



Universidad de Ciencias Médicas de La Habana
FCM "Calixto García"

Digitopuntura Analgésica

Dr. C. Jorge Luis Campistrous Lavaut
Departamento de Preparación para la Defensa
Curso 2022

Lumbociatalgia

Paciente que refiere sentir molestia y dolor en la zona lumbar desde hace varios días, que le impide mantenerse mucho tiempo ya sentado y caminar. Cuando camina o esta sentado el dolor le corre por la punta de la nalga, parte posterior del muslo y pierna. Este dolor le impide apoyar la parte posterior del pie.



Objetivo

Identificar los principales puntos acupunturales usados en la asistencia primaria.

Sumario

Digitopuntura. Concepto. Indicaciones. Precauciones. Técnica.

Principales puntos acupunturales analgésicos utilizados en la Asistencia primaria.

Bibliografía

- Álvarez Díaz TA. Manual de Acupuntura. La Habana: ECIMED; 1992.
- Álvarez T. A. Manual de acupuntura. Ed: Ciencias Médicas, La Habana. 1994. http://bvs.sld.cu/libros/manual_deacupuntura/indice_p.htm
- Álvarez T. A. Acupuntura y medicina tradicional asiática. Ed: Capitán San Luis. La Habana. 1994.
- Álvarez Díaz TA, Tosar Pérez MA, Echemendía Sálix C. Medicina Tradicional China. Acupuntura, moxibustión y medicina herbolaria. Ed: UH. La Habana. 2014.
- Álvarez Sintés Roberto, Medicina General Integral 3ra edición. Editorial Ciencias Médicas Libro digital MGI II, 2014 capítulo 91
- Elementos Básicos de Medicina Bioenergética. Caridad Dovale Borjas. ECIMED 2001
- Dovale Borjas C, Rosell Puig W. Elementos Básicos de Medicina Bioenergética. La Habana: ECIMED; 2001.
- Pargas Torres F. Enfermería en la Medicina Tradicional y Natural. La Habana: ECIMED; 2005.

Digitopuntura

- **Concepto**
- **Indicaciones**
- **Precauciones**
- **Técnica**

Concepto

- La **Dígitopuntura** conocida también por los términos de dígitopresión, masaje con los dedos o masaje digital, constituye una posibilidad más de la llamada Medicina Alternativa y consiste en influir con los dedos (uno de ellos generalmente) sobre una serie de puntos distribuidos por el organismo en hipotéticos meridianos, con fines profilácticos y terapéuticos.

Utilidad de la digitopuntura

Es eficaz para la profilaxis y tratamiento de algunos trastornos psicósomáticos.

Muy útil para el tratamiento sintomático del dolor.

Puede prevenir, aliviar y curar diversos síntomas, síndromes y afecciones especialmente de tipo funcional.

PRECAUCIONES

En personas que han acabado de ingerir abundante alimentos o los que llevan un ayuno prolongado.

En embarazadas excepto por profesionales de la salud expertos en estas técnicas.

Si existen afecciones de la piel en las zonas de los puntos.

No aplicar el proceder, de manera inmediata, a un paciente sofocado luego de una prolongada caminata.

Es necesario tener presente el principio de tonificación y dispersión. Un masaje lento y suave en sentido de los meridianos produce un efecto de Tonificación. La presión fuerte y rápida en el sentido contrario a los meridianos origina un efecto de Dispersión.

Técnicas de la Digitopuntura

1-Clavado de un dedo

2-Sobado digital

3-Punción con la uña

4-Presión digital

- Presión simple
- Presión con vibración

5-Pinza digital

6-Roce digital

- Roce horizontal con toda la superficie del dedo pulgar
- Roce con la cara lateral del dedo pulgar

• Otras variantes:

– Método de Hincado:

- Hincado con el dedo pulgar
- Hincado con el dedo semidoblado
- Hincado tridigital

1- Clavado de un dedo



En esta técnica se utiliza el dedo medio para realizar el “clavado” sobre un punto. Con esta finalidad se coloca el dedo índice en la cara dorsal del dedo medio y el pulgar en la cara palmar del mismo

Al hacer la presión, debe situarse el dedo medio en ángulo recto con respecto a la superficie de la piel. No debe flexionarse pues la presión no penetra en los tejidos con la profundidad necesaria para ejercer su acción

Al realizar la influencia sobre el punto, hay que ejercer la presión con todo el dedo medio, el brazo y el hombro

1- Clavado de un dedo

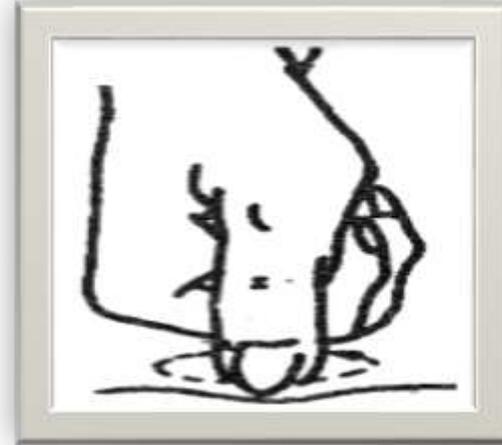
Orden de Ejecución:

El proceder se efectuará en 3 pasos:

- **Se sitúa el dedo medio sobre el punto y se ejerce presión. Luego se incrementa la presión gradualmente, de forma tal que el dedo se hunda en el tejido.**
- **Realizar movimientos vibratorios del dedo durante un minuto para intensificar la influencia sobre el punto.**
- **Debilitar gradualmente la presión del dedo pero mantenerlo durante cierto tiempo sobre el punto.**

Estos tres pasos se deben repetir de 3 a 5 veces.

2- Sobado digital

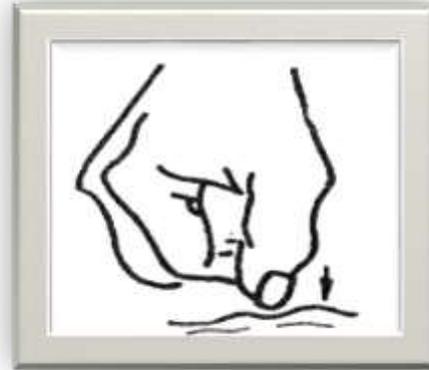


El pulgar es el dedo que se emplea para realizar esta técnica

Orden de Ejecución:

- 1. Se hace presión con el dedo pulgar sobre el punto seleccionado.**
- 2. A continuación se ejecutan movimientos en forma de tornillo con desplazamiento de la piel con respecto a los tejidos subcutáneos**

3- Punción con la uña



En esta técnica la influencia sobre el punto se ejerce a través de la uña del dedo pulgar.

Orden de Ejecución:

1. Se flexiona ligeramente la segunda falange (falange distal) del dedo pulgar.
2. Se realiza la influencia sobre el punto. La intensidad y el tiempo de influencia sobre el punto están en dependencia de varios factores, entre ellos el carácter de la enfermedad.

4- Presión digital



Esta técnica presenta dos variantes:

-Presión simple: Se utiliza el extremo de un dedo

Orden de ejecución:

1. Se coloca el extremo del dedo en una posición levemente inclinada con respecto a la superficie de la piel.
2. Se realiza la presión en el punto, incrementándola gradualmente pero con fuerza, hasta que el paciente sienta una sensación de entumecimiento y de dolor sordo.
3. Se hace decrecer suavemente la presión.

4- Presión digital



- **Presión con vibración:** También se utiliza el extremo de un dedo.

1. Se efectúa la presión en el punto de igual forma que en el procedimiento anterior (presión simple).
2. Una vez ejecutada la presión se procede a realizar movimientos vibratorios con el dedo.
3. La presión con vibración se realiza desde el brazo, antebrazo, mano y dedo.
4. La duración de estos procedimientos de Presión digital, tanto en una modalidad como en otra, oscila desde varios segundos hasta 1 minuto.

5- Pinza digital



En este método se utiliza el I y II dedos de la mano. Los dedos quedan al mismo nivel para permitir una mayor presión sobre el punto. Los dedos deben situarse en un ángulo de 45 a 90 grados con respecto a la piel. La presión se ejerce con todo el miembro superior.

Orden de Ejecución:

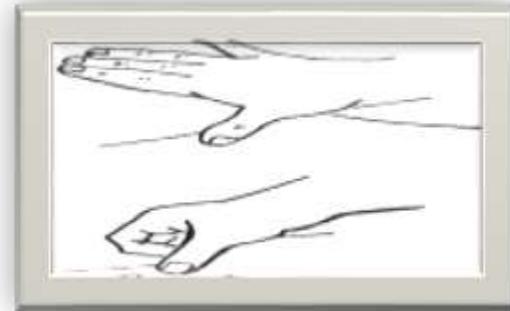
1. Se sitúa el dedo pulgar y el índice paralelamente a ambos lados del punto.
2. Se ejecuta el pellizco con la pinza formada por los dedos y luego se presiona. La presión se mantiene alrededor de 20 a 25 segundos. Luego se deja de presionar manteniendo la pinza

Este proceder se realiza de 3 a 4 veces hasta el minuto

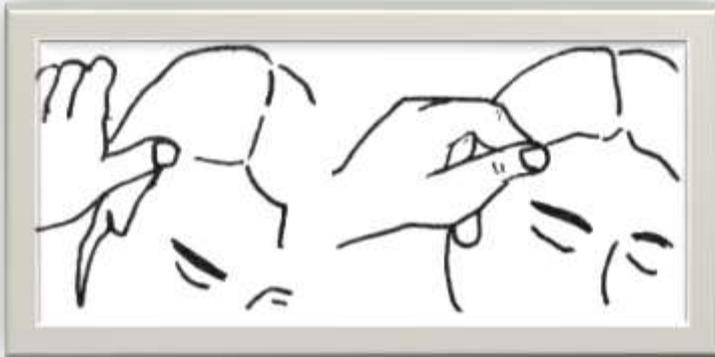
6- Roce digital

En esta técnica se emplea el dedo pulgar y presenta dos modalidades:

1- Roce horizontal con toda la superficie del dedo pulgar. (Cara palmar)



2-Roce con la cara lateral del dedo pulgar



6- Roce digital

Roce digital – 1

- Se coloca la cara palmar del dedo pulgar sobre el punto en que se va a influir.

Se efectúa el roce sobre este punto mediante un movimiento que puede ir de derecha a izquierda o de adelante hacia atrás. Este movimiento está constituido por 2 momentos.

Al dirigirse el roce hacia un sentido, los restantes cuatro dedos de la mano se reflexionan y al realizar el movimiento en el sentido contrario se extienden.

Observación: Al mismo tiempo que se realizan los movimientos hay que ejercer presión sobre la piel y los planos profundos.

Mantener el ritmo del movimiento en uno y otro sentido hasta un minuto.

6- Roce digital

Roce digital – 2

Colocar la cara lateral del dedo pulgar sobre el punto de influencia. Manteniendo los restantes dedos de la mano flexionados.

Realizar el movimiento en un solo sentido (hacia delante) al mismo tiempo que se extienden los dedos que estaban flexionados.

En esta variante no se ejerce presión sobre los planos profundos

UNIDADES DE MEDIDAS PROPORCIONALES

Métodos de localización de los puntos

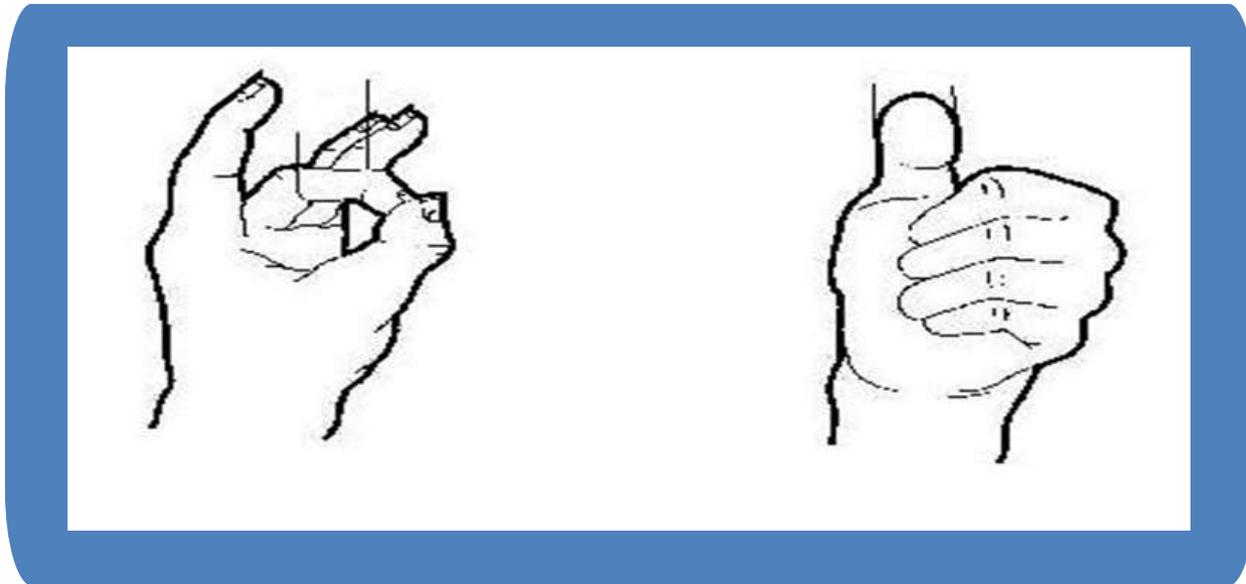
Primer método: Se realiza de acuerdo a medidas proporcionales. El Cun.

Segundo método: Se localizan de acuerdo a MARCAS anatómicas FIJAS.

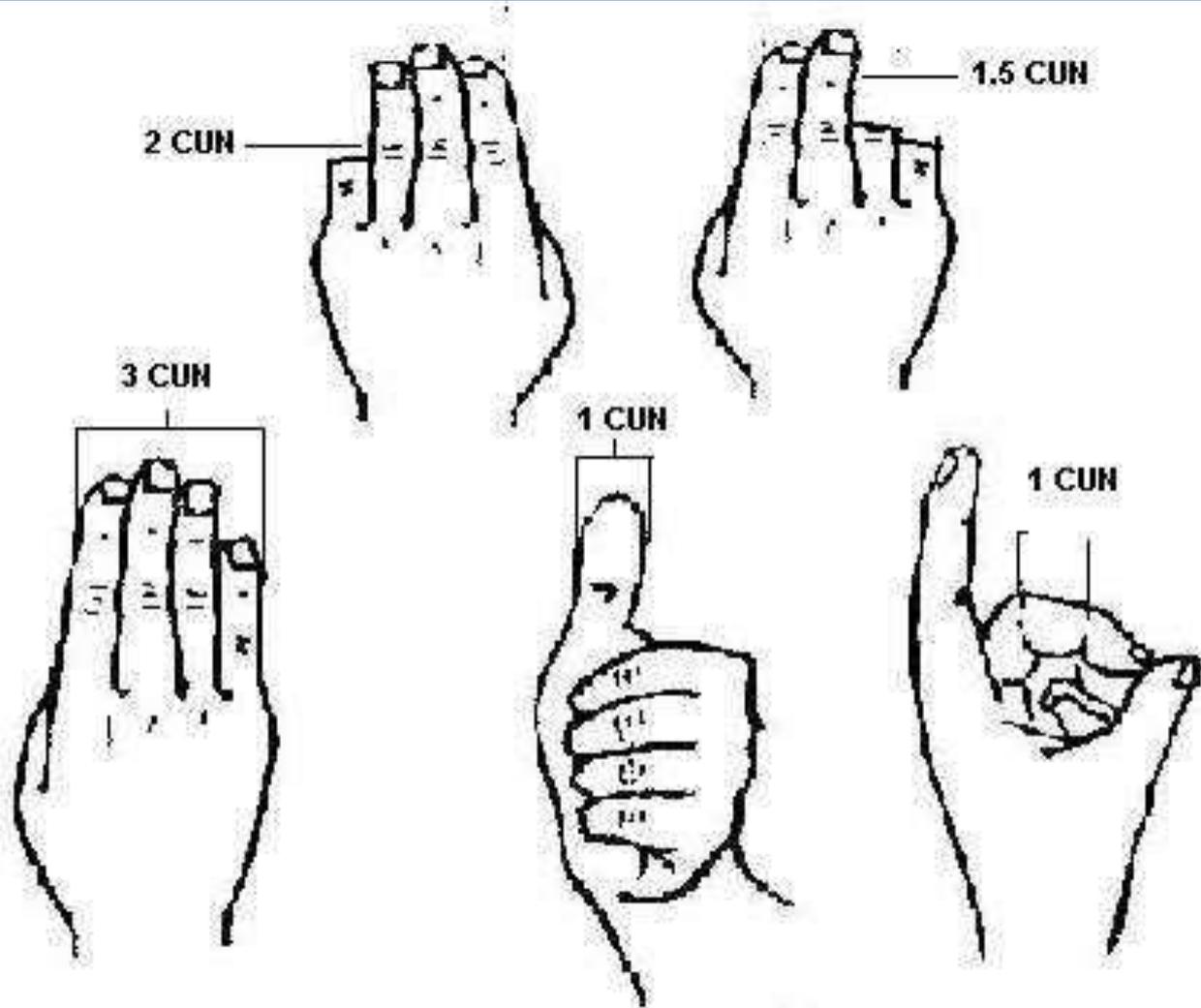
Tercer método: Mediante líneas imaginarias

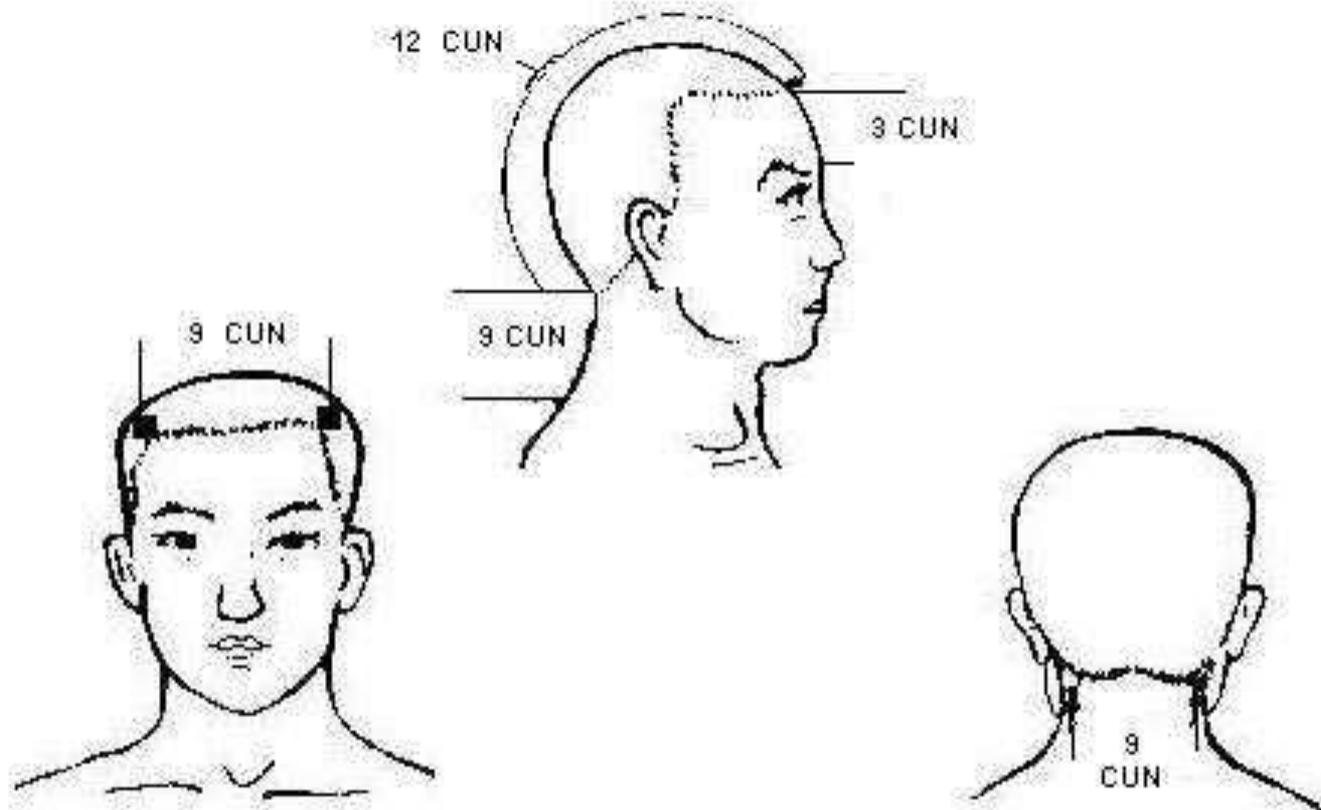
Cuarto método: De acuerdo a la medida de los dedos de la mano del paciente.

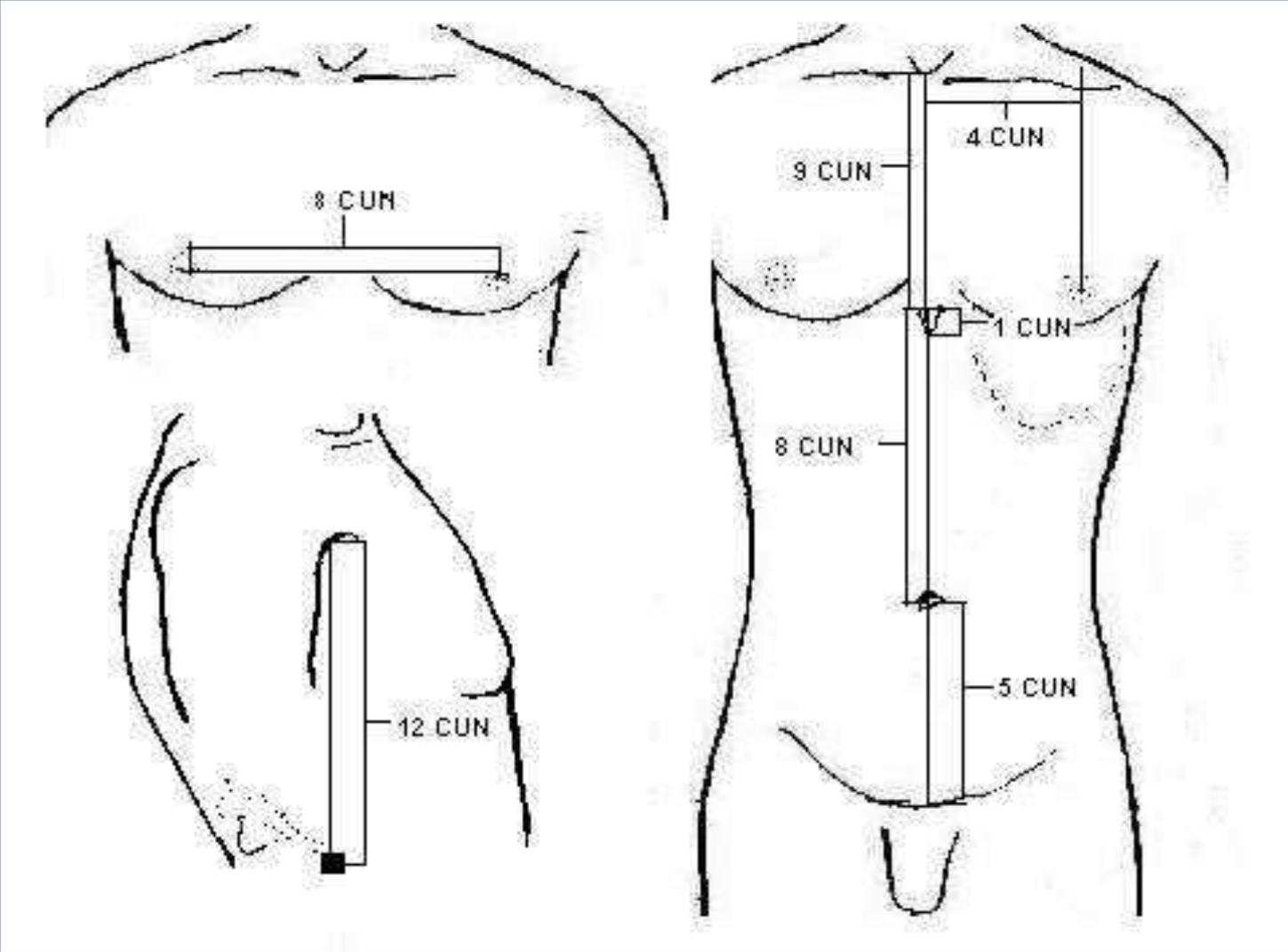
Medidas en Acupuntura

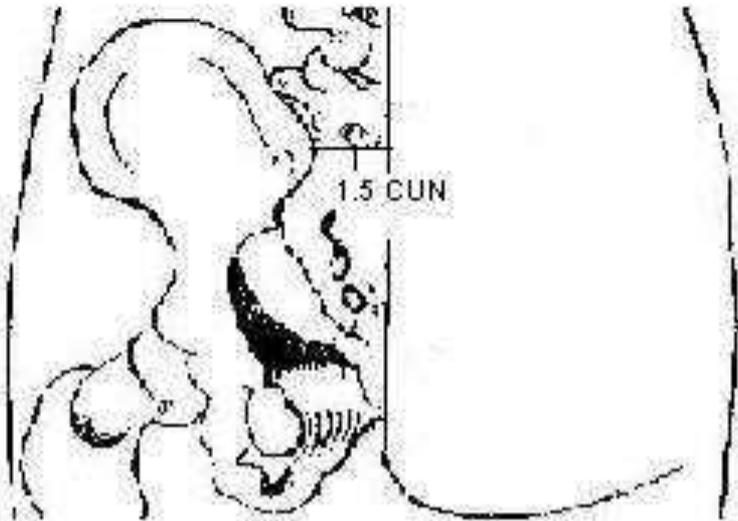
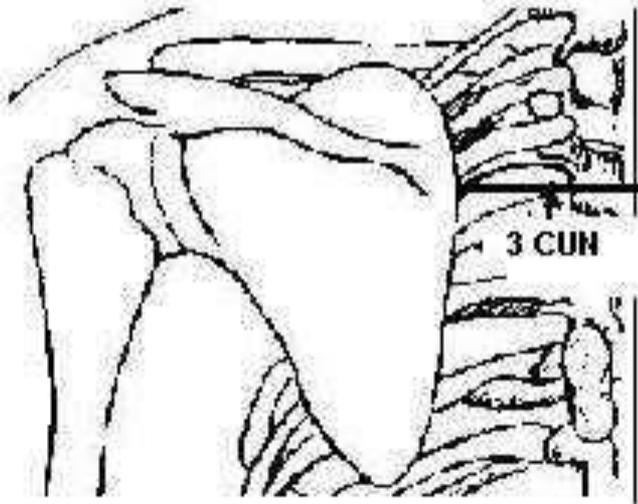


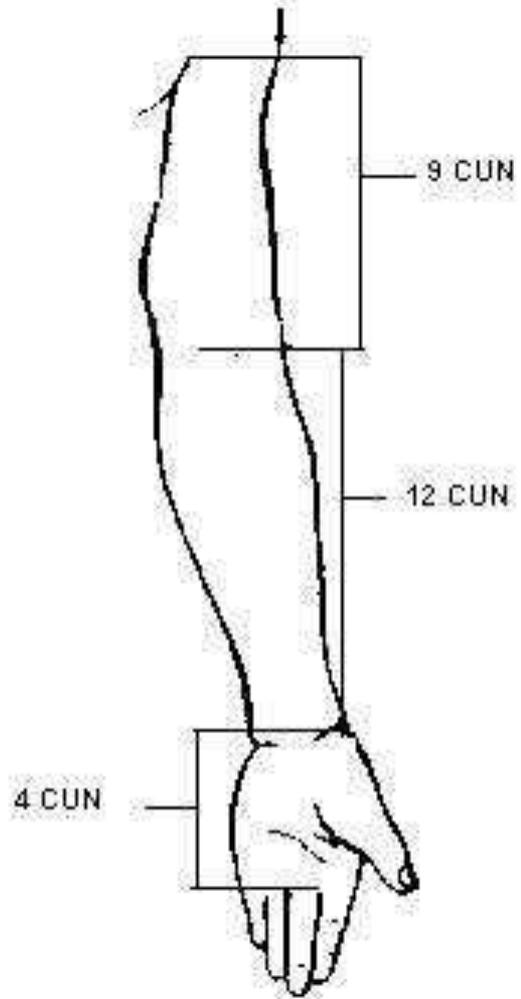
1 cun es la distancia entre las articulaciones interfalángicas del dedo medio o el ancho del pulgar a nivel de la articulación interfalángica. Siempre del dedo del paciente

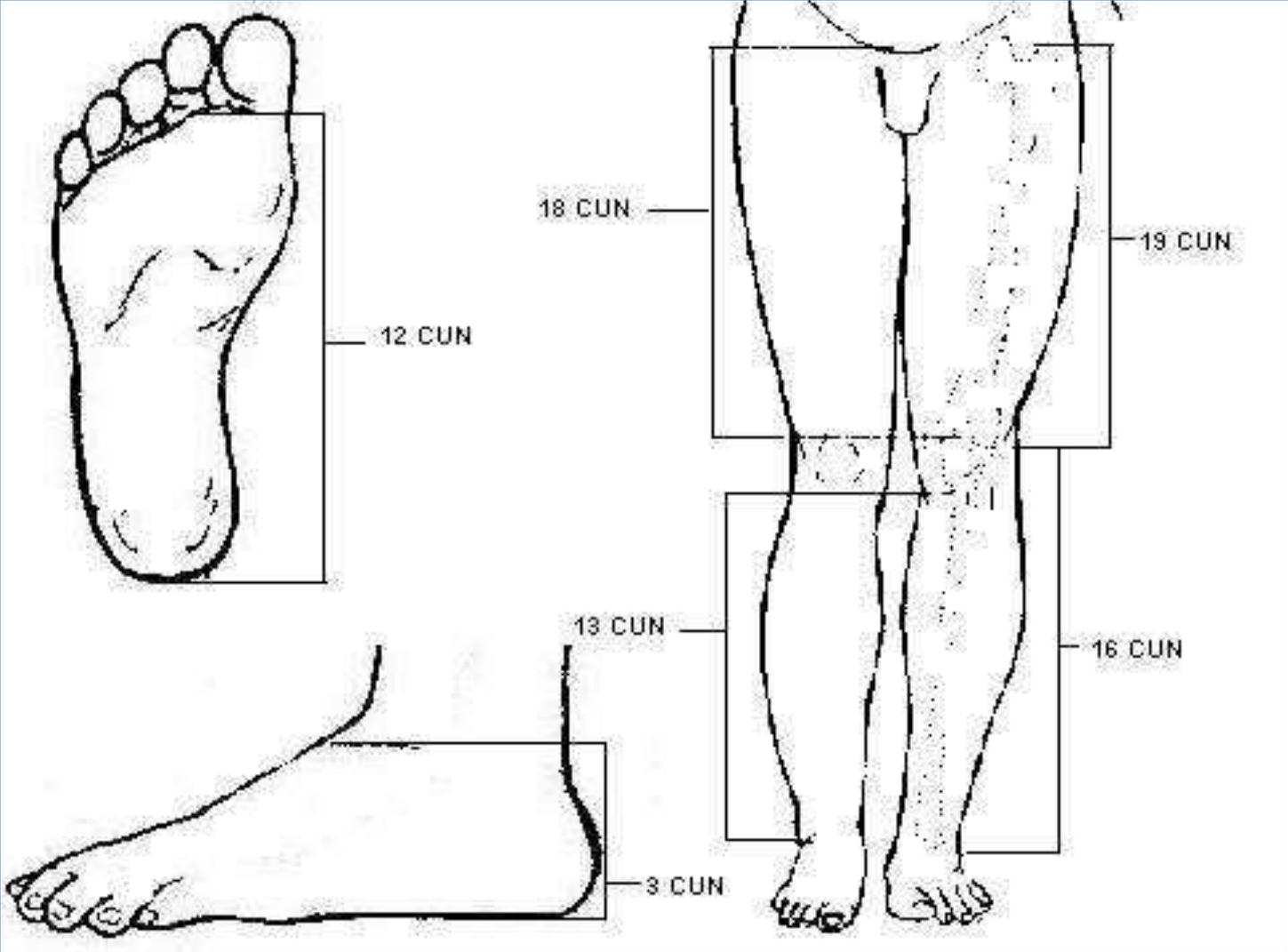












Digitopuntura

Principales puntos acupunturales analgésicos utilizados en la Asistencia Primaria.

Pérdida de la Conciencia

Vaso gobernador 26

Localización

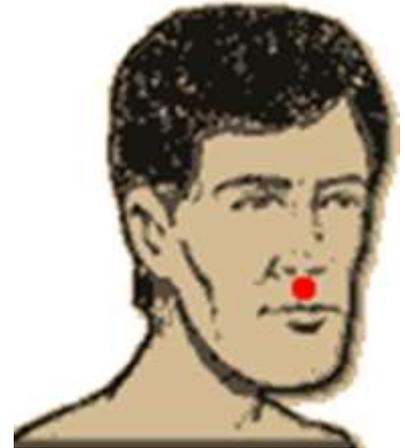
Situado inmediatamente por debajo de la nariz, en la línea media, en el surco nasolabial, en la unión del tercio superior con los dos tercios inferiores.

Relación Anatómica

Arterias y venas labiales superiores, rama bucal del nervio facial y rama del nervio infraorbitario.

Técnica de Digitopuntura

Punción con la uña, presión digital y método de hincado con el dedo pulgar y con el dedo semidoblado. Todas las técnicas excepto la pinza digital



Traumatismos craneoencefálicos

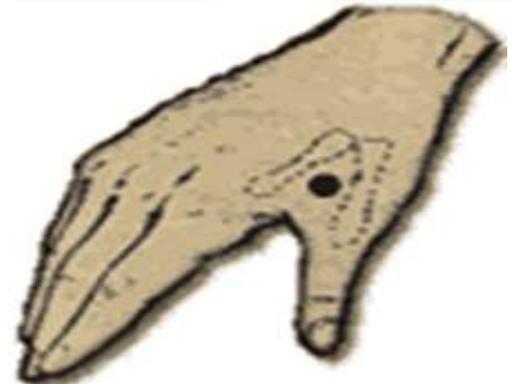
Intestino grueso 4

Localización

En el dorso de la mano, radialmente hacia la parte media del segundo metacarpiano, sobre el m. aductor del pulgar

Indicaciones

- 1, Fiebre, cefalea, edema doloroso en laringe y faringe durante el "resfriado"
2. Inflamaciones agudas a nivel del cuello y la cabeza
3. Secreción de sudor deficitaria o exagerada
4. Dolor y trastornos motores a nivel de la articulación de la muñeca y de los dedos
5. Puede estimular las contracciones de la musculatura uterina



Traumas torácicos

Vaso concepción 17

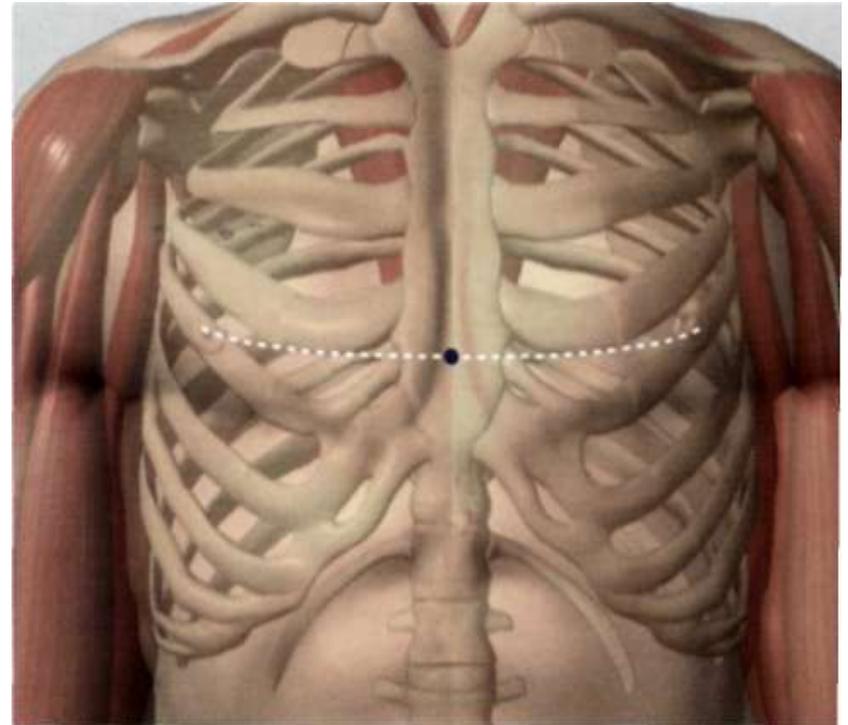
Localización

En la línea media anterior, a la altura del 4to Espacio intercostal, en el centro, entre los dos pezones

Funciones

Dolor en el tórax de cualquier causa

- Cardiopatía coronaria
- Asma bronquial, bronquitis espástica



Traumas torácicos

Triple función 5

Localización

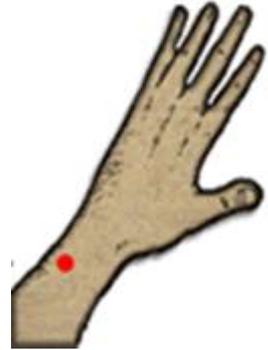
Región dorsal del antebrazo, a 2 cun por encima del pliegue de la articulación radiocarpiana, entre el radio y el ulnar

Relación anatómica

Afluentes de la vena cefálica, nervio antebraquiocutáneo posterior

Técnica de digitopuntura

Clavado de un dedo, sobado digital, punción con la uña, presión



Traumatismos del codo



Intestino Grueso 11

Localización

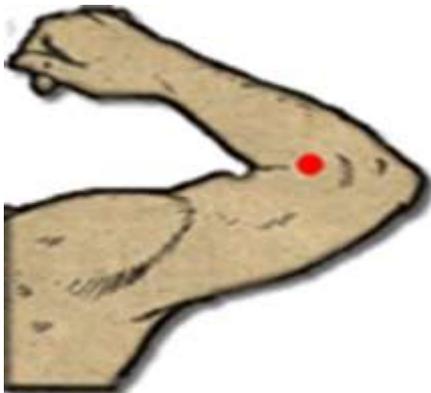
Con el antebrazo semiflexionado se puede encontrar en el extremo lateral del pliegue del codo, por dentro del epicóndilo lateral del húmero.

Relación anatómica

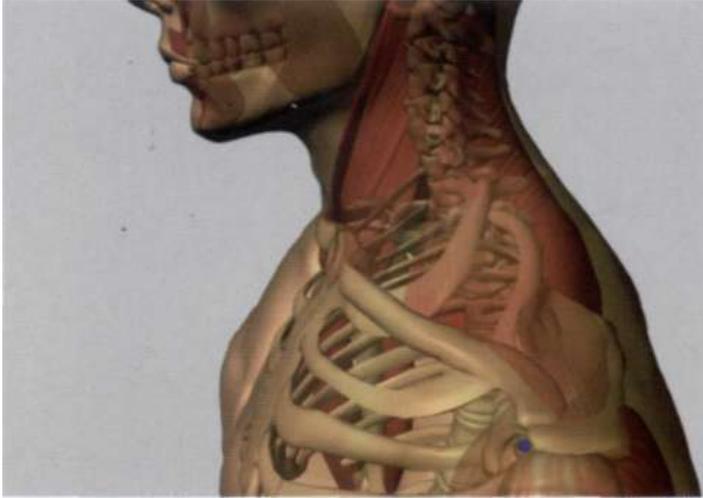
Vena cefálica, nervio antebraquiocutáneo dorsal, rama cutánea del nervio musculocutáneo y del nervio radial, vasos recurrentes radiales.

Técnica de digitopuntura

Clavado de un dedo, sobado digital, punción con la uña y presión digital.



Traumatismos del Hombro



Intestino grueso 15

Localización

Se localiza en la cara anterior de la articulación del hombro en la región deltoidea, en la depresión que se forma por delante del acromion cuando se realiza el movimiento de abducción del brazo.

Relación anatómica

Articulación acromioclavicular

Técnica de digitopuntura

Clavado de un dedo, sobado digital, punción con la uña y presión digital.



Analgesia de Miembros inferiores

Vejiga 40

Localización

Con el paciente acostado en decúbito prono y las rodillas flexionadas este punto se localiza en el punto medio del pliegue transverso de la región poplítea, entre los tendones del músculo biceps femoral y el músculo semitendinoso.

Relación anatómica

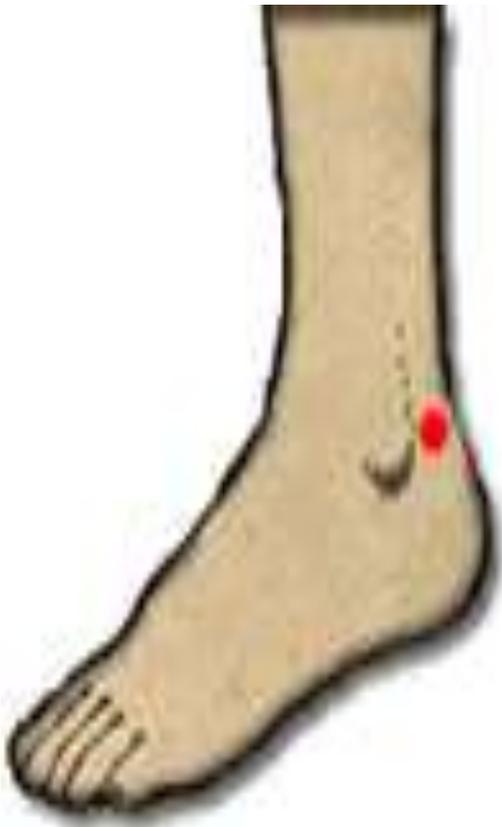
Superficialmente la vena poplítea y profundamente la arteria poplítea, nervio femorocutáneo posterior, nervio tibial y la vena safena parva.

Técnica de digitopuntura

Clavado de un dedo, sobado digital, punción con la uña, presión digital e hincado con el dedo pulgar. Todas las técnicas excepto la pinza digital.



Analgesia de Miembros inferiores



Vejiga 60

Localización

en la depresión que existe entre el maleolo lateral y el tendón del calcáneo, por encima del borde superior del calcáneo.

Relación anatómica

Vena safena parva y nervio sural lateral.

Técnica de digitopuntura

Clavado de un dedo, sobado digital, punción con la uña y presión digital.

Contraindicación

Embarazadas

Analgesia de Miembros inferiores.

Traumas de rodilla y pierna



Vesícula Biliar 34

Localización

Situado por debajo y por delante de la cabeza de la fíbula.

Relación anatómica

Nervio peroneo común, nervio cutáneo sural lateral y vasos tibiales anteriores.

Técnica de digitopuntura

Sobado digital, punción con la uña y presión digital.

Analgesia de Miembros inferiores.

Traumas del tobillo



Bazo 6

Localización

Situado en una depresión, a 3 cun por encima de la prominencia del maleolo medial, en el borde medial de la tibia.

Relación anatómica

Venas safena magnas, arterias y venas tibiales posteriores, nervio cutáneo sural y medial de la pierna y nervio tibia.

Técnica de digitopuntura

obado digital, punción con la uña Todas las técnicas excepto la pinza digital.

Contraindicación

Embarazadas

Traumas abdominales

Trauma en zona epigástrica



Estómago 36

Localización

Región inferolateral de la tuberosidad de la tibia. A 3 cun por debajo del borde inferior de la rótula y a 1 cun por fuera del borde anterior de la tibia. A 1 cun por debajo y por fuera de la tuberosidad anterior de la tibia.

Relación anatómica

Con el nervio sural lateral, nervio safeno, nervio peroneo profun y vasos tibiales.

Técnica de digitopuntura

Clavado de un dedo, sobado digital, punción con la uña e hincado con el dedo pulgar y con el dedo semidoblado, o sea todas las técnicas, excepto la pinza digital

Traumas abdominales

Trauma en zona hipogástrica



Bazo 6

Localización

Situado en una depresión, a 3 cun por encima de la prominencia del maleolo medial, en el borde medial de la tibia.

Relación anatómica

Venas safena magnas, arterias y venas tibiales posteriores, nervio cutáneo sural y medial de la pierna y nervio tibia.

Técnica de digitopuntura

obado digital, punción con la uña Todas las técnicas excepto la pinza digital.

Contraindicación

Embarazadas

Traumas abdominales

Trauma en zona de hipocondrios



Vesícula Biliar 34

Localización

Situado por debajo y por delante de la cabeza de la fíbula.

Relación anatómica

Nervio peroneo común, nervio cutáneo sural lateral y vasos tibiales anteriores.

Técnica de digitopuntura

Sobado digital, punción con la uña y presión digital.

Náuseas , Vómitos, trastornos del ritmo cardiaco.

Pericardio 6

Localización

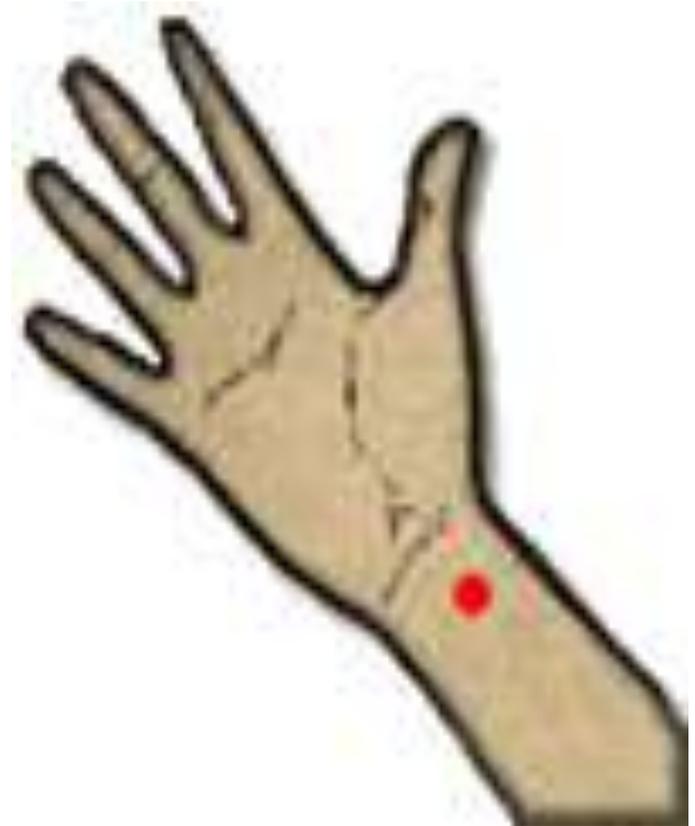
Región anterior del antebrazo, a dos cun por encima del pliegue transversal de la articulación radio carpiana, entre los tendones del músculo palmar largo y flexor radial del carpo.

Relación anatómica

Ramas cutáneas del nervio mediano, nervio antebraquero cutáneo lateral, vasos ínter óseos palmares.

Técnica de digitopuntura

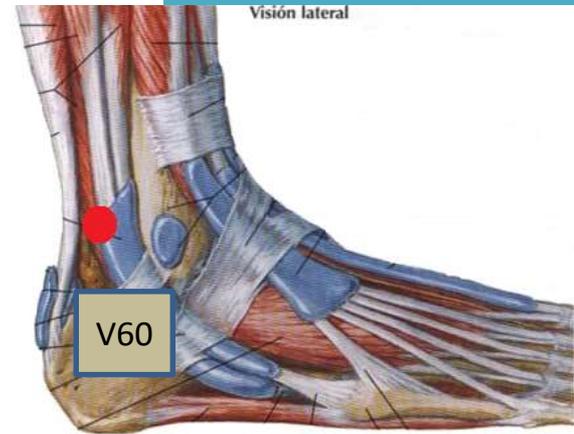
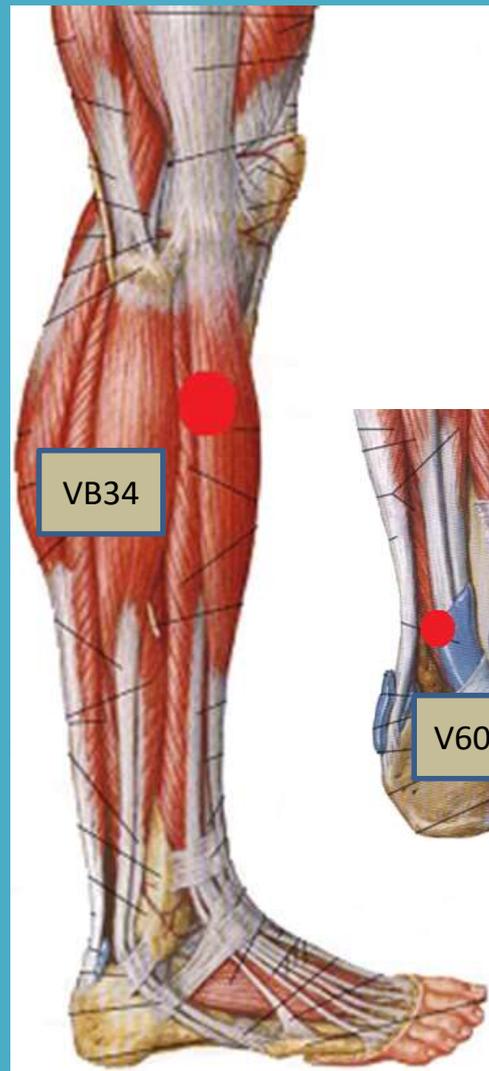
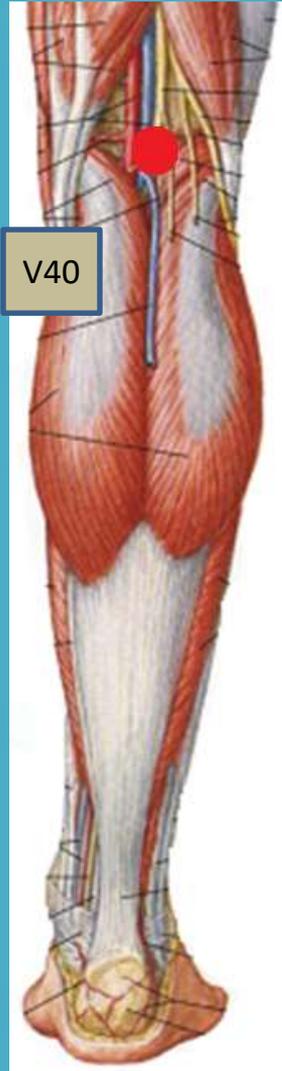
Clavado de un dedo, punción con la uña y presión digital

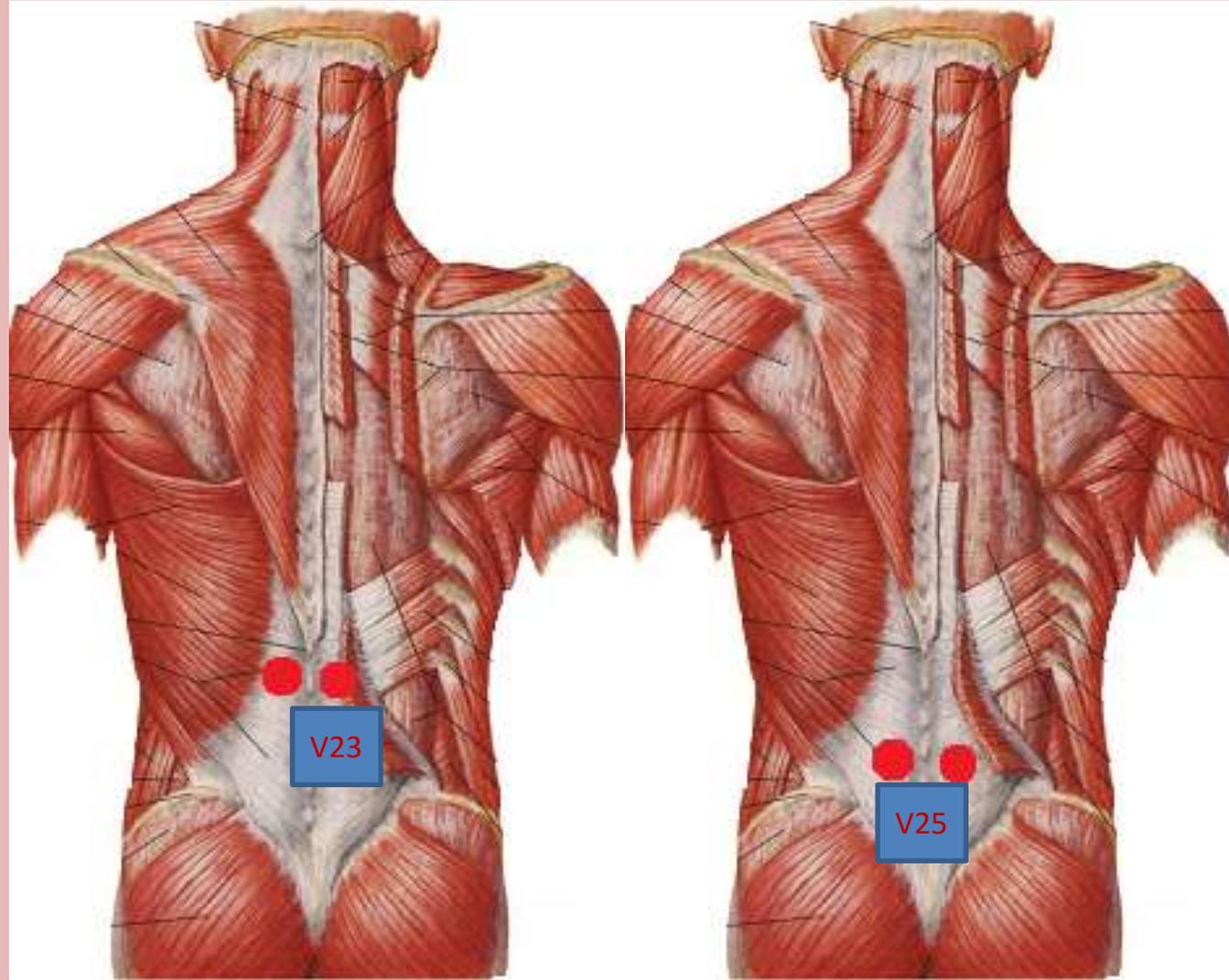


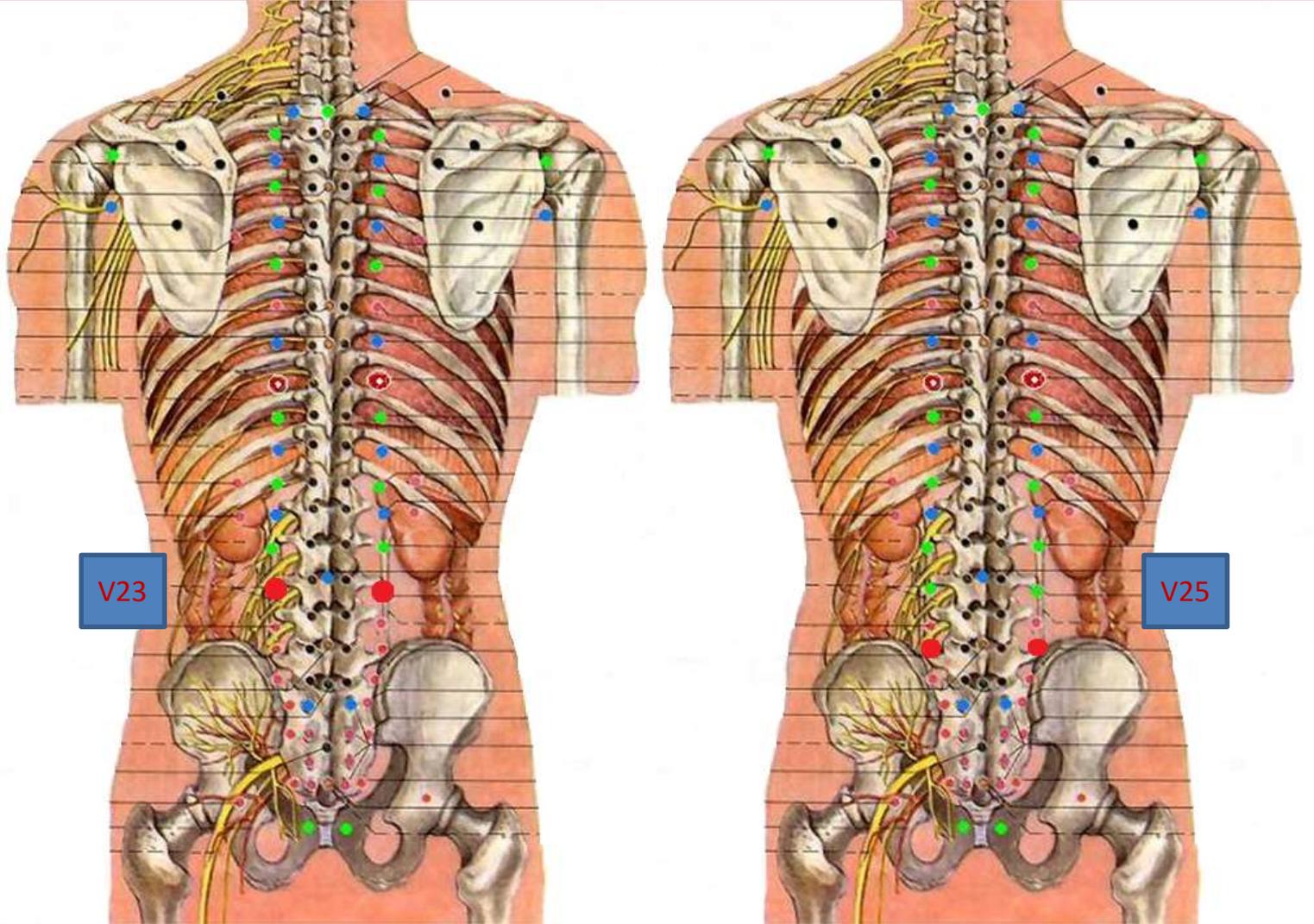
Lumbociatalgia

Paciente que refiere sentir molestia y dolor en la zona lumbar desde hace varios días, que le impide mantenerse mucho tiempo ya sentado y caminar. Cuando camina o esta sentado el dolor le corre por la punta de la nalga, parte posterior del muslo y pierna. Este dolor le impide apoyar la parte posterior del pie.









Conclusiones

- En el cuerpo existen zonas activas, llamadas puntos, utilizadas por la Medicina Tradicional Asiática.
- Los puntos tienen diferentes funciones y cumplen con unas características determinadas.
- Existen varios métodos para localizar puntos.
- Existe una medida corporal individual.