



SCUOLA SUPERIORE PER MEDIATORI LINGUISTICI

(Decreto Ministero dell'Università 31/07/2003)

Via P. S. Mancini, 2 – 00196 - Roma

**TESI DI DIPLOMA
DI
MEDIATORE LINGUISTICO**

(Curriculum Interprete e Traduttore)

Equipollente ai Diplomi di Laurea rilasciati dalle Università al termine dei Corsi afferenti alla classe delle

**LAUREE UNIVERSITARIE
IN
SCIENZE DELLA MEDIAZIONE LINGUISTICA**

Titolo tesi: Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

RELATORI:
Prof.ssa Adriana Bisirri

CORRELATORI
Prof. Fabio Matassa
Prof.ssa Tamara Centurioni
Prof.ssa Maggie Paparusso

CANDIDATA:
Arianna Salesi

3121

ANNO ACCADEMICO 2022/2023

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

*Dedicato a chiunque mi sostenga sempre.
A me stessa, alla mia famiglia e ai miei amici.*

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

SOMMARIO

INTRODUZIONE.....	1
1. LA MEDICINA OCCIDENTALE	4
1.1 L'origine	7
1.2 La medicina nei vari settori.....	12
2. LA MEDICINA ORIENTALE.....	18
2.1 L'origine	25
2.3 La filosofia nella medicina.....	29
3. I PRINCIPALI RIMEDI CINESI PER LA SALUTE ED IL BENESSERE GENERALE.....	32
3.1 L'agopuntura.....	33
3.2 Il tè verde.....	36
3.3 I Cinque Elementi della medicina cinese.....	39
3.4 La teoria dello Yin e lo Yang.....	44
4. PARAGONE FRA MEDICINA OCCIDENTALE E MEDICINA ORIENTALE.....	49
4.1 Le differenze.....	50
4.2 Le similitudini.....	54
CONCLUSIONI	58
INTRODUCTION	61
1. WESTERN MEDICINE.....	63
1.1 The origin.....	64
1.2 Medicine in the various sectors.....	66
2. EASTERN MEDICINE	69
2.1 The origin.....	71
2.2 Philosophy in medicine	73
3. THE MAIN CHINESE REMEDIES FOR HEALTH AND WELL-BEING.....	75
3.1 The acupuncture.....	75
3.2 The Green tea.....	77
3.3 The Five Elements of Chinese Medicine.....	78
3.4 The Yin and Yang theory.....	80
4. COMPARISON BETWEEN WESTERN AND EASTERN MEDICINE.....	83
4.1 The differences	83
4.2 The similarities.....	87
INTRODUCCIÓN.....	93
1. LA MEDICINA OCCIDENTAL.....	95
1.1 El origen.....	96
1.2 La medicina en los distintos ámbitos.....	99
2. LA MEDICINA ORIENTAL	102
2.1 El origen.....	104

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

2.2 <i>La filosofía de la medicina</i>	107
3. LOS PRINCIPALES REMEDIOS CHINOS PARA LA SALUD Y EL BIENESTAR GENERAL	109
3.1 <i>La acupuntura</i>	110
3.2 <i>El té verde</i>	111
3.3 <i>Los principales remedios chinos para la salud y el bienestar general</i>	112
3.4 <i>La teoría del Yin y el Yang</i>	115
4. COMPARACIÓN DE LA MEDICINA OCCIDENTAL Y LA MEDICINA ORIENTAL	118
4.1 <i>Las diferencias</i>	118
4.2 <i>Las similitudes</i>	123
CONCLUSIONES	126
RINGRAZIAMENTI	128
BIBLIOGRAFIA	131
SITOGRAFIA	132

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

***DUE REALTÀ A CONFRONTO:
MEDICINA OCCIDENTALE E MEDICINA
ORIENTALE***

SEZIONE ITALIANO

INTRODUZIONE

La medicina occidentale e la medicina orientale hanno due approcci abbastanza differenti alla cura della salute e del benessere. La medicina occidentale si basa sulla scienza e sulla ricerca empirica mentre la medicina orientale si basa sulla filosofia, la teoria e l'esperienza pratica. Innanzitutto, specifico che andrò a parlare prevalentemente di medicina cinese, dato che nonostante l'oriente in generale ricopra una vasta area, la nazione della Cina è colei che ha sviluppato una medicina più vasta e completa, che si è diffusa maggiormente e da cui derivano le tecniche e le usanze più conosciute nel mondo. Entrambi gli approcci hanno i loro punti di forza e di debolezza, tendenzialmente la scelta tra l'uno e l'altro dipende dalle esigenze individuali del paziente. In generale, la medicina occidentale tende ad utilizzare farmaci per trattare le malattie, mentre la medicina cinese ed orientale utilizza rimedi naturali, come l'agopuntura, l'uso di erbe o la dieta, per aiutare il corpo a guarire. Mentre i farmaci possono essere molto efficaci nel trattamento di alcune malattie, come l'infezione batterica o la pressione alta, possono anche avere effetti collaterali indesiderati e non risolvere le cause profonde della malattia. Invece, l'agopuntura e altri rimedi naturali possono aiutare a ristabilire l'equilibrio energetico del corpo e a promuovere la guarigione naturale, andando alla radice del problema.

Parlerò anche di come la medicina tradizionale orientale non concepisca il corpo come composto di parti separate fra di loro, ma considera ogni organo una parte del tutto, e la malattia rappresenta un deterioramento o un disequilibrio di tutto il "sistema dell'uomo". I migliori medici sanno perfettamente che il nostro corpo non è separato dalla terra e dalla natura che lo nutre. La terra, le piante che essa produce, gli animali e gli uomini sono tutti in rapporto tra loro: la malattia di una qualsiasi parte del

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

corpo riflette sempre un cattivo funzionamento della totalità del sistema e non solo sul singolo corpo di un essere umano.

Significative in questo senso sono due rappresentazioni dell'uomo secondo la visione antica cinese (dove l'uomo è rappresentato come un paesaggio naturale ed il funzionamento del suo corpo è paragonato a quello della natura) e quella secondo la concezione dell'uomo in piena fase di rivoluzione industriale (in cui l'uomo è sostanzialmente visto come una macchina formata da parti meccaniche, uguali per tutti gli individui).

L'etimologia stessa della parola "medicina" mette in evidenza come sia possibile interpretare tale disciplina in due modi completamente e profondamente differenti. Infatti, mentre per alcuni il termine deriva dal latino "*medicus*", a sua volta derivato dal verbo "*medeor*" che significa «rimediare», «curare le malattie», altri fanno risalire la sua etimologia a "*modus*", cioè alla «giusta misura» che deve guidare chi la utilizza, quindi, secondo questo approccio la medicina equivale a "*medietas*", o «arte del giusto mezzo», lontana da difetti ed eccessi, da scarsità ed abbondanza ed esercitata da chi cura non solo con «giustezza», cioè con misura, ma anche con «giustizia», cioè con equità e con equilibrio.

Inoltre, se vogliamo dare delle vere e proprie definizioni di medicina in generale possiamo dire che la medicina è un'attività tipica dell'uomo, che fonda la sua essenza nella relazione interumana, la sua attenzione nella prevenzione delle malattie, nella conservazione della salute e nella diagnosi di stati morbosi, la sua operatività nel soccorrere e curare la persona sofferente o malata. Partendo da questo concetto, analizzerò le due medicine vedendo come si pongono verso le malattie e come vanno a cercare ed elaborare rimedi per curarle.

Andrò a spiegare come le due medicine sono nate e come si sono diffuse, dove si sono diffuse, parlerò dei loro rimedi ed in particolare le

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

analizzerò per capire se, oltre le differenze facilmente percepibili, hanno anche qualcosa in comune.

Mi piace pensare che chiunque abbia l'ardire di confrontare due o più medicine tra loro dovrebbe pensare che un confronto produttivo è quello che parte dallo studio appassionato delle rispettive culture o epoche di provenienza, motivo per il quale mi concentrerò molto sulle due origini, sulle loro storie, per capire come sono giunte ai giorni nostri, cosa è cambiato e cosa è rimasto invariato ed infine vorrei specificare che per quanto diverse o simili potranno essere fra loro, ogni medicina ed ogni cultura va rispettata in ugual modo.

1. LA MEDICINA OCCIDENTALE

Nelle prime fasi, la medicina occidentale era una medicina teurgica, ossia un principio in cui la malattia era considerata un castigo divino, concetto che si trova in moltissime opere greche, come l'Iliade¹, e che ancora oggi è connaturato nell'uomo. Il simbolo della medicina è il serpente, animale sacro perché ritenuto, erroneamente, immune dalle malattie. Secondo un'altra versione nel simbolo della medicina non è rappresentato un serpente, ma l'estirpazione del *Dracunculus medinensis* o verme di Medina. Ad ogni modo, il serpente aveva un'importante funzione pratica nella medicina antica: nel tempio di ogni città c'era una sorta di cunicolo con i serpenti. Il tempio, infatti, non era solo un luogo di devozione, ma anche un luogo dove si portavano i malati: la fossa dei serpenti serviva a spaventare il paziente, a cui probabilmente venivano date anche delle pozioni, per indurre uno stato di shock e fargli apparire il dio che così lo guariva.

Primo non nuocere, *primum non nocere*, è la versione latina di una sentenza attribuita ad Ippocrate, ritenuto il fondatore della medicina occidentale che verrà successivamente approfondito. Essa costituisce il principio base occidentale in base al quale ogni decisione in campo medico, e si potrebbe anche dire sanitario, deve essere presa avendone verificato i costi e i benefici dell'intervento. Il primo obiettivo è proprio quello di non nuocere, cioè quindi, di non procurare l'erronea idea di essere affetto da uno o più di quel migliaio di disturbi esistenti.

La medicina occidentale è una medicina tecnica e scientifica, che va ad analizzare e riparare un danno manifesto evidenziato da vari sintomi o dai risultati di esami. Essa tende a curare un organo eliminando il sintomo e ripara un danno anatomico intervenendo con la chirurgia. Per quanto

1 Presumibilmente attribuito ad Omero, poema epico sulla terribile guerra fra greci e troiani.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

concerne virus, parassiti e batteri, vengono eliminati chimicamente, intervenendo con forza nella regolazione di un organo, bloccando il malfunzionamento ed il dolore che però, in alcuni casi, potrebbe essere risolto solo in parte e non eliminato completamente, portando quindi ad una nuova manifestazione di dolore. Questo può consentire di ottenere velocemente un risultato e, allo stesso tempo, potrebbe alterare l'equilibrio generale del fisico. Ed è quando il corpo risponde altrettanto violentemente che nascono gli effetti collaterali, instaurando così un circolo vizioso: per ogni sintomo scomparso compare un effetto collaterale da eliminare che a sua volta ne potrebbe generare un altro.

L'attività clinica occidentale viene definita scienza ed arte perché il medico usa una metodologia volta a scoprire con mezzi scientifici gli elementi somatici, psicologici e psichici, che ritiene utili alla soluzione del suo problema, conoscenze, estro ed intuito allo scopo di identificarne tanto le relazioni quanto le interconnessioni. L'essenza dell'attività del medico si completa in tre punti: il primo prevede dimostrare l'utilità degli elementi che raccoglie per raggiungere un obiettivo; il secondo di riunire, per concettualizzarli, questi elementi al fine di costruire la diagnosi in un sistema unitario in virtù di leggi associative, patrimonio della sua formazione; ed infine il terzo punto è atto a stendere il piano terapeutico della malattia identificata. La professione del medico, però, non si ferma esclusivamente a questi punti tecnici, perché travalica la freddezza delle conoscenze scientifiche e il tecnicismo delle crude esperienze cliniche.

La società occidentale attuale, nella quale tendenzialmente si cerca di eliminare ogni rapporto personale, ha condizionato in special modo la professione medica. L'organizzazione statale e quella privata, alle prese con i problemi di costi sanitari, hanno trasformato il medico in un tecnico e lo hanno equiparato a un tecnologo o, peggio ancora, a un tecnocrate.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

L'avanzamento delle tecnologie diagnostiche e terapeutiche, invece di avvicinare il medico al suo ammalato, ha creato fra di essi un solco sempre più profondo. La necessità di contenere gli alti costi del progresso tecnologico riduce i tempi degli atti umani fondamentali con i quali non solo si raccolgono le notizie cliniche, ma, soprattutto, si inizia e poi si mantiene il rapporto personale con il paziente.

Un fattore molto importante da non sottovalutare è il cosiddetto “placebo” oppure “effetto placebo”. Entrambi i termini, sebbene da tempo siano entrati nel comune lessico professionale del medico, continuano ad indicare gli aspetti intriganti e misteriosi di ogni terapia, farmacologica o non farmacologica, essendo rispettivamente i fattori ed i processi incontrollati che confondono la dinamica della guarigione e ne mascherano la causa specifica. Nella cultura medica occidentale il placebo e l'effetto placebo non godono generalmente di buona fama, nonostante in passato la sola medicina veramente efficace per ogni malattia fosse il placebo. Il placebo, dunque, è definito nella letteratura scientifica come una sostanza priva di una attività farmacologica specifica, somministrata come controllo nei test clinici, oppure ad un particolare paziente per stimolarne potenziali benefici psicologici. La realtà dell'effetto placebo è accettata da gran parte della comunità scientifica. Nelle sperimentazioni cliniche, l'efficacia di una terapia è spesso valutata utilizzando, come controllo, elementi privi di principi attivi o procedure ritenute inefficaci, ed i progressi, nei soggetti non trattati, sono attribuiti proprio al placebo. Quindi, il placebo è rappresentato da una sostanza innocua o qualsiasi altra terapia o provvedimento non farmacologico (un consiglio, un conforto, un atto chirurgico) che, pur privo di efficacia terapeutica specifica, sia somministrato alla persona facendole credere che sia un trattamento necessario.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Inoltre, per effetto placebo si intende una serie di reazioni che l'organismo mette in atto in risposta ad una terapia, ma corrispondono alle aspettative che l'individuo ha nei confronti della stessa. In altre parole, l'effetto placebo è una conseguenza del fatto che il paziente, specie se favorevolmente condizionato dai benefici di un trattamento precedente, si aspetta o crede che la terapia funzioni, indipendentemente dalla sua efficacia "specificata".

1.1 L'origine

*"L'uomo ha sempre cercato di combattere le malattie, di gestirle o razionalizzarle. Esse sono state spesso personificate, sentite come una condanna e investite di un significato morale. Così si è potuto parlare di malattie "cattive" - la sifilide o la lebbra - e di malattie "buone" - la tubercolosi, di frequente associata al genio romantico - arrivando perfino a vedere in esse una punizione divina: un'idea arcaica di recente riaffiorata con l'AIDS."*²

La medicina occidentale trova le sue più lontane origini nella religione, col passare del tempo però, essa ne prese sempre più le distanze sino ad arrivare alla medicina razionale di Ippocrate³, che segnò il limite tra razionalità e la magia. Le prime scuole di pensiero di medicina si svilupparono in Grecia e nella Magna Grecia, cioè in Sicilia e in Calabria. Tra queste, fu importantissima la scuola pitagorica. Pitagora, grande matematico, filosofo, scienziato e legislatore greco antico, operava nell'isola di Samo, ma si spostò a Crotone quando Policrate, il tiranno di Samo, prese il potere nella sua città. Egli portò nella scienza naturale, ancora non definibile medicina, la

2 Roy Porter, "Breve ma veridica storia della medicina occidentale, Carocci, 2004.

3 Ippocrate di Coa, 460 a.C. circa -377 a.C circa, è stato un medico, geografo e aforista greco antico, è considerato il padre della medicina scientifica.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

teoria dei numeri: secondo Pitagora alcuni numeri avevano significati precisi e, fra questi, i più importanti erano il 4 e il 7. Il 7 ha sempre avuto un significato magico, ad esempio nella Bibbia un numero infinito è indicato come 70 volte 7. Tra l'altro il 7 moltiplicato per 4 dà 28, cioè il mese lunare della mestruazione, e 7 per 40 dà 280, cioè la durata in giorni della gravidanza. Sempre per la connotazione magica del 7 si diceva che fosse meglio che il bambino nascesse al settimo mese piuttosto che all'ottavo. Anche il periodo di quarantena, cioè i 40 giorni che servirebbero per evitare il contagio delle malattie, è derivato dal concetto di sacralità del numero 40. Tuttavia, la scuola pitagorica non si limitò a questo, ebbe importanti allievi e in quel periodo nacquero delle scuole filosofiche molto importanti. Talete, considerato il primo filosofo antico, era anche un matematico e astronomo greco antico il quale elaborò un importante sistema secondo cui l'universo era costituito da: aria, acqua, terra, cui Eraclito aggiunse poi il fuoco (i quattro elementi occidentali fondamentali). In questo periodo venne dato grande rilievo anche alle qualità, secco e umido, freddo e caldo, dolce e amaro, e così via.

Dunque, è possibile affermare che la vera e propria medicina razionale è da attribuire ad Ippocrate che sviluppò la scuola razionale, cui vanno ascritti molti dei pensieri attribuiti ad Ippocrate, che visse nei 50 anni di pace periclea, periodo in cui fiorì la filosofia. Operò nell'area del Mediterraneo e nei suoi viaggi toccò la Sicilia, l'Egitto, Alessandria, Cirene, Cipro.

La base della medicina razionale è la negazione dell'intervento divino nelle malattie. Anche la famosa malattia sacra, cioè l'epilessia (hierà nósos dal greco), definita sacra perché a quel tempo vi era convinzione che gli spasmi dell'epilettico fossero provocati da una divinità e che fossero, quindi, l'effetto di una sorta di possessione, fu successivamente attribuita ad una disfunzione dell'organismo.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

La concezione di Ippocrate si rifaceva a quella di Talete ed in parte anche a quella di Alcmeone di Crotona, quando diceva che l'uomo è il microcosmo ed il corpo è formato dai 4 elementi fondamentali, nell'ordine aria, fuoco, terra ed acqua. Secondo Ippocrate e la sua scuola, agli elementi del corpo umano corrispondevano, in base a delle qualità comuni, degli umori: all'aria, che è dappertutto, corrispondeva il sangue, al fuoco, che è naturalmente caldo, corrispondeva la bile, alla terra, dato il suo colore, corrispondeva un umore scuro in realtà inesistente, forse osservato nella pratica dell'auruspicina⁴, durante il sacrificio degli animali. Il sangue della milza, venoso, molto scuro fu forse ritenuto essere un altro umore, diverso dal sangue, e fu chiamato bile nera, atrabile in latino e/o melaina kole' in greco ed infine all'acqua corrispondeva il muco, o pituita o flegma, comprendente tutte le secrezioni acquose del nostro corpo (saliva, sudore, lacrime, etc.), localizzato principalmente nel cervello, che era umido e freddo come l'acqua.

Agli umori furono fatte corrispondere anche le stagioni: la prima stagione, quella del sangue e dell'aria corrispondeva alla primavera, l'estate era quella del fuoco e della bile, l'autunno era quella della terra e dell'atrabile e l'inverno era la stagione dell'acqua, della pituita e del cervello. Fu fatto anche un parallelismo con le quattro età della vita, infanzia e prima giovinezza, giovinezza matura, età virile avanzata, ed infine età senile.

Alla base delle concezioni di Ippocrate c'era una filosofia profonda e pratica e un notevole buonsenso. I principi fondamentali erano di lasciar fare alla natura, cioè alla forza guaritrice della natura, di osservare attentamente il malato ed intervenire il meno possibile, fare attenzione all'alimentazione e alla salubrità dell'aria. Per eliminare lo squilibrio era necessario rimuovere la

⁴ Cioè una parte fondamentale dell'antica dottrina divinatoria etrusca, riguardante l'interpretazione di fenomeni naturali e l'esame delle viscere delle vittime immolate.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

materia in eccesso, detta materia peccans. I mezzi a disposizione per l'eliminazione della materia peccans erano il capipurgio (ossia purga del capo), che consisteva nell'indurre lo starnuto con droghe come il pepe, il clistere, oppure il salasso o sanguisugio. Quest'ultima pratica fu molto usata dai seguaci di Ippocrate, soprattutto nell'epoca romana di Galeno, con conseguenze gravissime, perché il levare il sangue ad un malato non era utile ed era spesso causa di morte. Ippocrate comunque raccomandava di utilizzare questi mezzi con la massima parsimonia.

I testi di Ippocrate, o i presunti tali, furono commentati nelle università sino al 1700. Questi testi comprendono una serie di aforismi, tra cui il noto *"La vita è breve, l'arte è lunga, l'occasione è fuggevole, l'esperienza è fallace, il giudizio è difficile"*, che sono alla base della sua filosofia ed invitano a pensare attentamente e ripetutamente prima di intervenire. Ippocrate, quindi, creò una medicina olistica, basata sull'uomo o microcosmo, predicando l'uso della terapia disponibile con il massimo della parsimonia. Ippocrate è ricordato anche perché espresse i primi concetti di etica medica, arrivati sino ai giorni nostri, ed è infatti attribuito alla sua scuola il giuramento di Ippocrate, che codifica la figura del medico.

Nella medicina occidentale i punti di vista del medico greco hanno dominato la medicina europea per più di mille anni. Indubbiamente Ippocrate, con le sue teorie del tutto moderne e innovative per la sua epoca, non poteva che influenzare e lasciare un segno tangibile nella medicina occidentale. Un nuovo punto di svolta viene raggiunto nell'umanesimo, nel Quattrocento dove l'uomo diventa parte della cultura umanistica che rifiuta la problematicità di un sapere metafisico dell'esperienza umana a favore di un uomo come criterio di riferimento a partire dal quale risolvere i problemi. Per questo, egli diventa misura di tutte le cose, in grado di leggere la realtà. Si diffuse così

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

una visione soggettivistica della realtà. In questo senso Cartesio⁵, all'inizio del Seicento, stabilisce le nuove condizioni di pensiero dell'uomo moderno. Cartesio dice che l'uomo, in quanto essere pensante, diventa misura delle cose: *"cogito ergo sum"* (penso dunque sono). Con questo nuovo sguardo si verifica un passaggio dalla medicina tradizionale alla medicina occidentale moderna, che dura circa 200 anni. Il corpo è visto come una macchina ossia come una realtà scomposta, un insieme di parti connesse che vanno studiate singolarmente. La somma dei meccanismi crea un'unità delle parti. La medicina moderna nasce all'inizio del XIX secolo quando l'anatomia e la fisiologia sono diventate oggettive con l'introduzione del metodo sperimentale. Contemporaneamente venne abbandonata l'idea "animista" di energie cosmiche e umane interagenti. È così che nasce la medicina occidentale moderna, sempre più attenta a ricercare le cause dimostrabili di un effetto, più oggettiva e meno attenta all'individualità.

Oggi la medicina è una scienza che, attraverso esami diagnostici, cerca di studiare le cause oggettive che stanno alla base di una malattia e dei suoi sintomi. È anche un'arte perché il medico, a seguito delle analisi e dei risultati strumentali, deve saper stabilire qual è la terapia migliore per intervenire sulla situazione del paziente.

"Il dolore è sempre stato uno dei problemi più importanti della medicina. Nonostante la scoperta degli anestetici e l'introduzione dei farmaci antidolorifici steroidei e non steroidei, il trattamento

5 Renato Cartesio, 1596-1650, è stato un filosofo e matematico francese, fra i principali fondatori della matematica e della filosofia moderne.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

della sofferenza fisica rimane ancora oggi una meta lontana, soprattutto in campo oncologico”⁶

1.2 La medicina nei vari settori

Grazie ai odierni fenomeni migratori e le nuove dimensioni sociali e culturali che ne derivano potrebbero, già da soli, giustificare l'interesse dell'antropologia nei confronti della medicina. Le problematiche della salute e della malattia assumono oggi, in società sempre più multietniche e multiculturali, un'importanza fondamentale e possiamo ritrovarla in vari settori. Nella quotidianità problemi di carattere linguistico e culturale, diverse abitudini alimentari, diversi codici comportamentali, diversi orizzonti religiosi sono causa di malintesi, errori e facili incomprensioni. Un medico che non conosce l'orizzonte socio-culturale della persona che ha davanti rischia di interpretare erroneamente i problemi che gli vengono presentati. L'assenza di sintomi oggettivabili o la presenza di sintomi quasi nascosti, che celano malesseri di altro tipo e natura rispetto a quelli percepiti, possono portare a letture e interpretazioni errate dei problemi.

I concetti di salute e malattia vanno quindi, a loro volta, ripensati in relazione al contesto socio-culturale di riferimento. Ciò significa che ogni società opera una diversa interpretazione della malattia e delle sue cause, elaborando saperi e pratiche specifiche con lo scopo di prevenire la malattia, curare, ristabilire e mantenere il pregresso stato di salute. Allo stesso modo ogni individuo percepisce, interpreta e affronta la malattia in modi strettamente connessi al proprio vissuto e al proprio ambiente socio-culturale. Le conoscenze e le competenze terapeutiche più antiche possono non essere riconducibili ad una logica empirico-scientifica che ne verifichi la

⁶ Gianfranco Natale, Alberto Zampieri, "Il dolore e la sua terapia nella medicina occidentale", Pisa University Press, 2016.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

validità e la veridicità attraverso la sperimentazione e il metodo razionale poiché l'interpretazione che viene data della malattia fa riferimento anche e soprattutto alla dimensione spirituale, sociale e culturale.

Presso i Crow⁷ è conosciuta la sindrome del “Cane pazzo che vuole morire”. Questa teoria narra di un individuo, di fronte a un grande trauma psichico, considerato insopportabile e indesiderato dalla società, che risponde con una forma culturalmente e socialmente organizzata di follia: diventa appunto il cane pazzo che vuole morire, un guerriero dall'enorme coraggio che in battaglia ricerca una morte gloriosa. Un comportamento anormale, espressione di un disagio grave, connotato culturalmente e socialmente la cui risoluzione non segue le vie classiche della medicina ma passa attraverso il filtro della società. In questo caso non parleremo di follia ma di un modo socialmente corretto e accettato di comportarsi da folli.

Nel caso della terapia per imposizione delle mani tale approccio diventa fondamentale. Tale pratica è antichissima e ne troviamo testimonianze in ogni parte del mondo: in Grecia un bassorilievo votivo o in una pittura vascolare del V secolo rappresenta Asclepio che stende le mani sul corpo di un malato. Il condottiero spagnolo Álvaro Núñez Cabeza de Vaca osservò tale pratica presso alcune popolazioni indigene americane. Ne sono un esempio anche le pratiche ancora oggi da noi utilizzate per eliminare le parassitosi intestinali, soprattutto nei bambini. Affinché la terapia risulti efficace è però necessario che il medico ed il malato appartengano allo stesso orizzonte culturale e concordino sull'origine del potere emanato dalle mani del guaritore, cosicché lo stesso possa agire come il delegato “ufficialmente riconosciuto” di un potere superiore.

⁷ Sono una tribù di Nativi Americani. Appartenevano al gruppo linguistico dei Sioux ed erano stanziati nelle pianure del Montana e del Dakota del Sud.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Fino a non molti anni fa l'interesse per le medicine tradizionali era puro esercizio esotico ma, a partire dagli anni '70, la politica sanitaria internazionale ha cominciato ad interessarsene, riconoscendone pian piano l'importanza come risorsa terapeutica ed accettando l'importante ruolo dei medici tradizionali nel soddisfacimento dei bisogni di salute. Questi sistemi, dapprima chiamati primitivi, prescientifici o non scientifici, nel 1976 vennero definiti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità come:

“la somma di conoscenze, competenze e pratiche basate su teorie, credenze ed esperienze indigene di diverse culture, siano esse spiegabili o meno, utilizzate per il mantenimento della salute, così come nella prevenzione, diagnosi, cura o miglioramento di malattie fisiche e mentali” -OMS, 2000

Gli anglosassoni inoltre utilizzano due termini per definire la malattia: “disease” e “illness”. “Disease” indica il problema visto dalla prospettiva del medico, orientato a identificare la malattia come un'alterazione della struttura biologica, col supporto di appropriate analisi cliniche, poco interessato all'esperienza personale e sociale della malattia. “Illness” fa riferimento all'esperienza personale dei sintomi e della sofferenza, a come la persona malata, la sua famiglia e la comunità rispondono alla situazione di difficoltà in cui si trova il malato. Con il primo termine gli inglesi intendono, quindi, riferirsi al versante biologico, ai meccanismi che determinano la malattia e regolano la cura, con il secondo all'aspetto sociale e culturale del paziente, del terapeuta e del gruppo sociale di cui fanno parte. Queste due aree di significati sono complementari e interdipendenti nella riuscita di una terapia.

Vi è anche un terzo termine che definisce la malattia “sickness”. Questa parola permette di allargare la prospettiva di ricerca contestualizzando malattia e cura all'interno di un più ampio processo sociale, politico ed

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

economico. A titolo d'esempio, parlare di malattia in quanto "sickness" significa parlare di HIV in relazione a condizioni di povertà estrema e politiche socio-sanitarie carenti nei Paesi in cui il virus è maggiormente diffuso. Ordine biologico e ordine culturale sono strettamente interconnessi. Lo specifico della malattia vede, quindi, la messa in gioco contemporanea dell'individuo con la sua corporalità e spiritualità e della società con le sue istituzioni, i suoi saperi, le sue pratiche terapeutiche. La salute di un individuo deve, quindi, essere letta attraverso una complessa griglia interpretativa in cui gli aspetti biomedici si connettono a quelli socio-antropologici e storico-culturali, liberi da una visione stratigrafica dell'uomo, optando per un modello che consenta una visione d'insieme, un'integrazione teorica e pratica tra i saperi, all'interno della quale vi siano spazi di negoziazione e di dialogo.

Anche Sigmund Freud⁸ ha affrontato il tema della medicina nei suoi testi, è possibile trovare qualche esempio in uno dei suoi libri più conosciuti: L'interpretazione dei sogni. Più precisamente però, si parla delle complesse tematiche di malattie ed infermità mentale. Freud qui afferma che nei sogni può presentarsi la psicosi che a sua volta può generare materiale allucinogeno, che potrebbe essere seguito da attacchi isterici o da uno stato di melanconia ansiosa, nel peggiore dei casi anche una paralisi isterica. Questi sono il frutto di un certo disordine mentale, non curato o non tenuto sotto controllo, in quanto sono dei veri e propri sintomi patologici, considerati addirittura equivalenti agli attacchi epilettici.

“Non c'è dubbio che, parallelamente alla psicologia del sogno, i medici dovranno un giorno rivolgere la loro attenzione ad una psicopatologia del sogno” - Freud, L'interpretazione dei sogni.

⁸ Sigmund Schlomo Freud, 1856-1939, è stato un neurologo, psicoanalista e filosofo austriaco, fondatore della psicoanalisi, la più antica tra le correnti della psicologia dinamica.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

La correlazione fra sogni e malattie mentali è già stata affermata da molto tempo, anche da prima di Freud, vista l'ampia concordanza esistente fra le loro manifestazioni. Maury⁹ disse che il primo a rivelarla fu Cabanis¹⁰ e dopo di lui Lélut¹¹ e successivamente in particolare Maime de Biran¹². Senza alcun dubbio questo confronto risale a tempi più remoti, con citazioni e riferimenti presenti anche con famosissimi filosofi quali Immanuel Kant ed Arthur Schopenhauer. All'interno del libro viene inoltre affermato che:

“la maggioranza delle allucinazioni e delle illusioni si verifica nel campo della vista, dell'udito e della sensibilità generale. Come per i sogni, l'olfatto e il gusto danno pochissimi elementi. Sia nei deliri dell'ammalato febbricitante che nei sogni, ritornano ricordi del lontano passato; gli uomini svegli e quelli sani sembrano aver dimenticato. <<...>> Un uomo tormentato da sofferenze fisiche e mentali ottiene dai sogni ciò che la realtà gli nega: la salute e la felicità. Così anche nella malattia mentale ci sono allegre immagini di felicità, nobiltà e ricchezza. <<...>> Una donna che ha perso il figlio amato prova le gioie della maternità nel suo delirio; un uomo che ha perso il suo denaro si crede immensamente ricco; una fanciulla che è stata ingannata si sente teneramente amata.” -
Branco di Radestock¹³ che dimostra che le idee nei sogni e nelle

9 Louis Ferdinand Alfred Maury, 1817-1892, studioso e medico francese, importante perché le sue idee sull'interpretazione dei sogni e l'effetto degli stimoli esterni sui sogni erano precedenti a quelle di Freud.

10 Pierre Jean Georges Cabanis, 1757-1808, medico, fisiologo e filosofo francese.

11 Louis Francisque Lélut, 1804-1877, era un medico e filosofo francese noto per le sue opere *Démon de Socrate* e *L'Amulette de Pascal*, dove affermava che Socrate e Blaise Pascal erano pazzi.

12 Marie-François-Pierre Gonthier de Biran, 1766-1824, è stato un filosofo e psicologo francese.

13 Max Radestock, 1853-1913, membro di una cooperativa di consumatori tedesca.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

psicosi hanno in comune la caratteristica di essere l'appagamento dei desideri.

Il tema medico spesso viene trattato anche nella letteratura, da quella più antica a quella più moderna e col tempo si è sempre più cimentata, in forme sempre più alte e variegate, costituendo una condizione morbosa in ogni essere vivente. Si può facilmente vedere ad oggi che il tema della medicina è affrontato da diversi autori sotto varie forme: troviamo ad esempio "il mal d'amore", le infermità mentali, la malattia "come rivelazione dell'io a sé stesso", l'umanità malata, l'espandersi del male nelle malattie e la gioia di ritrovare il bene dopo le malattie.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

2. LA MEDICINA ORIENTALE

La medicina orientale, conosciuta anche come medicina tradizionale, medicina tradizionale cinese, o ormai ancora meglio come medicina cinese data la vastità della nazione e le innumerevoli tecniche e innovazioni che la Cina ha dimostrato di avere, si basa sull'idea che i sintomi di una malattia non vanno assolutamente eliminati perché indeboliscono l'organismo, al contrario vanno affrontati ma senza porre delle barriere fra l'uomo ed i batteri in quanto quest'ultimi sono utili agli esseri umani. La medicina cinese si basa sul fatto che i batteri non sono nemici dell'uomo, anzi sono ovunque e fanno parte di noi, così come di tutto ciò che mangiamo, beviamo o tocchiamo, motivo per il quale non possono nuocere ad una persona in salute.

“La medicina tradizionale orientale non concepisce il corpo come composto di parti separate, ma considera ogni organo una parte del tutto, e la malattia un deterioramento di tutto il sistema corporeo. I migliori medici riflettono costantemente sul ruolo dell'uomo in questo mondo e sulla funzione della malattia nella sua vita. Sanno che il nostro corpo non è separato dalla terra che lo nutre. La terra, le piante che essa produce, gli animali e gli uomini sono tutti in rapporto tra loro... la malattia di una qualsiasi parte del corpo riflette sempre un cattivo funzionamento della totalità del sistema. Un medico occidentale può trascorrere otto anni in una università ed uscirne conoscendo soltanto i nomi delle varie parti del corpo, i nomi delle malattie e delle medicine necessarie per curarle. Basandosi sul concetto che il corpo è un tutto organico, la medicina orientale ha nomi soltanto per un

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

centinaio di tipi di malattie; gli altri rientrano semplicemente nelle categorie generali."¹⁴

Dunque, sin dall'antichità gli orientali hanno la concezione che il corpo sia una mera parte della natura e che, di conseguenza, l'uomo vive perennemente sotto l'influsso della natura, in quanto in essa vi è un ordine, un principio di flusso costante in accordo con il principio fondamentale che il nostro mondo è in perenne mutamento. Per gli orientali il trucco per stare sempre bene senza ammalarsi è vivere in una buona e profonda armonia con l'ambiente, solo in questo modo si può conservare un ottimo stato riguardante la salute del corpo e la salute della mente.

La medicina tradizionale cinese si avvale di una fase diagnostica ed una terapeutica. La diagnosi necessita un accurato colloquio con il paziente ed un esame clinico basato sull'osservazione di molteplici elementi, tra cui l'analisi della lingua e dei polsi. È pertanto evidente che, una volta definito il quadro diagnostico, ogni persona avrà un trattamento individualizzato. Le medicine orientali partono da una valutazione olistica dell'uomo nella sua interezza, comprensiva non solo della componente corporea ma anche di quella mentale e spirituale, da cui si sviluppa proprio il concetto di equilibrio fra corpo-mente-spirito. Ad esempio, la medicina tradizionale indiana, chiamata Ayurveda, ritiene preponderante nella cura dei malati la connessione tra corpo e spirito ed enfatizza il ruolo della mente-coscienza nell'ottenere la guarigione e mantenere la salute e, analogamente, per la medicina cinese corpo e mente sono intimamente connessi, così come materia ed energia. Secondo il pensiero indiano ma anche cinese, infatti, la materia è condensazione di energia e può dissolversi liberando la sua energia potenziale.

14 Citazione tratta dal libro *Il medico di sé stesso - Manuale pratico di medicina orientale* di Naboru Muramoto, pag. 23

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

L'Ayurveda rappresenta il più diffuso tra i diversi sistemi di medicina tradizionale utilizzati dalla popolazione del subcontinente indiano da migliaia di anni. Il termine sanscrito Ayurveda significa letteralmente "conoscenza della vita". Non si tratta di un semplice sistema di cura ma di una filosofia che, mediante indicazioni sullo stile di vita e di comportamento, non si limita a curare le malattie ma cerca ogni mezzo per prevenirle. L'Ayurveda considera la salute come lo stato naturale dell'uomo e la malattia come la perdita dell'equilibrio fisico e psichico. Secondo la tradizione, le sue origini risalgono all'inizio della Creazione Cosmica, quando Dio trasferì questa scienza ai saggi indiani, i "rishi", nel corso delle loro profonde meditazioni. Per questo motivo è stata definita "il grande dono dei saggi dell'India all'umanità". Le sue origini si fanno risalire a circa 5000 anni fa, quando veniva trasmessa per tradizione orale. L'Ayurveda è un sistema di cura assai complesso, che comprende molteplici tipi di trattamenti e indicazioni e che si pone quattro principali obiettivi: il primo è promuovere la salute; in seguito, troviamo prevenire le malattie; poi curare le malattie; e l'ultimo ma non per importanza è promuovere la longevità.

L'Ayurveda ritiene che in ogni individuo esistano tre distinte componenti, chiamati i "Dosha": Vata, Pitta e Kapha. Ogni individuo contiene, in misura maggiore o minore, tutte e tre queste qualità, che determinano la sua costituzione, denominata "prakriti", nelle sue componenti fisiche (come l'essere magro o robusto), mentali (come l'essere nervoso o calmo) e spirituali (come l'essere generoso o egoista). La persona sana è, quindi, caratterizzata dall'equilibrio dei tre Dosha. Inoltre, ritiene che tutto l'universo sia composto da 5 elementi primari: la terra, l'acqua, il fuoco, l'aria e lo spazio, e che ciascun Dosha sia composto da due di questi elementi. Lo squilibrio dei Dosha comporta il prevalere di una o due componenti sulle altre. Un individuo a predominanza Vata tende ad essere magro, irrequieto,

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

ansioso e apprensivo, gli individui in cui predomina Pitta tendono ad essere di media costituzione, vivaci intellettualmente, irritabili, impazienti, aggressivi e la predominanza di Kapha infine porta ad avere una struttura fisica larga e forte, con tendenza al sovrappeso e alla pigrizia, buona memoria ma scarsa agilità mentale.

L'attuale sviluppo in Occidente della Medicina Tradizionale Cinese sembra andare di pari passo con una maggiore attenzione da parte della popolazione al proprio stato di salute e di benessere, avvalorata da una cultura della prevenzione e dalla ricerca di un medico con una formazione culturale più olistica. Dopo l'agopuntura, che vedremo successivamente essere una delle caratteristiche principali della medicina orientale, sono state introdotte gradualmente in questi anni le altre branche della Medicina Tradizionale Cinese quali il massaggio (Tui-na), la moxibustione, la coppettazione, le ginnastiche mediche (Tai Ji Quan, Qi Gong) o la dietetica. La medicina cinese è strettamente connessa alla cultura cinese che affonda le proprie radici nella filosofia Taoista con elementi di Confucianesimo e di Buddismo.

“L'uomo che raggiunge il Tao non è nient'altro che l'uomo vero, l'uomo che vive la verità di sé, che agisce conformemente al Cielo/Terra. Quando l'Uomo vero raggiunge l'unità originale non agisce più direttamente, ma lascia che la natura segua il suo corso, perché la volontà del saggio si identifica completamente con l'ordine del tao. Quando l'uomo sa mantenere l'equilibrio della componente Yin e della componente Yang nel suo organismo, quando sa difendersi e nutrirsi, quando sa adattarsi alle quattro

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

stagioni, quando sa mantenere il suo animo tranquillo, si riscopre sano e autentico nel seguire il Dao, la Via”¹⁵

La Medicina Tradizionale Cinese da una fondamentale importanza alla prevenzione prestando molta attenzione alla attività fisica e mentale, alla respirazione, alla scelta dei cibi secondo le stagioni e ai sapori. È evidente, quindi, come essa sia una medicina olistica ed ecologica essendo basata su una ricerca d'armonia fra uomo ed ambiente e su un continuum corpo-mente che anticipa le intuizioni attuali della psicosomatica e della psico-neuroendocrino-immunologia. Secondo il pensiero cinese la materia è condensazione di energia e può dissolversi liberando la sua energia potenziale. Dato che l'energia e la materia sono continuamente in movimento e continuamente trapassano l'una nell'altra, non vi è mai materia senza alcuna energia né energia senza alcuna materia e maggiore è l'energia minore è la materia e viceversa.

La visione cinese dell'uomo è una visione “cosmica” ed energetica. L'uomo è collocato tra Cielo e Terra, tra Energia e Materia e riassume in sé stesso tutte le caratteristiche del finito e dell'infinito, del materiale e dell'immateriale. L'Uomo è in continua comunicazione con le Energie Cosmiche, Stagionali, Climatiche e Alimentari che penetrano in lui dall'esterno e che devono essere in equilibrio con quelle interne.

Nella lingua cinese, esiste una vasta letteratura di frasi composte di soli quattro caratteri, chiamate “chengyu”. Spesso per tradurre quattro caratteri sono necessarie lunghe spiegazioni, perché ogni carattere ha, al suo interno, molti significati. Un esempio è: 不通则痛 (bútōngzétòng) che letteralmente

15 Cit. libro Nel Dao Te Ching, il libro della via e della virtù di Lao Zi.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

significa non libero passaggio allora dolore e 通则不痛 (tōngzébútòng) che letteralmente significa libero passaggio allora non dolore.

La frase gioca sull'assonanza tra i due caratteri 通 tōng che significa passaggio e 痛 tòng che indica il dolore il cui suono si differenzia soltanto per la tonalità, ossia la pronuncia, e la cui grafia ci rivela ulteriori spiegazioni: la componente interna è la stessa nei due caratteri, e tra i suoi significati nella lingua classica c'è quello di "strada"; nel carattere 通 tōng l'altra componente è il radicale "andare", quindi strada libera, senza ostacoli, scorrimento, passaggio; nel carattere 痛 tòng invece l'altra componente è il radicale "malattia": quindi strada anormale, malata, e qual è la strada all'interno del corpo umano.

“天之在我者德也
地之在我者氣也
德流氣薄而生者也
故生之來謂之精
兩精相搏謂之神
隨神往來者謂之魂
並精而出入者謂之魄
所以任物者謂之心
心有所憶謂之意
意之所存謂之志
因志而存變謂之思
因思而遠慕謂之慮
因慮而處物謂之智“

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

“Sono un uomo di virtù e un uomo del cielo. La terra è il mio Qi¹⁶. La virtù scorre e il Qi è sottile, ma nasce anche. Perciò l'origine della vita si chiama essenza. Quando due essenze lottano, si chiama Dio. Colui che va e viene con lo spirito si chiama anima. Quello che entra ed esce con l'essenza si chiama spirito. Il cuore è quello che rende le cose ciò che sono. La mente che ricorda si chiama volontà. Ciò che è nella mente si chiama volontà. Il pensiero è il cambiamento che nasce dalla volontà. Il pensiero che porta a desiderare si chiama ansia. Affrontare le cose attraverso la considerazione si chiama saggezza”.

16 Qi= termine con il quale in cinese si indica l'energia vitale che scorre all'interno del corpo attraverso dei canali molto speciali chiamati meridiani energetici.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

2.1 L'origine

La medicina tradizionale cinese è, come già detto, una medicina olistica in quanto considera tutta la realtà come unica. L'uomo non è mai visto come una realtà a sé stante, ma è considerato come un microcosmo strettamente correlato al macrocosmo, inserito in un ecosistema, simbolicamente definito come concetto di Cielo/Terra. L'uomo è considerato un'entità inscindibile di psiche e soma, corpo e spirito. Le origini dell'uomo, della salute e delle malattie vengono rintracciate all'interno del contesto più ampio e più generale che è l'universo. Per analizzare alcuni asserti del pensiero cosmologico cinese si può considerare un versetto del capitolo 42 del 道德經 (*Dàodéjīng*)¹⁷, che recita:

“la Via produce l'Uno, l'Uno produce il Due, il Due produce il Tre, il Tre produce i Diecimila Esseri. La Via è il Tao¹⁸, l'Uno il Qi, il Due lo Yin e lo Yang e il Tre il Cielo, la Terra e L'Uomo”.

In Cina gli “yi”, ossia i medici, hanno portato a compimento il processo di formazione della medicina tra il VI e il I secolo a.C. circa. Originariamente, il termine “yi” indicava un professionista le cui arti mediche si fondavano tanto su pratiche magico-religiose quanto sull'uso di farmaci o di altre terapie e nelle iscrizioni su ossa oracolari che risalgono alla dinastia Shang (XVIII-XI sec. a.C.) si è risalito addirittura che questo termine ha relazioni etimologiche

¹⁷ Comunemente chiamato anche Tao Te Ching ossia “Libro della Via e della Virtù” è un testo cinese di prosa talvolta rimata, la cui composizione risale a un periodo compreso tra il V e il III secolo a.C., considerato libro fondante del pensiero taoista.

¹⁸ Tao= Termine cinese per indicare la via o un flusso dinamico che unisce, mette in relazione e in comunicazione parti diverse. È spesso associato all'immagine dell'acqua e dotata di una forza che si esprime attraverso il suo essere morbida, cedevole, adattabile alle diverse circostanze.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

con i termini usati per 'esorcismo'. Ad oggi il medico è indicato con i termini 医生 yīshēng e 大夫 dàfū.

La medicina tradizionale cinese è nata nel bacino del Fiume Giallo ed ha creato molto presto un proprio sistema accademico. Durante il suo lungo processo di evoluzione, ogni epoca ha visto innovazioni, medici famosi, scuole importanti ed opere eccellenti. Fra le iscrizioni su ossa e corazze di tartaruga dell'epoca della dinastia Shang¹⁹, circa 3000 anni fa, si trovano già registrazioni di argomento sanitario, fra cui una decina di malattie. In epoca Zhou²⁰ si utilizzavano già i metodi di diagnosi dell'osservare, sentire, chiedere e tastare il polso, e metodi di cura come i farmaci, l'agopuntura e gli interventi chirurgici. Nelle dinastie Qin e Han²¹ nacque il "Huangdi Neijing", ossia "Il classico di medicina interna dell'imperatore giallo", la più antica opera sistematica sulla teoria della medicina tradizionale cinese conservata finora. Inoltre "La teoria sulla febbre tifoidea ed altre malattie" (Shang Han Za Bing Lun) di Zhang Zhongjing ha illustrato i principi di diagnosi e di cura di molte malattie, gettando le basi dello sviluppo della clinica medica.

La chirurgia della dinastia Han raggiunse un alto livello. Secondo gli "Annali dei tre regni", in quel periodo il famoso medico Hua Tuo iniziò a utilizzare "polveri anestetiche" (chiamate Ma Fei San) per l'anestesia generale negli interventi chirurgici. Nel periodo Wei²² e delle dinastie del Sud e del Nord (220-589) fino alle dinastie Sui e Tang (581-960), la diagnosi tramite il polso ottenne un gran successo. "Lo Studio del polso" (chiamato

19 La dinastia Shang o dinastia Yin è la seconda dinastia cinese storica, che regnò sulla Cina nordorientale, nella valle del Fiume Giallo.

20 La dinastia Zhou è una dinastia della Cina antica fra il XII e il III secolo a.C.

21 La dinastia Qin e la dinastia Han sono due fra le più importanti dinastie cinesi, si svilupparono fra il 221 a.C: ed il 220 d.C.

22 Noto anche come Tuoba Wei fu una dinastia ed un regno derivato dalla famiglia Tuoba di Xianbei, che governò la Cina dal 386 al 534, durante il periodo delle Dinastie del nord e del sud.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Mai Xiang), scritto dal famoso medico della dinastia Jin Wang Shuhe, riunisce 24 configurazioni del polso. L'opera non solo ha esercitato una grande influenza sulla medicina cinese, ma si è diffusa all'estero. Sempre in questo periodo, la specializzazione dei vari rami della medicina era ormai matura, con molte opere famose in diversi settori, fra cui "Il classico di agopuntura" (Zhen Jiu Jia Yi Jing) oppure "lo Studio dei motivi delle varie malattie" (Zhu Bing Yuan Hou Lun).

In epoca Song²³ (960-1279), la didattica dell'agopuntura andò incontro ad un'importante riforma. Il medico Wang Wei realizzò "il modello di corpo umano in bronzo con l'illustrazione dei punti dell'agopuntura" e due modelli in bronzo per l'insegnamento e la pratica degli studenti. Tale iniziativa esercitò una grande influenza sullo sviluppo dell'agopuntura.

In epoca Ming²⁴ (1368-1644), un gruppo di medici propose di differenziare malattie come febbri stagionali, peste e così via. In epoca Qing (1644-1911), lo studio delle febbri stagionali divenne più maturo, con opere specializzate come "la Teoria delle febbri stagionali", anche se in realtà a partire dalla dinastia Ming, la medicina occidentale iniziò ad entrare in Cina. Da allora molti medici si impegnarono nella combinazione delle medicine cinese ed occidentale, diventando così i pionieri nel settore.

Vi è anche un'interessante leggenda che vuole spiegare come sia nata la medicina cinese, cioè la leggenda di due mitici imperatori: l'imperatore giallo Huang Di e l'imperatore rosso o divino agricoltore Shen Nong. Probabilmente si trattava di due capi delle tribù neolitiche vissute in Cina nel terzo millennio a.C. A questi due imperatori è attribuita la prima civilizzazione

23 La dinastia Song regnò sulla Cina dal 960 al 1279. Fu fondata dall'imperatore Song Taizu che usurpò il trono dei Zhou posteriori, mettendo fine al periodo di divisione politica, noto come periodo delle cinque dinastie e dieci regni, emerso con la caduta della dinastia Tang nel 907.

24 La dinastia Ming fu la dinastia che assunse il controllo assoluto della Cina dal 1368 al 1644.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

cinese. Secondo la leggenda, Huang Di scoprì la ruota ed il carro, la barca e la bussola, Shen Nong inventò l'aratro, il vomere e l'arte di dissodare e coltivare la terra. La nascita della medicina è collegata a questi due imperatori perchè si narra che Huang Di ne stabilì i principi generali e contribuì allo sviluppo dell'agopuntura della moxibustione, mentre Shen Nong fissò le prime conoscenze di dietetica ed erboristeria. Si racconta che Shen Nong sperimentò su di sé la natura dei cibi e delle bevande. Aveva uno stomaco così sottile e trasparente da poter seguire direttamente i processi digestivi degli alimenti. Ciò gli permise di apprezzare le proprietà curative di molte erbe, di scoprire molte piante medicinali e di studiare l'azione dei veleni e degli antidoti.

Le varie correnti culturali del tempo influenzarono la medicina che risentì delle teorie di diverse Scuole di pensiero, in particolare:

- la Scuola Ju o Confuciana o Scuola dei Dotti o Letterati;
- la Scuola Mozi o Scuola Moista;
- la Scuola Tao o Scuola Taoista;
- la Scuola Fa o Scuola Legalista;
- la Scuola Yin-Yang o Scuola Naturalista;
- la Scuola Ming o Scuola dei Nomi.

In questo periodo vennero definitivamente fissati i principi della medicina cinese che possiamo brevemente riassumere come segue:

- teoria yin-yang e dei cinque movimenti;

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

– teoria dell'energia, del sangue e dei liquidi organici;

– teoria degli organi, dei visceri e dei meridiani principali e secondari.

L'elaborazione di questi fondamenti fu applicata alle varie discipline mediche: l'anatomo-fisiologia, l'eziopatogenesi, la semeiologia, la diagnostica, la clinica e la terapia. In ambito di terapia furono sviluppate delle tecniche esterne ed altre interne. Le prime riunivano le metodiche di stimolazione dei punti: agopuntura, moxibustione, massaggio. Le seconde consistevano nella dietetica e nella farmacologia.

2.3 La filosofia nella medicina

Si è già dimostrata una medicina estremamente antica usata da secoli e diffusasi in Italia o in occidente in tempi più recenti, ma è una medicina che segue una filosofia ed una saggezza ben precise e particolari. Si dice che il medico cinese curi le persone in maniera diversa rispetto ai medici occidentali: il paziente, in buona salute, va dal medico con cadenza regolare e lui lo cura, ossia cerca nella persona i suoi punti deboli, riequilibrando la sua energia che potrebbe sfociare in malattia. L'obiettivo principale del medico è quindi di impedire che il suo paziente si ammali e non curarlo quando è già malato, questo con lo scopo di prevenire la malattia e di dedicarsi al benessere generale del paziente.

Uno dei pensieri principali della filosofia della medicina tradizionale cinese è quello che insegna ad assumere la responsabilità della propria salute e che indica la via per seguire questo percorso, per trovare l'equilibrio nel conservare il proprio benessere. Se le persone si ammalano, è perché si sono allontanate da un equilibrio e la malattia diventa quindi un messaggio, un incentivo al cambiamento, inoltre non viene considerato subito il sintomo

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

ma viene presa in considerazione l'interezza della persona e tutte le relazioni del corpo con la mente e con l'ambiente esterno. Il quadro complessivo che deriva da questa comunione può modificare il singolo sintomo, come viene descritto nel pensiero taoista su cui si fonda la medicina tradizionale cinese, incentrata sul concetto di Yin e Yang. Non viene quindi considerato solo il sintomo ma molti altri fattori che nella loro totalità inquadrano il sintomo stesso in un quadro di disarmonia: se il corpo manifesta un malessere, deve esserci un elemento che ha generato lo squilibrio fra Yin e Yang, ovvero fra una forza attiva e una passiva che governano il corpo.

Nella medicina tradizionale cinese, medicina e guarigione possono essere considerate, in realtà, filosofia applicata. Originariamente, le filosofie erano semplici considerazioni della natura; nel tempo, esse si sono allargate e sviluppate in teorie complesse e principi elaborati che sarebbero stati, poi, applicati in pratica a ogni ambito della cultura cinese. La filosofia cinese è basata sull'esperienza diretta della natura, e da questa esperienza si sono organizzati i modelli filosofici, riflettendo così le diverse realtà della vita abbracciando la tematica della medicina. I modelli, e le idee filosofiche all'interno di questi, vengono applicati al corpo umano e alla sua guarigione, attuando, appunto, filosofia applicata.

Per la medicina cinese, un modello (o diagnosi) è principalmente una categoria emblematica che permette lo scambio di parole, ma non cerca di classificare individui, e non esiste come una "verità" astratta indipendente del paziente. La descrizione schematica ha significato nella pratica, non come un'entità fissa. Il medico cinese cerca di codificare osservazioni complesse che devono essere applicate nella pratica terapeutica, nel tentativo di afferrare ciò che è impalpabile.

“differenza tra un mondo di oggetti fissi e un mondo di effetti trasformativi è responsabile delle molte difficoltà incontrate dai

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

moderni che cercano di capire la medicina cinese. Presupposti sulla natura dell'essere non possono esse 'provate' (...). Come il mondo inerte solido delle tradizioni della scienza naturale moderna, il mondo trasformativo e processuale della medicina cinese sembra esistere prima di ogni argomento, osservazione e intervento. Forse (...) i lettori occidentali devono riconoscere che le 'loro' (riferito ai Cinesi) astrazioni su tali cose fanno tanto senso quanto le? Nostre?".²⁵

Quindi, tutta la cultura cinese basa la sua conoscenza attraverso la filosofia, anche se è più corretto utilizzare il termine "saggezza", nella quale non è presente alcun dogma.

²⁵ Farquhar, J., *Knowing practice: the clinical encounter of Chinese medicine*, p. 26, citato in Kaptchuk, p.67

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

3. I PRINCIPALI RIMEDI CINESI PER LA SALUTE ED IL BENESSERE GENERALE

La medicina tradizionale cinese affonda, come già analizzato, le proprie radici nella notte dei tempi, ma il suo sapere antico continua a dotarci, oggi come millenni fa, di mezzi preziosi per diagnosticare, guarire e alleviare malesseri e patologie di ogni tipo, grazie ai loro innovativi rimedi. Le discipline e le pratiche a cui si accompagna sono diverse, dalla dietetica alla fitoterapia, dal massaggio cinese, o Tui Na²⁶, all'agopuntura e alla cromopuntura²⁷; qualunque sia la metodica applicativa, ha dato prova di essere uno strumento terapeutico sorprendentemente efficace.

La medicina tradizionale cinese copre una vasta gamma di pratiche che hanno costituito una parte fondamentale della metodologia per migliaia di anni. Include, ad esempio, pratiche come la fitoterapia, ossia rimedi a base di erbe, l'agopuntura, determinati massaggi, tanto esercizio fisico ed una terapia dietetica. Il trattamento viene stabilito in base allo "schema di disarmonia" (ovvero la malattia) percepito nel corpo.

La medicina tradizionale cinese in sé costituisce un'alternativa e deve essere presa come una medicina complementare piuttosto che come un'alternativa alle cure convenzionali. Altri paesi dell'Asia orientale e meridionale, come la Corea, il Giappone, Singapore e la Thailandia, possiedono i propri sistemi tradizionali di medicina che, al giorno d'oggi, si sono talmente sviluppati da poter essere considerati dei veri e propri sistemi

²⁶ Tuina o Tui Na= terapia tradizionale cinese, che si compone di diverse tecniche manuali e tecniche complementari come, per esempio, la coppettazione, il martelletto di gomma o il martelletto ad aghi.

²⁷ Cromopuntura, chiamata anche colorpuntura, o agopuntura con luce colorata, è una pratica pseudoscientifica di medicina alternativa basata su credenze "mistiche o soprannaturali" che affermano che le luci colorate possono essere utilizzate per stimolare i punti di agopuntura per promuovere la guarigione e una migliore salute.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

distinti di medicina. La medicina tradizionale cinese rimane di gran lunga la terapia alternativa più diffusa fra i sistemi di medicina tradizionale orientali.

Un'importanza, forse, maggiore è data però ad alcune delle sue tecniche o alcuni dei suoi rimedi principali: utili, efficaci, interessanti ed innovativi sono l'agopuntura, il tè verde e i suoi benefici, i cinque elementi cinesi e la teoria dello Yin e lo Yang.

3.1 L'agopuntura

Il termine "Agopuntura" descrive un gruppo di procedure, praticate in Cina ed in altre zone dell'Asia per migliaia di anni, caratterizzate dalla stimolazione di punti nel corpo con varie tecniche. Si ritiene che abbia avuto origine in Cina, dove è rimasta una componente fondamentale della medicina tradizionale cinese e, ad oggi, è la tecnica orientale più conosciuta e studiata. L'origine storica di questa tecnica è ancora oggetto di dibattito, soprattutto per quanto attiene all'epoca cui far risalire le prime sistematizzazioni dell'agopuntura. Prove documentali ritrovate in una tomba del II secolo a.C. fanno riferimento ad un sistema di meridiani, sia pure diverso da quello sistematizzato in seguito.

L'agopuntura è una terapia non farmacologica ed ha dimostrato di essere benefica per il controllo del dolore e per la riduzione dell'infiammazione. L'agopuntura viene eseguita inserendo nella pelle aghi sterili e sottili in punti specifici chiamati ago-punti, seguiti da una stimolazione manuale, elettrica (chiamata elettro-agopuntura) o termica applicata all'ago. In genere, sono gli agopuntori o medici appositamente formati e autorizzati che attuano il trattamento di agopuntura ai pazienti affetti da dolore. Sebbene l'agopuntura sia praticata in tutto il mondo, sono state segnalate differenze interculturali nel modo in cui viene praticata. Gli effetti collaterali attribuiti all'agopuntura sono di solito lievi e caratterizzati prevalentemente da

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

ematomi del sito di puntura. Le complicanze dell'agopuntura sono state attribuite a una preparazione inadeguata del terapeuta e includono infezioni causate dall'uso di aghi non sterili e lesioni agli organi interni o al midollo spinale dovute a una tecnica di puntura non corretta. Occorre prestare attenzione ai pazienti con disturbi emorragici, portatori di pacemaker o in stato di gravidanza. Le indicazioni più comuni per l'agopuntura applicata ai pazienti con dolore cronico sono lombalgia, depressione, ansia, cefalea, artrite, insonnia, dolore al collo e spalla congelata.

Esistono diversi ostacoli che limitano l'implementazione dell'agopuntura nella pratica clinica generale. Queste sfide includono le conoscenze e gli atteggiamenti dei medici nei confronti dell'agopuntura, le preferenze dei pazienti e fattori esterni come le politiche organizzative e la mancanza di risorse. Tuttavia, gli studi sul rapporto costo-efficacia dell'agopuntura per alleviare il dolore, che includono misure di qualità della vita, si sono generalmente dimostrati promettenti, suggerendo che una più ampia applicabilità è giustificata. La ricerca sull'agopuntura risale a molti decenni fa e la solida base di ricerca a sostegno degli effetti clinici e meccanici della terapia con agopuntura per il dolore continua a essere migliorata dalla ricerca in corso.

Sono stati pubblicati numerosi studi sull'agopuntura per diverse condizioni di dolore cronico. Uno studio recente ha riportato i dati di oltre 20.000 pazienti affetti da dolore muscolo-scheletrico non specifico, osteoartrite, cefalea cronica o dolore alla spalla. Questo studio ha dimostrato che l'agopuntura vera era superiore sia all'agopuntura sham (cioè placebo) che ai controlli senza agopuntura, anche se la differenza tra agopuntura vera e sham era minima. È interessante notare che l'agopuntura sham si è dimostrata più efficace di una pillola placebo per il dolore, suggerendo che

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

sono necessarie ulteriori ricerche sui meccanismi specifici dell'agopuntura per informare meglio la progettazione di controlli placebo per l'agopuntura.

Per esempio, un fattore importante nei controlli dell'agopuntura è la penetrazione cutanea, che si è rivelata in grado di fornire un migliore sollievo dal dolore rispetto agli aghi sham non penetranti o ai controlli placebo senza aghi. Inoltre, alcuni studi clinici sull'agopuntura hanno dimostrato che il sollievo dal dolore può persistere per mesi e persino per un anno intero dopo la terapia. Sebbene l'agopuntura da sola sia efficace per alcune condizioni di dolore, recenti evidenze hanno dimostrato che la combinazione dell'agopuntura con altre terapie, come ad esempio l'analgesia farmacologica controllata dal paziente, il training riabilitativo, la moxibustione²⁸ e la coppettazione²⁹, possono portare a risultati migliori riducendo il dosaggio dei farmaci, migliorando il sollievo dal dolore e prevenendo la transizione verso il dolore cronico. Pertanto, l'agopuntura dovrebbe essere considerata come un efficace intervento non farmacologico per il dolore e rappresenta una ragionevole opzione di riferimento.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), l'agopuntura può essere utilizzata davvero contro molte cose:

- Terapia del dolore: artrite, dolori post-operatori, osteoartrosi, ecc;
- Disturbi neurologici: cefalee, emicranie, vertigini, paresi, emiplegie da ictus cerebrale, ecc;
- Disturbi di pertinenza otorinolaringoiatrica: otiti, sinusiti, riniti, ecc;
- Disturbi dermatologici: herpes, congiuntiviti, dermatiti, ecc;
- Disturbi polmonari: asma bronchiale;

28 Moxibustione= pratica terapeutica tipica della medicina cinese e fa parte delle tecniche esterne. Si applica in abbinamento al massaggio, all'agopuntura o come tecnica singola.

29 Coppettazione= forma di medicina alternativa in cui viene creata un'aspirazione locale sulla pelle. Fa parte delle pratiche terapeutiche esterne proprie della medicina cinese.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

- Disturbi digestivi: disfagie, colite spastica, diarrea, disfunzioni intestinali, nausea e vomito anche post-chemioterapico;
- Disordini ematologici: leucopenia post-chemioterapia;
- Disturbi dell'apparato urogenitale: ritenzione urinaria, incontinenza urinaria, impotenza, sterilità, ecc.
- Disturbi cardiovascolari: cardiopalmo, ipertensione arteriosa;
- Disturbi ginecologici: dolori mestruali, sindrome premestruale, vampate di calore da post-menopausa o da trattamenti endocrini nelle neoplasie mammarie, induzione di gravidanza, nausea e vomito gravidico.

Si dice anche che sia efficace contro le allergie abituali, contro le allergie stagionali, contro altri tipi di asma e, addirittura, che aiuti a smettere di fumare.

3.2 Il tè verde

Contrariamente a quanto si potrebbe pensare, il colore del tè (verde, nero, rosso o bianco) non si riferisce a una varietà di albero ma alle trasformazioni che subisce. Provengono tutte dallo stesso albero sempreverde, la *Camelia Sinensis*. La specificità del tè verde è che le sue foglie vengono raccolte e poi essiccate direttamente, senza essere ossidate o fermentate, come avviene per gli altri tè. È grazie a questa assenza di trasformazione che conserva tutte le sue virtù ed è, quindi, il più rinomato per i suoi benefici sulla salute.

Ci sono più di 3.000 varietà diverse di tè verde, le più conosciute sono in Cina: Chun Mee, Gunpowder, Long Jing e Huang Shan Mao Feng, e in Giappone: Sencha, Bancha, Gyokuro e Genmaicha.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Il tè verde è stato menzionato per la prima volta nel Libro dei Canti³⁰ cinese nell'VIII secolo a.C., ma non è diventato popolare fino a circa l'VIII secolo, sotto la dinastia Tang in Cina. Fu poi esportato in Mongolia e in Tibet, e durante il IX secolo in Giappone.

Il tè verde è uno dei pilastri della medicina tradizionale asiatica ed è sempre stato usato per le sue proprietà stimolanti e digestive, mentre in fitoterapia³¹, è noto per la sua azione diuretica e le sue proprietà antiossidanti.

Fu solo nel XVII secolo che l'Europa scoprì il tè, dall'Olanda alla Germania, all'Italia e al Portogallo. Poi, ha incontrato il successo per il quale è noto in Inghilterra, che ha anche introdotto il tè delle "Five O'clock". Oggi, il tè è la bevanda più consumata nel mondo, ma il tè verde rappresenta "solo" il 18% del consumo mondiale di tè, molto indietro rispetto al tè nero.

Ha un elevato numero di benefici, come ad esempio grazie alla ricchezza di catechine³² antiossidanti, il tè verde è responsabile del suo effetto ipocolesterolemizzante. Una grande analisi condotta in Cina nel 2011 ha mostrato "che la somministrazione di bevande o estratti di tè verde ha ridotto significativamente le concentrazioni sieriche di TC e colesterolo LDL". Nel 1998, due studi hanno dimostrato gli effetti della caffeina (da caffè e da tè) sul miglioramento delle prestazioni cognitive, del miglioramento della memoria e dell'attenzione. Più tardi nel 2014, gli effetti degli estratti di tè verde sulla memoria sono stati studiati e i risultati hanno fornito la prima

30 Libro dei canti= 诗经 è la più antica raccolta di testi poetici cinesi di cui si sia a conoscenza e comprende 305 canzoni.

31 Fitoterapia= pratica che prevede l'utilizzo di piante o estratti di piante per la cura delle malattie o per il mantenimento del benessere psicofisico.

32 Catechine= composti incolori che si ossidano facilmente, dando origine a imbrunimenti e sono astringenti, cioè fanno precipitare delle proteine della saliva facendo sentire il palato ruvido. Il tè è ricco di catechine.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

prova di un effetto benefico putativo di tè verde sul funzionamento cognitivo, in particolare sull'elaborazione della memoria di lavoro.

Infine, uno studio trasversale condotto nel 2006 su 1000 soggetti di età superiore ai 70 anni ha concluso che "un consumo maggiore di tè verde è associato a una minore prevalenza di deterioramento cognitivo negli uomini.

Il tè verde è inoltre la bevanda detox per eccellenza in quanto è associato nella mente delle persone al dimagrimento. Diversi studi hanno constatato che "L'ingestione continua di un GTE (estratto di tè verde) ricco di catechina ha portato a una riduzione del grasso corporeo e del colesterolo, suggerendo che l'ingestione di tale estratto contribuisce a una riduzione del rischio di obesità e di malattie cardiovascolari".

Un altro studio condotto in Thailandia su soggetti obesi ha scoperto che il tè ha aumentato il dispendio calorico a riposo (metabolismo) e l'ossidazione dei grassi, promuovendo così una riduzione del peso corporeo.

Le catechine del tè si crede che promuovano l'autodistruzione delle cellule tumorali. Secondo uno studio del 2011 condotto in Giappone, il tè verde è semplicemente riconosciuto come "la bevanda più efficace contro il cancro". Lo studio dimostra che l'uso simultaneo di tè verde e trattamenti contro il cancro può potenziare i loro effetti.

L'evidenza epidemiologica ha dimostrato un legame tra il consumo di tè e la prevenzione della perdita ossea legata all'età in donne e uomini anziani. Un importante studio del 2009 che cerca di capire i meccanismi di questo effetto protettivo ha evidenziato il ruolo degli antiossidanti. Combattendo lo stress ossidativo, un fattore patogeno chiave nella perdita ossea legata all'età, le catechine del tè verde proteggono la densità minerale ossea e prevengono l'osteoporosi.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

3.3 I Cinque Elementi della medicina cinese

La Medicina Tradizionale Cinese suddivide il Qi in diverse parti, in modo che ogni suo aspetto abbia una funzione vitale nello stato di salute dell'essere umano. Il Qi è concettualmente l'inizio del tutto, ma esso non esisterebbe senza i Cinque Elementi in cui si diffonde. Tutto l'universo infatti è fatto da cinque elementi fondamentali: Legno, Fuoco, Terra, Metallo, Acqua, cioè i cinque elementi attraverso cui l'energia vitale, il Qi (di cui lo Yin e lo Yang sono le due polarità) si esprime nell'universo.

I cinque elementi, chiamanti anche cinque movimenti, sono lo strumento attraverso il quale la medicina tradizionale cinese conosce l'uomo, lo studia, ne diagnostica i disturbi e, soprattutto, le cause.

Attraverso questa teoria, possiamo parlare di emozioni, di fasi della vita, di malesseri, di affanni e pensieri, mostrando una via di consapevolezza diversa, in un gioco di logica e di parole che suonano familiari persino ai bambini. È un po' come il pentolone di riso del Qi: il riso può bruciare, ma la colpa non è solo del Fuoco. Potrebbe essere che nella pentola non ci fosse abbastanza Acqua o che il Legno abbia dato troppa potenza al Fuoco, che non sia riuscito a controllarsi. Oppure, ancora, la colpa potrebbe essere di una pentola di Metallo inadatta allo scopo.

La teoria dei 5 elementi si può ritrovare in noi esseri umani, nel nostro stile di vita e nel nostro modo di esprimerci durante la giornata, Possono essere un valido aiuto per comprendere le relazioni fisiche, chimiche e psichiche del nostro organismo con la Natura e partendo proprio da essa ritroveremo risposte, riscopriremo il nostro concetto di salute e di benessere attraverso un linguaggio da bambini. In questo modo, potremo rivalutare e soppesare con un punto di vista nuovo i nostri malesseri e i nostri atteggiamenti mentali ed emozionali.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Se non saremo in grado di riconoscere gli individui dalle loro caratterizzazioni elementari, non saremo nemmeno in grado di applicare il principio dei cinque elementi alla diagnosi delle singole patologie.

Il Legno:

L'individuo appartenente a questo tipo elementare è di aspetto longilineo, di carnagione scura e con tempie ben marcate. È ambizioso, religioso e di carattere imperioso (definito spesso come un "comandante nato"); è quindi una persona espansiva, creativa ma spesso capricciosa come un bambino, che dissipa facilmente le proprie energie. Vuole fare tutto in una volta e in fretta. Sa serbare l'amicizia e affascinare il prossimo con idee fantasiose, che possono giungere fino al fanatismo. Si arrabbia facilmente, ma si dimentica subito della ragione delle sue collere, inventando sempre nuove idee. Il suo fegato è sempre in tensione.

Il Fuoco:

È un individuo facile ad avvampare, rosso, ardente, passionale, secco e carismatico, il suo cuore è sempre acceso. È anche orgoglioso, suscettibile e vendicativo. Affronta ogni situazione con grande dedizione, senza badare a fatiche o sacrifici di sorta. È un cavaliere che non vuole sentire la parola sconfitta, per cui abusa delle sue forze fino all'esaurimento, finendo per crearsi da sé non poca confusione mentale. A quel punto, per far chiarezza nella sua mente, ha bisogno di ritirarsi in disparte, in un luogo silenzioso. La sua pressione è al massimo.

La Terra:

La carnagione di tipo Terra è color ocra gialla. Serio, pratico ed egocentrico, è un ottimo organizzatore della vita quotidiana, capace di controllarne ogni particolare. Si fida molto poco degli altri, comprese le

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

persone della sua famiglia. La stabilità è il suo motto, per cui ogni impresa è minutamente e rigorosamente programmata fin dall'inizio, senza prevedere alcuna necessità di cambiamento in corso d'opera. È pignolo, di poche parole in casa, ma con gli amici a tavola sa essere un buon compagno. Fa fatica a vedere pienamente il lato positivo della vita; è contento ma non soddisfatto, e sempre animato dal pungolo di qualche preoccupazione. È di stomaco delicato.

Il Metallo:

La carnagione di tipo Metallo è tendente a un pallore biancastro. È molto vitale e intransigente; è anche capace di opporsi al suo destino; o meglio, si identifica con il suo stesso destino. Non è affatto diplomatico. È amico solo di chi gli sta vicino, mentre gli altri sono nemici. Conserva sempre un certo distacco e agisce con cautela, come se volesse toccare ogni cosa con i guanti. Tiene molto alla sua immagine e riesce ad affrontare ogni situazione con sangue freddo. Quando si prospetta una prova o un confronto, deve avere il tempo di studiare la sua tattica, perché non sa ammettere errori, e chiedere aiuto rappresenta per lui una sconfitta. Spesso e volentieri si ritira in un luogo silenzioso, contemplando il rosso del sole al tramonto. I polmoni sono delicati.

L'Acqua:

La carnagione di tipo Acqua è di un bianco opaco e teso. L'istinto e le decisioni improvvise sono la sua arma vincente. È anche un ottimo comunicatore "intelligente". È un bambino ingenuo e curioso, che ha paura del buio ma anche la forza della goccia d'acqua, che con la sua tenacia incrollabile è in grado a lungo andare di spaccare la pietra. È un individuo sempre in movimento, sempre alla ricerca di verità "scientifiche", poiché non gli basta l'esperienza bruta. Le sue capacità di riflessione e di memoria sono

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

eccellenti, ma allo stesso tempo tale consapevolezza gli può causare un blocco, e può isolarlo dagli altri lasciandolo da solo anche per lungo tempo. La parte bassa del suo corpo è molto fredda.

La teoria dei cinque elementi ha avuto il merito di formulare in leggi, la visione globale dell'uomo inserito nel contesto universo. L'associazione Uomo come parte dell'universo è di natura analogica, tutto è messo in relazione con le cose e gli eventi che presentano analogie e affinità; stagioni, colori, sapori, odori, pianeti, cibi, organi, visceri, note musicali, istanze psicologiche, ogni cosa è correlata all'altra, per generare in un costante equilibrio dinamico l'armonia dell'universo.

È nella Medicina Tradizionale Cinese che la teoria dei Cinque Elementi, raggiunge la sua espressione più alta. Tradizionalmente, esistono cinque organi fondamentali, ciascuno correlato al movimento specifico di appartenenza, i cinque organi sono:

Fegato/Legno, Cuore/Fuoco, Milza/Terra, Polmone/Metallo,
Rene/Acqua.

Ciascuno degli organi a sua volta è correlato ad un organo cavo o viscere:

Fegato/Vescica, Cuore/Intestino Tenue, Milza/Stomaco,
Polmone/Intestino Crasso, Rene/Vescica.

Ogni sistema, organo-viscere sono in relazione con altre strutture anatomiche: tessuti, organi di senso, a strutture che evidenziano esternamente lo stato energetico. Questi sistemi anatomici sono correlati a loro volta con elementi della natura che agiscono in senso di stimolo e di regolazione, evidenziando ancora una volta la strettissima relazione tra

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

l'uomo e il suo universo. I fattori climatici esterni svolgono ciascuno una specifica azione su ogni organo/viscere associato.

Il vento primaverile stimola l'energia del Fegato, la calura estiva ha un'azione stimolante sul Cuore, l'umidità agisce sulla Milza, il secco sul Polmone mentre il freddo invernale agisce sul Rene. A livello fisiologico il corretto funzionamento degli organi dipende dal rapporto equilibrato di operatività della legge di generazione e quella di dominazione.

Il Legno genera il Fuoco, il Fegato immagazzina, regola, drena e filtra il sangue, il Cuore governa i vasi, con un'azione di propulsione sul sangue che viene spinto in circolo, se il Fegato svolge adeguatamente la sua funzione, la circolazione del sangue si svolgerà in maniera ottimale. Il Fuoco genera la Terra; è per mezzo dell'energia del Cuore che la Milza svolge in maniera ottimale la sua funzione di trasformazione e trasporto dell'energia nutritiva.

La Terra genera il Metallo. La Milza ha con il Polmone un rapporto privilegiato, inviandogli l'energia nutritiva chiamata Gu Qi che ha estratto dagli alimenti in modo che il Polmone possa elaborare il Gu Qi più l'energia dell'aria Xiong Qi per distribuirla a tutti gli altri organi. Il Metallo genera l'Acqua. Il Polmone dopo aver costituito l'energia Xiong Qi la invia verso il basso, verso il Rene, contribuendo a distribuire tutti i liquidi corporei, umidificando e raffreddando l'intero corpo. L'Acqua genera il Legno. Lo Jing del Rene è di nutrimento al sangue del Fegato; lo Jing del Rene e il sangue hanno una genesi comune, entrambe sono prodotte dalle essenze sottili estratte dagli alimenti. Associate agli organi ci sono delle corrispondenze psicologiche precise. Al Fegato corrisponde lo spirito di intraprendenza, il dinamismo. La pienezza porta all'iperimmaginazione, alla gelosia, alla collera violenta che altera l'energia del Fegato, alle nevrosi. Il vuoto porta all'apatia, al poco dinamismo alla scarsità di idee. Il Cuore è associato alla creatività, al senso della morale e della rettitudine, avere il cuore sereno non è solo un

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

modo di dire, ma è l'estrinsecazione dell'equilibrio del Cuore, quando l'energia del Cuore è in carenza, ci sarà inquietudine, insonnia, timidezza, tendenza all'autocommiserazione; se l'energia è in eccesso, si avrà la tendenza al riso smodato e senza motivazione, divagazione ed ipersensibilità. Tra i sentimenti, la gioia, quando è in eccesso mette in sovraccarico emozionale il Cuore e gli arreca danno. La Milza è la sede della riflessione, del proposito, del pensiero inteso in senso di riflessione sui fatti e le vicende, elaborandoli e stabilendo correlazioni. Un deficit energetico provocherà pensieri scoordinati, senso di ansietà per le normali attività della vita; un eccesso sarà causa di tendenza alla routine, alle attività ripetitive, alla mania, alla rigidità mentale. L'eccessiva preoccupazione è tra i sentimenti lesivi della Milza. Il Rene è la sede della forza di volontà intesa come forza necessaria per portare a compimento gli obbiettivi prefissi.

La pienezza di energia provocherà temerarietà mentre un vuoto energetico causa panico paure immotivate indecisione per mancanza di aggressività. La paura è il sentimento che danneggia il Rene. Il Polmone il cui tratto saliente è la capacità di guardarsi dentro, è responsabile dell'istinto di conservazione della tolleranza della preoccupazione per il futuro. Un eccesso di energia provoca un senso di tristezza con pensieri rivolti alla morte, mentre una carenza energetica comporta facilità al pianto, disinteresse per la vita e per le persone, perdita dell'istinto di conservazione ed eccessivo sentimentalismo ed infine la tristezza è il sentimento dannoso per il Polmone.

3.4 La teoria dello Yin e lo Yang

Sin dall'antichità gli orientali hanno riconosciuto che il nostro corpo è una mera parte della natura e che l'uomo vive costantemente sotto l'influsso della natura. Ogni corpo umano è un cosmo in miniatura, una replica del

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

cosmo più “grande” detto natura. In essa c'è un ordine, un principio di flusso costante, in accordo con il principio fondamentale che il nostro mondo è in perenne mutamento. Nella filosofia orientale tale principio è noto come Teoria dello Yin e dello Yang.

I nostri corpi sono una cosa sola con l'universo; il corpo e la terra non sono due entità separate. La logica che sottostà alla medicina cinese, secondo la quale una parte può essere compresa solo in relazione al tutto è la teoria dello Yin e dello Yang. Essa si basa sulla costruzione filosofica di due polarità complementari, dette Yin e Yang dove tali opposti complementari caratterizzano il concetto fondamentale del pensiero cinese, i cinesi, infatti, credono che ogni volta che una situazione si sviluppa fino alle sue estreme conseguenze, essa sia costretta ad invertire il proprio corso trasformandosi nel suo opposto.

In origine i termini Yin e Yang indicavano rispettivamente i fianchi in ombra e al sole di una montagna. Fin dai tempi più remoti, due poli archetipi della natura furono rappresentati non solo da luminoso e oscuro ma anche da maschile e femminile, rigido e flessibile, sopra e sotto.

Yang, il potere creativo, maschile, forte, era associato al Cielo, mentre Yin, l'elemento femminile e materno, buio, ricettivo era rappresentato dalla Terra e nel campo del pensiero Yin è la mente femminile, intuitiva e complessa, Yang è l'intelletto maschile, lucido e razionale. Yin è la quiete contemplativa del saggio, Yang la forte attività creativa del re.

La coppia Yin e Yang è il grandioso motivo conduttore che determina tutte le caratteristiche del tradizionale modo di vita cinese, Yin e Yang si creano a vicenda e possono essere distinti l'uno dall'altro ma non separabili perché dipendono l'uno dall'altro, si richiamano e si definiscono a vicenda.

L'attività Yang del corpo è nutrita dalla sua forma fisica Yin, la forma fisica è creata e mantenuta in esistenza dall'attività del corpo. Yin e Yang si

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

controllano reciprocamente: se la Yin è in eccesso, lo Yang sarà carente e viceversa e possono trasformarsi l'uno nell'altro. Questo principio è la formula che illustra la natura dei processi organici. Esso allude a due tipi di trasformazione: i mutamenti che si producono armoniosamente nel corso normale degli eventi; e le rotture e le trasformazioni improvvise, caratteristiche di situazioni di estrema disarmonia. Nella dinamica del corpo ad ogni inalazione è seguita un'esalazione ed è proprio in questo continuo dare e prendere che consiste l'attività vitale stessa.

La medicina cinese è basata sull'equilibrio di Yin e di Yang nel corpo umano ed ogni malattia è vista come rottura di tale equilibrio. Il corpo è diviso in parti Yin e parti Yang, in generale, l'interno del corpo è Yang, la superficie del corpo è Yin, la parte anteriore è Yin, il dorso è Yang e sono talvolta descritti metaforicamente come l'Acqua e il Fuoco del corpo.

Le malattie caratterizzate da debolezza, lentezza, freddo e inattività sono Yin; quelle che manifestano forza movimento, iperattività e calore sono Yang e all'interno del corpo vi sono organi Yin e organi Yang. L'equilibrio tra tutte queste parti è mantenuto da un flusso continuo di energia vitale, lungo un sistema di meridiani che contengono i punti di stimolazione dell'agopuntura e ad ogni organo è associato un meridiano in modo tale che i meridiani Yang appartengano ad organi Yin e viceversa. Ogni volta che si blocca il flusso tra Yin e Yang, il corpo si ammala e la malattia viene curata inserendo degli aghi nei punti di stimolazione dell'agopuntura, per stimolare e ristabilire il flusso del Ki³³.

L'onnipresente influenza della teoria Yin-Yang nella cultura e nel pensiero cinese consente una concezione e una spiegazione diversa degli eventi rispetto a quella occidentale. L'idea di rapporto causale, centrale per il pensiero occidentale, è quasi assente nel pensiero cinese.

33 Si riferisce al termine cinese Qi, conosciuto anche Ki in giapponese.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Per i Cinesi i fenomeni non si producono per effetto di un atto creativo esterno a essi e la ricerca delle cause non è particolarmente interessante. I cinesi ritengono che l'universo sia in perpetuo mutamento ed il suo movimento sia dovuto ad una dinamica interna di processi ciclici. Come il Sole delinea quattro stagioni nel suo ciclo annuo, così tutti gli organismi attraversano quattro stagioni nel corso della vita: nascita, maturazione, declino, morte.

Conoscenza, nell'ottica cinese, significa percezione attenta del movimento interno del tessuto dei fenomeni. Il termine "meridiani", applicato alla medicina cinese è entrato in Occidente tramite una traduzione francese del termine cinese jing luo. Jing significa "attraversare" oppure "un filo in un tessuto"; luo è "qualcosa che connette o lega", oppure una "rete". I meridiani sono i cammini, i canali, che trasportano il Qi ed il sangue attraverso il corpo.

Non sono vasi sanguigni ma una rete invisibile che lega tutte le sostanze fondamentali e gli organi che fanno capo ad un sistema di supervisione e di armonizzazione della circolazione energetica gestita dal Cuore.

È bene notare che la medicina cinese attribuisce agli organi funzioni più ampie rispetto a quelle della medicina occidentale; infatti, sono associati a precise azioni sulla sfera psico-emotiva. La circolazione dell'energia nel corpo varia nei diversi canali e negli organi a seconda delle ventiquattro ore, secondo le esigenze fisiologiche dell'organismo, delle stagioni e delle necessità di utilizzo.

Nella teoria medica cinese i Meridiani sono invisibili, ma dotati di realtà fisica, infatti, le sostanze Ki e il sangue scorrono in essi portando nutrimento e forza ed il sistema dei meridiani regola lo Yin e lo Yang, inumidisce i tendini e le ossa, arreca beneficio alle giunture ed arriva dappertutto. I cinesi paragonano il sistema dei meridiani ai canali fluviali che irrigano il territorio e i

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

punti di agopuntura alle “chiuse”. I punti sono zone in cui il Ki, come l’acqua, può essere immesso nel sistema circolatorio se in deficit, quando cioè il territorio non è sufficientemente nutrito, oppure può essere drenato fuori dal sistema, se sono presenti stasi circolatoria, infiammazioni o degenerazioni tissutali. I meridiani collegano l’interno del corpo con l’esterno ed ogni medico cinese deve avere una piena comprensione del sistema di cui fanno parte in quanto la maggior parte dei punti dell’agopuntura è in relazione con i meridiani e molte erbe prescritte da un medico cinese percorrono uno o più fra i cammini dei meridiani, il cui sistema consiste di dodici meridiani regolari che corrispondono a ciascuno dei cinque organi Yin e dei sei organi Yang e al Pericardio. La teoria dei meridiani assume che una disarmonia in un certo meridiano possa avere origine sia da un disturbo che si produce in seno al meridiano stesso sia da una disarmonia dell’organo a esso connesso.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

4. PARAGONE FRA MEDICINA OCCIDENTALE E MEDICINA ORIENTALE

Il fenomeno sempre più massiccio della globalizzazione e dei rapidi spostamenti di persone da un settore ad un altro nel mondo ha avuto un importante impatto sul quadro epidemiologico delle malattie proprio a livello mondiale. È a causa della globalizzazione se ci sono state maggiori diffusioni di determinate malattie infettive per fenomeni legati alla migrazione, o se ci sono stati cambiamenti culturali e sociali conseguenti a contatto di culture profondamente differenti fra loro, soprattutto quelle occidentali ed orientali.

Il contatto tra il mondo dell'occidente e il mondo dell'oriente porta tantissimi confronti soprattutto, ma non solo, negli ambiti sanitari, ad esempio infatti, la visione dell'uomo e del malato è decisamente diversa in queste due culture. La medicina occidentale e la medicina orientale, come già appreso, sono due approcci molto diversi alla cura della salute e del benessere. La medicina occidentale si basa sulla scienza e sulla ricerca empirica, mentre la medicina cinese si basa sulla filosofia, la teoria e l'esperienza pratica.

Entrambi gli approcci hanno i loro punti di forza e di debolezza, e la scelta tra l'uno e l'altro dipende dalle esigenze individuali del paziente e nonostante siano diverse fra loro, sono entrambe molto usate in tutto il mondo e, oramai, anche molto diffuse e conosciute. Non è detto che una delle due sia migliore dell'altra, non è detto che vi sia una medicina internazionale perché ogni nazione, in base alle proprie tradizioni ma soprattutto alla propria cultura, ha le sue credenze e i suoi metodi che risultano comunque efficaci.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

4.1 Le differenze

“In occidente viviamo nel tentativo di separare le cose o gli aspetti della vita, per preservare il giusto ed eliminare lo sbagliato. In Cina vivono nel tentativo di creare armonia tra le cose o gli aspetti della vita e così tenerli tutti assieme.”-Carlo Di Stanislao.

La differenza tra due medicine ha, chiaramente, le proprie radici nella differenza tra due culture. E non c'è modo migliore di avvicinarsi ad una cultura che studiarne le abitudini “culinarie”.

In occidente le persone sono solite trovare accanto al piatto tre posate: cucchiaio, forchetta e coltello, in Cina, ma anche in Giappone, invece le posate solitamente sono due: cucchiaio e bastoncini, cioè le bacchette (che sono due, ma funzionano come uno). Il cucchiaio è comune ad entrambe le culture e serve per sorbire il brodo. La differenza emerge quando si guarda quello che c'è accanto al cucchiaio. In occidente, la forchetta e il coltello che sono utilizzati per separare, in Cina i bastoncini che sono utilizzati per unire.

In occidente con forchetta e coltello si taglia la carne o il pesce, l'uovo o la pizza. Prima si separa, poi si gusta. In Cina con i bastoncini si uniscono i vari alimenti: un pezzetto di carne e un pezzetto di verdura, un pezzetto di pesce e un seme, alcuni chicchi di riso e un legume. Prima si unisce, poi si gusta, come nel famoso sushi giapponese o nei famosi spaghetti di soia o nel pollo con le mandorle, tipici piatti cinesi.

La Medicina orientale dovrebbe restituire il gusto di guardare all'uomo come mente, spirito e corpo, in occidente viviamo nel tentativo di separare le cose o gli aspetti della vita, per preservare il giusto ed eliminare lo sbagliato. In Cina vivono nel tentativo di creare armonia tra le cose o gli aspetti della vita e così tenerli tutti assieme.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Il dibattito sulle pratiche tradizionali, come l'utilizzo terapeutico di discipline mente-corpo o come l'agopuntura, che ormai fanno parte della nostra realtà, è diventato sempre più acceso negli anni. Il problema fondamentale è la "scientificità" alla base di queste tecniche che è stata ponderata dall'Organizzazione mondiale della sanità (OMS), la quale ha dimostrato e continua a dimostrare un'apertura nei confronti del loro utilizzo.

Sia la medicina cinese che quella indiana hanno delle basi teoriche diverse da quella occidentale. Ad esempio, l'agopuntura si basa sull'idea dell'esistenza di canali energetici all'interno del nostro corpo che non siamo ancora in grado di "misurare" con le tecnologie attuali, ma la sua efficacia terapeutica, invece, è comprovata e per questo pienamente accettata dall'Organizzazione mondiale della sanità. Anche in ambito cardiovascolare, l'efficacia dell'agopuntura è ampiamente documentata. D'altra parte, ancora oggi non sappiamo bene come funzionino esattamente anche alcuni dei nostri farmaci, come ad esempio gli antidepressivi però, non significa che non vengano adottati.

Il dottore occidentale principalmente osserva i fatti davanti a lui e fa riferimento alle attuali teorie scientifiche per darne una spiegazione. La medicina cinese, invece, considera il corpo e l'intera persona come un tutt'uno organico. Gli aspetti spirituali, mentali, emotivi e fisici sono tutti visti come correlati e interdipendenti.

Per la medicina occidentale, le cause delle malattie possono essere i soli agenti esterni, di origine "ambientale", come i microrganismi patogeni cause di infezione, o agenti "interni" ben riconoscibili e individuabili come l'ipercolesterolemia, mentre per le medicine orientali la malattia, anche quando causata da agenti esterni, dipende comunque da un'interazione tra individuo e ambiente: in linea di principio, un individuo sano, in equilibrio, non

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

contrae la malattia, o la contrae in forma lieve, anche se esposto a un agente patogeno.

Le differenze tra i due approcci si notano sin dalla diagnosi. La medicina occidentale si basa sul metodo scientifico, in cui oltre all'anamnesi e all'esame fisico, può richiedere anche diversi numeri di esami con moderni strumenti scientifici per controllare il corpo umano, come gli esami del sangue, le urine, le feci, i raggi X e così via. I medici esaminano il paziente fino a quando non sono state raccolte tutte le informazioni necessarie. In seguito alla diagnosi, il trattamento della malattia sarà diretto all'elemento patogeno o all'eziologia. Per esempio, in caso di tumore il paziente eseguirà la chemioterapia come cura e si cercherà di uccidere le cellule tumorali.

Nella medicina cinese, i medici effettuano la diagnosi analizzando la lingua, il polso e la situazione di tutto il corpo del paziente, tra cui le reazioni, i capelli e la postura. Con le informazioni ricavate, il medico effettua una diagnosi basata sui sintomi correlati allo squilibrio di Yin e Yang o di energia vitale. Il trattamento della malattia sarà conseguentemente volto a regolare questi squilibri.

Ciò che la medicina occidentale tende a diagnosticare e trattare è l'effetto che lo stato della malattia ha sul corpo stesso. Il medico di medicina orientale diagnostica e agisce sull'energia che crea lo stato di malattia, la medicina occidentale si focalizza nella cura di traumi e nella terapia per i problemi acuti, mentre la medicina cinese eccelle nelle aree dei problemi cronici e della medicina preventiva.

Da un punto di vista orientale, un altro aspetto della differenza tra la medicina cinese e quella occidentale può essere descritto come "la medicina tradizionale cinese tratta lo Yang e la medicina occidentale tratta lo Yin". Ciò significa che tutto nell'universo può essere descritto in termini di Yin o Yang, ovvero di buio e luce. Questa è una delle filosofie alla base della medicina

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

tradizionale cinese. Quando viene applicata alla medicina in generale, si può dire che la medicina occidentale agisca sullo Yin del corpo, sulla sostanza del corpo, sulle cellule e sui prodotti chimici reali. La medicina tradizionale, invece, lavora di più sull'energia Yang che anima quelle cellule.

L'uomo, come è visto nel pensiero cinese, ha due caratteristiche che lo differenziano dall'uomo del pensiero medico e scientifico occidentale. In primo luogo è considerato come un sistema aperto, strettamente unito alla vita dell'universo e dipendente dall'ambiente in cui vive. La sua struttura energetica riprende le caratteristiche fondamentali dell'energetica cosmica, che lo struttura come un microcosmo in perfetta risonanza con l'ambiente che lo circonda.

In secondo luogo, l'uomo è considerato un tutt'uno: non esiste la separazione psiche/soma tipica della cultura occidentale. Corpo e spirito possono essere concepiti in maniera separata solo a patto di sapere che la divisione è teorica. Il corpo energetico della medicina cinese si avvicina, dunque, più che al corpo meccanicistico della fisica newtoniana, base del pensiero medico-scientifico occidentale, al corpo cibernetico, che costituisce il modello di interpretazione più avanzato della moderna neurofisiologia.

Lo studio del pensiero medico cinese non può prescindere dal citarne il principale strumento di elaborazione, l'analogia, considerata come modalità di relazione tra entità o cose diverse tra loro per qualità e quantità: essa rappresenta il metodo privilegiato adottato dal pensiero cinese per strutturare quel mondo di corrispondenze che è la base del sapere antico.

I cinesi hanno sempre dato molta importanza, più che alla misura degli effetti e alla ricerca dei nessi causali, all'osservazione e catalogazione delle corrispondenze, fino a ipotizzare una conoscenza esaustiva della realtà.

L'analogia consente al saggio dell'antichità cinese la trasposizione della conoscenza delle relazioni tra i vari oggetti ed eventi del macrocosmo a

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

quella piccola zona, definita e delimitata di esso, che è l'uomo. Non è un caso che si sia potuta diffondere l'affermazione, peraltro imprecisa, secondo cui i medici cinesi non avrebbero avuto la necessità di effettuare delle dissezioni anatomiche, essendo sufficiente per loro studiare le correlazioni energetiche tra i vari organi, all'interno delle leggi di corrispondenza esistenti tra gli organi stessi e le strutture celesti. Nell'uomo, con le debite proporzioni, avverrebbero fenomeni "come nell'universo", e le relazioni che regolano la generazione e il reciproco controllo dei soffi interni sarebbero strutturate su leggi di similitudine analoghe a quelle che reggono i grandi movimenti dei soffi a livello cosmico.

Nel corpo umano ci sono dei canali in cui scorre il Qi. La medicina occidentale può vedere e misurare alcuni cambiamenti nella chimica del corpo e nelle attività funzionali, ma non sempre può agire su questi cambiamenti per mancanza di comprensione della loro causa. I sintomi potrebbero essere troppo divergenti e non correlati da un punto di vista fisico, ma se si tenesse conto del flusso del Qi e delle sue proprietà, le cause incomprese potrebbero avere un senso.

4.2 Le similitudini

“Le due medicine hanno una cosa in comune: entrambe hanno a cura il benessere dell'individuo. Inoltre, danno una grande enfasi al concetto di prevenzione per combattere i disturbi fin dalle loro prime manifestazioni. Differiscono però nell'approccio. Quella occidentale ha un approccio selettivo, prende in considerazione separatamente organo per organo, si basa sui sintomi e li cura. Non ha una concezione olistica come la medicina orientale. La Medicina Tradizionale Cinese non si ferma solo sui sintomi, ma considera l'individuo come un insieme e agisce in contemporanea

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

su diversi livelli: fisico, mentale e il profondo sé. Per esempio, con lo yoga, attraverso una serie di esercizi, si riesce ad utilizzare la propria mente per ascoltare i segnali che il corpo ci manda e quindi ad approfondire la conoscenza di sé stessi. La medicina occidentale, invece, si basa su un concetto generale che identifica il nemico dall'esterno, ma non sempre è così, anzi spesso il nemico è dentro le mura, dentro il nostro corpo ” -Cheung Taichiu³⁴

Contrariamente a quanto in realtà si possa pensare, c'è da ammettere che le due medicine non hanno nulla in comune, se non solamente la volontà del benessere collettivo, del benessere dell'individuo chiamato in entrambi i casi paziente. I due concetti sono fin troppo diversi fra loro che risulta quasi impossibile creare una sorta di analogia tra queste due tipologie di medicine.

Se proprio si vuole trovare qualcosa in comune si può dire che anche gli orientali, così come gli occidentali, utilizzano li farmaci. I farmaci cinesi sono principalmente d'origine vegetale, ma alcuni sono d'origine animale o minerale. Ne sono descritte diverse migliaia, ma solo poche centinaia sono di uso corrente. Le sostanze a cui la medicina cinese riconosce valore di farmaco non hanno tanto effetto su un sintomo quanto piuttosto sulle sostanze corporee e sul flusso energetico. Ma sono comunque molto distanti dai classici farmaci che utilizziamo in occidente, come il paracetamolo o l'antibiotico.

34 Cheung Taichiu= professore e Presidente degli esperti di medicina cinese ad Hong Kong.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Alcuni sostengono invece che la medicina cinese assomigli all'Omeopatia³⁵, perché anche l'Omeopatia ritiene che l'uomo debba essere curato nel suo insieme e non solo nelle sue parti; inoltre, anche perché l'Omeopatia sostiene che non bisogna sopprimere il sintomo ma cercare i meccanismi di fondo che fanno emergere la malattia, ma allo stesso tempo la farmacologia cinese usa farmaci che hanno azione opposta a quella della malattia ed inoltre perché la farmacologia cinese non usa dosi omeopatiche. Infine, perché i farmaci non vengono impiegati singolarmente, ma associati fra loro in ricette, esattamente come i cibi.

Inoltre, in medicina occidentale si ricorre spesso alla distinzione tra nero e bianco: le cellule del corpo sono bianche e le cellule che infettano il corpo sono nere, le cellule del corpo bianche e le cellule "impazzite" dei tumori sono nere, le cellule che funzionano bene vengono rappresentate bianche e quello che funzionano male in nero, le cellule sane sono bianche e le cellule malate sono nere, le cellule che obbediscono di nuovo bianche e quello che non obbediscono di nuovo nere. Anche nella distinzione tra farmaci bianchi e veleni neri, cibi sani rappresentati in bianchi e cibi malsani in nero, abitudini sane quindi bianche e abitudini malsane quindi nere. Dallo sviluppo di questo concetto si può affermare che anche nel mondo occidentale il buono è indicato con il colore bianco e cattivo al contrario con il nero, motivo per cui si sviluppa la credenza per cui il medico indossa il camice bianco, schierandosi a favore del bianco, cioè del buono.

In medicina cinese, invece, si ragiona in modo diverso. Non opposto ma diverso, in quanto la realtà è il frutto dell'azione di due forze ed è composta da due sostanze: il bianco e il nero, lo Yin e lo Yang. Le due sostanze non si identificano con il buono e il cattivo, il giusto e lo sbagliato. Entrambe infatti

³⁵ Omeopatia= pratica pseudoscientifica di medicina alternativa basata sul "principio di similitudine del farmaco" formulato dal medico tedesco Samuel Hahnemann nella prima metà del XIX secolo.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

sono necessarie. Se una delle due manca, non c'è vita. Una vita tutta nera è impossibile, come è impossibile una vita tutta bianca. Quindi, si può dire che ci sia una certa somiglianza con la questione dei colori, ma le due teorie alla fine rimandano a due concetti differenti, dunque, non è una vera e propria caratteristica che accomuna le due medicine se non una semplice somiglianza, nemmeno troppo simile.

CONCLUSIONI

In questa tesi si è cercato di analizzare in maniera relativamente approfondita il mondo della medicina occidentale ed il mondo della medicina orientale, più nello specifico le due culture correlate fra loro, vi è stato, quindi, un approccio a questi due mondi anche in ambito linguistico e culturale oltre che propriamente medico e sanitario. Grazie alle loro origini, ai primi medici e filosofi che hanno creato la storia della medicina e grazie anche ai medici più recenti che tutt'oggi la stanno scrivendo, siamo riusciti a comprenderne, anche se solo in parte, la vastità e l'importanza della medicina nel mondo.

Partendo dalle prime scoperte, continuando ad analizzare i due mondi, specialmente le particolari ed interessanti tecniche del mondo medico cinese, siamo giunti a parlare ed esaminare le differenze e similitudini. Abbiamo visto quante differenze realmente ci siano, abbiamo notato che nella maggior parte dei casi sono due realtà davvero molto lontane fra loro, entrambe hanno un proprio modo di guardare il paziente, fare la diagnosi, eseguire le analisi quando e se necessarie, di prescrivere medicinali e se prescriverli, di consigliare farmaci o erbe naturali. Inoltre, si è cercato di dimostrare che hanno anche delle similitudini, si è tentato di cercare e dimostrare elementi in comune, ma la realtà è che di analogie effettive non ce ne sono proprio. Entrambe le medicine si sono dimostrate realmente efficaci, entrambe hanno la volontà del benessere del paziente e della comunità, probabilmente l'unica cosa che accomuna la medicina occidentale e la medicina orientale è proprio il desiderio di guarire e curare al meglio il malato, ma a dirla tutta è una volontà generale dell'essere umano, imprescindibile dal luogo di appartenenza e dalle relative credenze e tradizioni.

Ad ogni modo, la medicina di tutto il mondo è sempre in continua evoluzione, la medicina è un fenomeno che non smetterà mai di svilupparsi.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Un giorno ci sarà un'importante scoperta medica americana, un altro giorno ci sarà una grande scoperta europea, in un altro giorno ancora ci sarà una nuova scoperta asiatica e così via... Non sono i mondi occidentali ed orientali in via di sviluppo, ma è proprio la medicina in generale che giorno dopo giorno segue il suo corso e va sempre a migliorarsi.

Il mondo medico occidentale, infatti, sta lentamente comprendendo che, da almeno due millenni, esiste un metodo di interpretare la malattia, di prevenirla e di curarla che è stato ed è tuttora utilizzato da una quota rilevante dell'intera popolazione mondiale in Cina e in Estremo Oriente. Cercare di conoscerlo, allo scopo di utilizzarne gli aspetti positivi, riducendone i potenziali rischi, è l'atteggiamento più ragionevole che qualsiasi studioso dovrebbe avere.

Bisogna avere sempre fiducia nella scienza, nel progresso e nella medicina.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

***TWO REALITIES COMPARED:
WESTERN MEDICINE AND
EASTERN MEDICINE***

ENGLISH SECTION

INTRODUCTION

Western medicine and Eastern medicine have two quite different approaches to health and wellness care. First of all, I would like to specify that I am going to talk mainly about Chinese medicine, since although the East in general covers a large area, the nation of China is the one that has developed the largest and most comprehensive medicine. In general, Western medicine tends to use drugs to treat diseases, while Chinese and Eastern medicine use natural remedies, such as acupuncture, the use of herbs or diet, to help the body heal.

I will also talk about how traditional Eastern medicine does not conceive of the body as being made up of separate parts, but considers each organ a part of the whole, and disease represents a deterioration or imbalance of the whole 'system of man'. The best doctors know perfectly well that our body is not separate from the earth and the nature that nourishes it.

The two representations of man according to the ancient Chinese vision (where man is represented as a natural landscape and the functioning of his body is compared to that of nature) and that according to the conception of man at the height of the industrial revolution (where man is basically seen as a machine made up of mechanical parts, the same for all individuals) are very significant.

The very etymology of the word 'medicine' highlights how this discipline can be interpreted in two completely and profoundly different ways. In fact, while for some the term derives from the Latin 'medicus', in turn derived from the verb 'medeor' meaning 'to remedy', 'to cure illness', others trace its etymology back to 'modus', i.e. the 'right measure' that must guide those who use it. So according to this approach, medicine is equivalent to 'medietas', or the "art of the just means", away from faults and excesses, from scarcity and

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

abundance, and practiced by those who cure not only with "justness", with measure, but also with 'justice', with equity and balance.

I will explain how the two medicines originated and how they spread, where they spread; I will talk about their remedies and in particular I will analyze them to see if, beyond the easily perceived differences, they also have something in common.

I like to think that anyone who dares to compare two or more medicines with each other should consider that a productive comparison is one that starts with a passionate study of their respective cultures or eras of origin, which is why I will focus heavily on the two origins, their histories, to understand how they came to be today, what has changed and what has remained the same, and finally, I would like to specify that no matter how different or similar they may be, every medicine and every culture should be respected equally.

1. WESTERN MEDICINE

In its earliest stages, Western medicine was a theurgical medicine, that is, a principle in which illness was considered a divine punishment, a concept found in many Greek works, such as the *Iliad*³⁶, and which is still inherent in man today. The symbol of medicine is the snake, a sacred animal because it was mistakenly believed to be immune to disease and had an important practical function in ancient medicine: in the temple of every city, there was a kind of burrow with snakes. The temple, in fact, was not only a place of devotion, but also a place where the sick was brought: the snake pit was used to frighten the patient, who was probably also given potions, to induce a state of shock and make him appear to the god, who would thus heal him.

"First do no harm", *primum non nocere*, is the Latin version of a sentence attributed to Hippocrates, believed to be the founder of Western medicine, which will be further explored later. The meaning is that the first objective is precisely to do no harm, so not to give the erroneous idea of being affected by one or more of the thousand existing ailments.

Western medicine is a technical and scientific medicine, which goes to analyse and repair a manifest damage evidenced by various symptoms or examination results. It tends to treat an organ by eliminating the symptom and repairs an anatomical damage by intervening with surgery. As for viruses, parasites and bacteria, they are eliminated chemically, intervening forcefully in the regulation of an organ, stopping malfunctioning and, in some cases, even pain. But it is when the body responds violently that side effects arise, thus establishing a vicious circle: for every symptom that disappears, a side effect appears that must be eliminated, which in turn could generate another.

³⁶ Presumably attributed to Homer, epic poem about the terrible war between Greeks and Trojans.

A very important factor that should not be underestimated is the so-called "placebo" or "placebo effect". In Western medical culture, the placebo and the placebo effect do not generally enjoy a good reputation, despite the fact that in the past the only truly effective medicine for any illness was the placebo. The placebo, therefore, is defined in scientific literature as a substance with no specific pharmacological activity, administered as a control in clinical trials, or to a particular patient to stimulate potential psychological benefits. The reality of the placebo effect is accepted by a large part of the scientific community and is represented by a harmless substance or any other non-pharmacological therapy or measure that, while lacking specific therapeutic efficacy, is administered to the person making them believe that it is a necessary treatment.

1.1 *The origin*

"Man has always tried to fight diseases, to manage or rationalize them. They have often been personified, felt as a condemnation and invested with moral significance. Thus it has been possible to speak of "bad" diseases-syphilis or leprosy-and of "good" diseases-tuberculosis, frequently associated with romantic genius-even going so far as to see in them a divine punishment: an archaic idea recently resurfaced with AIDS."³⁷

Western medicine has its earliest origins in religion, but as time went on, it increasingly distanced itself from it until the rational medicine of Hippocrates³⁸ marked the border between rationality and magic. One of the

³⁷ Roy Porter, "Breve ma veridica storia della medicina occidentale, Carocci, 2004.

³⁸ Hippocrates of Cos, 460 B.C. - c. 377 B.C. , was an ancient Greek physician, geographer and aphorist and is considered the father of medicine.

most important schools of thought that formed at that time was that of the mathematician and philosopher Pythagoras: according to him, certain numbers had precise meanings and, of these, the most important were 4 and 7. The 7 has always had a magical meaning: for example, in the Bible an infinite number is referred to as 70 times 7. Among other things, 7 multiplied by 4 gives 28, that is the lunar month of menstruation, and 7 times 40 gives 280, that is the duration in days of pregnancy. Again because of the magical connotation of 7, it was said that it was better for the baby to be born in the seventh month than in the eighth. Even the quarantine period, which means the 40 days it would take to avoid the contagion of disease, was derived from the concept of the sacredness of the number 40.

Underlying Hippocrates' conceptions was a profound and practical philosophy and considerable common sense. The basic principles were to leave it up to nature, the healing power of nature, to observe the sick person carefully and intervene as little as possible, and to pay attention to nutrition and healthy air. To eliminate the imbalance, it was necessary to remove excess matter, known as *materia peccans*. The means available for the elimination of *materia peccans* were the *capipurgium* (that is head purge), which consisted of inducing the sneeze with drugs such as pepper, the enema, or the bloodletting or bloodlettings. The last practice was much used by the followers of Hippocrates, especially in the Roman era of Galen, with very serious consequences, because draining a sick person of blood was not useful and was often the cause of death. Hippocrates, however, recommended using these means very sparingly.

The texts of Hippocrates, or presumed texts, were commented on in universities until the 1700s. These texts comprise a series of aphorisms including the well-known "*Life is short, art is long, opportunity is fleeting, experience is fallacious, judgement is difficult*", which form the basis of his

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

philosophy and invite one to think carefully and repeatedly before taking action. Hippocrates therefore created a holistic medicine, based on the human being or microcosm, preaching the use of available therapy as sparingly as possible.

In Western medicine, the views of the Greek physician have dominated European medicine for more than a thousand years. Undoubtedly, Hippocrates, with his thoroughly modern and innovative theories for his time, could only influence and leave a tangible mark on Western medicine. Descartes³⁹, at the beginning of the 17th century, established the new conditions for thinking the modern man. Descartes says that man, as a thinking being, becomes the measure of things: "*cogito ergo sum*" (I think therefore I am). With this new outlook comes a transition from traditional medicine to modern Western medicine, which lasts around 200 years. The body is seen as a machine, that is, as a decomposed reality, a set of connected parts that must be studied individually. The sum of the mechanisms creates a unity of the parts. Modern medicine was born at the beginning of the 19th century when anatomy and physiology became objective with the introduction of the experimental method. At the same time, the "animist" idea of interacting cosmic and human energies was abandoned. This is how modern Western medicine was born, more focused on searching for demonstrable causes of an effect, more objective and less concerned with individuality.

1.2 Medicine in the various sectors.

Today's migratory phenomena and the resulting new social and cultural dimensions could, in themselves, justify anthropology's interest in medicine.

³⁹ Renato Descartes, 1596-1650, was a French philosopher and mathematician, one of the main founders of modern mathematics and philosophy.

The concepts of health and illness must, in turn, be rethought in relation to the socio-cultural context of reference. This means that each society operates a different interpretation of illness and its causes, elaborating specific knowledge and practices with the aim of preventing illness, curing, restoring and maintaining the previous state of health. The oldest knowledge and therapeutic skills may not be ascribable to an empirical-scientific logic that verifies their validity and truthfulness through experimentation and the rational method, since the interpretation that is given of the disease also and above all refers to the spiritual, social and cultural dimension.

Among the Crow⁴⁰ is known as the "mad dog who wants to die" syndrome. This theory tells of an individual, faced with a great psychic trauma, considered unbearable and unwanted by society, who responds with a culturally and socially organized form of madness: he becomes the mad dog who wants to die, a warrior of enormous courage who seeks a glorious death in battle. An abnormal behavior, the expression of a serious, culturally and socially connoted malaise, whose resolution does not follow the classical paths of medicine but passes through the filter of society. In this case we are not talking about madness but about a socially correct and accepted way of behaving insane.

The Anglo-Saxons also use two terms to define disease: "disease" and "illness". "Disease" indicates the problem seen from the perspective of the physician, oriented towards identifying illness as an alteration of the biological structure, "illness" refers to the personal experience of symptoms and suffering, how the sick person, his or her family and the community respond to the difficult situation in which the sick person finds himself. There is also a third term defining illness that is "sickness". This word allows us to

⁴⁰ They are a tribe of Native Americans. They belonged to the Sioux language group and were settled on the plains of Montana and South Dakota.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

broaden the research perspective by contextualizing illness and care within a broader social, political and economic process.

Sigmund Freud⁴¹ also dealt with the subject of medicine in his texts, some examples can be found in one of his best known books: *The Interpretation of Dreams*. More specifically, however, the complex issues of mental illness and disease are discussed. Freud states here that psychosis can occur in dreams, which in turn can generate hallucinogenic material, which could be followed by hysterical attacks or a state of anxious melancholia, in the worst case even hysterical paralysis. These are the result of a certain mental disorder, untreated or not kept under control, as they are real pathological symptoms, even considered equivalent to epileptic attacks.

The subject of medicine is also often dealt with in literature, from the oldest to the most modern, and over time it has become more and more involved, in ever higher and more varied forms, constituting a morbid condition in every living being. It is easy to see to this day that the theme of medicine is addressed by various authors in various forms: we find, for example, "lovesickness", mental infirmities, illness "as a revelation of the self to itself", sick humanity, the expansion of evil in illness, and the joy of finding the good after illness.

41 Sigmund Schlomo Freud, 1856-1939, was an Austrian neurologist, psychoanalyst and philosopher, founder of psychoanalysis, the oldest of the currents of dynamic psychology.

2. EASTERN MEDICINE

Eastern medicine, also known as traditional medicine, traditional Chinese medicine, or nowadays even better as Chinese medicine given the vastness of the country and the countless techniques and innovations that China has demonstrated, is based on the idea that the symptoms of a disease should not be eliminated at all because they weaken the organism, on the contrary, they should be addressed but without placing barriers between man and bacteria because the latter are useful to human beings. Chinese medicine is based on the fact that bacteria are not man's enemies; on the contrary, they are everywhere and are part of us, as well as everything we eat, drink or touch, which is why they cannot harm a healthy person.

Since ancient times, the Eastern people have had the conception that the body is a mere part of nature and that, consequently, man lives eternally under the influence of nature, as there is an order in it, a principle of constant flux in accordance with the fundamental principle that our world is in perpetual flux.

Traditional Chinese medicine uses a diagnostic and a therapeutic phase. Oriental medicines start from a holistic assessment of man in his entirety, including not only the body component, but also the mental and spiritual component, from which the concept of body-mind-spirit balance is developed. For example, traditional Indian medicine, called Ayurveda, considers the connection between body and spirit preponderant in the treatment of the sick and emphasizes the role of the mind-consciousness in obtaining healing and maintaining health and, similarly, for Chinese medicine body and mind are intimately connected, as are matter and energy.

Ayurveda represents the most widespread of the various traditional systems of medicine used by the people of the Indian subcontinent for

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

thousands of years. The Sanskrit term Ayurveda literally means "knowledge of life". Ayurveda considers health as the natural state of man and illness as the loss of physical and psychic balance. According to tradition, its origins date back to the beginning of Cosmic Creation, when God transferred this science to the Indian sages, the "rishis", in the course of their profound meditations. That is why it has been called "the great gift of the sages of India to mankind". Its origins date back some 5000 years, when it was transmitted by oral tradition. Ayurveda is a very complex system of healing, comprising multiple types of treatments and indications, with four main objectives: the first is to promote health; next we find prevention of disease; then curing disease; and last but not least, promoting longevity.

Ayurveda believes that in every individual there are three distinct components, called the "Dosha": Vata, Pitta and Kapha. Each individual contains, to a greater or lesser extent, all three of these qualities, which determine his or her constitution, called "prakriti", in its physical and mental components.

The current development of Traditional Chinese Medicine in the West seems to go hand in hand with a greater attention on the part of the population to their own state of health and wellbeing, supported by a culture of prevention and the search for a physician with a more holistic cultural background.

Chinese medicine is closely linked to Chinese culture, which has its roots in Taoist philosophy with elements of Confucianism and Buddhism.

"The man who attains the Tao is nothing other than the true man, the man who lives the truth of himself, who acts in accordance with Heaven/Earth. When the true man attains original unity he no longer acts directly, but lets nature take its course, for the will of

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

*the wise man is completely identified with the order of the dao. When man knows how to maintain the balance of the yin and yang component in his organism, when he knows how to defend and nourish himself, when he knows how to adapt to the four seasons, when he knows how to keep his soul tranquil, he rediscovers himself to be healthy and authentic in following the Dao, the Way*⁴²

Traditional Chinese Medicine gives fundamental importance to prevention by paying close attention to physical and mental activity, breathing, and the choice of food according to the seasons and tastes.

The Chinese vision of man is a "cosmic and energetic one". Man is placed between Heaven and Earth, between Energy and Matter and sums up in himself all the characteristics of the finite and the infinite, the material and the immaterial. Man is in constant communication with the Cosmic, Seasonal, Climatic and Alimentary Energies that penetrate him from the outside and which must be in balance with the internal ones.

2.1 The origin

Traditional Chinese medicine is, as already mentioned, a holistic medicine in that it considers all reality as one. Man is never seen as a separate reality, but is considered as a microcosm closely related to the macrocosm, embedded in an ecosystem, symbolically defined as the concept of Heaven/Earth. Man is considered an inseparable entity of psyche and soma, body and spirit. The origins of man, health and disease are traced within the broader and more general context that is the universe. To analyse

42 Cited in *The Dao Te Ching, The Book of the Way and Virtue* by Lao Zi.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

some of the assertions of Chinese cosmological thought, one may consider a verse from Chapter 42 of the 道德經 (Dàodéjīng)⁴³, which reads:

"the Way produces the One, the One produces the Two, the Two produces the Three, the Three produces the Ten Thousand Beings. The Way is the Tao⁴⁴, the One is the Qi⁴⁵, the Two is the Yin and Yang and the Three is Heaven, Earth and Man."

In China, the 'yi' are the doctors, who completed the process of the formation of medicine between about the 6th and 1st centuries B.C. Today, the doctor is referred to by the terms 医生 yisheng and 大夫 dafu.

Traditional Chinese medicine originated in the Yellow River basin and created its own academic system very early on. During its long process of evolution, each era has seen innovations, famous doctors, important schools and excellent works. Among the inscriptions on tortoise bones and armour from the Shang⁴⁶ dynasty era, some 3,000 years ago, are already health-related records, including a dozen diseases. In the Qin and Han dynasties⁴⁷, the "Huangdi Neijing", which is "The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine", the oldest systematic work on the theory of traditional Chinese medicine preserved to date, was born. Surgery in the Han dynasty reached a high level. According to the "Annals of the Three Kingdoms", it was at this

43 Also commonly referred to as the Tao Te Ching or "Book of the Way and Virtue", it is a Chinese text of sometimes rhymed prose, the composition of which dates back to between the 5th and 3rd century B.C. and is considered the founding book of Taoist thought.

44 Tao= Chinese term for the path or dynamic flow that unites, relates and communicates different parts. It is often associated with the image of water and endowed with a strength that is expressed through its being soft, yielding, adaptable to different circumstances.

45 Qi= a term used in Chinese to refer to the vital energy that flows within the body through very special channels called energy meridians.

46 The Shang dynasty or Yin dynasty is the second historical Chinese dynasty, which ruled northeast China in the Yellow River valley.

47 The Qin dynasty and the Han dynasty are two of the most important Chinese dynasties. They developed between 221 B.C. and 220 A.D.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

time that the famous physician Hua Tuo started to use "anaesthetic dusts" (called Ma Fei San) for general anaesthesia in surgery. In the Song⁴⁸ era (960-1279), acupuncture didactics underwent a major reform. Physician Wang Wei produced "the bronze model of the human body with illustrations of acupuncture points" and two bronze models for teaching and practising students. This initiative exerted a great influence on the development of acupuncture. In the Ming⁴⁹ era (1368-1644), a group of doctors proposed differentiating diseases such as seasonal fevers, plague and so on. In the Qing epoch (1644-1911), the study of seasonal fevers became more mature, with specialized works such as "The Theory of Seasonal Fevers", although in fact from the Ming dynasty onwards, western medicine began to enter China. Since then, many doctors have engaged in the combination of Chinese and Western medicine, becoming pioneers in the sector.

2.2 Philosophy in medicine

It has already proven to be an extremely ancient medicine that has been used for centuries and spread to Italy and the West in more recent times, but it is a medicine that follows a very precise and particular philosophy and wisdom. It is said that the Chinese doctor treats people in a different way to Western doctors: the patient, in good health, goes to the doctor on a regular basis and he treats him, in fact, he looks for his weak points in the person, rebalancing his energy that could lead to illness. The doctor's main objective is therefore to prevent his patient from falling ill and

48 The Song dynasty ruled China from 960 to 1279. It was founded by Emperor Song Taizu who usurped the throne of the later Zhou, ending the period of political division, known as the period of five dynasties and ten kingdoms, that emerged with the fall of the Tang Dynasty in 907.

49 The Ming dynasty was the dynasty that assumed absolute control of China from 1368 to 1644.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

not to treat him when he is already ill, this with the aim of preventing illness and devoting himself to the patient's general well-being.

One of the main thoughts in the philosophy of traditional Chinese medicine is that it teaches one to take responsibility for one's own health and shows the way to follow this course, to find the balance in preserving one's well-being. In traditional Chinese medicine, medicine and healing can actually be considered applied philosophy. Originally, philosophies were simple considerations of nature; over time, they expanded and developed into complex theories and elaborate principles that would later be applied in practice to every area of Chinese culture. Chinese philosophy is based on direct experience of nature, and from this experience, philosophical models were organized, reflecting the different realities of life by embracing the subject of medicine. The models, and the philosophical ideas within them, are applied to the human body and its healing, implementing, in fact, applied philosophy.

For Chinese medicine, a model (or diagnosis) is primarily an emblematic category that allows the exchange of words, but does not attempt to classify individuals, and does not exist as an independent abstract 'truth' of the patient. Thus, all Chinese culture bases its knowledge on philosophy, although it is more correct to use the term "wisdom", in which there is no dogma.

3. THE MAIN CHINESE REMEDIES FOR HEALTH AND WELL-BEING

Traditional Chinese medicine has its origins in the mists of time, but its ancient knowledge continues to equip us today with valuable means to diagnose, heal and alleviate ailments and diseases of all kinds, thanks to their innovative remedies. The disciplines and practices it accompanies are diverse, from dietetics to phytotherapy, from Chinese massage, or Tui Na⁵⁰, to acupuncture and chromopuncture⁵¹; whatever the method of application, it has proven to be a surprisingly effective therapeutic tool.

Traditional Chinese medicine in itself constitutes an alternative and should be taken as a complementary medicine rather than an alternative to conventional treatment. Other countries in East and South Asia, such as Korea, Japan, Singapore and Thailand, have their own traditional systems of medicine, which have developed to such an extent that they can nowadays be considered as distinct systems of medicine. Traditional Chinese medicine remains by far the most widespread alternative therapy among the traditional Eastern systems of medicine.

However, perhaps greater importance is given to some of its main techniques or remedies: useful, effective, interesting and innovative are acupuncture, green tea and its benefits, the five Chinese elements and the theory of Yin and Yang.

3.1 The acupuncture

50 Tuina or Tui Na= traditional Chinese therapy, which consists of different manual techniques and complementary techniques such as cupping, rubber hammer or needle hammer.

51 Chromopuncture, also called colourpuncture, or coloured light acupuncture, is a pseudoscientific alternative medicine practice based on "mystical or supernatural" beliefs that claim coloured lights can be used to stimulate acupuncture points to promote healing and better health.

The term "acupuncture" describes a group of procedures, practised in China and other parts of Asia for thousands of years, characterized by the stimulation of points in the body using various techniques. It is believed to have originated in China, where it has remained a fundamental component of traditional Chinese medicine and, to date, is the best known and most studied Oriental technique.

Acupuncture is a non-drug therapy and has been shown to be beneficial in controlling pain and reducing inflammation. Acupuncture is performed by inserting thin, sterile needles into the skin at specific points called needle points, followed by manual, electrical (called electro-acupuncture) or thermal stimulation applied to the needle. Side effects attributed to acupuncture are usually mild and mainly characterized by bruising of the puncture site. Complications of acupuncture have been attributed to inadequate preparation by the therapist and include infections caused by the use of non-sterile needles and injuries to internal organs or the spinal cord due to improper puncture technique.

Several barriers exist that limit the implementation of acupuncture in general clinical practice. These challenges include physicians' knowledge and attitudes towards acupuncture, patient preferences, and external factors such as organizational policies and lack of resources. However, studies on the cost-effectiveness of acupuncture for pain relief, which include quality-of-life measures, have generally shown promise, suggesting that wider applicability is warranted. Research on acupuncture dates back many decades and the solid research base supporting the clinical and mechanical effects of acupuncture therapy for pain continues to be improved by ongoing research. Moreover, some clinical studies on acupuncture have shown that pain relief can persist for months and even a whole year after therapy. Although acupuncture alone is effective for some pain conditions, recent

evidence has shown that the combination of acupuncture with other therapies, such as patient-controlled drug analgesia, rehabilitation training, moxibustion⁵² and cupping⁵³ can lead to better results by reducing drug dosage, improving pain relief and preventing the transition to chronic pain. Therefore, acupuncture should be considered as an effective non-pharmacological intervention for pain and is a reasonable option.

3.2 *The Green tea*

Contrary to what one might think, the colour of tea (green, black, red or white) does not refer to a variety of tree but to the transformations it undergoes. They all come from the same evergreen tree, the *Camellia Sinensis*. The specificity of green tea is that its leaves are harvested and then dried directly, without being oxidised or fermented, as is the case with other teas. It is due to this absence of processing that it retains all its virtues and is therefore most renowned for its health benefits.

Green tea is one of the mainstays of traditional Asian medicine and has always been used for its stimulant and digestive properties, while in phytotherapy⁵⁴, it is known for its diuretic action and antioxidant properties. It has a large number of benefits, such as being rich in antioxidant catechins⁵⁵, green tea is responsible for its cholesterol-lowering effect, and is also the

52 Moxibustion= a therapeutic practice typical of Chinese medicine and part of the external techniques. It is applied in combination with massage, acupuncture or as a single technique.

53 Cupping= a form of alternative medicine in which local suction is created on the skin. It is part of the external therapeutic practices of Chinese medicine.

54 Phytotherapy= practice involving the use of plants or plant extracts for the treatment of illnesses or the maintenance of psychophysical well-being.

55 Catechins= colourless compounds that oxidise easily, giving rise to browning and are astringent, i.e. they precipitate proteins in saliva making the palate feel rough. Tea is rich in catechins.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

detox drink par excellence, as it is associated in people's minds with slimming. Several studies have found that "Continuous ingestion of a catechin-rich GTE (green tea extract) led to a reduction in body fat and cholesterol, suggesting that ingestion of this extract contributes to a reduction in the risk of obesity and cardiovascular disease".

3.3 The Five Elements of Chinese Medicine

Traditional Chinese Medicine divides Qi into different parts, so that each of its aspects has a vital function in the state of health of the human being. Qi is conceptually the beginning of everything, but it would not exist without the Five Elements into which it spreads. In fact, the entire universe is made up of five fundamental elements: Wood, Fire, Earth, Metal, Water, which are the five elements through which the vital energy, Qi (of which Yin and Yang are the two polarities) expresses itself in the universe. Five elements, also called five movements, are the instrument through which traditional Chinese medicine knows man, studies him, diagnoses his ailments and, above all, his causes.

The theory of the 5 elements can be found in us human beings, in our lifestyles and in the way we express ourselves throughout the day. They can be a valuable aid to understanding the physical, chemical and psychic relationships of our organism with Nature, and starting from it we will find answers, rediscover our concept of health and wellbeing through a child's language. In this way, we will be able to re-evaluate and weigh our mental and emotional discomforts and attitudes with a new point of view.

If we will not be able to recognize individuals from their elementary characterizations, we will also not be able to apply the five-element principle to the diagnosis of individual pathologies. The five-element theory has had the merit of formulating in laws, the global vision of man within the context of

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

the universe. The association of Man as part of the universe is analogical in nature, everything is related to things and events that present analogies and affinities; seasons, colours, flavours, smells, planets, foods, organs, viscera, musical notes, psychological instances, everything is related to each other, to generate in a constant dynamic balance the harmony of the universe.

It is in Traditional Chinese Medicine that the Five Elements theory reaches its highest expression. Traditionally, there are five fundamental organs, each related to the specific movement they belong to, the five organs are:

Liver/Wood, Heart/Fire, Spleen/Earth, Lung/Metal, Kidney/Water.

Each of the organs in turn is related to a hollow organ or viscera:

Liver/Bladder, Heart/Tenue Intestine, Spleen/Stomach, Lung/Caseous Intestine, Kidney/Bladder.

Each system, organ and viscera are related to other anatomical structures: tissues, sense organs, to structures that externally highlight the energetic state. These anatomical systems are in turn related to elements of nature that act in a stimulating and regulating sense, again highlighting the very close relationship between man and his universe. The external climatic factors each have a specific action on each associated organ/vein.

Spring wind stimulates the Liver's energy, summer heat has a stimulating action on the Heart, humidity acts on the Spleen, dryness on the Lung while winter cold acts on the Kidney. At the physiological level, the proper functioning of the organs depends on the balanced relationship of the law of generation and the law of domination. The Wood generates the Fire, the Liver stores, regulates, drains and filters the blood, the Heart governs the vessels, propelling the blood into circulation, if the Liver performs its function

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

adequately, the circulation of the blood will be optimal. Fire generates the Earth, it is through the energy of the Heart that the Spleen optimally performs its function of transforming and transporting nutritive energy.

Earth generates Metal. The Spleen has a special relationship with the Lung, sending it the nutritive energy called Gu Qi that it has extracted from food so that the Lung can process Gu Qi plus air energy Xiong Qi to distribute it to all the other organs. Metal generates Water. The Lung after constituting Xiong Qi energy sends it downwards to the Kidney, helping to distribute all the body fluids, humidifying and cooling the whole body, Water generates Wood and so on...

3.4 The Yin and Yang theory

Since ancient times, the Orientals have recognized that our body is a mere part of nature and that man constantly lives under the influence of nature. Each human body is a miniature cosmos, a replica of the "larger" cosmos called nature. In it, there is an order, a principle of constant flux, in accordance with the fundamental principle that our world is constantly changing. In Eastern philosophy, this principle is known as the Theory of Yin and Yang.

Our bodies are one with the universe, the body and the earth are not two separate entities. The logic underlying Chinese medicine, according to which a part can only be understood in relation to the whole, is the theory of Yin and Yang. It is based on the philosophical construction of two complementary polarities, called Yin and Yang where such complementary opposites characterize the fundamental concept of Chinese thought, the Chinese, in fact, believe that whenever a situation develops to its extreme

consequences, it is forced to reverse its course by transforming into its opposite.

Yang, the creative, masculine, strong power, was associated with Heaven, while Yin, the feminine, maternal, dark, receptive element was represented by the Earth and in the field of thought Yin is the feminine mind, intuitive and complex, Yang is the masculine intellect, lucid and rational. Yin is the contemplative stillness of the sage, Yang the strong creative activity of the king. The Yin and Yang pair is the grand motif that determines all the characteristics of the traditional Chinese way of life. Yin and Yang create each other and can be distinguished from each other but cannot be separated because they depend on each other, they refer to and define each other.

The Yang activity of the body is nourished by its Yin physical form, the physical form is created and maintained in existence by the activity of the body. Yin and Yang control each other: if Yin is in excess, Yang will be deficient and vice versa and they can transform into each other.

Chinese medicine is based on the balance of Yin and Yang in the human body and every disease is seen as a disruption of that balance. The body is divided into Yin and Yang parts, in general, the inside of the body is Yang, the surface of the body is Yin, the front is Yin, the back is Yang and are sometimes described metaphorically as the Water and Fire of the body.

Diseases characterized by weakness, cold slowness and inactivity are Yin; those that manifest strength movement, hyperactivity and heat are Yang and within the body there are Yin organs and Yang organs. The balance between all these parts is maintained by a continuous flow of vital energy along a system of meridians that contain acupuncture stimulation points and each organ is associated with a meridian in such a way that Yang meridians belong to Yin organs and vice versa. Whenever the flow between Yin and

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Yang is blocked, the body becomes ill and the illness is treated by inserting needles into the acupuncture stimulation points to stimulate and restore the flow of Ki⁵⁶.

It is worth noting that Chinese medicine attributes broader functions to the organs than Western medicine, in fact they are associated with precise actions on the psycho-emotional sphere. The circulation of energy in the body varies in the different channels and organs depending on the twenty-four hours, according to the physiological needs of the organism, the seasons and the needs of use.

56 It refers to the Chinese term Qi, also known as Ki in Japanese.

4. COMPARISON BETWEEN WESTERN AND EASTERN MEDICINE

The increasingly massive phenomenon of globalization and the rapid movement of people from one area of the world to another has had an important impact on the epidemiological picture of diseases worldwide. It is because of globalization if there have been increased spreads of certain infectious diseases due to migration-related phenomena, or if there have been cultural and social changes as a result of contact between profoundly different cultures, especially Western and Eastern ones.

The contact between the world of the West and the world of the East brings many comparisons, especially, but not only, in health care, for example, the view of man and the sick person is decidedly different in these two cultures. Western medicine and Eastern medicine, as we have already learned, are two very different approaches to health care and well-being. Western medicine is based on science and empirical research, while Chinese medicine is based on philosophy, theory and practical experience.

4.1 *The differences*

"In the West we live in an attempt to separate things or aspects of life, to preserve the right and eliminate the wrong. In China we live in an attempt to create harmony between things or aspects of life and thus keep them all together. " -Carlo Di Stanislao.

The difference between two medicines is clearly rooted in the difference between two cultures. And there is no better way to approach a culture than to study its "culinary" habits.

In the West, people usually find three pieces of cutlery next to the plate: spoon, fork and knife. In China, but also in Japan, there are usually two

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

pieces of cutlery: spoon and chopsticks (which are two, but function as one). The spoon is common to both cultures and is used for sipping broth. The difference emerges when you look at what is next to the spoon. In the West, the fork and knife that are used to separate, in China the chopsticks that are used to join.

In the West you use a fork and knife to cut meat or fish, an egg or pizza. First you separate, then you enjoy. In China, chopsticks are used to join different foods: a piece of meat and a piece of vegetable, a piece of fish and a seed, a few grains of rice and a legume. First you combine, then you enjoy, as in the famous Japanese sushi or soy noodles or chicken with almonds, typical Chinese dishes.

Eastern Medicine should restore the taste of looking at man as mind, spirit and body, in the West we live in an attempt to separate things or aspects of life, to preserve the right and eliminate the wrong. In China, we live in an attempt to create harmony between things or aspects of life and thus keep them all together.

Both Chinese and Indian medicine have different theoretical foundations from Western medicine. For example, acupuncture is based on the idea of the existence of energy channels within our bodies that we are not yet able to "measure" with current technology, but its therapeutic efficacy, on the other hand, is proven and therefore fully accepted by the World Health Organization. Even in the cardiovascular field, the effectiveness of acupuncture is widely documented. On the other hand, we still do not know exactly how some of our medicines work, such as antidepressants, but that does not mean that they are not used.

The Western doctor mainly observes the facts in front of him and refers to current scientific theories to give an explanation. Chinese medicine, on the other hand, considers the body and the whole person as an organic whole.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

The spiritual, mental, emotional and physical aspects are all seen as interrelated and interdependent.

For Western medicine, the causes of disease can only be external agents of "environmental" origin, such as pathogenic micro-organisms causing infection, or clearly recognisable and identifiable "internal" agents such as hypercholesterolaemia, whereas for Oriental medicine, disease, even when caused by external agents, still depends on an interaction between the individual and the environment: in principle, a healthy, balanced individual does not contract disease, or contracts it in a mild form, even when exposed to a pathogen.

The differences between the two approaches are noticeable right from the diagnosis. Western medicine is based on the scientific method, in which in addition to an anamnesis and physical examination, it may also require several numbers of examinations with modern scientific instruments to check the human body, such as blood tests, urine tests, stool tests, X-rays and so on. Doctors examine the patient until all the necessary information has been gathered. Following the diagnosis, the treatment of the disease will be directed at the pathogenic element or aetiology. For example, in the case of cancer, the patient will receive chemotherapy as a treatment and an attempt will be made to kill the cancer cells.

In Chinese medicine, doctors make the diagnosis by analyzing the patient's tongue, pulse and whole body situation, including reactions, hair and posture. With the information obtained, the doctor makes a diagnosis based on symptoms related to the imbalance of Yin and Yang or vital energy. The treatment of the disease will consequently be aimed at regulating these imbalances.

What Western medicine tends to diagnose and treat is the effect that the disease state has on the body itself. The doctor of Eastern medicine

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

diagnoses and acts on the energy that creates the disease state, Western medicine focuses on trauma treatment and therapy for acute problems, while Chinese medicine excels in the areas of chronic problems and preventive medicine.

From an Eastern perspective, another aspect of the difference between Chinese and Western medicine can be described as "traditional Chinese medicine treats Yang and Western medicine treats Yin". This means that everything in the universe can be described in terms of Yin or Yang, that is, darkness and light. This is one of the underlying philosophies of traditional Chinese medicine. When applied to medicine in general, Western medicine can be said to work on the Yin of the body, the substance of the body, the cells and the actual chemicals. Traditional medicine, on the other hand, works more on the Yang energy that animates those cells.

Man, as seen in Chinese thought, has two characteristics that differentiate him from man in Western medical and scientific thought. Firstly, he is regarded as an open system, closely united to the life of the universe and dependent on the environment in which he lives. His energetic structure takes up the fundamental characteristics of cosmic energy, which structures him as a microcosm in perfect resonance with his surroundings.

Secondly, man is considered as a whole: the psyche/soma separation typical of western culture does not exist. Body and spirit can only be conceived of separately if we know that the division is theoretical. The energy body of Chinese medicine is therefore closer to the cybernetic body, which constitutes the most advanced model of interpretation of modern neurophysiology, than to the mechanistic body of Newtonian physics, the basis of Western medical-scientific thought.

The study of Chinese medical thought cannot do without mentioning its main elaboration tool, the analogy, considered as a way of relating entities or

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

things that differ in quality and quantity: it represents the privileged method adopted by Chinese thought to structure that world of correspondences that is the basis of ancient knowledge.

The Chinese have always attached great importance, rather than to the measurement of effects and the search for causal links, to the observation and cataloguing of correspondences, to the point of assuming an exhaustive knowledge of reality.

Analogy allows the sage of Chinese antiquity the transposition of knowledge of the relationships between the various objects and events of the macrocosm to the small, defined and delimited area of it that is man. It is no coincidence that the inaccurate assertion that Chinese doctors did not need to carry out anatomical dissections was able to spread, since it was sufficient for them to study the energy correlations between the various organs, within the laws of correspondence existing between the organs themselves and the celestial structures. In man, with due proportions, phenomena would occur "as in the universe", and the relations that regulate the generation and reciprocal control of the internal breaths would be structured on laws of similarity analogous to those that govern the great movements of the breaths on a cosmic level.

4.2 The similarities

Contrary to what one might actually think, it must be admitted that the two medicines have nothing in common, except only the desire for the collective well-being, the well-being of the individual called patient in both cases. The two concepts are so different that it is almost impossible to create any sort of analogy between them.

If one really wants to find something in common, one can say that the Easterners, as well as the Westerners, also use these medicines. Chinese

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

medicines are mainly of plant origin, but some are of animal or mineral origin. Several thousand are described, but only a few hundred are in current use. The substances that Chinese medicine recognizes as medicines do not so much have an effect on a symptom as on the body's substances and energy flow. But they are still a far cry from the classic medicines we use in the West, such as paracetamol or antibiotics. On the other hand, some argue that Chinese medicine resembles Homeopathy⁵⁷, because Homeopathy too believes that man should be treated as a whole and not only in his parts; also because Homeopathy maintains that one should not suppress the symptom but look for the underlying mechanisms that cause the disease to emerge, but at the same time Chinese pharmacology uses drugs that have the opposite action to that of the disease, and also because Chinese pharmacology does not use homeopathic doses. Finally, because drugs are not used individually, but combined with each other in recipes, just like food.

Furthermore, in Western medicine, the distinction between black and white is often used: body cells are white and cells that infect the body are black, body cells white and the "crazy" cells of tumors are black, cells that work well are represented white and those that work badly in black, healthy cells are white and unhealthy cells are black, cells that obey again white and those that do not obey again black. Also in the distinction between white drugs and black poisons, healthy foods represented in white and unhealthy foods in black, healthy habits therefore white and unhealthy habits therefore black. From the development of this concept, it can be said that even in the Western world, good is indicated by the colour white and unhealthy, on the contrary, by black, which is why the belief developed whereby the doctor wears the white coat, siding with white, that is, with good.

57 Homeopathy= pseudoscientific practice of alternative medicine based on the 'principle of similarity of the drug' formulated by German physician Samuel Hahnemann in the first half of the 19th century.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

In Chinese medicine, however, we reason differently. Not opposite, but different, in that reality is the result of the action of two forces and is composed of two substances: black and white, Yin and Yang. The two substances are not identified with good and bad, right and wrong. Both are in fact necessary. If either one is missing, there is no life. An all black life is impossible, just as an all white life is impossible. So one can say that there is a certain similarity with the question of colours, but the two theories ultimately refer to two different concepts, so there is no real feature that unites the two medicines other than a simple resemblance, not even too similar.

CONCLUSIONS

In this thesis, an attempt has been made to analyze the world of Western medicine and the world of Eastern medicine in relative depth, more specifically the two interrelated cultures, there has also been an approach to these two worlds in linguistic and cultural terms as well as in medical and health terms. Thanks to their origins, to the early doctors and philosophers who created the history of medicine, and thanks also to the more recent doctors who are still writing it today, we have been able to understand, even if only in part, the vastness and importance of medicine in the world.

Starting from the initial findings, as we continued to analyze the two worlds, especially the particular and interesting techniques of the Chinese medical world, we came to talk about and examine the differences and similarities. We have seen how many differences there really are, we have noticed that in most cases they are two very different realities, both have their own way of looking at the patient, making the diagnosis, performing tests when and if necessary, prescribing medicines and whether to prescribe them, recommending drugs or natural herbs. Moreover, it has been tried to show that they also have similarities, it has been tried to search for and demonstrate commonalities, but the reality is that there are really no similarities at all.

In any case, medicine around the world is always evolving, medicine is a phenomenon that will never stop developing. One day there will be a major American medical breakthrough, another day there will be a major European breakthrough, yet another day there will be a new Asian breakthrough, and so on... It is not the Western and Eastern worlds that are developing, but it is medicine in general that day by day follows its course and is always improving.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

In fact, the Western medical world is slowly realizing that, for at least two millennia, there has been a method of interpreting disease, preventing it and curing it that has been and still is used by a significant proportion of the world's population in China and the Far East. Trying to learn about it, in order to use its positive aspects and reduce its potential risks, is the most reasonable attitude any scholar should have.

One must always have faith in science, progress and medicine.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

***DOS REALIDADES
COMPARADAS: LA MEDICINA
OCCIDENTAL Y LA MEDICINA
ORIENTAL***

SECCIÓN ESPAÑOLA

INTRODUCCIÓN

La medicina occidental y la medicina oriental tienen dos enfoques bastante diferentes del cuidado de la salud y el bienestar. En primer lugar, me gustaría especificar que voy a hablar principalmente de la medicina china, ya que aunque Oriente en general abarca una gran extensión, la nación de China es la que ha desarrollado la medicina más amplia y completa. En general, la medicina occidental tiende a utilizar fármacos para tratar las enfermedades, mientras que la medicina china y oriental utilizan remedios naturales, como la acupuntura, el uso de hierbas o la dieta, para ayudar al cuerpo a curarse.

También hablaré de cómo la medicina oriental tradicional no considera que el cuerpo esté formado por partes separadas, sino que considera que cada órgano es una parte del todo, y que la enfermedad representa un deterioro o desequilibrio de todo el "sistema del hombre". Los mejores médicos saben perfectamente que nuestro cuerpo no está separado de la tierra y de la naturaleza que lo nutre.

Las dos representaciones del hombre según la antigua visión china (donde el hombre se representa como un paisaje natural y el funcionamiento de su cuerpo se compara con el de la naturaleza) y la según la concepción del hombre en plena revolución industrial (donde el hombre se ve básicamente como una máquina compuesta de piezas mecánicas, iguales para todos los individuos) son muy significativas.

La propia etimología de la palabra "medicina" pone de relieve cómo esta disciplina puede interpretarse de dos maneras completa y profundamente distintas. En efecto, mientras que para algunos el término deriva del latín "medicus", a su vez derivado del verbo "medeor" que significa "remediar", "curar la enfermedad", otros remontan su etimología al "modus",

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

es decir, a la "justa medida" que debe guiar a quien la utiliza, así, según este enfoque, la medicina equivale a la "medietas", o el "arte del justo medio", alejado de las faltas y los excesos, de la escasez y la abundancia, y practicado por quienes curan no sólo con "justeza", es decir, con medida, sino también con "justicia", es decir, con equidad y equilibrio.

Explicaré cómo surgieron las dos medicinas y cómo se difundieron, dónde se extendieron, hablaré de sus remedios y, en particular, las analizaré para ver si, aparte de las diferencias fácilmente perceptibles, también tienen algo en común.

Me gusta pensar que quien se atreve a comparar dos o más medicinas entre sí debe pensar que una comparación productiva es aquella que parte de un estudio apasionado de sus respectivas culturas o épocas de origen, por eso me centraré mucho en los dos orígenes, en sus historias, para entender cómo han llegado a ser lo que son hoy, qué ha cambiado y qué ha permanecido igual, y por último, me gustaría precisar que por muy diferentes o parecidas que sean, cada medicina y cada cultura deben ser respetadas por igual.

1. LA MEDICINA OCCIDENTAL

En sus primeras etapas, la medicina occidental era una medicina teúrgica, es decir, un principio en el que la enfermedad se consideraba un castigo divino, un concepto que se encuentra en muchas obras griegas, como la *Ilíada*⁵⁸, y que aún hoy es inherente al hombre. El símbolo de la medicina es la serpiente, animal sagrado porque se creía erróneamente que era inmune a la enfermedad y tenía una importante función práctica en la medicina antigua: en el templo de cada ciudad había una especie de madriguera con serpientes. El templo, de hecho, no era sólo un lugar de devoción, sino también un lugar al que se llevaba a los enfermos: la madriguera con serpientes se utilizaba para asustar al paciente, al que probablemente también se le administraban pociones, para inducirle un estado de shock y hacerle aparecer ante el dios que así le curaría.

Primo non nocere, primum non nocere, es la versión latina de una frase atribuida a Hipócrates, considerado el fundador de la medicina occidental, que se analizará más adelante. El significado es que el primer objetivo es precisamente no hacer daño, es decir, no procurarse la idea errónea de estar afectado por una o varias de las mil dolencias existentes.

La medicina occidental es una medicina técnica y científica, que va a analizar y reparar un daño manifiesto evidenciado por diversos síntomas o resultados de exámenes. Tiende a tratar un órgano eliminando el síntoma y repara un daño anatómico interviniendo con cirugía. En cuanto a los virus, parásitos y bacterias, se eliminan químicamente, interviniendo con fuerza en la regulación de un órgano, deteniendo el mal funcionamiento y, en algunos casos, incluso el dolor. Pero es cuando el organismo responde

⁵⁸ Presumiblemente atribuido a Homero, poema épico sobre la terrible guerra entre griegos y troyanos.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

violentamente cuando aparecen los efectos secundarios, estableciéndose así un círculo vicioso: por cada síntoma que desaparece, aparece un efecto secundario que hay que eliminar, que a su vez podría generar otro.

Un factor muy importante que no debe subestimarse es el llamado "efecto placebo". En la cultura médica occidental, el placebo y el efecto placebo no suelen gozar de buena reputación, a pesar de que en el pasado el único medicamento realmente eficaz para cualquier enfermedad era el placebo. El placebo, por tanto, se define en la literatura científica como una sustancia sin actividad farmacológica específica, administrada como control en ensayos clínicos, o a un paciente concreto para estimular posibles beneficios psicológicos. La realidad del efecto placebo es aceptada por gran parte de la comunidad científica y está representada por una sustancia inocua o cualquier otra terapia o medida no farmacológica que, aunque carece de eficacia terapéutica específica, se administra a la persona haciéndole creer que se trata de un tratamiento necesario.

1.1 El origen

"El hombre siempre ha intentado luchar contra las enfermedades, gestionarlas o racionalizarlas. A menudo han sido personificadas, sentidas como una condena e investidas de un significado moral. Así, se ha podido hablar de enfermedades "malas" -la sífilis o la lepra- y de enfermedades "buenas" -la tuberculosis, frecuentemente asociada al genio romántico-, llegando incluso a ver en ellas un castigo divino: una idea arcaica que ha resurgido recientemente con el SIDA ".⁵⁹

⁵⁹ Roy Porter, "Breve ma veridica storia della medicina occidentale", Carocci, 2004.

La medicina occidental tiene sus primeros orígenes en la religión, pero con el paso del tiempo se fue distanciando cada vez más de ella hasta que la medicina racional de Hipócrates⁶⁰ marcó la frontera entre racionalidad y magia. Una de las escuelas de pensamiento más importantes que se formaron en aquella época fue la del matemático y filósofo Pitágoras: según él, ciertos números tenían significados precisos y, entre ellos, los más importantes eran el 4 y el 7. El 7 siempre ha tenido un significado mágico. El 7 siempre ha tenido un significado mágico; por ejemplo, en la Biblia se habla de un número infinito como 70 veces 7. Entre otras cosas, 7 multiplicado por 4 da 28, es decir, el mes lunar de la menstruación, y 7 por 40 da 280, es decir, la duración en días del embarazo. También por la connotación mágica del 7, se decía que era mejor que el bebé naciera en el séptimo mes que en el octavo. Incluso el periodo de cuarentena, es decir, los 40 días necesarios para evitar el contagio de enfermedades, se derivaba del concepto de sacralidad del número 40.

En las concepciones de Hipócrates había una filosofía profunda y práctica y un considerable sentido común. Los principios básicos eran dejar hacer a la naturaleza, es decir, al poder curativo de la naturaleza, observar atentamente al enfermo e intervenir lo menos posible, y prestar atención a la nutrición y al aire sano. Para eliminar el desequilibrio, era necesario eliminar el exceso de materia, lo que se conoce como materia peccans. Los medios disponibles para la eliminación de materia peccans eran el capipurgium (purga de la cabeza), que consistía en provocar estornudos con drogas como la pimienta, el enema o la sangría. Esta última práctica fue muy utilizada por los seguidores de Hipócrates, sobre todo en la época romana de Galeno, con consecuencias muy graves, ya que vaciar de sangre a un

⁶⁰ Hipócrates de Coos, c. 460 a.C. - c. 377 a.C. fue un médico, geógrafo y aforista de la antigua Grecia, considerado el padre de la medicina.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

enfermo no servía de nada y a menudo era causa de muerte. Sin embargo, Hipócrates recomendaba utilizar estos medios con mucha moderación.

Los textos de Hipócrates, o supuestos textos, se comentaron en las universidades hasta el siglo XVIII. Estos textos comprenden una serie de aforismos, entre ellos el conocido "La vida es corta, el arte es largo, la oportunidad es fugaz, la experiencia es falaz, el juicio es difícil", que constituyen la base de su filosofía e invitan a pensar detenida y repetidamente antes de actuar. Así pues, Hipócrates creó una medicina holística, basada en el ser humano o microcosmos, predicando el uso de la terapia disponible con la mayor moderación posible.

En la medicina occidental, los puntos de vista del médico griego han dominado la medicina europea durante más de mil años. Sin duda, Hipócrates, con sus teorías totalmente modernas e innovadoras para su época, no podía sino influir y dejar una huella tangible en la medicina occidental. Descartes⁶¹, a principios del siglo XVII, estableció las nuevas condiciones del pensamiento del hombre moderno. Descartes afirma que el hombre, como ser pensante, se convierte en la medida de las cosas: "cogito ergo sum" (pienso luego existo). Con esta nueva perspectiva se produce la transición de la medicina tradicional a la medicina occidental moderna, que dura unos 200 años. El cuerpo se ve como una máquina, es decir, como una realidad descompuesta, un conjunto de partes conectadas que deben estudiarse individualmente. La suma de los mecanismos crea una unidad de las partes. La medicina moderna nació a principios del siglo XIX, cuando la anatomía y la fisiología se objetivaron con la introducción del método experimental. Al mismo tiempo, se abandonó la idea "animista" de la interacción de las energías cósmicas y humanas. Así nació la medicina

⁶¹ Renato Descartes, 1596-1650, fue un filósofo y matemático francés, uno de los principales fundadores de las matemáticas y la filosofía modernas.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

occidentale moderna, más centrada en la búsqueda de causas demostrables de un efecto, más objetiva y menos preocupada por la individualidad.

1.2 La medicina en los distintos ámbitos.

Los fenómenos migratorios actuales y las nuevas dimensiones sociales y culturales que de ellos se derivan podrían justificar por sí solos el interés de la antropología por la medicina.

Los conceptos de salud y enfermedad deben, a su vez, replantearse en relación con el contexto sociocultural de referencia. Esto significa que cada sociedad opera una interpretación diferente de la enfermedad y sus causas, elaborando conocimientos y prácticas específicos con el fin de prevenir la enfermedad, curar, restaurar y mantener el estado de salud anterior. Los conocimientos y saberes terapéuticos más antiguos pueden no ser adscribibles a una lógica empírico-científica que verifique su validez y veracidad a través de la experimentación y el método racional, ya que la interpretación que se hace de la enfermedad remite también y sobre todo a la dimensión espiritual, social y cultural.

Entre los Crow⁶² se conoce como el síndrome del "perro loco que quiere morir". Esta teoría habla de un individuo, enfrentado a un gran trauma psíquico, considerado insoportable y no deseado por la sociedad, que responde con una forma de locura cultural y socialmente organizada: se convierte en el perro loco que quiere morir, un guerrero de enorme valor que busca una muerte gloriosa en la batalla. Un comportamiento anormal, expresión de un malestar grave, cultural y socialmente connotado, cuya resolución no sigue los caminos clásicos de la medicina, sino que pasa por

⁶² Son una tribu de nativos americanos. Pertenecían al grupo lingüístico sioux y se asentaron en las llanuras de Montana y Dakota del Sur.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

el filtro de la sociedad. En este caso no hablamos de locura sino de una forma socialmente correcta y aceptada de comportarse demencialmente.

En el caso de la imposición de la terapia de manos, este enfoque se vuelve fundamental. Esta práctica es muy antigua y encontramos pruebas de ella en todo el mundo: en Grecia, un bajorrelieve votivo o una pintura de un jarrón del siglo V representan a Asclepio imponiendo sus manos sobre el cuerpo de un enfermo. El caudillo español Álvaro Núñez Cabeza de Vaca observó esta práctica entre algunas poblaciones indígenas americanas. Un ejemplo es también la práctica que aún hoy utilizamos para eliminar las parasitosis intestinales, sobre todo en los niños. Sin embargo, para que la terapia sea eficaz, es necesario que el médico y el paciente pertenezcan al mismo horizonte cultural y estén de acuerdo sobre el origen del poder que emana de las manos del curandero, para que éste pueda actuar como delegado "oficialmente reconocido" de un poder superior.

Los anglosajones también utilizan dos términos para definir la enfermedad: "disease" y "illness". "Disease" indica el problema visto desde la perspectiva del médico, orientada a identificar la enfermedad como una alteración de la estructura biológica, "illness" se refiere a la experiencia personal de los síntomas y el sufrimiento, a cómo el enfermo, su familia y la comunidad responden a la difícil situación en la que se encuentra el enfermo. También existe un tercer término que define la enfermedad "sickness". Esta palabra nos permite ampliar la perspectiva de la investigación contextualizando la enfermedad y los cuidados en un proceso social, político y económico más amplio.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Sigmund Freud⁶³ también trató el tema de la medicina en sus textos, algunos ejemplos se encuentran en uno de sus libros más conocidos: La interpretación de los sueños. Sin embargo, más concretamente, se abordan las complejas cuestiones de las enfermedades y dolencias mentales. Freud afirma aquí que la psicosis puede producirse en sueños, que a su vez pueden generar material alucinógeno, que podría ir seguido de ataques histéricos o de un estado de melancolía ansiosa, en el peor de los casos incluso de parálisis histérica. Son el resultado de un cierto trastorno mental, no tratado o no mantenido bajo control, ya que se trata de verdaderos síntomas patológicos, considerados incluso equivalentes a los ataques epilépticos.

El tema médico también se trata a menudo en la literatura, desde la más antigua a la más moderna, y con el paso del tiempo se ha hecho cada vez más frecuente, en formas cada vez más elevadas y variadas, constituyendo una condición mórbida en todo ser vivo. Es fácil comprobar hasta hoy que el tema de la medicina es abordado por diversos autores bajo formas variadas: encontramos, por ejemplo, la "enfermedad de amor", las dolencias mentales, la enfermedad "como revelación del yo a sí mismo", la humanidad enferma, la expansión del mal en la enfermedad y la alegría de encontrar el bien después de la enfermedad.

⁶³ Sigmund Schlomo Freud, 1856-1939, fue un neurólogo, psicoanalista y filósofo austriaco, fundador del psicoanálisis, la más antigua de las corrientes de la psicología dinámica.

2. LA MEDICINA ORIENTAL

La medicina oriental, también conocida como medicina tradicional, medicina tradicional china, o hoy en día aún mejor como medicina china teniendo en cuenta la inmensidad del país y las innumerables técnicas e innovaciones que China ha demostrado, se basa en la idea de que los síntomas de una enfermedad no deben eliminarse en absoluto porque debilitan el organismo, al contrario, deben tratarse pero sin poner barreras entre el hombre y las bacterias porque estas últimas son útiles para el ser humano. La medicina china se basa en el hecho de que las bacterias no son enemigas del hombre, al contrario, están en todas partes y forman parte de nosotros, así como todo lo que comemos, bebemos o tocamos, razón por la cual no pueden perjudicar a una persona sana.

Desde la antigüedad, los orientales han tenido la concepción de que el cuerpo es una mera parte de la naturaleza y que, por consiguiente, el hombre vive eternamente bajo la influencia de la naturaleza, ya que existe un orden en ella, un principio de flujo constante de acuerdo con el principio fundamental de que nuestro mundo está en perpetuo cambio.

La medicina tradicional china utiliza una fase diagnóstica y otra terapéutica. Las medicinas orientales parten de una evaluación holística del hombre en su totalidad, que incluye no sólo el componente corporal sino también el mental y espiritual, a partir del cual se desarrolla el concepto de equilibrio cuerpo-mente-espíritu. Por ejemplo, la medicina tradicional india, llamada Ayurveda, considera preponderante la conexión entre cuerpo y espíritu en el tratamiento de los enfermos y destaca el papel de la mente-conciencia en la obtención de la curación y el mantenimiento de la salud y, del mismo modo, para la medicina china cuerpo y mente están íntimamente conectados, al igual que materia y energía.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

El Ayurveda representa el más extendido de los diversos sistemas tradicionales de medicina utilizados por los pueblos del subcontinente indio desde hace miles de años. El término sánscrito Ayurveda significa literalmente "conocimiento de la vida". El Ayurveda considera la salud como el estado natural del hombre y la enfermedad como la pérdida del equilibrio físico y psíquico. Según la tradición, sus orígenes se remontan al principio de la Creación Cósmica, cuando Dios transfirió esta ciencia a los sabios indios, los "rishis", en el curso de sus profundas meditaciones. Por eso se la ha llamado "el gran regalo de los sabios de la India a la humanidad". Sus orígenes se remontan a hace unos 5000 años, cuando se transmitía por tradición oral. El Ayurveda es un sistema de curación muy complejo, que comprende múltiples tipos de tratamientos e indicaciones, y tiene cuatro objetivos principales: el primero es promover la salud; a continuación encontramos la prevención de la enfermedad; después la curación de la enfermedad; y por último, pero no por ello menos importante, promover la longevidad.

El Ayurveda considera que en cada individuo hay tres componentes distintos, denominados "Doshas": Vata, Pitta y Kapha. Cada individuo contiene, en mayor o menor medida, estas tres cualidades, que determinan su constitución, llamada "prakriti", en sus componentes físicos y mentales. El desarrollo actual de la Medicina Tradicional China en Occidente parece ir de la mano de una mayor atención de la población a su propio estado de salud y bienestar, apoyada por una cultura de la prevención y la búsqueda de un médico con un bagaje cultural más holístico.

La medicina china está estrechamente vinculada a la cultura china, que hunde sus raíces en la filosofía taoísta con elementos del confucianismo y el budismo.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

"El hombre que alcanza el Tao no es otra cosa que el hombre verdadero, el hombre que vive la verdad de sí mismo, que actúa de acuerdo con el Cielo/Tierra. Cuando el hombre verdadero alcanza la unidad original ya no actúa directamente, sino que deja que la naturaleza siga su curso, pues la voluntad del hombre sabio se identifica completamente con el orden del dao. Cuando el hombre sabe mantener el equilibrio de los componentes Yin y Yang en su organismo, cuando sabe defenderse y alimentarse, cuando sabe adaptarse a las cuatro estaciones, cuando sabe mantener tranquila su alma, se redescubre sano y auténtico en el seguimiento del Dao, el Camino".⁶⁴

La Medicina Tradicional China concede una importancia fundamental a la prevención, prestando especial atención a la actividad física y mental, la respiración y la elección de los alimentos en función de las estaciones y los gustos.

La visión china del hombre es "cósmica" y energética. El hombre se sitúa entre el Cielo y la Tierra, entre la Energía y la Materia y resume en sí mismo todas las características de lo finito y lo infinito, lo material y lo inmaterial. El hombre está en constante comunicación con las Energías Cósmica, Estacional, Climática y Alimentaria que penetran en él desde el exterior y que deben estar en equilibrio con las internas.

2.1 El origen

La medicina tradicional china es, como ya se ha dicho, una medicina holística en el sentido de que considera toda la realidad como una sola. El

⁶⁴ Citado en El Dao Te Ching, El libro del camino y la virtud de Lao Zi.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

hombre nunca se ve como una realidad separada, sino que se considera un microcosmos estrechamente relacionado con el macrocosmos, incrustado en un ecosistema, definido simbólicamente como el concepto de Cielo/Tierra. El hombre se considera una entidad inseparable de psique y soma, cuerpo y espíritu. Los orígenes del hombre, la salud y la enfermedad se rastrean en el contexto más amplio y general que es el universo. Para analizar algunas de las afirmaciones del pensamiento cosmológico chino, se puede considerar un verso del capítulo 42 del 道德經 (Dàodéjīng)⁶⁵, que dice así:

"La Vía produce el Uno, el Uno produce el Dos, el Dos produce el Tres, el Tres produce los Diez Mil Seres. La Vía es el Tao⁶⁶, el Uno es el Qi⁶⁷, el Dos es el Yin y el Yang y el Tres es el Cielo, la Tierra y el Hombre."

En China, los "yi", es decir, los médicos, completaron el proceso de formación médica entre los siglos VI y I a.C. aproximadamente. Hasta hoy, a los médicos se les conoce con los términos 医生 yisheng y 大夫 dafu.

La medicina tradicional china se originó en la cuenca del río Amarillo y creó su propio sistema académico muy pronto. Durante su largo proceso de evolución, cada época ha visto innovaciones, médicos famosos, escuelas importantes y obras excelentes. Entre las inscripciones en huesos de tortuga

⁶⁵ También conocido comúnmente como el Tao Te Ching o "Libro del Camino y la Virtud", es un texto chino de prosa a veces rimada, cuya composición se remonta a entre los siglos V y III a.C. y se considera el libro fundacional del pensamiento taoísta.

⁶⁶ Tao= término chino que designa el camino o flujo dinámico que une, relaciona y comunica diferentes partes. A menudo se asocia con la imagen del agua y se le dota de una fuerza que se expresa a través de su suavidad, ceder, adaptarse a diferentes circunstancias.

⁶⁷ Qi= término utilizado en chino para referirse a la energía vital que fluye por el cuerpo a través de unos canales muy especiales llamados meridianos energéticos.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

y armaduras de la época de la dinastía Shang⁶⁸, hace unos 3.000 años, ya hay registros relacionados con la salud, que incluyen una docena de enfermedades. En las dinastías Qin y Han⁶⁹ apareció el "Huangdi Neijing", es decir, "El Clásico de Medicina Interna del Emperador Amarillo", la obra sistemática sobre la teoría de la medicina tradicional china más antigua conservada hasta la fecha. La cirugía en la dinastía Han alcanzó un alto nivel. Según los "Anales de los Tres Reinos", el famoso médico Hua Tuo empezó a utilizar en esta época "polvos anestésicos" (llamados Ma Fei San) para la anestesia general en cirugía. En la era Song⁷⁰ (960-1279), la didáctica de la acupuntura experimentó una importante reforma. El médico Wang Wei elaboró "el modelo de bronce del cuerpo humano con ilustraciones de los puntos de acupuntura" y dos modelos de bronce para la enseñanza y la práctica de los estudiantes. Esta iniciativa ejerció una gran influencia en el desarrollo de la acupuntura. En la época Ming⁷¹ (1368-1644), un grupo de médicos propuso diferenciar enfermedades como las fiebres estacionales, la peste, etc. En la época Qing (1644-1911), el estudio de las fiebres estacionales se hizo más maduro, con obras especializadas como "La teoría de las fiebres estacionales", aunque, de hecho, a partir de la dinastía Ming, la medicina occidental empezó a entrar en China. A partir de

68 La dinastía Shang o dinastía Yin es la segunda dinastía histórica china, que gobernó el noreste de China, en el valle del río Amarillo.

69 La dinastía Qin y la dinastía Han son dos de las dinastías chinas más importantes. Se desarrollaron entre el 221 a.C. y el 220 d.C.

70 La dinastía Song gobernó China de 960 a 1279. Fue fundada por el emperador Song Taizu, que usurpó el trono de la posterior Zhou, poniendo fin al periodo de división política, conocido como el periodo de las cinco dinastías y los diez reinos, surgido con la caída de la dinastía Tang en 907.

71 La dinastía Ming fue la que asumió el control absoluto de China de 1368 a 1644.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

entonces, muchos médicos se dedicaron a combinar la medicina china y la occidental, convirtiéndose así en pioneros en este campo.

2.2 La filosofía de la medicina

Ya se ha demostrado que es una medicina antiquísima que se utiliza desde hace siglos y se ha extendido a Italia y Occidente en épocas más recientes, pero es una medicina que sigue una filosofía y una sabiduría muy precisas y particulares. Se dice que el médico chino trata a las personas de forma diferente a los médicos occidentales: el paciente, en buen estado de salud, acude al médico de forma regular y éste le trata, es decir, busca en la persona sus puntos débiles, reequilibrando su energía que podría conducir a la enfermedad. El principal objetivo del médico es, por tanto, evitar que su paciente enferme y no tratarle cuando ya está enfermo, todo ello con el fin de prevenir la enfermedad y dedicarse al bienestar general del paciente.

Uno de los principales pensamientos de la filosofía de la medicina tradicional china es que enseña a responsabilizarse de la propia salud y muestra la manera de seguir este camino, de encontrar el equilibrio para mantener el propio bienestar. En la medicina tradicional china, la medicina y la curación pueden considerarse en realidad filosofía aplicada. Originalmente, las filosofías eran simples consideraciones sobre la naturaleza; con el tiempo, se ampliaron y desarrollaron hasta convertirse en complejas teorías y elaborados principios que más tarde se aplicarían en la práctica a todos los ámbitos de la cultura china. La filosofía china se basa en la experiencia directa de la naturaleza y, a partir de ella, se organizaron modelos filosóficos que reflejan las distintas realidades de la vida abarcando el tema de la medicina. Los modelos, y las ideas filosóficas que contienen, se aplican al

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

cuerpo humano y su curación, poniendo en práctica, de hecho, la filosofía aplicada.

Para la medicina china, un modelo (o diagnóstico) es ante todo una categoría emblemática que permite el intercambio de palabras, pero no intenta clasificar a los individuos ni existe como "verdad" abstracta independiente del paciente. Así pues, toda la cultura china basa sus conocimientos en la filosofía, aunque es más correcto utilizar el término "sabiduría", en la que no hay dogma.

3. LOS PRINCIPALES REMEDIOS CHINOS PARA LA SALUD Y EL BIENESTAR GENERAL

La medicina tradicional china hunde sus raíces en la noche de los tiempos, pero sus conocimientos ancestrales siguen dotándonos hoy de valiosos medios para diagnosticar, curar y aliviar dolencias y enfermedades de todo tipo, gracias a sus innovadores remedios. Las disciplinas y prácticas a las que acompaña son diversas, desde la dietética a la fitoterapia, pasando por el masaje chino o Tui Na⁷², la acupuntura y la cromopuntura⁷³; sea cual sea el método de aplicación, ha demostrado ser una herramienta terapéutica sorprendentemente eficaz.

La medicina tradicional china constituye en sí misma una alternativa y debe tomarse como medicina complementaria más que como alternativa al tratamiento convencional. Otros países de Asia oriental y meridional, como Corea, Japón, Singapur y Tailandia, tienen sus propios sistemas de medicina tradicional, que se han desarrollado hasta tal punto que hoy en día pueden considerarse sistemas de medicina distintos. La medicina tradicional china sigue siendo, con diferencia, la terapia alternativa más extendida entre los sistemas tradicionales de medicina oriental.

Sin embargo, quizá se dé más importancia a algunas de sus principales técnicas o remedios: útiles, eficaces, interesantes e innovadores son la acupuntura, el té verde y sus beneficios, los cinco elementos chinos y la teoría del Yin y el Yang.

72 Tuina o Tui Na= terapia tradicional china, que consiste en diferentes técnicas manuales y complementarias como las ventosas, el martillo de goma o el martillo de agujas.

73 La cromopuntura, también llamada colorpuntura o acupuntura con luces de colores, es una práctica pseudocientífica de medicina alternativa basada en creencias "místicas o sobrenaturales" que afirman que se pueden utilizar luces de colores para estimular los puntos de acupuntura con el fin de promover la curación y mejorar la salud.

3.1 La acupuntura

El término "acupuntura" describe un conjunto de procedimientos, practicados en China y otras partes de Asia desde hace miles de años, que se caracterizan por la estimulación de puntos del cuerpo mediante diversas técnicas. Se cree que se originó en China, donde ha seguido siendo un componente fundamental de la medicina tradicional china y, hasta la fecha, es la técnica oriental más conocida y estudiada.

La acupuntura es una terapia no farmacológica y ha demostrado ser beneficiosa para controlar el dolor y reducir la inflamación. La acupuntura se realiza mediante la inserción de agujas finas y estériles en la piel en puntos específicos denominados puntos de aguja, seguida de una estimulación manual, eléctrica (denominada electroacupuntura) o térmica aplicada a la aguja. Los efectos secundarios atribuidos a la acupuntura suelen ser leves y se caracterizan principalmente por hematomas en la zona de punción. Las complicaciones de la acupuntura se han atribuido a una preparación inadecuada por parte del terapeuta e incluyen infecciones causadas por el uso de agujas no estériles y lesiones en órganos internos o la médula espinal debidas a una técnica de punción incorrecta.

Existen varios obstáculos que limitan la aplicación de la acupuntura en la práctica clínica general. Entre ellos se encuentran los conocimientos y actitudes de los médicos hacia la acupuntura, las preferencias de los pacientes y factores externos como las políticas organizativas y la falta de recursos. Sin embargo, los estudios sobre la relación coste-eficacia de la acupuntura para el alivio del dolor, que incluyen medidas de calidad de vida, han resultado prometedores en general, lo que sugiere que está justificada una mayor aplicabilidad. La investigación sobre la acupuntura se remonta a

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

muchas décadas atrás y la sólida base de investigación que respalda los efectos clínicos y mecánicos de la terapia acupuntural para el dolor sigue mejorando gracias a la investigación en curso. Además, algunos estudios clínicos sobre acupuntura han demostrado que el alivio del dolor puede persistir durante meses e incluso un año entero después de la terapia. Aunque la acupuntura por sí sola es eficaz para algunas afecciones dolorosas, pruebas recientes han demostrado que la combinación de la acupuntura con otras terapias, como la analgesia farmacológica controlada por el paciente, el entrenamiento en rehabilitación, la moxibustión¹ y las ventosas² , puede producir mejores resultados al reducir la dosis de fármacos, mejorar el alivio del dolor y prevenir la transición al dolor crónico. Por lo tanto, la acupuntura debe considerarse una intervención no farmacológica eficaz para el dolor y es una opción razonable.

3.2 El té verde

Contrariamente a lo que podría pensarse, el color del té (verde, negro, rojo o blanco) no hace referencia a una variedad de árbol, sino a las transformaciones que experimenta. Todos proceden del mismo árbol de hoja perenne, la *Camellia Sinensis*. La especificidad del té verde es que sus hojas se recolectan y luego se secan directamente, sin oxidarse ni fermentarse, como ocurre con otros té. Gracias a esta ausencia de procesamiento, conserva todas sus virtudes y es, por tanto, el más conocido por sus beneficios para la salud.

El té verde es uno de los pilares de la medicina tradicional asiática y siempre se ha utilizado por sus propiedades estimulantes y digestivas,

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

mientras que en fitoterapia⁷⁴ es conocido por su acción diurética y sus propiedades antioxidantes. Tiene un gran número de beneficios, como ser rico en catequinas antioxidantes⁷⁵, el té verde es responsable de su efecto reductor del colesterol, y también es la bebida detox por excelencia, ya que se asocia en la mente de las personas con el adelgazamiento. Varios estudios han descubierto que "la ingestión continuada de un GTE (extracto de té verde) rico en catequinas provocaba una reducción de la grasa corporal y del colesterol, lo que sugiere que la ingestión de este extracto contribuye a reducir el riesgo de obesidad y de enfermedades cardiovasculares".

3.3 Los principales remedios chinos para la salud y el bienestar general

La Medicina Tradicional China divide el Qi en diferentes partes, de modo que cada uno de sus aspectos tiene una función vital en el estado de salud del ser humano. El Qi es conceptualmente el principio de todo, pero no existiría sin los Cinco Elementos en los que se propaga. De hecho, todo el universo está formado por cinco elementos fundamentales: Madera, Fuego, Tierra, Metal, Agua, es decir, los cinco elementos a través de los cuales la energía vital, el Qi (del que el Yin y el Yang son las dos polaridades) se expresa en el universo. Los cinco elementos, también llamados cinco movimientos, son el instrumento a través del cual la medicina tradicional

74 Fitoterapia= práctica que implica el uso de plantas o extractos de plantas para el tratamiento de enfermedades o el mantenimiento del bienestar psicofísico.

75 Catequinas= compuestos incoloros que se oxidan fácilmente, dando lugar al pardeamiento y son astringentes, es decir, precipitan las proteínas de la saliva haciendo que el paladar se sienta áspero. El té es rico en catequinas.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

china conoce al hombre, lo estudia, diagnostica sus dolencias y, sobre todo, sus causas.

La teoría de los cinco elementos puede encontrarse en nosotros, los seres humanos, en nuestro estilo de vida y en nuestra forma de expresarnos a lo largo del día. Pueden ser una ayuda válida para comprender las relaciones físicas, químicas y psíquicas de nuestro organismo con la Naturaleza y, a partir de ella, encontraremos respuestas, redescubriremos nuestro concepto de salud y bienestar a través de un lenguaje infantil. De este modo, podremos reevaluar y sopesar nuestras dolencias y actitudes mentales y emocionales con un nuevo punto de vista.

Si no somos capaces de reconocer a los individuos a partir de sus caracterizaciones elementales, ni siquiera podremos aplicar el principio de los cinco elementos al diagnóstico de las patologías individuales. La teoría de los cinco elementos ha tenido el mérito de formular en leyes, la visión global del hombre como parte del universo. La asociación del Hombre como parte del universo es de naturaleza analógica, todo está relacionado con cosas y acontecimientos que presentan analogías y afinidades; estaciones, colores, sabores, olores, planetas, alimentos, órganos, vísceras, notas musicales, instancias psicológicas, todo está relacionado entre sí, para generar en un equilibrio dinámico constante la armonía del universo.

Es en la Medicina Tradicional China donde la teoría de los Cinco Elementos alcanza su máxima expresión. Tradicionalmente, existen cinco órganos fundamentales, cada uno relacionado con el movimiento específico al que pertenecen, los cinco órganos son:

Hígado/Madera, Corazón/Fuego, Bazo/Tierra, Pulmón/Metal,
Riñón/Agua.

A su vez, cada uno de los órganos está relacionado con un órgano hueco o víscera:

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Hígado/Vesícula, Corazón/Intestino Tierno, Bazo/Estómago, Pulmón/Intestino Grueso, Riñón/Vesícula.

Cada sistema, órgano-vena se relaciona con otras estructuras anatómicas: tejidos, órganos de los sentidos, con estructuras que externamente ponen de relieve el estado energético. Estos sistemas anatómicos están a su vez relacionados con elementos de la naturaleza que actúan en un sentido estimulante y regulador, poniendo de relieve una vez más la relación tan estrecha que existe entre el hombre y su universo. Cada uno de los factores climáticos externos ejerce una acción específica sobre cada órgano/vena asociado.

El viento primaveral estimula la energía del Hígado, el calor estival tiene una acción estimulante sobre el Corazón, la humedad actúa sobre el Bazo, la sequedad sobre el Pulmón mientras que el frío invernal actúa sobre el Riñón. A nivel fisiológico, el buen funcionamiento de los órganos depende de la relación equilibrada de la ley de generación y la ley de dominación.

La Madera genera el Fuego, el Hígado almacena, regula, drena y filtra la sangre, el Corazón gobierna los vasos, con una acción propulsora sobre la sangre que es impulsada a la circulación, si el Hígado realiza adecuadamente su función, la circulación de la sangre será óptima. El Fuego engendra la Tierra; es por medio de la energía del Corazón que el Bazo realiza de manera óptima su función de transformación y transporte de la energía nutritiva.

La Tierra engendra el Metal. El Bazo tiene una relación especial con el Pulmón, enviándole la energía nutritiva llamada Gu Qi que ha extraído de los alimentos para que el Pulmón pueda procesar el Gu Qi más la energía del aire Xong Qi para distribuirla a todos los demás órganos. El Metal genera Agua. El Pulmón después de constituir la energía Xiong Qi la envía hacia abajo al Riñón, ayudando a distribuir todos los fluidos corporales,

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

humidificando y enfriando todo el cuerpo, el Agua genera Madera y así sucesivamente....

3.4 La teoría del Yin y el Yang

Desde la antigüedad, los orientales han reconocido que nuestro cuerpo es una mera parte de la naturaleza y que el hombre vive constantemente bajo su influencia. Cada cuerpo humano es un cosmos en miniatura, una réplica del cosmos "mayor" llamado naturaleza. En él existe un orden, un principio de flujo constante, de acuerdo con el principio fundamental de que nuestro mundo cambia constantemente. En la filosofía oriental, este principio se conoce como la Teoría del Yin y el Yang.

Nuestro cuerpo es uno con el universo; el cuerpo y la tierra no son dos entidades separadas. La lógica subyacente en la medicina china, según la cual una parte sólo puede entenderse en relación con el todo, es la teoría del Yin y el Yang. Se basa en la construcción filosófica de dos polaridades complementarias, denominadas Yin y Yang, donde tales opuestos complementarios caracterizan el concepto fundamental del pensamiento chino, los chinos, de hecho, creen que siempre que una situación se desarrolla hasta sus consecuencias extremas, se ve obligada a invertir su curso transformándose en su opuesto.

El Yang, el poder creativo, masculino y fuerte, se asociaba con el Cielo, mientras que el Yin, el elemento femenino, maternal, oscuro y receptivo estaba representado por la Tierra y en el campo del pensamiento el Yin es la mente femenina, intuitiva y compleja, el Yang es el intelecto masculino, lúcido y racional. El Yin es la quietud contemplativa del sabio, el Yang la fuerte actividad creadora del rey.

El par Yin y Yang es el gran motivo que determina todas las características del modo de vida tradicional chino, el Yin y el Yang se crean

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

mutuamente y pueden distinguirse el uno del otro, pero no pueden separarse porque dependen el uno del otro, se remiten y se definen mutuamente.

La actividad Yang del cuerpo se nutre de su forma física Yin, la forma física es creada y mantenida en la existencia por la actividad del cuerpo. El Yin y el Yang se controlan mutuamente: si el Yin está en exceso, el Yang será deficiente y viceversa, y pueden transformarse el uno en el otro.

La medicina china se basa en el equilibrio del Yin y el Yang en el cuerpo humano y toda enfermedad se considera una alteración de dicho equilibrio. El cuerpo se divide en partes Yin y Yang, en general, el interior del cuerpo es Yang, la superficie del cuerpo es Yin, la parte delantera es Yin, la trasera es Yang y a veces se describen metafóricamente como el Agua y el Fuego del cuerpo.

Las enfermedades caracterizadas por la debilidad, la lentitud fría y la inactividad son Yin; las que manifiestan fuerza movimiento, hiperactividad y calor son Yang y dentro del cuerpo hay órganos Yin y órganos Yang. El equilibrio entre todas estas partes se mantiene mediante un flujo continuo de energía vital a lo largo de un sistema de meridianos que contienen puntos de estimulación de acupuntura y cada órgano está asociado a un meridiano de tal forma que los meridianos Yang pertenecen a órganos Yin y viceversa. Cuando se bloquea el flujo entre el Yin y el Yang, el cuerpo enferma y la enfermedad se trata insertando agujas en los puntos de estimulación de acupuntura para estimular y restablecer el flujo de Ki⁷⁶.

Cabe señalar que la medicina china atribuye a los órganos funciones más amplias que la medicina occidental, de hecho se asocian a acciones precisas en la esfera psicoemocional. La circulación de la energía en el cuerpo varía en los distintos canales y órganos en función de las veinticuatro

⁷⁶ Hace referencia al término chino Qi, también conocido como Ki en japonés.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

horas, según las necesidades fisiológicas del organismo, las estaciones y las necesidades de uso.

4. COMPARACIÓN DE LA MEDICINA OCCIDENTAL Y LA MEDICINA ORIENTAL

El fenómeno cada vez más masivo de la globalización y el rápido desplazamiento de personas de una zona del mundo a otra ha tenido un impacto importante en el panorama epidemiológico de las enfermedades en todo el mundo. Es debido a la globalización que se ha producido un aumento de la propagación de determinadas enfermedades infecciosas debido a fenómenos relacionados con la migración, o que se han producido cambios culturales y sociales como consecuencia del contacto entre culturas profundamente diferentes, especialmente las occidentales y las orientales.

El contacto entre el mundo de Occidente y el de Oriente aporta muchas comparaciones, sobre todo, pero no sólo, en la asistencia sanitaria, por ejemplo, la visión del hombre y del enfermo es decididamente diferente en estas dos culturas. La medicina occidental y la medicina oriental, como ya hemos aprendido, son dos enfoques muy diferentes del cuidado de la salud y el bienestar. La medicina occidental se basa en la ciencia y la investigación empírica, mientras que la medicina china se basa en la filosofía, la teoría y la experiencia práctica.

4.1 Las diferencias

"En Occidente vivimos en un intento de separar las cosas o los aspectos de la vida, de preservar lo correcto y eliminar lo incorrecto. En China vivimos en un intento de crear armonía entre las cosas o los aspectos de la vida y así mantenerlos todos juntos.

" -Carlo Di Stanislao.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

La diferencia entre dos medicinas radica claramente en la diferencia entre dos culturas. Y no hay mejor manera de acercarse a una cultura que estudiar sus hábitos "culinarios".

En Occidente, la gente suele encontrar tres cubiertos junto al plato: cuchara, tenedor y cuchillo; en China, pero también en Japón, suele haber dos cubiertos: cuchara y palillos (que son dos, pero funcionan como uno solo). La cuchara es común a ambas culturas y se utiliza para sorber el caldo. La diferencia surge cuando se observa lo que hay junto a la cuchara. En Occidente, el tenedor y el cuchillo que se utilizan para separar, en China los palillos que se utilizan para unir.

En Occidente se utiliza el tenedor y el cuchillo para cortar carne o pescado, un huevo o una pizza. Primero separas, luego disfrutas. En China, los palillos se utilizan para unir diferentes alimentos: un trozo de carne y otro de verdura, un trozo de pescado y una semilla, unos granos de arroz y una legumbre. Primero combinas, luego disfrutas, como en el famoso sushi japonés o los fideos de soja o el pollo con almendras, platos típicos chinos.

La Medicina Oriental debería recuperar el gusto de considerar al hombre como mente, espíritu y cuerpo; en Occidente vivimos en un intento de separar las cosas o los aspectos de la vida, de preservar lo correcto y eliminar lo incorrecto. En China, vivimos en un intento de crear armonía entre las cosas o los aspectos de la vida y así mantenerlos todos juntos.

Tanto la medicina china como la india tienen fundamentos teóricos diferentes a los de la medicina occidental. Por ejemplo, la acupuntura se basa en la idea de la existencia de canales de energía dentro de nuestro cuerpo que aún no somos capaces de "medir" con la tecnología actual, pero su eficacia terapéutica, en cambio, está demostrada y, por tanto, plenamente aceptada por la Organización Mundial de la Salud. Incluso en el ámbito cardiovascular, la eficacia de la acupuntura está ampliamente documentada.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Por otro lado, todavía no sabemos exactamente cómo funcionan algunos de nuestros medicamentos, como los antidepresivos, pero eso no significa que no se utilicen.

El médico occidental observa principalmente los hechos que tiene delante y se remite a las teorías científicas actuales para dar una explicación. La medicina china, en cambio, considera el cuerpo y la persona en su totalidad como un todo orgánico. Los aspectos espirituales, mentales, emocionales y físicos se consideran interrelacionados e interdependientes.

Para la medicina occidental, las causas de la enfermedad sólo pueden ser agentes externos de origen "ambiental", como microorganismos patógenos causantes de infecciones, o agentes "internos" claramente reconocibles e identificables, como la hipercolesterolemia, mientras que para la medicina oriental, la enfermedad, aunque esté causada por agentes externos, sigue dependiendo de una interacción entre el individuo y el entorno: en principio, un individuo sano y equilibrado no contrae la enfermedad, o la contrae de forma leve, aunque esté expuesto a un agente patógeno.

Las diferencias entre ambos enfoques se aprecian ya desde el diagnóstico. La medicina occidental se basa en el método científico, en el que, además de la anamnesis y la exploración física, puede requerir varios exámenes con instrumentos científicos modernos para comprobar el cuerpo humano, como análisis de sangre, orina, heces, radiografías, etcétera. Los médicos examinan al paciente hasta reunir toda la información necesaria. Tras el diagnóstico, el tratamiento de la enfermedad se dirigirá al elemento patógeno o etiología. Por ejemplo, en el caso del cáncer, el paciente recibirá quimioterapia como tratamiento y se intentará eliminar las células cancerosas.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

En la medicina china, los médicos realizan el diagnóstico analizando la lengua, el pulso y la situación de todo el cuerpo del paciente, incluidas las reacciones, el cabello y la postura. Con la información obtenida, el médico realiza un diagnóstico basado en síntomas relacionados con el desequilibrio del Yin y el Yang o energía vital. En consecuencia, el tratamiento de la enfermedad irá encaminado a regular estos desequilibrios.

Lo que la medicina occidental tiende a diagnosticar y tratar es el efecto que el estado de enfermedad tiene sobre el propio cuerpo. El médico de medicina oriental diagnostica y actúa sobre la energía que crea el estado de enfermedad, la medicina occidental se centra en el tratamiento de traumatismos y la terapia de problemas agudos, mientras que la medicina china destaca en las áreas de problemas crónicos y medicina preventiva.

Desde una perspectiva oriental, otro aspecto de la diferencia entre la medicina china y la occidental puede describirse como "la medicina tradicional china trata el Yang y la medicina occidental trata el Yin". Esto significa que todo en el universo puede describirse en términos de Yin o Yang, es decir, oscuridad y luz. Esta es una de las filosofías subyacentes de la medicina tradicional china. Aplicada a la medicina en general, puede decirse que la medicina occidental trabaja sobre el Yin del cuerpo, la sustancia del cuerpo, las células y las sustancias químicas reales. La medicina tradicional, en cambio, trabaja más sobre la energía Yang que anima esas células.

El hombre, según el pensamiento chino, tiene dos características que lo diferencian del hombre del pensamiento médico y científico occidental. En primer lugar, se le considera un sistema abierto, estrechamente unido a la vida del universo y dependiente del entorno en el que vive. Su estructura energética recoge las características fundamentales de la energía cósmica,

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

que lo estructura como un microcosmos en perfecta resonancia con su entorno.

En segundo lugar, el hombre es considerado como un todo: la separación psique/soma típica de la cultura occidental no existe. Cuerpo y espíritu sólo pueden concebirse por separado si sabemos que la división es teórica. Por tanto, el cuerpo energético de la medicina china está más cerca del cuerpo cibernético, que constituye el modelo de interpretación más avanzado de la neurofisiología moderna, que del cuerpo mecanicista de la física newtoniana, base del pensamiento médico-científico occidental.

El estudio del pensamiento médico chino no puede prescindir de mencionar su principal herramienta de elaboración, la analogía, considerada como una forma de relacionar entidades o cosas que difieren en calidad y cantidad: representa el método privilegiado adoptado por el pensamiento chino para estructurar ese mundo de correspondencias que es la base del saber antiguo.

Los chinos siempre han concedido gran importancia, más que a la medición de los efectos y a la búsqueda de vínculos causales, a la observación y catalogación de las correspondencias, hasta el punto de suponer un conocimiento exhaustivo de la realidad.

La analogía permite al sabio de la antigüedad china la transposición del conocimiento de las relaciones entre los diversos objetos y acontecimientos del macrocosmos al ámbito pequeño, definido y delimitado del mismo que es el hombre. No es casualidad que pudiera difundirse la afirmación inexacta de que los médicos chinos no necesitaban realizar disecciones anatómicas, ya que les bastaba con estudiar las correlaciones energéticas entre los diversos órganos, dentro de las leyes de correspondencia existentes entre los propios órganos y las estructuras celestes. En el hombre, con las debidas proporciones, los fenómenos ocurrirían "como en el universo", y las

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

relaciones que regulan la generación y el control recíproco de las respiraciones internas se estructurarían sobre leyes de semejanza análogas a las que rigen los grandes movimientos de las respiraciones a nivel cósmico.

4.2 Las similitudes

En contra de lo que en realidad podría pensarse, hay que admitir que las dos medicinas no tienen nada en común, salvo únicamente el deseo del bienestar colectivo, el bienestar del individuo llamado paciente en ambos casos. Los dos conceptos son tan diferentes que es casi imposible crear cualquier tipo de analogía entre ellos.

Si realmente se quiere encontrar algo en común, se puede decir que los orientales, al igual que los occidentales, también los utilizan. Los medicamentos chinos son principalmente de origen vegetal, pero algunos son de origen animal o mineral. Se han descrito varios miles, pero sólo unos cientos se utilizan en la actualidad. Las sustancias que la medicina china reconoce como medicamentos no afectan tanto a un síntoma como a las sustancias y al flujo energético del organismo. Pero aún están muy lejos de los medicamentos clásicos que utilizamos en Occidente, como el paracetamol o los antibióticos.

Por otra parte, algunos sostienen que la medicina china se parece a la homeopatía⁷⁷, porque también la homeopatía cree que hay que tratar al hombre como un todo y no sólo en sus partes; también porque la homeopatía sostiene que no hay que suprimir el síntoma sino buscar los mecanismos subyacentes que hacen que surja la enfermedad, pero al mismo tiempo la farmacología china utiliza medicamentos que tienen la

⁷⁷ Homeopatía= práctica pseudocientífica de medicina alternativa basada en el "principio de similitud del medicamento" formulado por el médico alemán Samuel Hahnemann en la primera mitad del siglo XIX.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

acción contraria a la de la enfermedad, y también porque la farmacología china no utiliza dosis homeopáticas. Por último, porque los medicamentos no se utilizan individualmente, sino combinados entre sí en recetas, igual que los alimentos.

Además, en la medicina occidental se utiliza a menudo la distinción entre blanco y negro: las células del cuerpo son blancas y las células que infectan el cuerpo son negras, las células del cuerpo son blancas y las células "locas" de los tumores son negras, las células que funcionan bien se representan en blanco y las que funcionan mal en negro, las células sanas son blancas y las células malsanas son negras, las células que obedecen de nuevo blancas y las que no obedecen de nuevo negras. También en la distinción entre drogas blancas y venenos negros, alimentos sanos representados en blanco y alimentos malsanos en negro, hábitos sanos por tanto blancos y hábitos malsanos por tanto negros. A partir del desarrollo de este concepto, se puede decir que incluso en el mundo occidental, lo bueno se indica con el color blanco y lo malsano, por el contrario, con el negro, razón por la cual se desarrolló la creencia según la cual el médico lleva la bata blanca, poniéndose del lado del blanco, es decir, del bien.

En la medicina china, sin embargo, razonamos de forma diferente. No opuesto, sino diferente, en el sentido de que la realidad es el resultado de la acción de dos fuerzas y está compuesta de dos sustancias: blanco y negro, Yin y Yang. Las dos sustancias no se identifican con lo bueno y lo malo, lo correcto y lo incorrecto. De hecho, ambas son necesarias. Si falta alguna de ellas, no hay vida. Una vida totalmente negra es imposible, al igual que una vida totalmente blanca es imposible. Así que se puede decir que hay una cierta similitud con la cuestión de los colores, pero las dos teorías se refieren en última instancia a dos conceptos diferentes, por lo que no hay ninguna

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

caratteristica real que una las dos medicinas, aparte de una simple semejanza, ni siquiera demasiado similar.

CONCLUSIONES

En esta tesis se ha intentado analizar con relativa profundidad el mundo de la medicina occidental y el mundo de la medicina oriental, más concretamente las dos culturas interrelacionadas, por lo que se ha realizado una aproximación a estos dos mundos tanto en términos lingüísticos y culturales como médicos y sanitarios. Gracias a sus orígenes, a los primeros médicos y filósofos que crearon la historia de la medicina, y gracias también a los médicos más recientes que siguen escribiéndola hoy en día, hemos podido comprender, aunque sólo sea en parte, la inmensidad y la importancia de la medicina en el mundo.

Partiendo de los primeros descubrimientos, y continuando con el análisis de los dos mundos, especialmente de las particulares e interesantes técnicas del mundo médico chino, hemos llegado a hablar y examinar las diferencias y similitudes. Hemos visto cuántas diferencias hay en realidad, nos hemos dado cuenta de que en la mayoría de los casos son dos realidades muy distantes, ambas tienen su propia forma de mirar al paciente, de hacer el diagnóstico, de realizar pruebas cuando y si es necesario, de prescribir medicamentos y de prescribirlos o no, de recomendar fármacos o hierbas naturales. Además, se ha intentado demostrar que también tienen similitudes, se ha intentado buscar y demostrar elementos comunes, pero la realidad es que realmente no hay ninguna similitud.

En cualquier caso, la medicina en el mundo siempre está evolucionando, la medicina es un fenómeno que nunca dejará de desarrollarse. Un día habrá un gran avance médico americano, otro día habrá un gran avance europeo, otro día habrá un nuevo avance asiático, y así sucesivamente... No son los mundos occidental y oriental los que se

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

desarrollan, sino que es la medicina en general la que día a día sigue su curso y siempre está mejorando.

De hecho, el mundo médico occidental se está dando cuenta poco a poco de que, desde hace al menos dos milenios, existe un método para interpretar las enfermedades, prevenirlas y curarlas que ha sido y sigue siendo utilizado por una parte importante de toda la población mundial en China y Extremo Oriente. Tratar de conocerlo, para utilizar sus aspectos positivos y reducir sus riesgos potenciales, es la actitud más razonable que debe tener cualquier estudioso.

Siempre hay que tener fe en la ciencia, el progreso y la medicina.

RINGRAZIAMENTI

Questi tre anni di uiversità sono davvero volati, a guardarmi indietro quasi non ci credo che sono davvero passati già tre anni, fra lezioni online, lezioni in presenza ed esami realmente temuti siamo arrivati al momento della mia prima laurea. Vorrei riservare questo spazio finale della mia tesi di laurea verso tutti coloro che mi sono stati affianco, a tutte le persone che hanno contribuito alla realizzazione di essa e a chiunque mi abbia sempre supportato, o mi sia stato vicino in generale.

Vorrei innanzitutto ringraziare tutti i miei professori, in particolare la professoressa A. Bisirri ed i miei correlatori M. Paparusso, F. Matassa e T. Centurioni, grazie per la vostra disponibilità e per avermi accompagnata in questo percorso.

Parto col ringraziare la mia famiglia che mi è vicina da sempre, i miei genitori che mi hanno permesso di fare l'università e che mi sono stati sempre accanto, mia sorella, mia nonna e le mie cugine.

Un grazie speciale va ai miei fratelli, non di sangue, ma è come se lo foste: Chiara, Emanuele e Giulia. I nostri primi incontri risalgono a quando eravamo ancora nelle culle, direi che ne è passato di tempo... nonostante ciò non ci siamo persi mai. Grazie che ci siete davvero da sempre, senza di voi io probabilmente non sarei la stessa. Per voi non basterebbe una pagina di ringraziamenti, mi avete fatto capire che alcuni legami non si spezzano per niente al mondo. A Chiara, mia sorella indiscussa, grazie per non avermi lasciata sola mai, che nonostante la distanza o il passare degli anni siamo rimaste e rimarremo sempre "*le zemelline*", e se da piccole il nostro hobby preferito era giocare (ma anche ogni tanto menarsi), oggi è passare ore ed ore insieme, tempo per me prezioso, che vorrei non finisse mai. A Emanuele, o meglio dire a Melele, sei il fratello che non ho mai avuto, il nostro rapporto è una delle cose più belle che possiedo nella vita, grazie che con il tuo carattere e con la tua immaginazione particolare in qualche modo riesci sempre a farmi ridere e farmi stare bene, grazie che ci sei davvero da sempre per me, sei il migliore amico che potessi avere. A Giulia, la mia piccola Giù Giù, la mia sorellina che riempie il mio cuore, perché sì, sappi che con la tua dolcezza riesci a fare brezza nella mia apatia anche se sarà l'unica volta che te lo dirò, siamo passate dalle bambole agli spritz non sappiamo nemmeno noi come, ma va bene così, il bene che ti voglio va oltre qualsiasi cosa, grata di averti. Non potrei immaginare una vita senza di voi.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

Alle mie amiche, la parte più bella di me.

A Sara, tu sei l'amore della mia vita, sei entrata silenziosamente nella mia quotidianità e non ne sei mai più uscita, facendomi capire che ci saremo sempre l'una per l'altra. Tu mi hai insegnato davvero tanto, mi sei sempre vicina, se qualcosa mi va male tu sei pronta a consolarmi ma se qualcosa mi va bene tu sei sempre lì, in prima fila, a fare il tifo per me, sei una persona genuina, il bene che c'è fra di noi va oltre qualsiasi tipo di ostacolo, il nostro bene che solo noi lo sappiamo. Per me sei tante cose, ma tu questo già lo sai, grazie per avermi accompagnato in questo percorso e grazie perché so che ci sarai nei prossimi che verranno, dopo la tempesta c'è il sole, o almeno per noi, sono fortunata ad averti nella mia vita, io e te per sempre.

A Martina, a te dico grazie perché in un modo o in un altro riesci sempre a strapparmi un sorriso. Insieme abbiamo affrontato molte cose, come inseguimenti, appostamenti, giri in macchina infiniti e penso che posso fermarmi qua, solo noi sappiamo certe cose e credo sia meglio così. Grazie che sei entrata nella mia vita improvvisamente, regalandomi un'amicizia vera ed unica, grazie perché so che continuerai a farne parte, speriamo con qualche corna in meno. In ogni caso, io ci sarò sempre per te, grazie per correre sempre da me non appena ne ho bisogno, per tutte le serate passate in macchina o in un bar, per i nostri giri infiniti ai supermercati, per essere la mia assistente e segretaria personale. Credo che non ce lo siamo mai detto, ma ti voglio bene.

A Giulia, la mia costante da anni. Tu sei entrata a far parte della mia vita in un modo totalmente casuale, probabilmente è stato il destino che ha voluto farci conoscere, ed io non posso che esserne felice. Da quando ci conosciamo non c'è stato nemmeno un giorno in cui tu non ci sia stata per me, te ne sarò riconoscente a vita, grazie che con il tuo calore mi fai sempre capire che su di te posso sempre contare, grazie per non avermi lasciata sola mai e per dimostrarmi ogni giorno l'amicizia più vera che una persona possa dimostrare, grazie che continui insieme a me a coltivare il nostro rapporto giorno per giorno, la nostra amicizia è sacra per me.

A Dea, noi ci siamo conosciute fra i banchi di scuola e le nostre strade da lì non si sono più divise, forse il caso ha voluto che la nostra amicizia continuasse a lungo. A te dico grazie, perché da anni a questa parte, con la tua allegria ed il tuo modo di fare mi fai sempre ridere tanto, a te che,

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

nonostante alti e bassi, ci sei sempre stata, mi hai sempre aiutato in ogni difficoltà scolastica, universitaria o di qualsiasi tipo. Probabilmente anche fra dieci anni troveremo il modo di giocare a carte, o forse la nostra ludopatia terminerà, l'importante è che tu sappia che ci sarà sempre una parte della tua allegria in me, per noi spero che riusciremo a raggiungere i nostri obiettivi perché ce lo meritiamo, quindi grazie per tutto amica e collega.

A Celeste, tu sei sicuramente una delle persone che più di tutte devo ringraziare, mi hai insegnato a vivere la vita con più leggerezza e spensieratezza, tu sei entrata gradualmente nella mia vita ed hai acquisito un'importanza sempre maggiore. Io e te ne abbiamo passate davvero tante, fra pomeriggi e nottate passate a studiare sul letto di casa tua insieme a Sorcio, fra un esaurimento nervoso ed un altro, fra una disperazione ed un'altra sono contenta di aver affrontato questo percorso insieme, perché senza di te non sarebbe stata la stessa cosa. Nonostante le sfide che la vita potrà metterci davanti, avrai sempre un posto nel mio cuore, non scordarlo mai. Grazie per aver riempito le mie giornate, grazie che ti sei sempre impegnata nella nostra amicizia, grazie per essere riuscite ad arrivare fino a qui, sei come una sorella per me e custodirò gelosamente una parte di te in me, per sempre.

A Manuel, grazie che con il tuo amore riempi le mie giornate ed il mio cuore, grazie che da quando sei entrato nella mia vita l'hai colorata ogni giorno di più, rendendola stupenda. Grazie per essere il mio fidanzato, il mio migliore amico, il mio psicologo, il mio confidente e la mia persona, perché sei tutto ciò che nella vita ho sempre desiderato. Nonostante ci siamo conosciuti un anno fa, o poco più, da quando ci sei tu per me è tutto più bello, è tutto più leggero, è tutto più felice e colorato, grazie per rendermi felice ogni giorno ed accontentarmi sempre, o comunque provarci in ogni modo fino a trovare qualsiasi compromesso possibile, in tutto e per tutto, spero che il nostro amore durerà a lungo e che riusciremo a realizzare il nostro sogno di viaggiare il mondo insieme. A te devo davvero tanto, un semplice grazie per te non basta.

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

BIBLIOGRAFIA

Enciclopedia della medicina, DeAgostini editore.

Roy Porter, "Breve ma veridica storia della medicina occidentale, Carocci, 2004.

Ippocrate, di Jacques Jouanna (Autore) L. Rebaudo (Traduttore), 1994.

Gianfranco Natale, Alberto Zampieri, "Il dolore e la sua terapia nella medicina occidentale", Pisa University Press, 2016.

G. Iannuzzo, Medici e sciamani. Un viaggio tra le medicine tradizionali, Edizioni Arianna, Geraci Siculo, 2014.

Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), General Guidelines for Methodologies on Research and Evaluation of Traditional Medicine, OMS, Ginevra, 2000.

Sigmund Freud, L'interpretazione dei sogni (pagine 83-84-85)

La malattia come metafora nelle letterature dell'occidente, Liguori editore.

Naboru Muramoto, Il medico di sé stesso - Manuale pratico di medicina orientale

Farquhar, J., *Knowing practice: the clinical encounter of Chinese medicine*, p. 26, citato in Kaptchuk, p.67

Giussani G. - LE BASI DELLA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

Jacques Lavier- L'agopuntura cinese

Antonella Ferrulli- Energetica delle Emozioni

Roberta Lovati, Francesco Donato- TENDENZE NUOVE- La medicina occidentale e le medicine orientali a confronto

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

SITOGRAFIA

<https://www.ileniaspallinoagopuntura.it/blog/che-differenza-ce-tra-la-medicina-occidentale-e-quella-orientale-quando-scegliere-luno-laltra-o-entrambe/>

https://www.treccani.it/enciclopedia/medicina_%28Universo-del-Corpo%29/

<https://www.laghianda.org/index.php/21-blog/24-medicina-tradizionale-cinese-e-medicina-occidentale>

<http://pacs.unica.it/biblio/storia1.htm>

https://www.treccani.it/enciclopedia/medicina_%28Universo-del-Corpo%29/

<https://www.stateofmind.it/2011/11/placebo-effetto-placebo/>

<http://pacs.unica.it/biblio/storia1.htm>

<https://www.marinofabio.it/riflessioni-sulla-medicina-occidentale/>

<https://www.istitutoeuroarabo.it/DM/medicina-occidentale-moderna-e-medicine-tradizionali-fra-scienza-e-antropologia/>

https://www.aprirenetwork.it/cittadini/wp-content/uploads/2022/05/Cap10_MedicineOrientali.pdf

<https://docs.univr.it/documenti/Documento/allegati/allegati091633.pdf>

<https://italian.cri.cn/chinaabc/chapter13/chapter130201.htm>

<https://www.luciosotte.it/la-nascita-lo-sviluppo-della-medicina-cinese-della-farmacologia-dai-tempi-mitici-al-vi-secolo-d-c/>

<https://www.osteopata.it/aspetti-di-filosofia-e-medicina-tradizionale-cinese-il-tao/>

<https://www.topdoctors.it/dizionario-medico/medicina-tradizionale-cinese>

<https://www.aisd.it/notizie/2128-anno-mondiale-contro-il-dolore-2023-l%E2%80%99agopuntura-per-il-sollievo-dal-dolore>

<https://iris.unipa.it/retrieve/handle/10447/103280/140509/Insegnare%20nelle%20Universit%C3%A0%20la%20Fitoterapia%20e%20l'Agopuntura.pdf>

Due realtà a confronto: medicina occidentale e medicina orientale

<https://www.nutrimea.com/it/53-te-verde-camelia-sinensis>

<https://www.farmaciasansoni.it/2023/04/14/il-qi-e-la-teoria-dei-5-elementi/>

<https://www.reiki.it/ricerca/la-teoria-dello-yin-e-dello-yang/>

<https://www.viaggioincina.net/medicina-tradizionale-cinese/differenza-tra-medicina-cinese-e-occidentale.html>

https://www.provincia.bz.it/sanita/download/medicina_cinese_i.pdf