

## PUNTOS A EVITAR EN EMBARAZADAS

Se deben evitar los puntos de acupuntura situados en la **región lumbosacra**, sobre todo en el *primer trimestre de embarazo*. También deben evitarse los puntos situados en la **región abdominal**.

A continuación describiré una serie de puntos que deben evitarse estimular ya sea por medio de agujas (acupuntura), así como utilizando otros medios como pueden ser el masaje de ellos (digitopuntura), moxas, etc.

### HEGU 4 IG (CONVERGENCIA DEL VALLE, BOCA DE TIGRE)

*Localización:* sobre la cara dorsal de la mano, entre el primer y segundo metacarpianos, cerca del borde radial del segundo metacarpiano. Podemos localizarlo al poner el pliegue transversal de la primera articulación del pulgar de una mano en el borde de la membrana entre el primer y segundo dedo de la otra mano con la posición coincidente, la punta del pulgar llega donde está el punto.

*Puntura:* suele realizarse perpendicular a 0,5-1 cun de profundidad.

**PELIGRO:** No punturar en embarazadas. **Induce el parto.**

### SANYINJIAO 6 B ( REUNIÓN DE LOS TRES YIN )

*Localización:* en el borde posterointerno de la tibia, 3 cun por encima del punto más saliente del maléolo interno.

*Puntura:* perpendicular a la piel y ligeramente hacia abajo ( 1-1,5 cun de profundidad).

***Induce el parto.*** La asociación 6 B con 4 IG inicia el motor del parto. Por lo anteriormente comentado está contraindicado en embarazadas.

### KUNLUN 60 V (MONTAÑAS KUNLUN)

*Localización:* en medio del espacio comprendido entre el borde posterior del maléolo externo y el borde anterior del tendón de Aquiles, a nivel del vértice del maléolo.

*Puntura:* perpendicular a 0,5-1 cun de profundidad.

Es un punto **prohibido en embarazadas** pues puede provocar contracciones y aborto.

Apunte facilitado por Rafael Reina, profesor de Hun Yuan Tai Chi Chuan,  
acupuntor y médico de cabecera

### ZHIYIN 67 V (ALCANZAR EL YIN)

Localización: 0,1 cun por detrás del ángulo ungueal externo del 5º dedo del pie.

Puntura: oblicua ascendente (0,1-0,2 cun) o sangrar con aguja triangular.

Moxar para **versión del feto** en últimas semanas de embarazo.

**Facilita el parto**, por ello no debe estimularse en embarazadas.

### JIANJING 21 VB (POZO DEL HOMBRO)

Localización: en la parte alta del hombro a media distancia entre Dazhui (14 Du) y la punta del acromion.

Puntura: oblicua posterior de 0,5-1 cun.

Punto **contraindicado** en el embarazo porque **estimula el motor de parto**.

### CHIZE 5 P (PANTANO DE UN PIE)

Localización: estando el hombro flexionado, en el borde externo de tendón del bíceps, sobre el pliegue de flexión.

Puntura: perpendicular a 0,5-1 cun.

Publicaciones recientes advierten que la **moxibustión** de este punto provoca en la embarazada una **relajación abdominal**, un **aumento de la actividad fetal** y **facilitaría la presentación del feto**.

### CILIAO 32 V (SEGUNDO ORIFICIO)

Localización: sobre el segundo orificio sacro.

**No punturar durante el embarazo** ( en particular, no usar el método sedante).

Se usa en **partos difíciles**.

### TAIXI 3R (TORRENTE SUPREMO, GRAN CORRIENTE)

Localización: a la mitad entre la prominencia del maléolo medial y el borde posterior del tendón de Aquiles.

Puntura: perpendicular 0,5- 1 cun.

**Regula el útero.**

Apunte facilitado por Rafael Reina, profesor de Hun Yuan Tai Chi Chuan, acupuntor y médico de cabecera

### **ZHAOHAI 6R (MAR ILUMINADO, MAR BRILLANTE)**

Localización: 0,5 cun por debajo del borde inferior del maléolo medial, en el espacio articular entre el astrágalo y el calcáneo, por encima de la apófisis menor del calcáneo.

Puntura: perpendicular 0,3-0,5 cun.

**Regula el útero.**

### **TAICHONG 3H (ENCRUCIJADA SUPREMA)**

Localización: en el dorso del pie, en la parte distal de la unión de los primeros metatarsianos.

Puntura: Oblicua, 1- 1,5 cun ; puede punturarse hacia 1R (Yongquan).

Se puede usar en **partos distócicos**. Tiene **efectos abdominales**.

### **ZUSANLI 36E (TRES DISTANCIAS DEL PIE)**

Localización: por debajo y por fuera de la tuberosidad anterior de la tibia, tres cun por debajo de 35 E, y un través de dedo lateral a la cresta tibial.

Puntura: perpendicular a 1-2 cun.

Es un **punto tonificante general**. Refuerza el Qi.

## **PUNTOS EXTRAMERIDIANO**

### **TITUO PN-7 (LEVANTAR EL ÚTERO)**

Localización: en el hueco bajo la espina iliaca anterosuperior a la altura del punto 4 REN, a 3 cun lateralmente de éste último punto.

Puntura: oblicua hacia abajo 2-3 cun.

### **ZIGONG PC-12 (ÚTERO)**

Localización: a 4 cun por debajo del ombligo, 3 cun lateralmente al punto 3 REN.

Puntura: Insertar 0,8-1,2 cun perpendicularmente o bien 2-3 cun oblicuamente hacia la sínfisis del pubis.

Apunte facilitado por Rafael Reina, profesor de Hun Yuan Tai Chi Chuan, acupuntor y médico de cabecera

### QIZHONGSIBIAN PC-68 (LOS CUATRO COSTADOS DEL OMBLIGO)

*Localización:* son cuatro puntos situados respectivamente, 1 cun lateral, superior e inferior al centro del ombligo.

### SANJIAOJIU PC-69 (TRIÁNGULO DE MOXA)

*Localización:* tomamos una unidad de medida formada por la longitud de la comisura de los labios en reposo. Cada unidad de medida forma un lado del triángulo equilátero cuyo vértice superior está en el ombligo y los dos lados trazados desde él, permiten trazar la base del triángulo. Éste lo forman tres puntos, uno en el vértice superior, en el ombligo, que se corresponde con el punto 8 REN, y los otros dos en los ángulos de la base.

*Indicaciones:* **esterilidad.**

### DUYIN EX-EI-11 (ÚNICO YIN)

*Localización:* en el punto medio de la cara plantar de la articulación interfalángica distal del segundo dedo del pie.

*Indicaciones:* muerte fetal, retención de placenta. Para **revertir la posición del feto**, igual que el punto 67V.

### JIAJI (HUATO JIAJI) EX – E-2; PC-15 (AL LADO DE LA COLUMNA)

*Localización:* es un grupo de 17 puntos que se hallan a cada lado de la columna vertebral, a 0,5 cun lateralmente a cada apófisis espinosa, desde la primera vértebra torácica hasta la quinta lumbar.

Los puntos de la región lumbar y los correspondientes a los últimos de la región dorsal (torácica) no deberían utilizarse en el período de embarazo.

### SHIQIZHUIXIA PC-14 (DEBAJO DE LA DECIMOSÉPTIMA VÉRTEBRA)

*Localización:* en la depresión por debajo de la apófisis espinosa de la 5ª vértebra lumbar, una vértebra inferior a 3 DU.

*Puntura:* insertar 0,5-1 cun perpendicularmente.

*Indicaciones:* **malposición fetal**, etc.

Apunte facilitado por Rafael Reina, profesor de Hun Yuan Tai Chi Chuan, acupuntor y médico de cabecera

**Para concluir podríamos agrupar una serie de puntos que por su localización anatómica se encuentran en la región abdominal y en la espalda, que no deberíamos tampoco estimular como regla general:**

- \* *En el canal de vesícula biliar:* 26-27-28.
- \* *En el canal de riñón:* 11-12-13-14-15-16.
- \* *En el canal de vejiga:* 24-25-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35.
- \* *En el canal de bazo:* 12-13-14-15.
- \* *En el canal de estómago:* 25-26-27-28-29-30.
- \* *En el canal de Du Mai ( Vaso Gobernador ): 3 y 4 .*
- \* *En el canal de Ren Mai ( Vaso Concepción ): 2-3-4-5-6-7, del 9 de REN hacia arriba se usarán con precaución.*