

¿Medicina o Mito?

EL YERBATERO SHEN NONG

Antonio Fernández Arce *

Cuando, hace unos cinco mil años, Shen Nong recorría desiertos, ciénagas y bosques para recolectar hierbas y raíces, hacer pócimas y curar a sus semejantes, los dioses aun no habían ingresado a la Olimpo griego y las aguas del río Nilo aún no reflejaban la primera pirámide egipcia.

La ciencia histórica china ha precisado que era el año 2737 antes de Cristo, en los albores de la civilización humana. Deambulando a pie, azada en mano, Shen Nong se empeñó en coleccionar los frutos de la tierra y cultivarla. Descubrió los efectos medicinales de cientos de hierbas tras experimentarlos en su propio cuerpo. Luego enseñó a la gente a prepararlas y curarse con esas hierbas.

En un sólo día recolectó 70 plantas venenosas y las usó como antídotos para salvar vidas humanas. Un siglo después de Cristo, sus sucesores recopilaron esas experiencias en un compendio llamado "Material Médico Ben Cao de Shen Nong", un clásico en la literatura de la medicina china, que contiene 365 fórmulas medicinales. Ben Cao significa "hierbas y raíces de árboles" o "medicina herbolaria".

Desde tiempos de Shen Nong, considerado Padre de la Medicina China, el Ben Cao es una referencia a la materia médica china en general. ¿Por qué? La respuesta se puede encontrar en la alimentación de los chinos. La cocina china se basa en vegetales. El estómago de los chinos digiere mejor alimentos y medicinas vegetales que las basadas en sustancias minerales o de animales.

Buscar armonía

Según Shen Nong, las hierbas tienen cinco sabores básicos: ácido, salado, dulce, amargo y picante; y cuatro estados naturales: frío, caliente, temperado y congelado. Las enfermedades calientes deben ser tratadas con medicinas frías y las enfermedades frías con medicinas calientes; de ese modo, el cuerpo ingresa en armonía con la naturaleza y el resultado será una buena salud..

Hierbas de magníficos efectos pueden ser encontradas sólo en situaciones duras. Hay que hacer mucho esfuerzo para recogerlas; eso crea leyendas.

Un caso paradigmático es la raíz de Ginseng, toda una leyenda por sus propiedades curativas. Viejas raíces de Ginseng cuestan cientos de miles de dólares. La raíz tiene forma de figura humana; en la imaginería popular china se trata de una criatura divina. La gente le ata una cinta roja contra los malos espíritus y para impedir que éstos huyan.

Hay muchas y valiosas hierbas medicinales ocultas en la frondosidad de los bosques o entre filudas rocas, que ponen a prueba la paciencia y el coraje de los recolectores de plantas medicinales. Es también un gran desafío coger la Shi Hu. Una pequeña dosis de pócima de esta planta puede al instante cortar la fiebre muy alta de un niño. Esa es la creencia general.

El “loto de la nieve”, que crece sólo entre despeñaderos cerca de las montañas, es otra hierba legendaria, conocida por curar varias dolencias, entre ellas el cáncer.

Lo ideal es coger cada hierba medicinal en su propio lugar de origen, pues ahí adquiere su potencial curativo. La planta que no crece en su lugar de origen pierde efectividad.

La planta Huang Liang (Coptis o “hilo de oro” en inglés), recibe baño de sol. De acuerdo con el Ben Cao, es de sabor amargo, fría por naturaleza y puede extinguir el fuego interno y aliviar sus molestias. La Huang Liang es un ejemplo de cómo las hierbas cumplen su trabajo desde que son extraídas de la tierra hasta llegar a una taza de infusión medicinal.

Debido a su naturaleza fría, los mejores tipos de esta hierba crecen en climas fríos, de altura y húmedos. En Huang Shui, poblado del municipio sudoccidental chino de Chongqing, los agricultores han tendido una malla para proteger del sol a las domesticadas Huang Lian. El pueblo, a 2000 metros sobre el nivel del mar, sufre aludes frecuentes. En mirada panorámica se puede ver piedras dispersas por todas partes. Debajo de ellas crecen los Huang Lian. La cosecha ahí representa el 70 por ciento de la producción total de Huang Lian en China. Por su lugar de procedencia, esa producción es preferida. Si las plantas fueran de otra parte de la montaña, la medicina que se obtendría no sería tan efectiva como ésta.

Otoño es la temporada des cosechas. El Huang Lian de más mde 5 años es más efectivo. Los labriegos cortan las hojas hasta las raíces, que se tuercen como una invertida pata de pollo.

Según la literatura medicinal china, el Huang Lian es el más amargo

producto en el mundo. Igual que el Huang Lian, algunas experiencias de la vida también son difíciles de tragar. Por camino de barro, toneladas de esas raíces son llevadas a los mercados herbolarios de todo el país. La bella ciudad de Chengdu, en el sudeste de China es el trampolín hacia Beijing

Más de treinta mil variedades de hierbas medicinales forman el gran mercado de medicina herbolaria de China. La mayor parte son plantas nativas, pero algunas llegaron de países del sudeste asiático por la Ruta de la Seda, hace 2000 años gracias al comercio de trueque, ya fuera a cambio de porcelana o de telas de China.

Cáscaras de naranja, bulbos de lirio, chilis largos, aceite de castor, todos estos productos medicinales vistos igual que los vegetales o especias, pueden actualmente salvar vidas.

Se puede encontrar cualquier cosa en tan extraordinario mercado. Por ejemplo, el "Chong Cao", mitad hierba, mitad insecto, una mixtura que nunca podrá ser hecha por el ser humano. Y, por supuesto, ahí está el Huang Lian.

Su Simiao

La esencia de la filosofía china es el equilibrio, que se aplica a todo, desde la madre naturaleza hasta el cuerpo del ser humano. Una prescripción médica debe contener desde ingredientes para curar una dolencia y erradicar sus causas, hasta para el equilibrio contra efectos secundarios. Un médico consideró la vida humana más valiosa que miles de toneladas de oro. Fue Su Simiao, quien reunió 6500 recetas medicinales.

Se dice que 3 emperadores invitaron al reconocido "Rey de la Medicina", a ocupar el cargo de médico de la familia real. Su Simiao rechazó el cargo para seguir ayudando al pueblo. Su libro, que lleva el nombre de Qian Jin, ("Miles de

Oro”), se refiere al precio que tiene la vida. Algunos han dicho que él vivió hasta los 101 años de edad, otros dicen que fue hasta los 140 años. Pero en lo que no hay controversia es en sus fórmulas para la elaboración de infusiones medicinales destinadas a salvar vidas humanas.

Siglos después, otra figura adquirió renombre en la historia mundial de la medicina. Quizás sea uno de los más famosos farmacólogos chinos que han existido hasta hoy. Es Li Shizhen. Su libro, al que dedicó 30 años, es el famoso Ben Cao Gang Mu, “La gran farmacopea”.

Li fue estudiante desafortunado que abandonó los libros por la naturaleza para poder cumplir su ambición. Consultó 800 libros y realizó numerosos experimentos e, igual que Shen Nong, probó en su cuerpo muchas de las plantas y recetas. Charles Darwin lo citó alguna vez en sus obras, directa e indirectamente, y aludió que Ben Cao Gang Mu era una excelente enciclopedia oriental.

Li corrigió en su libro algunos errores que prevalecieron mucho tiempo. Por ejemplo, advirtió que el alcohol y el mercurio que los alquimistas reales daban a los emperadores en un jarro de estaño, eran venenosos.

También describió en detalle las propiedades y formas de recolección y procesamiento de hierbas, los efectos farmacológicos y el uso de fórmulas combinadas para cada medicina. Algunos chinos todavía siguen confiando en las antiguas recetas médicas y en los métodos tradicionales de mezclar hierbas para aliviar los dolores y prolongar la vida.

Toda prescripción médica se ajusta a las condiciones específicas de salud de cada persona, conforme a la filosofía de que es en la gente y no en la enfermedad, en la que hay que concentrarse. Desde Shen Nong, varios

farmacólogos creen que las medicinas empleadas para combatir las enfermedades más contagiosas son tóxicas. Son consideradas en un grupo inferior y deben ser calificadas por otros. Una receta balanceada es buena para tratar enfermedades crónicas y garantiza mínimos efectos colaterales.

De todo el proceso tradicional, sólo una cosa ha pasado al olvido: la decocción del té medicinal. Muchos pacientes dejan que eso lo haga la farmacia. Los gustos no han cambiado, pero quizás sólo en la leyenda podamos encontrar la vieja tetera medicinal negra.

El pulso y las energías

El pulso es el gran factor de detección de dolencias. Sólo tres dedos pueden proveer suficiente información sobre la condición del paciente. Parece algo mágico, pero en realidad es un sofisticado sistema de diagnóstico, demostrado por miles de años de experiencia. El pulso de la mano derecha está relacionado con el pulmón, el estómago y el bazo. El de la mano izquierda detecta las condiciones del corazón, el hígado y los riñones. Y puede ser tomado con un hilo alrededor de la muñeca si se trata de una mujer que no desea mostrar su cuerpo al médico.

¿Cuál es su naturaleza y de qué forma interactúa para crear nuestro universo vivo?

El canon de la medicina puede enlistar millones de tópicos, pero los chinos tienen un simple sistema de clasificación que lo divide todo, desde la vasta naturaleza hasta el cuerpo humano, en cinco elementos o energías y los presenta en diferentes formas muy creativas en un cuadro. Este no es solamente como el retrato de la vida en una aldea. Es llamado "Cuadro Nei Jing", y detalla la estructura interna del cuerpo humano y la interacción entre

diferentes órganos.

Los cinco elementos principales de la naturaleza son: madera, fuego, tierra, metal y agua. Uno genera al otro. El fuego quema la madera y la ceniza se convierte en tierra. De la tierra podemos extraer los metales que, al ser fundidos, pasan a estado líquido. Invertiendo la cadena, encontramos un sistema donde cada uno controla al siguiente. Hay que pensar cómo el fuego consume la madera y el agua corroe el metal. En consecuencia, el cuerpo es dividido en cinco sistemas funcionales conocidos como una red de órganos: el hígado, el corazón, el bazo, los pulmones y los riñones.

La energía vital, o Qi circula por todo el cuerpo. Igual que las corrientes y los ríos, que fluyen y refluyen en la superficie de la tierra. Cada red de órganos tiene un correspondiente sistema de conductos y, cuando estos se aproximan a la superficie, hay una puerta donde una pequeña aguja puede encontrar su camino de entrada. Abriendo y cerrando estas puertas fue cómo la acupuntura ganó su reputación de primer tratamiento médico en China.

En la dinastía Song, un funcionario de nombre Wang Weiyi, que era médico, estaba mortificado por el problema de seleccionar médicos altamente calificados. El moldeó una figura humana en bronce con las 354 puertas de Qi marcadas claramente. Entonces cubrió cuidadosamente cada punto con cera. Y probó los conocimientos adquiridos por los postulantes pidiéndoles que insertaran las agujas en los orificios que controlan cada dolencia. Cuando los postulantes encontraban los puntos debidos, una gota de mercurio se iluminaba e indicaba que había acertado el punto correcto.

Introducir la aguja y pinchar, y veinte minutos después retirarla, es un procedimiento simple en el tratamiento de todo los desórdenes del Qi: sangre,

humedad, perturbaciones de las redes de órganos. Para decirlo simplemente, ayuda a erradicar los síntomas, reducir el estrés, acelerar el proceso de recuperación y aliviar la fatiga crónica. Los chinos creen que puede curar todo tipo de enfermedades.

Pero cómo y en qué forma trabaja esta red? Muchos creen que la red tiene su base en el sistema nervioso. ¿Es eso verdad?

Deng Liangyue, presidente de la Federación Mundial de Acupuntura y Sociedades de Moxibustion, ha dicho que es difícil explicar, desde el punto de vista neurológico, qué es una conexión. ¿Por qué una inserción en el punto "He", punto en la mano, puede desaparecer el dolor de cabeza? ¿Por qué una inserción de agujas en puntos específicos de la pierna puede curar un problema ocular?

El Dr. Deng ha dicho que "la investigación de funciones desconocidas de sistemas conocidos desarrollarán nuestros conocimientos actuales en neurobiología". ¿Pero, existe algún otro sistema funcional desconocido?

Hay fuerte debate sobre este tópico entre los estudiosos.

Todo eso puede ser misterioso en teoría, pero no es difícil en la práctica. Chen Xinnong, considerado el número uno en acupuntura en toda China, ha hablado sobre este misterioso tratamiento. Lo ha explicado en la práctica. Insertó una aguja y el paciente fue refiriendo que dolía un poco y sentía que una rara sensación le corría hacia su brazo, luego hacia abajo y le adormecía la mano. "Bueno, eso es la acupuntura", sentenció.

Calentar y vaciar el aire de una copa y aplicarla a alguna parte del cuerpo para succionar el frío, es un tratamiento que llamamos ventosa, y

pellizcar y golpear sobre el cuerpo es masaje. Con estos mágicos tratamientos la enfermedad sale del cuerpo

Juan Carlos Garnés, estudiante colombiano de medicina en Beijing, relató algo que le ocurrió en 1996, cuando su hermana vino a visitarlo. Ella también es médica. Tenía un dolor en su cuerpo desde que alumbró a su bebé. Durante cuatro años estuvo sometida a muchos tratamientos y tomó muchas medicinas contra el dolor. Una amiga de su madre, que conocía a un médico, la llevó a verlo. “Después de la consulta, fue la persona más feliz del mundo. Me dijo que yo debía estudiar eso. Le pregunté por qué y me respondió que durante cuatro años ella tuvo ese dolor y en 15 minutos, con el tratamiento que el médico chino le aplicó, desapareció. Esa es la razón. Ella ya no tiene más ese dolor”.

Hua Tuo y los ejercicios

Con los tratamientos chinos, no se ve muchas máquinas en los consultorios; tampoco hay ingredientes químicos en las recetas médicas. El ser humano es parte de la naturaleza, por lo que cuando algo está mal en el cuerpo, hay que mirar hacia la naturaleza y encontrar las soluciones en ella.

El consumo de dátiles rojos aumentará la sangre y el Qi. El caballito de mar, es bueno para los riñones. La combinación de estas medicinas con comida deliciosa solía ser un privilegio para mucha gente importante que a menudo la llamaban dieta médica palaciega.

Fuera de los rojos muros de los palacios, los civiles tenían sus propios métodos para prevenir enfermedades. Probablemente no podían contar con este tipo de dietas preciosas, por lo que un poco de ejercicio y mantener algunas tradiciones no les perjudicaba.

El primer cirujano chino famoso, Hua Tuo, inspirado en el movimiento de los animales y los pájaros desarrolló la teoría del Juego de los cinco animales. El número cinco suena familiar. Igual que los cinco elementos, las cinco redes de órganos, los cinco sabores, ahora vienen los cinco animales: tigre, ciervo, oso, mono, y grulla.

Con formas simples de movimientos, de meditación y de desplazamiento espontáneo como el de los animales, el practicante abre los canales Qi. Eso, externamente, mejora la función de huesos, coyunturas, tendones, músculos, circulación, cabello, piel, y todo lo demás.

Algunos métodos preventivos conjugan con la vida diaria y son adecuados a cada estación.

La gente es más vulnerable a las enfermedades con el cambio de las estaciones. Las razones son la interacción del Ying y el Yang, la fuerza pasiva simbolizada por el agua, y la simbolizada por el fuego. Por ejemplo en otoño, cuando el Yang desciende y el Ying aumenta, tendremos más agua y sustancias Qi. En mayo del calendario lunar, cuando los insectos comienzan a predominar, el quinto día la gente comienza a tomar alcohol medicinal y colgar algunas hojas perfumadas en la puerta.

Es fama que la forma de vida de los chinos se basa en su sabiduría. A veces ellos realmente necesitan esa sabiduría.

A finales de los años 60s, durante la guerra de Vietnam, la malaria azotaba en las zonas selváticas. Para curar el mal, fue destilada esencia del Qin Hao en la artemisa. Hoy ese método es recomendado por la Organización Mundial de la salud, como un tratamiento directo contra la malaria.

Muchos soldados de ambos bandos morían diariamente de malaria. Los

estadounidenses podían comprar quinina, pero el gobierno de Vietnam no la tenía. Ho Chi Min solicitó a Mao Zedong la ayuda de la medicina china. Del libro Ben Cao Gan Mu, la gente consiguió una receta de la planta llamada Qinghao, de la cual destilaban la esencia que curaba la malaria, mejor que la quinina.

¿Cómo fue que la medicina china capturó por primera vez el interés del mundo occidental?. Nixon jugó importante papel en ello. En julio de 1971, cuando la histórica visita de Nixon a China, un periodista llamado James Reston, del New York Times, sufrió un repentino ataque de apendicitis aguda. Los médicos chinos lo operaron de emergencia para extirparle el apéndice. El doctor Li encendió dos pedazos de una hierba llamada ai, que parecían tocones de cigarro barato, y los sostuvo cerca del abdomen del paciente mientras ponía en acción las agujas.

En menos de una hora, fueron notorios la distensión y el descenso de la presión. El problema no volvió a aparecer. Con anestesia acupuntural, Reston fue operado exitosamente. Ya en Estados Unidos, él escribió sobre esa experiencia. Su crónica transmitió las primeras noticias sobre la acupuntura, que asombraron a los norteamericanos. Desde entonces se ha desarrollado rápidamente la acupuntura en América, Europa y África y se ha convertido en el símbolo de la medicina china como medicina alternativa.

Desde que el legendario Shen Nong implantó la medicina herbolaria, ha habido muchos altibajos en su desarrollo histórico. Se han sucedido muchas instituciones farmacológicas. Ahora, la más antigua y emblemática es la firma Ton Rentang establecida hace unos 340 años por un médico viajero. Su habilidad le permitió ganar reputación, expandirse y convertirse en todo un

símbolo de la medicina tradicional china.

Fin

* Nuestro corresponsal académico en Pekín