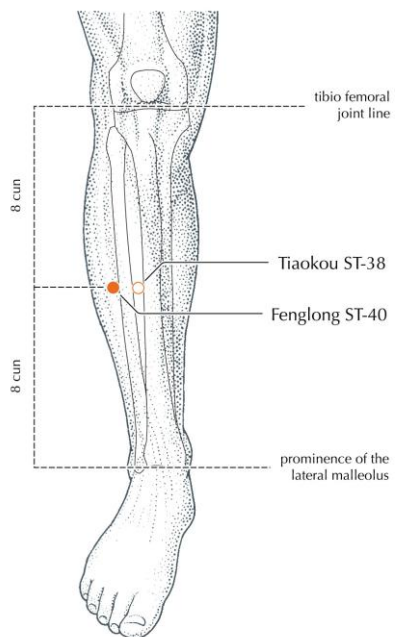
E-39 XIAJUXU (Gran Vacío Inferior)

Funciones

- Problemas Intestino Delgado
- Borborigmos y dolor



E-40 FENGLONG (Alzado Abundante)



Naturaleza

Punto Luo

Localización

Esta distancia es de 16 *cun*, estando por lo tanto E-40 *Fenglong* a 8 *cun* de E-35 *Dubi*.

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*.

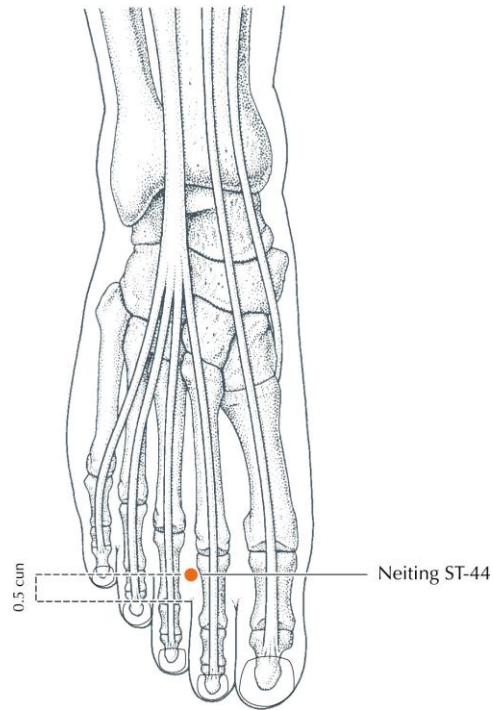
E-40 FENGLONG (Alzado Abundante)

Funciones

- Flema (no solo E-40)
- Opresión torácica
- Ansiedad
- Costillas



E-44 NEITING (Patio Interior)



Naturaleza

Punto Manantial (*Ying*).

Punto Agua.

Punto de la Estrella Celeste Ma Dan Yang.

Localización

A 0,5 *cun* anterior a la unión entre el segundo y tercer dedo del pie

Inserción

Perpendicular de 0,5 *cun*.

E-44 NEITING (Patio Interior)

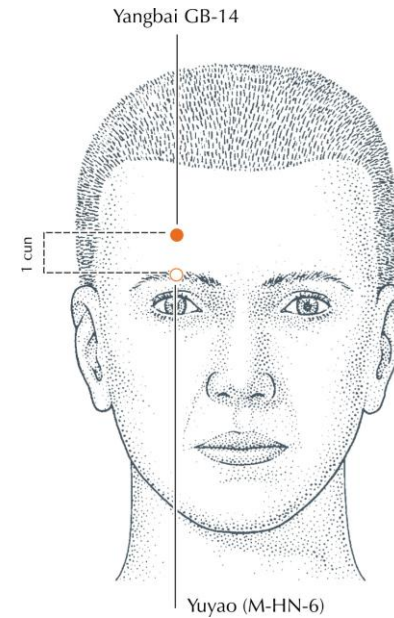
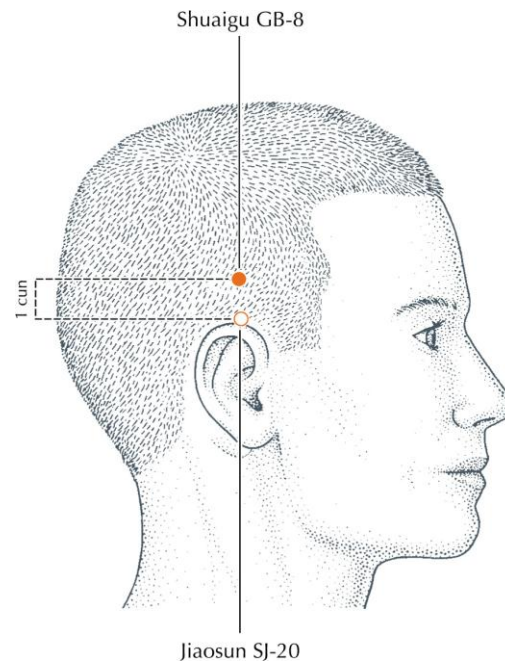
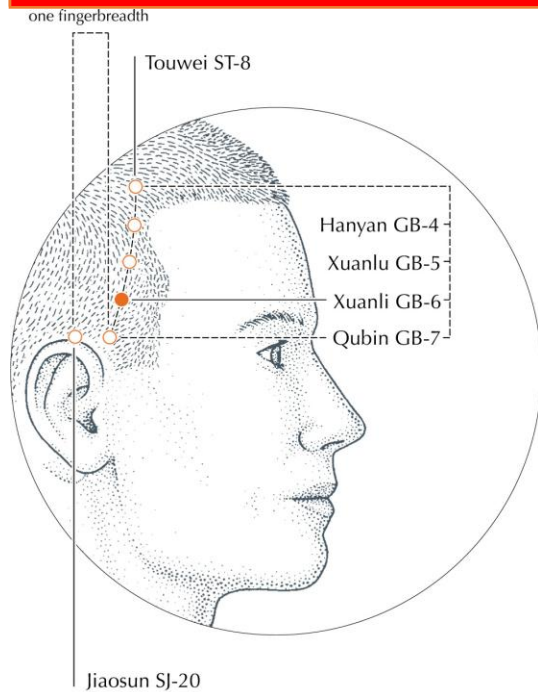
Funciones

- Calor Estómago
- Encías sangrantes
- Dolor mandíbula inferior



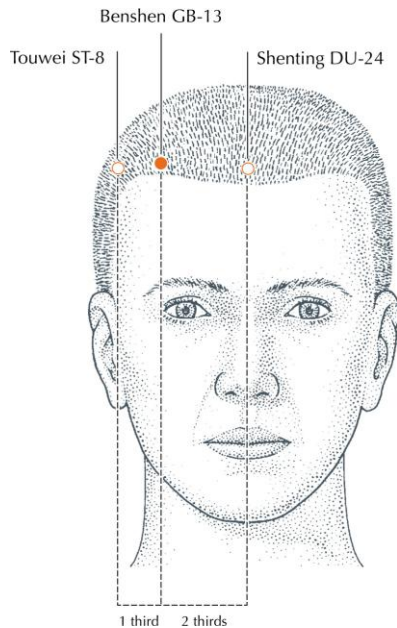
VESÍCULA BILIAR

VESÍCULA BILIAR TEMPORAL



MEDICINA

VB-13 Benshen (Raíz de la Mente)



Naturaleza

Punto del canal extraordinario del *Yang Wei Mai*.

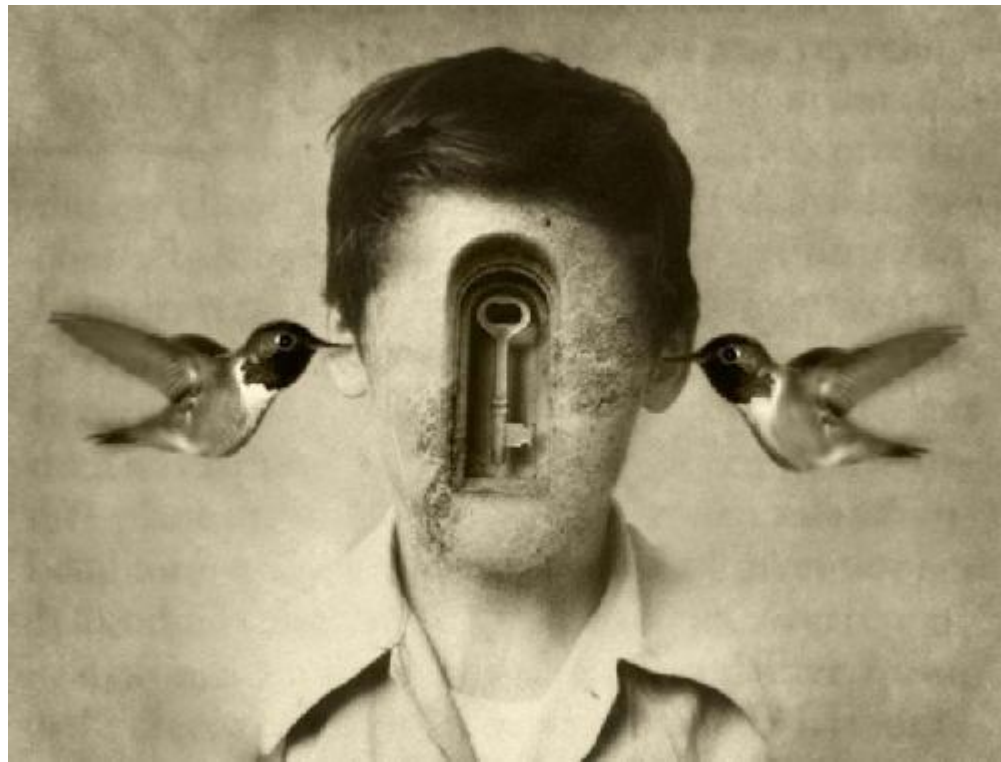
Localización

El punto se localiza aproximadamente a 3 *cun* laterales de la línea media (canal del *Du Mai*) y a 0,5 *cun* por detrás de la línea de nacimiento del pelo.

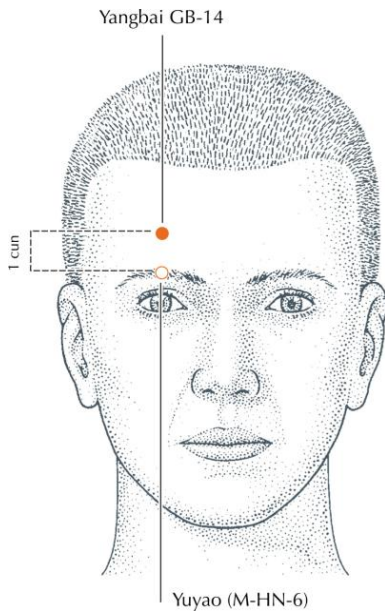
Inserción

Inserción transversal de 0,5 a 1 *cun*

VB-13 Benshen (Raíz de la Mente)



VB-14 YANGBAI (Yang Blanco)



Naturaleza

Punto del canal extraordinario del *Yang Wei Mai*.

Localización

En la frente y en la línea vertical de la pupila cuando el paciente mira de frente, a 1 *cun* por encima del punto medio de la ceja.

Inserción

Inserción transversal inferior de 0,5 a 0,8 *cun*

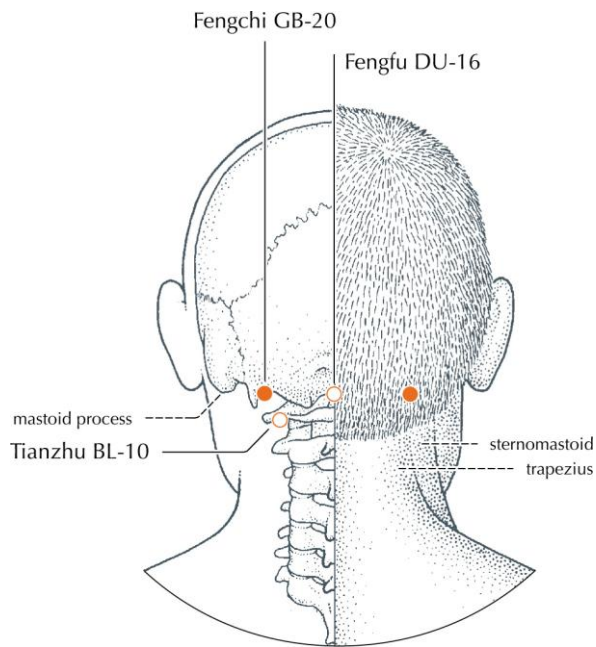
VB-14 YANGBAI (Yang Blanco)

Funciones

- Cefaleas por Yang de Híago e Xue Xu si son detrás del ojo.
- Parálisis facial



VB-20 FENGCHI (Estanque del Viento)



Naturaleza

Punto del canal extraordinario del *Yang Wei Mai*.

Localización

Por debajo del hueso occipital en una depresión que se encuentra entre los orígenes de los músculos esternocleidomastoideo y trapecio.

Inserción

Peter Deadman propone tres inserciones posibles: oblicua inferior de 1 a 1,5 *cun* siguiendo la dirección del canal; hacia el ojo contrario, la punta de la nariz o *Yintang* de 0,5 a 1 *cun*, o bien transversal de 2 a 3 *cun* uniendo ambos VB-20 *Fengchi* izquierdo y derecho

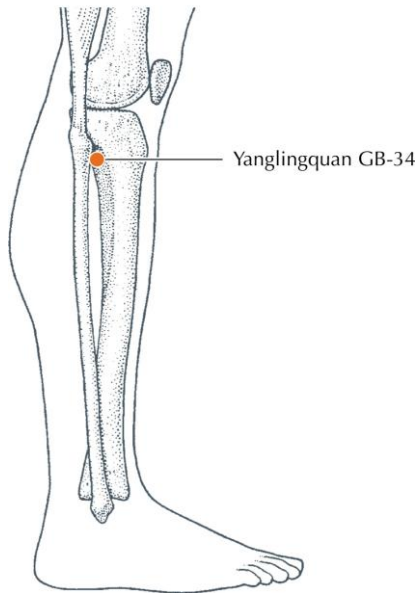
VB-20 FENGCHI (Estanque del Viento)

Funciones

- Viento externo, interno.
- Problemas oculares.



VB-34 YANGLINGQUAN (Fuente Colina Yang)



Naturaleza

Punto Mar (*He*).

Punto Tierra.

Punto de Reunión (*Hui*) de tendones.

Localización

En una depresión situada aproximadamente a 1 *cun* por debajo y por delante de la cabeza del peroné, siendo más fácil de localizar con la rodilla flexionada.

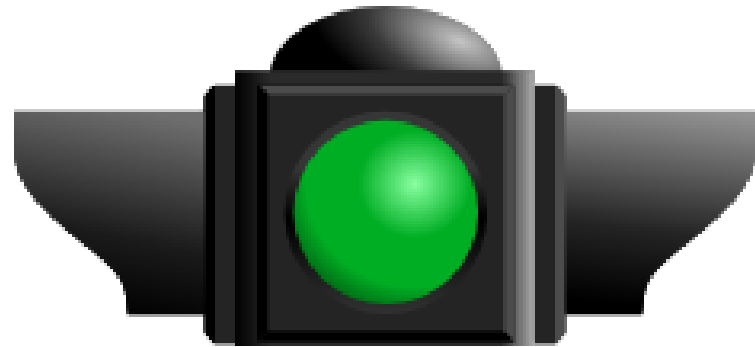
Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*

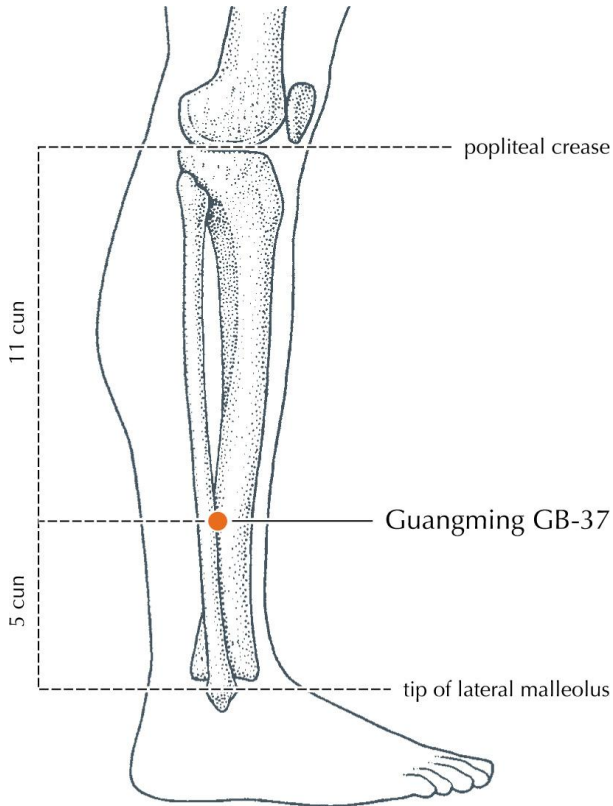
VB-34 YANGLINGQUAN (Fuente Colina Yang)

Funciones

- Libre circulación Qi Hígado.
- Relaja tendones



VB-37 GUANGMING (Luminosidad)



Naturaleza

Punto Luo

Localización

En el lateral de la pierna, a 5 *cun* por encima de la protuberancia máxima del maleolo externo del pie en una depresión en el borde medial del peroné.

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*

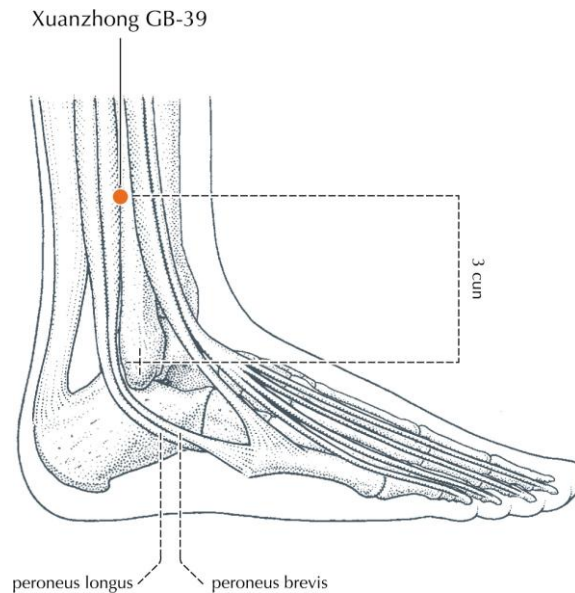
VB-37 GUANGMING (Luminosidad)

Funciones

- Da brillo a los ojos



VB-39 XUANZHONG (Campana Colgada)



Naturaleza

Punto de Reunión (*Hui*) de la Médula.

Localización

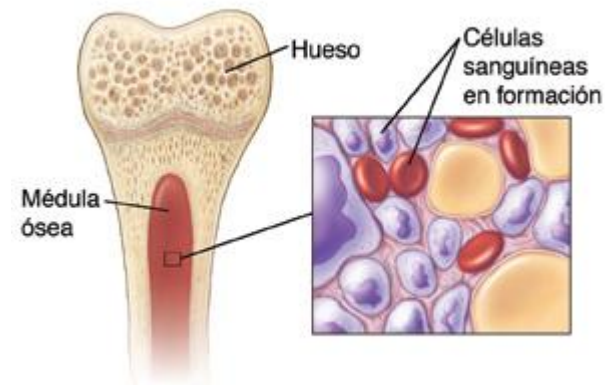
En el lateral de la pierna, a 3 *cun* por encima de la protuberancia máxima del maleolo externo del pie en una depresión entre el borde posterior del peroné y los tendones del peroneo largo y corto

Inserción

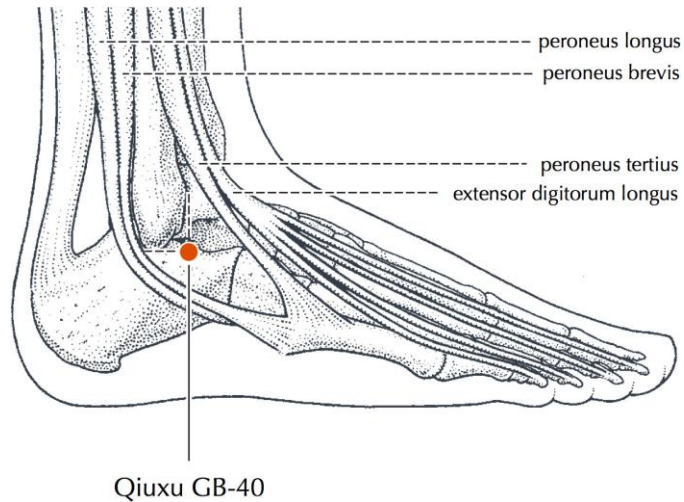
Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*

Funciones

- Nutre la médula ósea, fragilidad ósea



VB-40 QIUXU (Ruinas del Montículo)



Naturaleza

Punto Fuente (*Yuan*).

Localización

En la depresión que encontramos en la cara lateral de la articulación del tobillo, por delante y por debajo del maléolo externo, en la intersección de la línea horizontal que atraviesa el borde inferior del maléolo y la línea vertical que atraviesa el borde anterior del maléolo.

Inserción

Perpendicular de 1 a 1,5 *cun*

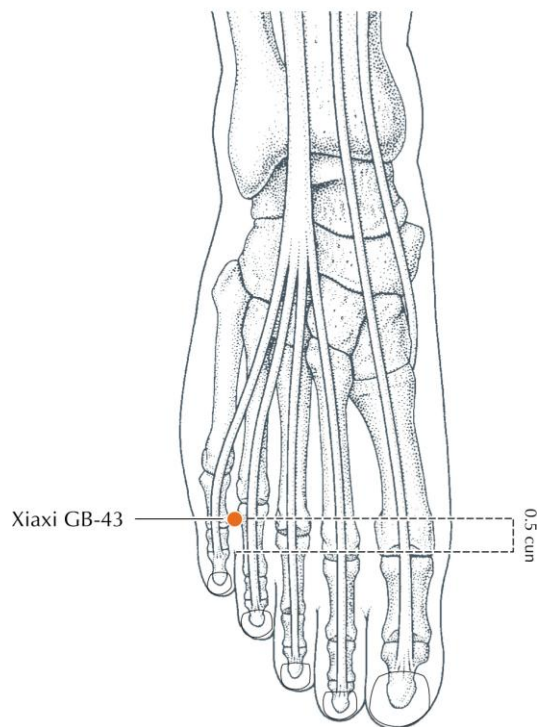
VB-40 QIUXU (Ruinas del Montículo)

Funciones

- Nutrir el Hun
- Valentía
- Libre circulación Qi Hígado



VB-43 XIAXI (Inserción del Arroyo)



Naturaleza

Punto Manantial (*Ying*).

Punto Agua.

Punto de Tonificación.

Localización

A 0,5 *cun* proximal del borde del espacio interdigital entre el cuarto y quinto dedo del pie.

Inserción

Inserción perpendicular de 0,3 a 0,5 *cun*

VB-43 XIAXI (Inserción del Arroyo)

Funciones

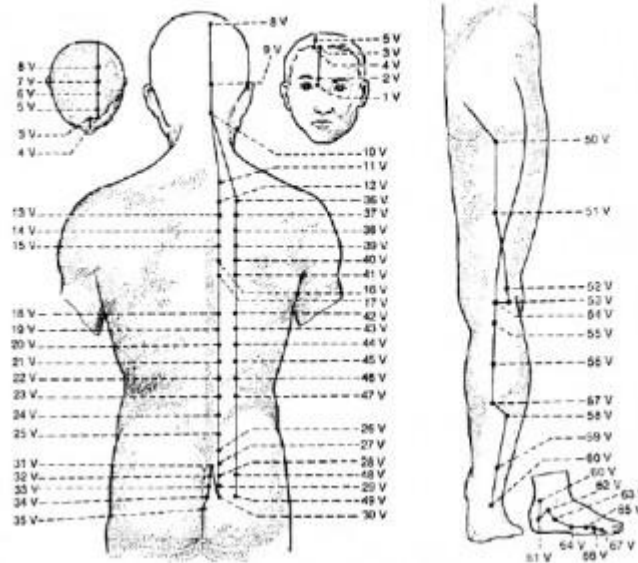
- Distal para cefaleas por Yang de Hígado



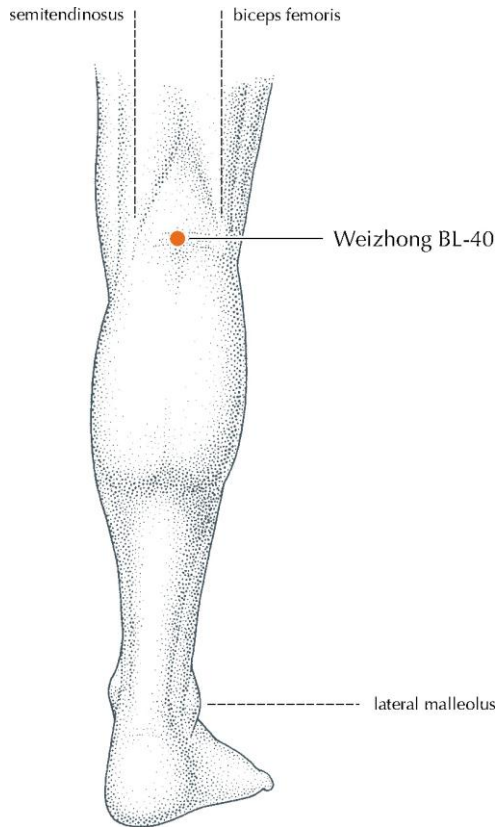
VEJIGA

SHU DE LA ESPALDA

MERIDIANO DE LA VEJIGA



V-40 WEIZHONG (Ayudando al Centro)



Naturaleza

Punto Mar (*He*).

Punto Tierra.

Punto de la Estrella Celeste Ma Dan Yang.

Punto de comando Gao Wu.

Localización

En el centro del hueco poplíteo, en la depresión que se forma en el punto medio entre los tendones del músculo bíceps femoral y del músculo semitendinoso.

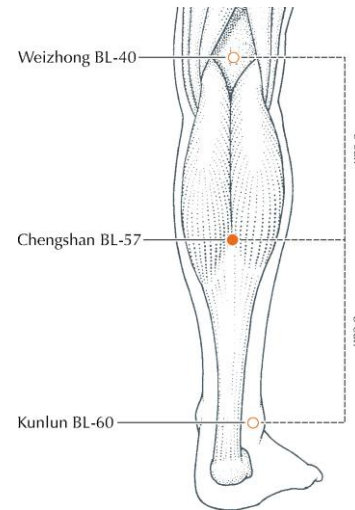
Inserción

Inserción perpendicular de 1 a 1,5 *cun*

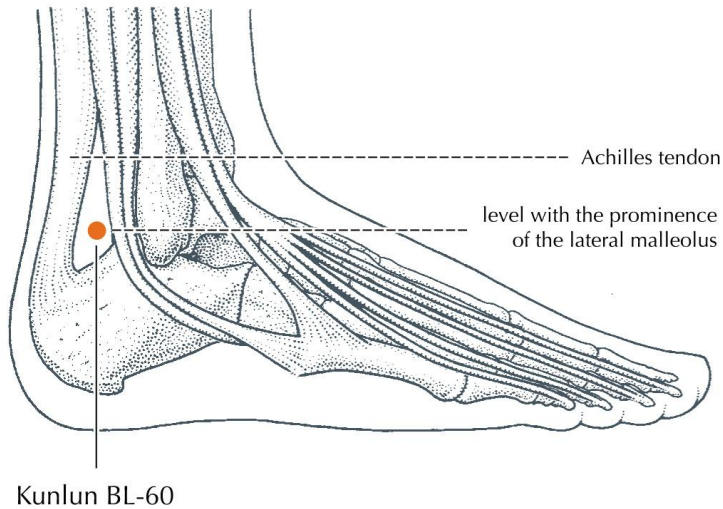
V-40 WEIZHONG (Ayudando al Centro)

Funciones

- Distal para dolor parte inferior de la espalda (agudo)
- Refresca la Sangre (piel)
- Añadir V-57 (dolor lumbar)



V-60 KUNLUN (Montañas)



Naturaleza

Punto Río (*Jing*).

Punto Fuego.

Punto de la Estrella Celeste de Ma Dan Yang.

Localización

En la depresión que se forma en el punto medio de la línea horizontal que conecta el punto más elevado del maleolo externo con el tendón de Aquiles.

Inserción

Inserción perpendicular de 0,5 a 1 *cun*

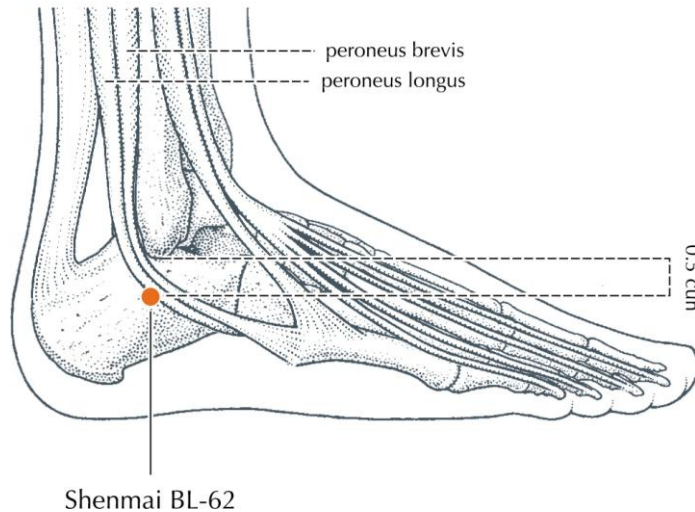
V-60 KUNLUN (Montañas)

Funciones

- Distal para dolor parte inferior de la espalda (crónico)
- Dolor de cuello



V-62 SHENMAI (Noveno Canal)



Naturaleza

Punto de apertura y de comienzo del canal
Extraordinario del *Yang Qiao Mai*

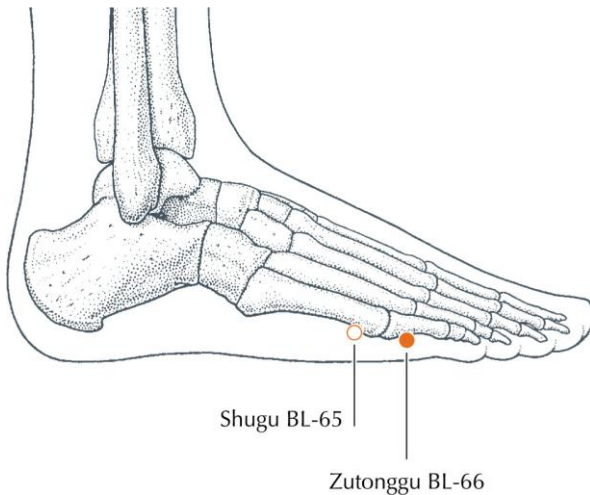
Localización

A 0,5 *cun* por debajo del borde inferior del
maléolo externo, en la depresión que se forma
posterior a los tendones peroneos

Inserción

Oblicua inferior de 0,3 a 0,5 *cun*

V-66 TONGGU (Valle que Pasa)



Naturaleza

Punto Manantial (*Ying*).

Punto Agua.

Localización

En el quinto dedo del pie en su cara lateral, en una depresión anterior e inferior a la articulación metatarso falángica, en el límite entre la carne blanca y roja.

Inserción

Oblicua perpendicular de 0,2 a 0,3 *cun* hacia la planta del pie

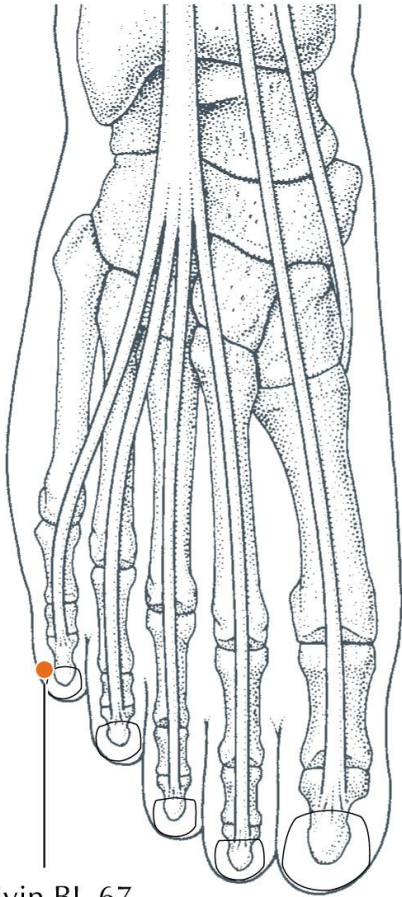
V-66 TONGGU (Valle que Pasa)

Funciones

- Calor en la Vejiga => Cistitis



V-67 ZHIYIN (Alcanzando el Yin)



Zhiyin BL-67

Naturaleza

Punto Pozo (*Jing*).

Punto Metal.

Punto de Tonificación.

Localización

En el quinto dedo del pie en su cara lateral, en la intersección de la línea vertical y horizontal de la uña a 0,1 *cun* de la esquina de la uña.

Inserción

Oblicua perpendicular de 0,1 a 0,2 *cun* hacia la planta del pie

V-67 ZHIYIN (Alcanzando el Yin)

Funciones

- Girar el feto



adam.com

