

Efectos tras una sesión de acupuntura

El Ciudadano · 11 de mayo de 2017



Una sesión de acupuntura consiste en manipular puntos de acupuntura, normalmente con agujas, de forma que se actúa sobre los canales del cuerpo que

están desequilibrados en cuanto al flujo de sangre y/o energía y están provocando la enfermedad por la cual el paciente acude a la terapia.

Casi todos los pacientes esperan que la sesión sea dolorosa, sin embargo se sorprenden porque la mayoría de las veces es más relajante que molesta. No obstante existen efectos de las sesiones que vale la pena conocer.



Imagen de Google Images

Reacciones Inmediatas

Mucha relajación, durante y después de una sesión inicial. Esta relajación es física / mental y /o emocional, provocando una sensación de felicidad. Esto es un signo de efecto inmediato de la acupuntura y de su efecto reequilibrando el flujo de energía. A veces el propio paciente se siente flotar o menos pesado.

Sin embargo, para algunos pacientes, el efecto de relajación sólo se presenta tras varias sesiones. La causa puede estar, bien porque el paciente es menos sensible al efecto de las agujas, o porque está mentalmente muy nervioso o bloqueado. Normalmente tras varias sesiones, se desbloqueará y notará de forma rápida los efectos del libre flujo de la energía.

Algunos pueden quedar con sensación de seguir teniendo las agujas, efectos tales como dolorimiento, adormecimiento alrededor del sitio donde estuvo la misma.

Esta sensación normalmente dura por unas pocas horas, a veces un día. Auto masaje o aplicación de una crema en el punto, alivia la sensación de discomfort en estos puntos.

Ocasionalmente pueden aparecer hematomas en el sitio de acupuntura, más aún si se usan sesiones con ventosas. Estos desaparecen, habitualmente en 3-5 días en personas con buena circulación. Hasta dos semanas en pacientes con problemas de circulación. Aplicar paños calientes sobre la zona acelera la recuperación.

Reacciones Después de la sesión (primeros 2-3 días)

La relajación puede durar horas o días, dependiendo del paciente. En estos estados de relajación, focalizar la concentración es difícil: no se puede seguir fácilmente una conversación, no se puede centrar mucho la atención en reuniones o simplemente el paciente se siente muy dormido. Muchos se sienten muy sensibles y se fijan más en sus propios sentimientos. Esta reacción es una reacción del cuerpo para curarse, que decide cerrarse a estímulos externos y centrarse en su propia reparación. En estas situaciones lo mejor es descansar, dormir cuando el cuerpo lo pida e ir a la cama temprano. Los mecanismos de reparación del cuerpo trabajan por la noche cuando estamos durmiendo.

Algunos pacientes se sentirán más emotivos y sensibles por un corto periodo de tiempo. Se puede llorar sin razón, lamentarse por algo que ocurrió hace largo tiempo, puede que no se tolere a otra gente. En Medicina China, es un buen signo que la persona libere sus emociones de forma natural. Todos tenemos un “contenedor” donde guardamos nuestras emociones estresantes de nuestra vida diaria y de nuestras experiencias vitales. Cuando el contenedor está lleno, incluso un pequeño detalle, puede hacer que se desborde, una reacción emocional desproporcionada con gran estrés puede ser el resultado. Muchas personas ponen una fuerte “tapadera” a ese contenedor. Durante la sesión de acupuntura, esta tapadera se deshace y las emociones fluyen fuera. Es sano dejar las emociones que

se expresen libremente. El paciente puede usar esta oportunidad para entrar en conversaciones emocionales profundas con familiares o amigos o simplemente retirarse a un rincón para sentir dichas emociones. Después de este periodo de liberación emocional, que normalmente dura de 2 a 3 días, los pacientes se sienten mucho más en paz y contentos.



Imagen de Google Images

Para pacientes con dolor agudo, la acupuntura ofrece un método impresionante de alivio de dolor que es duradero. Para pacientes con dolor crónico, la reducción de dolor puede que no dure permanentemente. Usualmente el dolor vuelve después de horas o incluso un día, En MTC, el dolor es interpretado como bloqueo del libre flujo de la sangre y la energía de los canales. Utilizando el símil de los canales como tuberías, el dolor crónico se trataría de bloqueo del sistema de drenaje de dichas tuberías. Cuando las agujas actúan desatascando el problema, el dolor desaparece, pero como se ha movido aquello que originaba el bloqueo, por largo tiempo; el dolor puede aparecer en otro lugar de forma inmediata o algunos días después. A veces puede ocurrir un dolor incluso peor. Conforme se realizan más sesiones de acupuntura, las agujas logran remover y deshacer los bloqueos hasta que los canales que conducen la sangre y energía están limpios. Cuando reaparezca el dolor, no se debe entrar en crisis de pánico o preocuparse, es aconsejable utilizar métodos para aliviar el dolor, tales como descansar, aplicar una crema calmante sobre la zona dolorida, o si es muy intenso tomar analgésicos. Es importante para el paciente contar todo esto a su terapeuta y apuntar por cuanto tiempo ha tenido mejor el dolor, cuándo reaparece y dónde se localiza.

Algunos pacientes pueden experimentar más ganas de orinar o cambio en olor y consistencia de las heces. Ello tiene que ver con la acción ejercida por las agujas sobre el metabolismo que normalmente lo aumenta cuando se actúa sobre los canales de riñón y el digestivo.

Reacciones a largo plazo (2-4 semanas)

Pueden aparecer otros síntomas o problemas de salud que el paciente tenía en el pasado. Debido a la curación del problema presente por el cual acudió el paciente a la consulta. Así reaparecen problemas o desequilibrios que tenía previamente. Esta situación necesita una reevaluación del paciente y revisión del tratamiento que se está aplicando. Por esto es importante que el terapeuta conozca bien la historia antigua del paciente.

En general el paciente que se somete a acupuntura tras 5-6 sesiones se encontrará más feliz y más equilibrado con desaparición o alivio importante de los síntomas por los que acudió a tratarse, aunque la terapia puede conllevar pequeñas molestias que el paciente debe conocer para evitar sentirse alarmado o perdido.

Vía: Doctoraleiva.com

Fuente: [El Ciudadano](#)