

Guía de auto preparación en Medicina Natural y Tradicional para principiantes de carreras biomédicas (I)

Self-preparation guide in Natural and Traditional Medicine for beginners in biomedical careers (I)

Enriqueta Cedeño Rodríguez^{1*} <https://orcid.org/0000-0001-9859-8095>

Dayami Cué Cedeño² <https://orcid.org/0000-0002-5996-2031>

Esther Mayor Guerra³ <https://orcid.org/0000-0003-4994-2587>

¹Facultad 1 de Medicina, Universidad de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba, Cuba.

²Departamento Gestión de la Calidad, Universidad de Granma. Cuba.

³Centro de Información de Ciencias Médicas. Santiago de Cuba. Cuba.

*Autor para la correspondencia. Correo electrónico: enriquetac@infomed.sld.cu

RESUMEN

El proceso enseñanza aprendizaje en la educación superior actual utiliza en gran medida los métodos de estudio basados en la autogestión del conocimiento para lograr que la formación del individuo cumpla con los fundamentos lógicos, psicológicos y pedagógicos esenciales de este proceso; pero es necesario la participación del profesor aun cuando el estudiante se apropie de toda la independencia que sea posible en su tránsito al dominio del conocimiento científico. Estas guías tienen como objetivo contribuir al establecimiento de una estrategia de aprendizaje escalonada y sistemática de la Medicina Natural y Tradicional en los estudiantes de las carreras biomédicas, basándose fundamentalmente en los objetivos, contenidos y habilidades implícitas en los programas actualmente vigentes. Se propone una guía de estudio estructurada sobre la lógica de la Medicina Natural y Tradicional como una especialidad de las ciencias médicas con aspectos básicos que todo material didáctico de este tipo requiere.



Palabras claves: estudio independiente; Medicina Natural y Tradicional; guía didáctica; auto preparación; guía de estudio.

ABSTRACT

The teaching-learning process in current higher education uses in great measure the study methods based on self-management of the knowledge to ensure that individual's formation fulfills the logical foundations, psychological, and pedagogic essentials of this process; however, the participation of the professor is necessary even when the student acquires as much independence as possible in their transition to the domain of the scientific knowledge. These guides have as objective to contribute to the establishment of a gradual and systematic learning strategy for Natural and Traditional Medicine for students in biomedical careers, based primarily on the objectives, content, and skills implicit in currently available in the program. A structured study guide is proposed on the logic of Natural and Traditional Medicine as a specialty within the medical sciences, with basic aspects required by all teaching materials of this type.

Keywords: independent study; Natural and Traditional Medicine; teaching guide; self-preparation; study guide.

Recibido: 23/04/2025

Aprobado: 12/06/2025

Introducción

En Cuba la Medicina Natural y Tradicional (MNT) comienza su historia con sus primeros habitantes, que aprovecharon las bondades no solo de las plantas medicinales a su alcance, sino también las propiedades curativas de otros elementos de su entorno como las aguas, el sol y el fango. Estas formas de medicina se vieron matizadas en el tiempo con la entrada de otras culturas como la española y fundamentalmente la africana, que



incorporaron nuevos remedios y usos que enriquecieron los existentes y se emplean hasta hoy como una opción popular de gran arraigo y avaladas por múltiples investigaciones.

La Organización Mundial de la Salud promueve la utilización de estos sistemas tradicionales de medicina en la atención primaria de salud hace más de 40 años. Esta alternativa de poca complejidad en su aplicación permite ampliar el arsenal terapéutico del personal médico con un gasto mínimo de recursos, pues aporta técnicas y métodos de tratamiento de gran utilidad y el mínimo de efectos adversos, reduciendo el consumo de medicamentos de origen sintético. Igualmente, se aprovecha el acervo cultural de los países y sus recursos naturales, otorgando prioridad a aquellas modalidades o técnicas afines con la población a tratar y su entorno.

Desde 1996, el Sistema Nacional de Salud en Cuba (SNS), al unísono con el Ministerio de las Fuerzas Armadas Revolucionarias, introduce esta medicina como una opción terapéutica oficialmente reconocida. La Comisión Nacional de MNT, presidida por el ministro de Salud, es la encargada de ordenar y controlar la implementación del Programa Nacional para el Desarrollo y Generalización de Medicina Natural y Tradicional, que a su vez coordina la inclusión de estos conocimientos en los programas de la carrera médica, así como su integración progresiva al SNS.

La MNT como “el conjunto de modalidades, técnicas o procedimientos preventivos, diagnósticos, terapéuticos y rehabilitadores, validados científicamente, por la tradición y por investigaciones, se ha convertido a lo largo de casi 30 años de experiencia en el SNS en una herramienta fundamental. El uso de la fitoterapia, la apiterapia, la ozonoterapia y otras técnicas que requieren mayor especialización como la Medicina Tradicional Asiática, permiten tratar de manera alternativa diversas dolencias que presentan los pacientes.

El objetivo común con la medicina hipocrática y sus beneficios en tiempos de guerra, catástrofes naturales, situaciones excepcionales o simplemente como parte de nuestra idiosincrasia, respaldan la inclusión de estos conocimientos en la formación científica de los profesionales de la salud, en primera instancia en el Médico General Básico y es un complemento para casi todas las especialidades. ^(1, 2)



Para formar especialistas que dominen los instrumentos mínimos necesarios para la práctica asistencial, la investigación y la superación constante en el campo de la MNT, el Programa Nacional para el Desarrollo y Generalización de la Medicina Natural y Tradicional potencia que, en las carreras biomédicas, los alumnos se apropien en sus estudios de los conocimientos y habilidades sobre ella de forma progresiva y ascendente.⁽³⁾ Teniendo en cuenta que la Medicina Natural y Tradicional está contenida en los currículos de las carreras de medicina, Estomatología, Enfermería y otras, este trabajo tiene como objetivo contribuir al aprendizaje escalonado y sistemático de la MNT en los estudiantes de pregrado de las carreras biomédicas mediante esta guía didáctica para el estudio independiente, lo que facilita su comprensión y aprendizaje.

Métodos

Se emplearon como métodos teóricos el análisis - síntesis y la inducción- deducción, los que resultaron esenciales para la fundamentación teórica de la investigación y el análisis de los resultados. Para la confección de la guía se utilizó el método sistémico-estructural. Como empírico se empleó el análisis de documentos. Se realizó una revisión exhaustiva de planes y programas vigentes en las carreras de las ciencias médicas, así como las orientaciones existentes para impartir la MNT. Se revisaron y analizaron documentos y normas metodológicas para la Educación Superior y de la literatura disponible acerca de la MNT.

Desarrollo

La estrategia trata los contenidos relacionados con los fundamentos teóricos de la Medicina Tradicional China, que es la base del estudio de la medicina natural en Cuba y para la aplicación de la digito puntura como una modalidad terapéutica de la misma; teniendo como objetivo, explicar los principales elementos teóricos de la MNT, que



constituyen la base para la aplicación de la digito presión como forma de tratamiento en afecciones frecuentes atendidas en la Atención Primaria de Salud.

El estudiante deberá desarrollar habilidades para definir los conceptos principales de la Medicina Tradicional China como base de la MNT cubana, de modo tal que le permita comprender los fundamentos propios de la misma y poder seleccionar en cada paciente cuál debe ser el tratamiento de elección. Se tomó de ejemplo la Digitopuntura, su concepto, diferentes modalidades de estimulación de los puntos acupunturales, las indicaciones, contraindicaciones y reacciones adversas, partiendo de situaciones simuladas y reales de casos clínicos con patologías y síntomas comunes.

Orientaciones didácticas para el uso efectivo de esta guía y su auto evaluación

Para auxiliarse de esta guía, el alumno debe apoyarse en los conocimientos de otras ciencias como la Anatomía, la Fisiología, Medicina General Integral, Farmacología y otras asignaturas de su carrera, según el año académico que curse, como apoyo en la comprensión de los nuevos conocimientos que se van proponiendo incorporar. Además, debe integrar estos conocimientos con sus rotaciones por los servicios que prestan asistencia y apoyarse en los profesionales que forman parte de su claustro con preparación en esta materia.

Con relación a la Bibliografía recomendada para los estudiantes, es necesario aclarar que la consulta a los clásicos de la Medicina Tradicional es obligatoria, porque constituyen textos básicos. Son autores cubanos que han escrito para la enseñanza de la MNT en las carreras biomédicas como son los manuales de acupuntura y digitopuntura para el médico de la familia del Doctor Rigol y el de la práctica de la Medicina Natural y Tradicional del Ministerio de Salud Pública. (4, 5, 6) Otra literatura de consulta son los textos básicos de sus rotaciones en la carrera que incluyen capítulos de temas relacionados (7). También pueden ser utilizados folletos elaborados por los colectivos de profesores en los departamentos de MNT y toda la literatura de referencia en este trabajo. (8, 9, 10)



La estrategia está estructurada con la realización de tareas concretas, que de forma ascendente en la complejidad de los conocimientos permiten su asimilación. Incluyendo ejercitaciones y auto evaluaciones:

➤ Tarea No 1

Definir correctamente los conceptos siguientes, vinculándolos con la MNT:

- Salud y Enfermedad
 - Equilibrio
 - Yin-yang
 - Energía (Qi) y Sangre (Xue) desde la MNT
 - Meridianos (M) Tener en cuenta que los mismos toman su nombre de un órgano
 - Acupuntura y punto acupuntural
 - Teoría del Tao y teoría de los 5 elementos
- a) Ejercicio de autoevaluación: establezca las relaciones entre los conceptos de equilibrio, energía, yin-yang y teoría del Tao.

➤ Tarea No 2

Para un adecuado tratamiento con MNT es necesario tener en cuenta algunos elementos presentes en el paciente que harán más efectiva la terapéutica aplicada, tal es el caso de las emociones y de los llamados factores patógenos o climatológicos:

- ¿Qué son las emociones?
- ¿Cuáles son y con qué órganos se vinculan desde la MNT?
- ¿Cuáles son los factores patógenos o energías cósmicas y su vinculación con los órganos y vísceras del cuerpo?

a) Ejercicio de Auto evaluación

¿Cuál de estos símbolos representa la teoría del Tao?. Represente los 5 elementos y la relación de cada uno con las emociones y energías cósmicas que afectan la salud.





➤ Tarea No 3

Los meridianos (M) son considerados como hilos invisibles por donde circula la energía. Utilizando la bibliografía recomendada y auxiliándose de esquemas, maquetas, atlas de Anatomía y su propio cuerpo como referencia, localiza correctamente los siguientes puntos:

- Meridiano Corazón: C7,
- M Pulmón: P7, P1
- M Intestino Grueso: IG 4, IG11, IG20.
- M Estómago: E25, E36,
- M Bazo páncreas: B6, B10
- M Vejiga: V23, V40, V60
- M Riñón: R3,
- M Pericardio: Pc6
- M Triple Recalentador: TF 5, TF17
- M Vesícula Biliar: VB 34
- M Hígado: H3
- M Vaso Gobernador: VG 20, VG26
- Otros Aspectos de interés

➤ Tarea No 4

Defina el concepto de Puntos Ashi y agregue sus indicaciones principales.

- a) Ejercicio de Auto evaluación



Dentro de los puntos acupunturales anteriormente mencionados se encuentran puntos de gran utilidad para el logro de efectos vitales e inmediatos, diga cuál de ellos tiene los efectos siguientes:

- Sedantes
- Revitalizante
- Analgésico

➤ Tarea No 5.

Para esta tarea se recomienda consultar los docentes relacionados con la MNT, por el carácter práctico de las diferentes maniobras, también páginas como https://hesperian.org/.wp-content/uploads/pdf/es_wtnd_2017/eswtnd_2017dp.pdf

La digito puntura es un método de estimulación de los puntos acupunturales que utiliza los dedos de las manos. Sus maniobras principales son: Clavado de un dedo, sobado digital, punción con la uña, presión digital, pinza digital, roce digital.

Explique cómo realizar las maniobras principales de estimulación de los puntos acupunturales y en qué consiste su medida de localización (Cun)

a) Ejercicio de autoevaluación

¿Qué afecciones se podrían tratar con digitopuntura en un consultorio del médico de la familia?

➤ Tarea No 6

La Medicina Moderna trata de explicar mediante diferentes teorías los mecanismos de acción de la MNT, en particular la acupuntura y sus variantes.

- ¿Qué son las endorfinas?
- ¿Qué importancia tienen estas teorías para la práctica de la MNT?

a) Ejercicio de autoevaluación

Mencione 5 efectos que pueden lograrse con la acupuntura en el cuerpo humano.

➤ Otros ejercicios

Ponga ejemplos de pares de categorías que representen el Yin y el Yang:



	Yang	Yin
1	Día	Noche
2	Claro	Oscuro
3		
4		
5		

2- ¿Que es la teoría de los cinco elementos y su relación con órganos y vísceras? Haga una representación gráfica de la misma, incluyendo el diagrama que simboliza la ley generatriz y de dominancia en la Medicina tradicional china. Relaciónelos con órganos y vísceras.

3-Realice un esquema que represente la figura humana y señale el recorrido de los meridianos regulares en los miembros superiores.

Ejemplo: Meridiano Corazón; Su recorrido es a través de la cara antero interna del miembro superior, se inicia en la axila, llegando hasta el dedo meñique.

4- ¿Por qué parte del cuerpo corren los Meridianos extraordinarios DU (Vaso gobernador) y REN (Vaso concepción)?

5- Haga un resumen de los meridianos Regulares teniendo en cuenta los datos siguientes:

- Meridiano, inicio, recorrido, Meridiano acoplado, Polaridad, Puntos principales, Uso terapéutico.

-Ejemplo

Pulmón

Recorrido: tórax, Brazo, antebrazo y mano

M acoplado: I Grueso

Polaridad: Yin

Puntos principales: 1, 5, 7,9

Esfera principal de tratamiento: Afecciones respiratorias

Y propias del recorrido



6- Teniendo en cuenta el recorrido de los meridianos y sus relaciones con los órganos y vísceras. ¿Qué meridianos usted utilizaría para tratar las siguientes afecciones?:

- gastritis
- sacro lumbalgia
- asma bronquial
- hipertensión arterial

7- Confeccione varios cuadros clínicos de acuerdo con la experiencia adquirida en las diferentes rotaciones donde se pongan de manifiesto los aspectos hasta aquí tratados (meridianos y órganos afectados,) y proponga una receta de tratamiento de acuerdo con los puntos y sus indicaciones con técnicas de digitopresión.

Ejemplo:

Problema de salud: Dolor en hombro izquierdo de aparición brusca, con enrojecimiento y rechazo al calor, con manifestaciones emocionales de ira e irritación.

Posible respuesta: Estarán afectados los meridianos Intestino Grueso; Vesícula biliar y Triple recalentador, ya que son los meridianos que pasan por la zona afectada. Los puntos para utilizar pueden ser locales y distales como: IG 15, Vb 21 e IG4. Este último como punto distal.

Puede corresponderse con el diagnóstico de Bursitis del Hombro. Las emociones presentes se pueden relacionar con los meridianos afectados.

Se recomienda que el estudiante consulte los profesores del claustro de la asignatura en particular y realice sus propias revisiones en otras literaturas a su alcance. Tal es el caso del sitio web: www.sld.cu/sitios/mednat/ y la literatura referida en este trabajo debe ser de obligatoria consulta para llevar a cabo estos estudios.

Comentario: La mayoría de las estrategias que se han publicado basan su exposición en orientaciones metodológicas a cumplir por los colectivos docentes y también a delimitar contenidos y sus formas organizativas docentes, pocos aspectos se dirigen al estudiante y menos aún hacia la independencia cognoscitiva, lo que hace a esta propuesta novedosa en su concepción ^(11, 12, 13). Es indispensable en la actualidad trabajar en función del aprendizaje como forma de gestión del conocimiento, pues el cúmulo de información



existente es muy amplia para ser abarcada en las diferentes formas organizativas, lo que representaría una carga psicológica excesiva para el estudiante. ^(14, 15). A propósito de los procesos mentales en el aprendizaje de la Medicina Tradicional reflexiona el Dr. Díaz Mastellari ⁽¹⁶⁾ en uno de sus más recientes escritos.

Consideraciones finales

La enseñanza de la MNT en las carreras biomédicas es tema de relativa novedad que necesita de orientaciones y guías de estudio que ayuden al estudiante a planificar y organizar su estudio independiente, facilitando al profesor la uniformidad del conocimiento en el estudiantado. Esta guía constituye un medio de enseñanza de gran utilidad que contribuye a sistematizar el proceso enseñanza aprendizaje en esta especialidad médica; además de facilitar la comprensión escalonada y sistemática del estudio de la medicina tradicional china, en particular la digitopresión y sus bases teórico-prácticas.

Referencias bibliográficas

1. Pérez Aguedo D, Fornaris Pérez YA, Pérez Aguedo D. La medicina natural y tradicional como complemento de la terapia antimicrobiana. Rev. cuban. med. mil. 2024[citado 21/02/2024];53(2):e024025492. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/mil/v53n2/1561-3046-mil-53-02-e25492.pdf>
2. López Puig P, García Millian AN, Alonso Carbonel L. Integración de la medicina natural y tradicional cubana en el sistema de salud. Rev. cuba salud pública .2019[citado 11/08/2024];45(2):e1168. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v45n2/1561-3127-rcsp-45-02-e1168.pdf>
3. Molina Raad V, Hernández Cruz YY, Salas Sosa M. Inclusión de la Medicina Natural y Tradicional en la educación médica. Rev. Didáctica y Educación. 2024



[citado 11/05/2025];15(4):90-116. Disponible en:
<https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalia/article/view/1897/2685>

4. Rigol O A. Manual de acupuntura y digitopuntura para el médico de la familia. Editorial Ciencias Médicas, La Habana. 1992.

5. Ministerio de Salud Pública. Manual para la práctica de la Medicina Natural y Tradicional. Editorial Ciencias Médicas. 2014 [citado 12/04/2024].235p. disponible en:
https://instituciones.sld.cu/fcmdoct/files/2019/10/manual_medtrad_completo.pdf

6. Álvarez Díaz T A. Medicina Tradicional China. Acupuntura, moxibustion y medicina herbolaria. 2da ed. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2017[citado 11/04/2024]. 272p. Disponible en:

http://www.bvs.sld.cu/libros/medicina_tradicional_china/medicina_tradicional_china.pdf

7. Sintés A. Cap 66. Atención a la familia del paciente en situación terminal. En: Sintés A. Medicina General Integral. 2da. Ed. Vol. 1. Salud y medicina. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2008. [citado 20/12/2024]. 444p.

8. Smith Austin AB, Figueredo Mesa Y, García Céspedes ME, Smit Salazar LI. Estrategia de superación profesional para especialistas de Ortopedia y Traumatología en Medicina Tradicional y Natural. Educ. med. Super. 2023 [citado 25/07/2024];37(4). Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412023000400014

9. Araujo Sosa R, Bustamante Alfonso LM, Vargas Cuello V, Salazar Luna Y, Loredó González MC. El desempeño de los docentes en la Medicina Natural y Tradicional en la carrera de Medicina. Rev. Panorama. Cuba y Salud. 2019 [citado 14/06/2024];14(1) Especial:27-29. Disponible en:

https://revpanorama.sld.cu/index.php/panorama/article/view/1157/pdf_319
[Samaniego](#)

10. Luna V. Tendencias actuales en la educación superior. Revista Latinoamericana de ciencias Sociales y Humanidades. Asunción, Paraguay. 2023 [citado 12/04/2024];IV(4). Disponible en: <http://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/1211/7146>

11. Guemes Peña MA, Samudio Palomar A, Reza flores RA. Tendencias para la educación global y de calidad: retos para el profesorado. Rev. Ciencia Latina internacional, México.



2024[citado 11/04/2025];8(1):5990-6014. Disponible en:
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/9948/14633>

12. Chica Vega AA, Erazo Álvarez J C. Importancia de la planificación estratégica en las instituciones de educación superior. Rev. Conrado. 2024 [citado 12/04/2024];20(96):129-138. Disponible en:
<https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/3565/3399>

13. Vidal Ledo M, Fernández Oliva B, Miralles Aguilera EA. Didácticas especiales en las ciencias de la salud. Rev Cub Educ. med. super. 2021[citado 12/04/2024];35(4):e3063. Disponible en: <https://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/3063/1279>

14. Huacho CIF, Sánchez AJA, Rodríguez BAI, et al. Perspectiva estudiantil de estrategias educativas virtuales y satisfacción de los servicios universitarios. Rev Cub Educ. med. super. 2022[citado 12/04/2024];36(3):e3022.

15. Díaz Mastellari M. Psiquismo, sexualidad y neuropsicopatología en la medicina China Tradicional. La Habana: Editorial Ciencias Médicas;2024. [citado 12/04/2024]. 230 p. Disponible en:
http://bvs.sld.cu/libros/psiquismo_sexualidad/psiquismo_sexualidad_neuropsicopatologia_medicina_%20china_completo.pdf

16. Guerra Macías I, González García TR. El Aprendizaje basado en problemas como herramienta didáctica para mejoras del desempeño en peritonitis posoperatoria. Edumecentro. 2023 [citado 12/04/2024];15:e2471. Disponible en:
<http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v15/2077-2874-edu-15-e2471.pdf>

Conflicto de intereses

Los autores no declaran conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Enriqueta Cedeño Rodríguez: conceptualización, investigación, administración del proyecto, redacción, preparación del borrador original (50 %)

Dayami Cué Cedeño: investigación, recursos, redacción, revisión (30 %)

Esther Mayor Guerra: redacción, visualización, revisión (20%)



Revisores: MSc. Caridad Celeste Jacas García

Dra. Alba Veliz Pérez

Correctora: Lic. Eslaine Regalado Juan

