



I Jornadas de Enfermería Integrativa

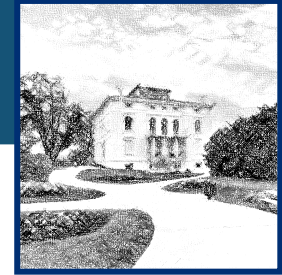
*Cuidados y terapias naturales
Solares 5 y 6 de Junio 2015*

*Maite Ruiz Ceballos
Enfermera y Psicóloga Clínica*



COLEGIO DE ENFERMERÍA
DE CANTABRIA

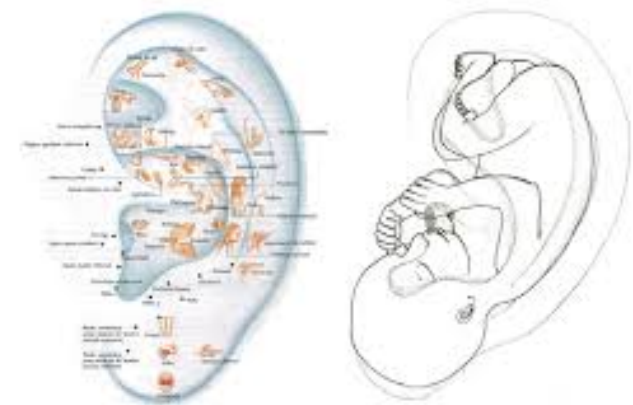
Auriculopuntura: ¿Qué es?



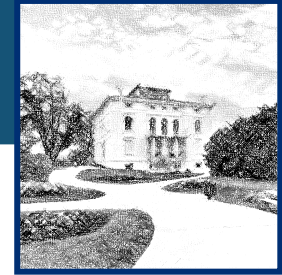
La auriculopuntura es una técnica de la medicina tradicional china que al igual que la acupuntura es milenaria.

Consiste en el tratamiento de las enfermedades a través de la oreja.

Se basa en la creencia de que la estimulación de determinadas terminaciones nerviosas que se encuentran en el oído, tienen un efecto en una parte del organismo relacionada morfológicamente con dicha zona.



Auriculopuntura: Energía



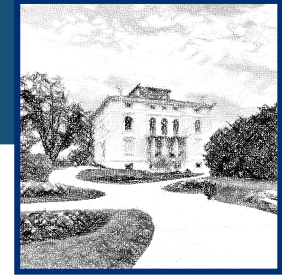
De la misma forma que existen venas y arterias por donde circula la sangre para ser transportada a todo el organismo existen también otros canales por donde fluye la energía llamados "**meridianos**".

La base de la terapia es la búsqueda del **equilibrio energético**.

Cuando se presenta la enfermedad implica un desequilibrio de esa energía. Estimulando estos canales o meridianos se logra **restablecer el equilibrio energético** del cuerpo.

En la oreja existe un punto reflejo para cada zona del cuerpo, que es perceptible en el caso de enfermedad; sólo cuando una región del cuerpo humano pierde el equilibrio fisiológico, pueden detectarse en la oreja los puntos alterados. La detección se consigue al **detectar el punto doloroso**

Auriculopuntura: Indicaciones



Dolores y algias de cualquier tipo o localización: Dolor agudo o crónico.

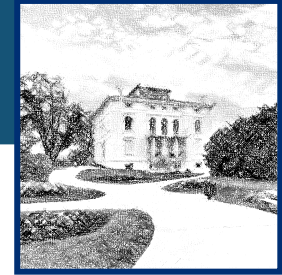
Trastornos endocrinos y digestivos: Sobre peso y obesidad, diarrea, aerofagia, úlceras gástricas, gastritis, estreñimiento, acidez, dermatitis (psoriasis y descamación), Cálculos renales...

Trastornos psíquicos: Stress, depresiones, ansiedad, insomnio, crisis de pánico.

Trastornos respiratorios y alergias: Asma, fiebre del heno, sinusitis, rinitis alérgica.

Adicciones: Tabaquismo (deja de fumar con acupuntura), enuresis nocturna, drogas, alcohol...

Auriculopuntura: ¿Qué material necesitamos?



Detector o localizador.



Semillas o imanes.

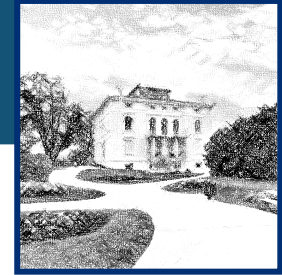
Frasco con alcohol.

Algodón / gasas .

Pinza.



Auriculopuntura: ¿Cómo hacer la exploración?



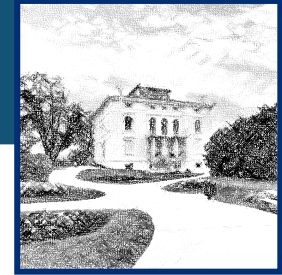
Primer contacto: Siempre visual

- Una oreja carnosa, grande y roja corresponde a un individuo **yan** (muchísima vitalidad : dinamismo, vitalidad = salud floreciente/ vida)
- Una oreja delgada , pequeña, blanquizca indica que estamos ante un individuo **yin** : frialdad, inquietud, sosiego , recogimiento , introversión

Anotar irregularidades, anomalías, capilares, zonas deformadas y puntos sensibles:

- . Una depresión : Vacío energético
- . Un abultamiento: Plenitud de energía
- . Color rojizo: Estado agudo de desequilibrio
- . Color blanquecino: Cronicidad

Auriculopuntura: ¿Cómo hacer la exploración?

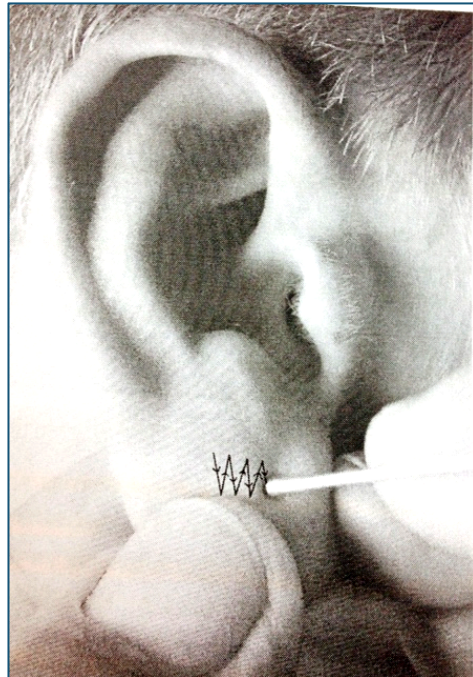
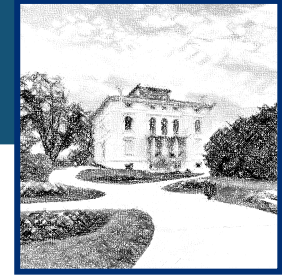


Segundo contacto: Inspección táctil:

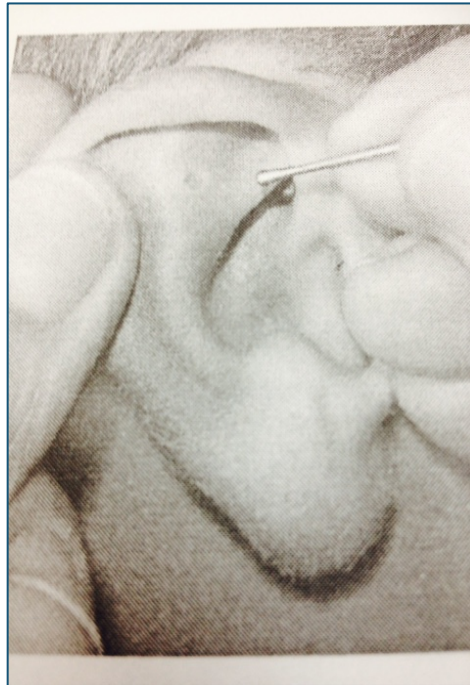
Si en una parte de nuestro organismo existe **desequilibrio** , la parte refleja de la oreja se hace sensible a la presión , notando **dolor**. Para determinar con más precisión el punto doloroso usaremos un palpador.

Con los dedos 2º y 3º de la mano izquierda (o no dominante) apoyados en la parte posterior de la oreja haremos presión y estiraremos la piel con la ayuda del pulgar para tensar la zona y inspeccionar. Con el palpador realizaremos una presión uniforme y deslizamientos cortos en zigzag. Una vez localizado el punto , presionaremos con más intensidad en él ,para provocar la aparición de un hundimiento (casquete esférico) que permanecerá durante unos segundos ,lo que nos permitirá tener el tiempo suficiente para estimular el punto.

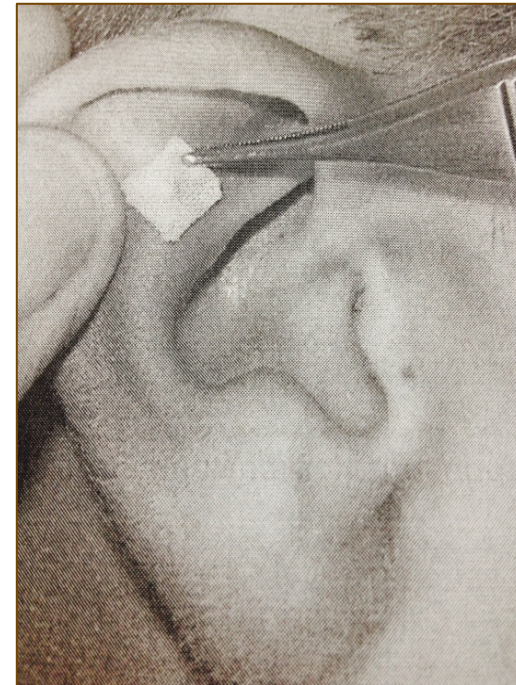
Auriculopuntura: ¿Cómo hacer la exploración?



Exploración en zigzag

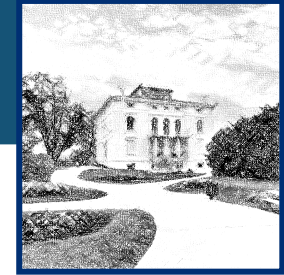


Marcar punto doloroso



Colocación de la semilla

Auriculopuntura para la ansiedad

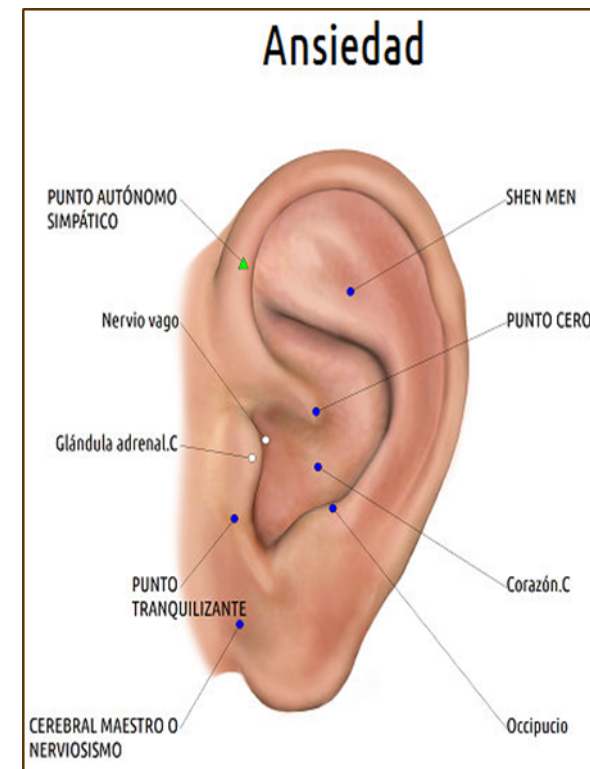


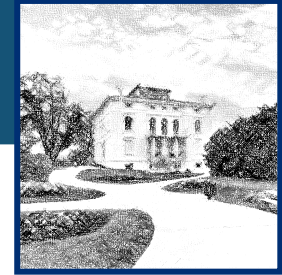
Punto cero: En el inicio de la raíz del hélix .
Abre la conexión del cuerpo con el reflejo auricular.

Shen-men: (vértice de la fosa Navicular) Para relajar tanto a nivel emocional como muscular.

Cerebral maestro o ansiolítico: Se consigue al disminución de la ansiedad al lograr un aumento de endorfinas y serotoninas.

Tranquilizante: En la raíz del trago . En conductas compulsivas (comer en exceso, adicciones...).





AHORA , A PRACTICAR !!