

Neurosis de Ansiedad

Dr. Antonio Martínez Ramírez
médico acupunturista
primavera de 2009

Neurosis

La neurosis es un desequilibrio de los componentes emocionales e instintivos de personalidad, que genera una situación de tensión interna y de dificultad para la relación interpersonal.

Ansiedad

La ansiedad es una sensación desagradable de aprensión, de temor difuso o miedo. Puedes ir desde la simple inquietud hasta el pánico.

Para el psicoanálisis, la neurosis es expresión de la ansiedad y las formas de afrontarla (mecanismos de defensa). Las neurosis son el producto de una dinámica conflictiva inconsciente de la que el yo intenta defenderse con mecanismos inmaduros y poco adaptativos.

La ansiedad no es un fenómeno exclusivamente psicológico. Se acompaña de síntomas somáticos como opresión precordial, taquicardia y sensación de sofoco.

Fisiológicamente, se caracteriza por un aumento del nivel de alerta general. A medida que éste se incrementa pueden aparecer insomnio, dificultades de atención y concentración y problemas de memoria, entre otros.

Da lugar a cambios hormonales (cortisol, CRH, ACTH, GH) y cambios vegetativos, en general de tipo simpático (palpitaciones, aumento de la presión arterial, sudación, sequedad de boca, sensación de nudo en la garganta, opresión torácica, disnea), pero también de tipo parasimpático (bradicardia, hipotensión, úlceras gastrointestinales, poliuria, diarrea).

La ansiedad produce cambios en el sistema inmunitario (disminución de los linfocitos T asesinos naturales), alteraciones en el aparato locomotor, disminución o aumento del apetito y descenso de la actividad sexual.

La ansiedad afecta el rendimiento o funcionamiento del individuo. Un "poco" de ansiedad es benéfica para iniciar o completar una tarea. El exceso, desorganiza el organismo y puede llegar a anular el rendimiento.

Clasificación de los Trastornos Neuróticos.

Los trastornos neuróticos se denominan trastornos de ansiedad.

1. Trastornos de ansiedad fóbica
 - 1.1 Agorafobia
2. Trastornos de ansiedad
 - 2.1 Trastorno de ansiedad generalizada

- 2.2 Trastorno de pánico
- 2.3 Trastorno mixto ansioso-depresivo
- 2.4 Trastorno Obsesivo-Compulsivo

Trastornos de Ansiedad Fóbica; Fobia es el miedo intenso, irracional y recurrente a un objeto, actividad o situación específicos que origina un deseo imperioso de evitar los estímulos temidos.

Cuadro clínico: crisis de pánico ante el objeto fóbico con miedo intenso. El miedo fóbico con sensación de despersonalización y activación neurovegetativa.

En medicina tradicional china, tiene relación con el Sahoyin de la mano canal de Corazón y el Shaoyin del pie, canal de Riñón.

Agorafobia; Desencadenada por estímulos como transportes públicos, colas de espera, hipermercados, túneles, puentes, grandes avenidas, estacionamientos.

Cuadro clínico: ansiedad, vulnerabilidad a la depresión y a los síntomas de despersonalización.

En medicina tradicional china, tiene relación con el Sahoyin de la mano canal de Corazón y el Jueyin del pie, canal de Hígado.

Trastorno de Ansiedad Generalizada; Caracterizado por ansiedad y preocupación excesivas. Inicio silencioso en pacientes con patrones de personalidad maladaptativos.

Cuadro clínico: fatiga, nerviosismo, inquietud, insomnio, irritabilidad, dificultades de memoria, de concentración, de atención. Tensión motora; estremecimientos, espasmos, fatigabilidad, dolores musculares, tics, fruncimiento del gesto, constante aprensión y temor a hipotéticos peligros, estado de hiperalerta con dificultad para conciliar y mantener el sueño. Se acompaña de hiperactivación vegetativa; por mareos, sudación, temblor, palpitaciones o taquicardia, parestesias, dolores abdominales y diarrea.

Este trastorno tiene un fuerte componente familiar y, posiblemente, un origen genético. En medicina tradicional china, tiene relación con el Sahoyin de la mano canal de Corazón y el Jueyin del pie, canal de Hígado.

Trastorno de Pánico; Es crónico y caracterizado por crisis de angustia súbitas y repetidas que aparecen de forma espontánea en ausencia de situaciones especialmente amenazantes.

Cuadro clínico. Crisis de pánico o de angustia, de comienzo súbito tanto en lugares públicos como en la intimidad. Interrupción del sueño nocturno, con temor, aprensión y sensación de enfermedad seria, hasta el extremo de presentir la inminente muerte. Seguido de mareo e inestabilidad, impresión de distorsión o cambio del propio cuerpo (despersonalización) o del entorno (desrealización). Acompañado de taquicardia, sudación, temblor, dolores musculares, escalofríos, fatigabilidad, náuseas, diarrea, dolor torácico, cefaleas, etc.

En medicina tradicional china, tiene relación con el Sahoyin de la mano canal de Corazón y el Shaoyin del pie, canal de Riñón.

Trastorno Mixto Ansioso-Depresivo; Caracterizado por ansiedad y de depresión. Acompañado de síntomas vegetativos (temblor, palpitaciones, xerostomía, molestias epigástricas) y coincide con cambios biográficos significativos o acontecimientos vitales estresantes.

En medicina tradicional china, tiene relación con el Sahoyin de la mano canal de Corazón y el Jueyin del pie, canal de Hígado.

Trastorno Obsesivo-Compulsivo; La obsesión es el pensamiento o impulso de carácter angustiante. La compulsión son actos de carácter repetitivo y estereotipado, a veces rituales, encaminados generalmente a neutralizar la angustia producida por la obsesión.

Cuadro clínico: depresión o ansiedad intensa, que progresan a la incapacidad sociolaboral. Acompañado de ideas obsesivas y del comportamiento (compulsiones).

En medicina tradicional china, tiene relación con el Sahoyin de la mano canal de Corazón, el Taiyin del pie, canal de Bazo y el Jueyin del pie, canal de Hígado.

Concepto de Neurosis de Ansiedad desde la Acupuntura

La neurosis de ansiedad en medicina tradicional china, es un padecimiento crónico y se relaciona con síndromes de deficiencia, aún cuando su expresión clínica sea de aparte exceso.

Cuadro clínico: Trastornos del sueño, narcolepsia, mareo, cefalea, tinnitus, laxitud, depresión del estado de ánimo alternando con excitación del ánimo durante la noche acompañado de inquietud.

Etiología

Estímulos emocionales intensos como ansiedad, miedo, preocupación o reflexión en exceso que consumen energía y sangre y afectan al Shen espíritu.

Debilitamiento de energía del corazón, hígado, bazo o riñón, o la interrelación entre ellos, como consecuencia del exceso de trabajo intelectual o enfermedad prolongada grave.

Fisiología y Fisiopatología de los Zang Fu en relación a la Neurosis de Ansiedad

Shaoyin de la mano canal de Corazón.

El corazón controla la sangre, los vasos sanguíneos y la actividades mentales, atesora la mente. Su actividad espiritual es el Sehen,

Su máxima actividad es durante el día. Permite la concentración, la atención, etc. se ubica más el hemisferio cerebral izquierdo. Es yang.

El Shen incluye la actividad intelectual, el pensamiento, el razonamiento. Se concentra en el hoy, es la que nos permite estar alerta siempre en vigilia.

El agotamiento de la esencia y energía, la pérdida de sangre y de los fluidos corporales, causan trastornos en la mente. La insuficiencia de sangre ocasiona palpitaciones, inquietud, insomnio y amnesia; cuando el calor afecta al corazón, se presenta irritabilidad y delirio, cuando este es grave, ocurre coma o manía.

Jueyin del pie canal de Hígado.

El Hígado almacena la sangre, controla dispersión, el drenaje. Su actividad espiritual es el *Hun*.

La afectación del drenaje y dispersión en las actividades mentales, produce estancamiento de *Qi* de hígado ocasionando depresión, ansiedad, opresión de pecho, dolor en hipocondrio y menstruación irregular.

Hun es opuesto y complementario de shen, es el inconsciente, lo que no se ve a simple vista, es la intención, el mensaje subliminal, la primer línea de contacto.

Su máxima actividad es durante la madrugada, es el que motiva o desmotiva, el que orienta a la largo de la vida, el que proporciona la emoción a nuestros actos.

Es el estratega militar “comandante en jefe de las fuerzas armadas”, el más fuerte de los órganos, custodio de las funciones vitales. se ubica en el hemisferio cerebral derecho. Es yin.

La tendencia de hun es el ascenso, el movimiento, el caos, el desorden, por lo que es necesario que sea sometido; contenido; atrapado. Quien almacena y somete a hun es la sangre el hígado.

La preponderancia de *Yang* de hígado, origina irritabilidad, cefalea, insomnio y trastornos del sueño. Los factores emocionales exógenos, interfieren en el drenaje y dispersión de hígado. El movimiento interno de viento de hígado, se expresa por estremecimientos, espasmos, fatigabilidad, dolores musculares erráticos, tics, prurito migratorio y vértigo.

Taiyin del pie canal de Bazo

El bazo controla el transporte y transformación de los nutrientes, la sangre, los músculos y los miembros. La disfunción del transporte y transformación, origina anorexia, deficiencia de energía y sangre. La disfunción del transporte y transformación de líquidos, provoca humedad con sensación de cansancio y pesadez generalizado o de miembros. Su actividad espiritual es el *Yi*.

Yi es la idea, el pensamiento concreto, el resultado final de la actividad mental, la respuesta final a los estímulos internos y externos.

La acción del *yi*-bazo, se relacionar con la comunicación interna a través de neurotransmisores, de hormonas y otras sustancias que tienen efecto a distancia. Esto explica la disminución de la actividad inmune cuando se está sometido ante situaciones de mucha preocupación.

El Yi, se manifiesta mediante la ideación y pensamiento obsesivo, su disfunción da paso al trastorno obsesivo compulsivo, con expresión clínica por ansiedad intensa, que progresan a la incapacidad sociolaboral. Acompañado de ideas obsesivas y del comportamiento (compulsiones).

Sahoyin del pie canal de Riñón

El riñón almacena el Jing esencial, la energía heredada y recipiendario del Shen, que al dañada por padecimientos crónicos o por excesos, se manifiesta mediante la ansiedad fóbica y trastorno de pánico, donde la crisis de pánico ante un objeto fóbico, le produce un miedo intenso.

La deficiencia de riñón, expresa temor, carencia de voluntad, dificultad para preservar la vida, abate su tenacidad; en el niño, existe apatía, desinterés, retrasa su crecimiento y madurez de funciones, hay carencia ingenio, vibra, chispa, empuje.

Su actividad espiritual de Riñón es el Zhi, se relaciona con la “voluntad” -potencia del alma, que impulsa a hacer o no alguna cosa -, la perseverancia y tenacidad.

El Zhi se relaciona con el instinto, la motivación primitiva de iniciar acciones, promueve el movimiento, incluye la acción irracional; el shen o hun, dan razón, modulan, conducen o inhiben la acción primitiva que inició zhi.

El zhi preserva y mantiene la vida, impulsa la búsqueda de la pareja, la función sexual, la libido, el celo.

Diferenciación Sindromática

Sx Deficiencia de Energía del Shaoyin de la mano canal de Corazón

Cuadro clínico: inquietud, insomnio, astenia, taquicardia, respiración corta sin fuerza agravada con el ejercicio físico, sensación de opresión torácica, ansiedad, agotamiento mental con sudoración espontánea. Sensación de vaciedad en corazón, intranquilidad, sensación de que algo va a pasar, temor y tristeza,

Etiología y Fisiopatología: agotamiento físico que ocasiona lesión interna o por criopatología mal tratada que lesiona al corazón.

Métodos de diagnóstico: palidez facial, palidez del cuerpo de la lengua con saburra delgada. Pulso delgado, sin fuerza y entrecortado.

Principios de tratamiento: Nutrir el corazón e incrementar la energía, tranquilizar el espíritu y controlar la ansiedad.

Puntos: *Shenting* (DM24) “El salón del espíritu”, *Baihui* (DM 20) “La reunión de los cien”, *Benshen* (VB12) “La base del espíritu”, *Tianzhong* (RM17) “Centro del pericardio”, *Shenmen* (C7) “Puerta del espíritu”, *Sanyinjiao* (B6) “Crece de los 3 Yin del pie”, *Qihai* (RM6) “Mar de la energía”, *Zusanli* (E36) “Tres medidas del pie”. *Xinshu* (V15) “Asentimiento de Corazón”. Moxibustión, ventosas y masaje Tui Na.

Sx Deficiencia de Sangre del Shaoyin de la mano canal de Corazón y Deficiencia de Sangre en el Jueyin del pie canal de Hígado

Cuadro clínico: cansancio físico y mental, vértigo, prurito, insomnio, intranquilidad, disnea profunda y ansiedad intensa.

Etiología y Fisiopatología: Es originado por hemorragia intensa o falta de producción de sangre o exceso de actividad emocional que lesiona la sangre del corazón

El corazón comanda los vasos sanguíneos y el hígado almacena la sangre. El corazón almacena el espíritu y atesora la mente, la deficiencia de sangre en corazón, provoca insomnio, ensoñaciones y pérdida de la memoria.

El agotamiento de la esencia y energía, la pérdida de sangre y de los fluidos corporales, causan trastornos en la mente.

La insuficiencia de sangre ocasiona palpitaciones, inquietud, insomnio y amnesia; cuando el calor afecta al corazón, se presenta irritabilidad y delirio, cuando este es grave, ocurre coma o manía. palpitaciones, insomnio, vértigo, espasticidad o rigidez de manos y pies, menstruación escasa e irregularidad por insuficiencia de sangre en hígado.

Métodos de diagnóstico: Palidez facial, de labios y lecho ungueal, lengua delgada y pálida, pulso delgado y cordalis.

Principio de tratamiento: Tranquilizar el espíritu, aclarar la mente, nutrir la sangre del corazón. Nutrir la energía y sangre de los órganos y eliminar el estancamiento de energía de hígado. Aquietar espíritu y promover la dinámica de energía de riñón.

Tratamiento: Acupuntura corporal en puntos shu.

Puntos: *Shenting* (DM24) "El salón del espíritu", *Baihui* (DM 20) "La reunión de los cien", *Benshen* (VB12) "La base del espíritu", (*Tianzhong* (RM17) "Centro del pericardio", *Shenmen* (C7) "Puerta del espíritu", *Sanyinjiao* (B6) "Crece de los 3 Yin del pie", *Neiguan* (PC6) "Tapa lo interno", *Zusanli* (E36) "Tres medidas del pie". *Xinshu* (V15) "Asentimiento de Corazón", *Pishu* (V20) "Asentimiento de Bazo", *Shenshu* (V23) "Asentimiento de Riñón", *Geshu* (V17) Asentimiento de diafragma". Moxibustión, ventosas y masaje Tui Na.