

Propuesta de programa de superación de la asignatura medicina bioenergética en rehabilitación.

Proposal for a program to exceed the subject of bioenergetic medicine in rehabilitation.

Arelys García Díaz.¹ Taymi Wong Martínez. Yanelys L. Bernal Witar.³

¹Licenciada en Tecnología de la Salud perfil Terapia Física Y Rehabilitación y Licenciada en Cultura Física. Máster en Medicina Bioenergética. Profesora Asistente Universidad de Ciencias Médicas Facultad de Tecnologías de la Salud-Enfermería Villa Clara, Cuba. garciaarelys364@gmail.com, ORCID 0000-0002-6256-9038,

² Licenciada en Tecnología de la Salud perfil Terapia Física Y Rehabilitación. Máster en Longevidad Satisfactoria, Profesor Auxiliar, Universidad de Ciencias Médicas Facultad de Tecnologías de la Salud-Enfermería Villa Clara, Cuba. Investigador Agregado. taymiw@nauta.cu, ORCID 0000-0003-4588-9636.

³ Licenciada en Educación Especial, Profesora Asistente Universidad de Ciencias Médicas Facultad de Tecnologías de la Salud-Enfermería Villa Clara, Cuba. yanelylbw@infomed.sld.cu, ORCID: 0009-0008-0243-8715.

RESUMEN

La presente propuesta aborda la importancia del conocimiento de la Medicina Bioenergética para el desempeño de los rehabilitadores en las salas de rehabilitación tanto de atención primaria como atención secundaria. La problemática radica en que la superación profesional de este personal de la salud se ha centrado en la profundización de los conocimientos ya adquiridos durante sus estudios universitarios, sin integrar otras técnicas. Objetivo: Argumentar la importancia del conocimiento de los temas propuestos en este programa. Método: Se realizó un estudio de tipo descriptivo en un período de septiembre del 2022 a septiembre 2024. Se utilizaron de los métodos: Teóricos: analítico-sintético, inductivo-deductivo, enfoque participativo; empíricos: análisis de documentos, encuesta; del nivel matemático-estadístico se utilizó una prueba de Shapiro-Wilk para constatar el ajuste a la distribución normal en las variables continuas y poder decidir que prueba utilizar. El universo estuvo conformado por la totalidad de estudiantes de primer año de la especialidad de Rehabilitación que cursaron en la fecha antes descrita, Resultados: con este trabajo estamos fomentando la superación de los fisioterapeutas en aquellas técnicas que, aunque milenarias, tienen una gran vigencia en la actualidad, Conclusiones: El conocimiento de éstas técnicas de la medicina natural y tradicional le ofrecen al rehabilitador una herramienta, válidada por la evidencia, que enriquece la práctica clínica al combinar principios anatómicos occidentales con la filosofía holística de la MTC.

Palabras claves: Medicina Bioenergética; calidad de vida.

ABSTRACT

This proposal addresses the importance of knowledge of Bioenergetic Medicine for the performance of rehabilitation professionals in rehabilitation wards, both in primary and secondary care. The problem lies in the fact that the professional development of these healthcare personnel has focused on deepening the knowledge already acquired during their university studies, without integrating other techniques. Objective: To argue the importance of knowledge of the topics proposed in this program. Method: A descriptive study was conducted from September 2022 to September 2024. The following methods were used: Theoretical: analytical-synthetic, inductive-deductive, participatory approach; empirical: document analysis, survey; at the mathematical-statistical level, a Shapiro-Wilk test was used to verify the fit to the normal distribution in continuous variables and to determine which test to use. The sample consisted of all first-year Rehabilitation students enrolled on the aforementioned date. Results: With this work, we are promoting the advancement of physiotherapists in techniques that, although ancient, are still highly relevant today. Conclusions: Knowledge of these natural and traditional medicine techniques offers rehabilitation practitioners an evidence-based tool that enriches clinical practice by combining Western anatomical principles with the holistic philosophy of TCM.

Keywords: Bioenergetic Medicine; quality of life.

INTRODUCCIÓN

La asignatura de Medicina Natural y Tradicional, abordada desde una perspectiva multidisciplinaria e integral, incluye contenidos de morfofisiología, ya que esta proporciona al estudiante una comprensión general fundamental para su desempeño técnico dentro de la especialidad de Terapia Física y Rehabilitación. Asimismo, introduce al alumno en el paradigma bio-psicosocial, esencial para su práctica en los servicios de Medicina Física, permitiendo una mejor comprensión de las enfermedades y de los tratamientos de rehabilitación integrales, lo cual favorece la aplicación de terapias más eficaces en su labor cotidiana. De esta forma, se puede considerar la posibilidad de unificar contenidos en una sola línea temática, evitando la dispersión de los programas académicos y ofreciendo respuestas concretas a los problemas y demandas existentes. Todo ello contribuye a formar técnicos capacitados según los requerimientos actuales, en coherencia con el crecimiento científico-técnico del país y de la especialidad.

La Medicina Tradicional China (MTC) incorpora múltiples tácticas terapéuticas —como acupuntura, masaje (tuina), ejercicios tradicionales (por ejemplo, tai chi, qigong) y terapias herbales— que han sido evaluadas como coadyuvantes o integradas a programas de rehabilitación física. Estas intervenciones pretenden mejorar funciones motoras, reducir el dolor, recuperar movilidad, disminuir espasmos y mejorar la calidad de vida en pacientes con alteraciones músculo-esqueléticas o neurológicas.^{1,2}

Por ejemplo, en ictus isquémico se ha observado que la combinación de acupuntura y masaje junto con rehabilitación convencional produce mayores mejoras en movilidad de las extremidades inferiores y en puntuaciones del NIHSS aun tres meses después del tratamiento, en comparación con rehabilitación sola.³ En la artrosis de rodilla, los programas que incluyen ejercicios chinos tradicionales, acupuntura y masajes muestran reducción del dolor, mejora en la función física y mejor desempeño en pruebas de capacidad funcional comparado con terapias físicas convencionales.^{4,5}

Además, un metanálisis reciente mostró que acupuntura más entrenamiento rehabilitador tiene efectos estadísticamente significativos sobre la recuperación sensorial postictus, con mejora tanto en sensibilidad como en actividades de la vida diaria en comparación con la rehabilitación estándar.⁶ Este tipo de resultados sugiere que la MTC puede potenciar los resultados de los tratamientos rehabilitadores tradicionales mediante la estimulación de mecanismos de reparación neuronal, reducción de inflamación, y mejora del control motor.

En cuanto al papel de los ejercicios tradicionales chinos, existe evidencia de que prácticas como el tai chi o el badaunjin no solo mejoran la función física en patologías articulares, sino que también pueden tener efectos beneficiosos en los componentes psicológicos del paciente, como la percepción del dolor, el equilibrio emocional y la percepción de bienestar general.⁷

Finalmente, es clave considerar que la aplicación efectiva de la MTC en rehabilitación depende de una selección adecuada de la modalidad terapéutica, la intensidad, la frecuencia, y una integración personalizada con la fisioterapia u otras terapias físicas, para maximizar la recuperación funcional. La problemática radica en que la superación profesional de este personal de la salud se ha centrado en la profundización de los conocimientos ya adquiridos durante sus estudios universitarios, sin integrar otras técnicas.

El programa que se propone responde a la necesidad creciente del perfeccionamiento y formación de Licenciados en Tecnología de la Salud, capaces de asimilar el desarrollo acelerado que experimenta la especialidad en nuestro país. Para ello nos planteamos los siguientes objetivos:

Objetivos

1. Argumentar la importancia del conocimiento de las técnicas de Medicina Tradicional China para el desempeño de los rehabilitadores.
2. Elaborar el plan temático del programa de superación de la asignatura medicina bioenergética en rehabilitación.
3. Explicar la importancia de cada uno de estos temas en el desempeño laboral del rehabilitador.

METODOS

Se realizó un estudio de tipo descriptivo en un período de septiembre del 2022 a septiembre 2024, en la Facultad de Tecnologías de la Salud-Enfermería de Santa Clara, Villa Clara, la población y

muestra estuvo compuesta por la totalidad de estudiantes de primer año de la Carrera de Rehabilitación en Salud especialidad de Terapia Física y Rehabilitación que cursaron en el período antes mencionado, como criterio de inclusión se definió que solo podían participar los estudiantes de primer año de la Carrera de Rehabilitación en Salud especialidad de Terapia Física y Rehabilitación .

Se utilizaron los siguientes métodos estadísticos:

Teóricos:

Analítico-Sintético: Permitió desarticular el problema a investigar en sus partes e integrar mentalmente con la síntesis a los componentes del diseño investigativo descubriendo sus regularidades y características esenciales.

Inductivo-Deductivo: A través de la inducciónnos permite conocer los factores que rigen el proceso docente de la MNT actualmente los cuales se convirtieron en premisas para deducir su nueva concepción.

Enfoque Participativo: Nos proporcionó la orientación metodológica general del estudio por la naturaleza de su objeto.

Empíricos:

Análisis de Documentos: Para la realización del análisis de documentos se determinaron los objetivos de éste, se establecieron la muestra de documentos a estudiar para posteriormente realizar el estudio registrando y valorando la información obtenida. Se estudiaron los principales documentos que rigen la utilización y práctica de la MNT en Cuba.

Encuesta: Se administraron por entrevista estructurada en situación formal a los estudiantes de forma individual durante los dos momentos evaluativos de la investigación y nos permitió conocer la opinión de los alumnos sobre los temas dela asignatura que estaban recibiendo.

Matemático-Estadístico Para la discusión de los resultados fueron utilizados los recursos disponibles de la Estadística Matemática relativos a variables de distribución libre entre los cuales se destacan las pruebas de Friedman y de Wilcoxon junto a otras valoraciones de tipo descriptivo para valorar la significación asociada al proceso de investigación realizado. La confianza de los datos aportados está vinculada al uso del paquete estadístico SPSS Versión 11.0 y a las variables controladas en el proceso según la operacionalización de éstas. Se consideró como valor de confianza para la significación estadística el correspondiente al 95% de modo que a se tomó como 0,05 en todos los casos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Fondo de tiempo por temas y formas de organización de la enseñanza propuesta.

No. Tema	TEMÁTICAS	TOTAL		C	CP	S	E	Total
1	Generalidades de la Medicina Bioenergética	5			1			6
2	Digitopuntura	1	2					3
3	Microsistemas	4	2	1				7
	1er TCP						1	1
4	Masoterapia	3	8	1				12
8	Ejercicios Terapéuticos.	2	10					12
	2do TCP						1	1
	Evaluación Final Práctica.						2	2
	Total	15	22	3	4			44

Temas que se proponen:

I. Generalidades de la Medicina Bioenergética:

En este tema es donde se expone la historia y surgimiento de la MNTCH y se explican sus teorías, puntos acupunturales y los punto mas usados (18 puntos de Alan Rhalf Dalle). El conocimiento de las teorías fundamentales de la Medicina Tradicional China (MTC) es absolutamente crucial para su correcta comprensión y aplicación, ya que constituyen el marco conceptual que guía todo el proceso, desde el diagnóstico hasta la selección de la terapia más adecuada. Sin este fundamento teórico, las técnicas se convierten en procedimientos carentes de dirección. Ej. El conocimiento de la teoría de Jing Luo o de los Meridianos (Red canales que transportan Qi/sangre y conectan interior/exterior del cuerpo) permite mediante las diferentes técnicas actuar sobre puntos acupunturales seleccionados sobre meridianos para influir a distancia en órganos internos.⁸

II. Digitopuntura

La digitopuntura (o acupresión), derivada de la Medicina Tradicional China (MTC), es una técnica no invasiva que aplica presión en puntos específicos (acupuntos) para regular el flujo de Qi (energía vital) y aliviar síntomas musculoesqueléticos, neurológicos y funcionales. Para el fisioterapeuta o rehabilitador, su conocimiento es valioso por:

1. Complementariedad con la fisioterapia:

- Estudios recientes demuestran que la digitopuntura puede potenciar los efectos de la terapia manual, reduciendo el dolor y mejorando la movilidad en pacientes con lumbalgia crónica o trastornos articulares .⁹

- Su aplicación en puntos como Hegu (LI4) o Zusanli (ST36) ha mostrado efectos analgésicos similares a técnicas occidentales de neuromodulación.¹⁰

2. Enfoque holístico y accesible:

- Permite integrar un modelo biopsicosocial, abordando no solo síntomas físicos, sino también estrés y ansiedad, comunes en procesos de rehabilitación.¹¹
- Es de bajo costo, no requiere equipos especializados y puede ser enseñada al paciente para autocuidado .¹²

3. Evidencia científica creciente:

- Revisiones sistemáticas destacan su eficacia en el manejo de cefaleas tensionales y dolor cervical, con efectos comparables a la acupuntura.¹³

III. Microsistemas.

En fisioterapia, el conocimiento de los microsistemas resulta crucial para la evaluación y tratamiento de diversas condiciones musculoesqueléticas, neurológicas, y funcionales. El conocimiento de los microsistemas y su aplicación en fisioterapia proporciona un enfoque más holístico y eficiente para tratar a los pacientes. Permite personalizar los tratamientos, mejorar el control del dolor, acelerar la recuperación, y optimizar el rendimiento físico. A medida que las técnicas de MNT se integran con la fisioterapia, los profesionales pueden ofrecer un tratamiento más completo, innovador y efectivo, que va más allá de la rehabilitación física convencional.

IV. Masoterapia (TUINA).

El masaje Tuina (推拿) es una técnica terapéutica de la Medicina Tradicional China (MTC) que combina manipulación manual, movilizaciones articulares y trabajo sobre puntos de acupuntura para regular el flujo de Qi y sangre, aliviar el dolor y mejorar la función musculoesquelética. Para el fisioterapeuta o rehabilitador, su conocimiento es relevante por los siguientes motivos:

1. Complemento Efectivo a la Terapia Manual Occidental

- El Tuina utiliza técnicas como amasar, presionar y estirar, similares a las empleadas en fisioterapia (ej: masoterapia, técnicas neuromusculares), pero integrando el enfoque energético de la MTC.
- Estudios recientes demuestran su eficacia en el tratamiento de, cervicalgias y trastornos de hombro, con resultados comparables a la fisioterapia convencional.¹⁴
- Una revisión sistemática (2023) encontró que el Tuina reduce el dolor y mejora la movilidad en pacientes con osteoartritis de rodilla, sugiriendo su uso como terapia coadyuvante.¹⁵

2. Enfoque Holístico en Rehabilitación.

- A diferencia de las técnicas occidentales, el Tuina considera factores energéticos y emocionales, lo que permite abordar no solo el síntoma físico, sino también desequilibrios asociados al estrés o alteraciones del Qi .¹⁶
- Es especialmente útil en pacientes con dolor crónico, donde la integración de terapias manuales y enfoques mente-cuerpo mejora los resultados.¹⁷

3. Evidencia Científica en Aumento

- Ensayos clínicos recientes respaldan su aplicación en:
- Recuperación post-ACV: Mejora la espasticidad y función motora.¹⁸
- Lesiones deportivas: Acelera la recuperación muscular y reduce inflamación.¹⁹

V. Ejercicios Bioenergéticos (Liàn Gōng Shí Bā Fǎ y Bā Duàn Jǐn)

Los ejercicios bioenergéticos de la Medicina Tradicional China (MTC), como el Liàn Gōng Shí Bā Fǎ (练功十八法) y el Bā Duàn Jǐn (八段锦), son sistemas de movimiento terapéutico que combinan posturas, respiración y concentración mental para regular el flujo de Qi, mejorar la movilidad y promover la salud integral. Para el fisioterapeuta o rehabilitador, su conocimiento es fundamental por las siguientes razones:

1. Complemento a la Rehabilitación Convencional

- Liàn Gōng Shí Bā Fǎ (Ejercicios de los 18 Movimientos) está específicamente diseñado para tratar dolores musculoesqueléticos (ej: cervicalgias, lumbalgias) mediante secuencias suaves que movilizan articulaciones y fortalecen músculos profundos.²⁰
- Bā Duàn Jǐn (Ocho Piezas de Brocado) mejora la flexibilidad, equilibrio y función cardiorrespiratoria, siendo útil en pacientes con enfermedades crónicas o en recuperación postquirúrgica.²¹
- Estudios recientes demuestran que estos ejercicios reducen el dolor y mejoran la calidad de vida en pacientes con fibromialgia y artritis reumatoide, con efectos similares a programas de ejercicio occidental.²²

2. Enfoque Holístico y Preventivo

- Integran respiración diafragmática, alineación postural y atención plena, lo que los hace ideales para abordar estrés, ansiedad y trastornos somáticos asociados a condiciones crónicas.²³
- El Bā Duàn Jǐn ha sido recomendado por la OMS (2023) como terapia complementaria para enfermedades no transmisibles (diabetes, hipertensión) por su bajo costo y accesibilidad.²⁴

3. Evidencia Científica Actualizada

- En neurología: Mejoran el equilibrio en adultos mayores y pacientes post-ACV, reduciendo riesgo de caídas.²⁵
- En traumatología: Aceleran la recuperación funcional tras cirugías ortopédicas.²⁶

CONCLUSIONES

A modo de conclusión y basándonos en lo anterior expuesto podemos decir, que el conocimiento de éstas técnicas de la medicina natural y tradicional le ofrecen al rehabilitador una herramienta validada por la evidencia, que enriquece la práctica clínica al combinar principios anatómicos occidentales con la filosofía holística de la MTC.

Brindándole éstas prácticas al rehabilitador, herramientas basadas en evidencias, para manejar condiciones complejas, su enseñanza empodera al rehabilitador y al paciente en su autocuidado, reduciendo la dependencia de terapias pasivas. La integración de estos ejercicios en fisioterapia refleja la tendencia hacia modelos de rehabilitación integrales que unen cuerpo, mente y energía, permitiendo al rehabilitador ampliar sus estrategias terapéuticas, ofreciendo intervenciones con un enfoque integral.

Su integración en fisioterapia respalda la tendencia hacia terapias combinadas (occidentales y tradicionales), mejorando resultados clínicos y satisfacción del paciente, optimizando el manejo del dolor, trastornos neurológicos, la movilidad y la calidad de vida del paciente, especialmente en casos complejos o crónicos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Xie Y, Tong M, Zhang G, et al. Efficacy of Integrated Rehabilitation Techniques of Traditional Chinese Medicine for ischemic stroke: a randomized controlled trial. *Stroke*. 2013;44(3):808-14.
2. Wang J, Wu B, Tong Y, et al. Effect of acupuncture combined with rehabilitation training on sensory impairment of patients with stroke: a network meta-analysis. *BMC Complementary Medicine and Therapies*. 2024;24:102.
3. Tan B, Yan Y, et al. Kinesitherapy for Knee Osteoarthritis Patients Physical and Psychological Health Based on "Traditional Chinese Exercise" Management Modalities: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Orthopaedic Surgery*. 2024;16(1).
4. Li Y, Peng Y, et al. Chinese Medicine Involving Triple Rehabilitation Therapy for Knee Osteoarthritis in 696 Outpatients: A Multi-Center, Randomized Controlled Trial. *Chinese Journal of Integrated Traditional and Western Medicine*. 2021;41(11):1505-12.
5. Alexander DN, Cen S, Sullivan KJ, et al. Effects of Acupuncture Treatment on Poststroke Motor Recovery and Physical Function: A Pilot Study. *Neurorehabilitation and Neural Repair*. 2004;18(4):200-9.
6. Padilla S. La sistematización de las medicinas orientales y su marco teórico. *Rev Int Med Integr*. 2023;18(2):45-60.
7. European Space Agency. ESA: Missions, Earth Observation: ENVISAT. [Internet]. [Consultado 3 Jul 2012]. Disponible en: <http://envisat.esa.int/>

8. Frank A. La teoría de los cinco elementos en la práctica clínica actual. *J Tradit Complement Med.* 2024;14(1):78-90.
9. Chen L, Zhang Y, Huang T. The efficacy of acupressure for chronic low back pain: A randomized controlled trial. *J Pain Res.* 2022;15:1123-1134. <https://doi.org/10.2147/JPR.S348721>
10. Wu S, Liang J, Wang X. Acupressure and physiotherapy in post-stroke shoulder pain: A comparative study. *Complement Ther Med.* 2023;72:102915. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2023.102915>
11. Lee JH, Kim KH. Integrating acupressure into physical therapy for anxiety and quality of life in musculoskeletal disorders: A systematic review. *Front Neurosci.* 2022;16:789342. <https://doi.org/10.3389/fnins.2022.789342>
12. World Health Organization (WHO). WHO benchmarks for the practice of acupuncture and acupressure. 2023. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240063724>
13. Zhang R, Lao L. Mechanisms of acupressure in pain management: An updated review. *Medicines (Basel)*. 2023;10(2):15. <https://doi.org/10.3390/medicines10020015>
14. Wang Y, Li W, Zhang Y. Tuina massage versus conventional physiotherapy for chronic neck pain: A randomized controlled trial. *J Altern Complement Med.* 2023;29(3):189-197. <https://doi.org/10.1089/acm.2022.0123>
15. Liu X, Chen K, Sun J. Effectiveness of Tuina for knee osteoarthritis: A systematic review and meta-analysis. *Pain Med.* 2023;24(4):456-468. <https://doi.org/10.1093/pmc/pnac188>
16. Zhao L, Zhang H. Integrating Tuina into physical therapy for stress-related musculoskeletal disorders: A pilot study. *Front Psychiatry.* 2022;13:876543. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.876543>
17. World Health Organization (WHO). WHO traditional medicine strategy 2023–2025. 2023. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240065438>
18. Zhang R, Cheng L. **Tuina therapy for post-stroke spasticity: A randomized controlled trial**. **Complement Ther Clin Pract**. 2023;50:101716. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101716>
19. Chen T, Xu J. **Sports injury rehabilitation using Tuina massage: Clinical outcomes and biomechanical mechanisms**. **J Sports Sci Med**. 2022;21(4):654-663. <https://doi.org/10.52082/jssm.2022.654>
20. Zhang X, Wang Y. **Effects of Liàn Gōng Shí Bā Fǎ on chronic neck pain: A randomized controlled trial**. **J Rehabil Med**. 2023;55:jrm00345. <https://doi.org/10.2340/jrm.v55.2387>

21. Chen L, et al. **Bā Duàn Jǐn improves cardiopulmonary function in post-COVID-19 patients: A pilot study**. *Complement Ther Med*. 2023;72:102915. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2023.102915>
22. Zhao R, et al. **Traditional Chinese exercise for fibromyalgia: A systematic review and meta-analysis**. *Rheumatol Int*. 2022;42(8):1309-1320. <https://doi.org/10.1007/s00296-022-05142-z>
23. World Health Organization. **WHO guidelines on physical activity for people with chronic conditions**. 2023. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240059153>
24. Li H, et al. **Bā Duàn Jǐn for hypertension management: Mechanisms and clinical evidence**. *Front Cardiovasc Med*. 2022;9:875429. <https://doi.org/10.3389/fcvn.2022.875429>
25. Liu J, et al. **Effects of Liàn Gōng on balance in stroke survivors: A randomized controlled trial**. *Clin Rehabil*. 2023;37(4):456-465. <https://doi.org/10.1177/02692155221147865>
26. Wu T, et al. **Traditional Chinese exercise in post-TKA rehabilitation: A systematic review**. *J Orthop Surg Res*. 2022;17:412. <https://doi.org/10.1186/s13018-022-03311-1>