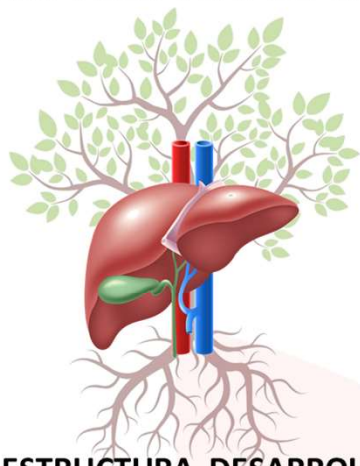
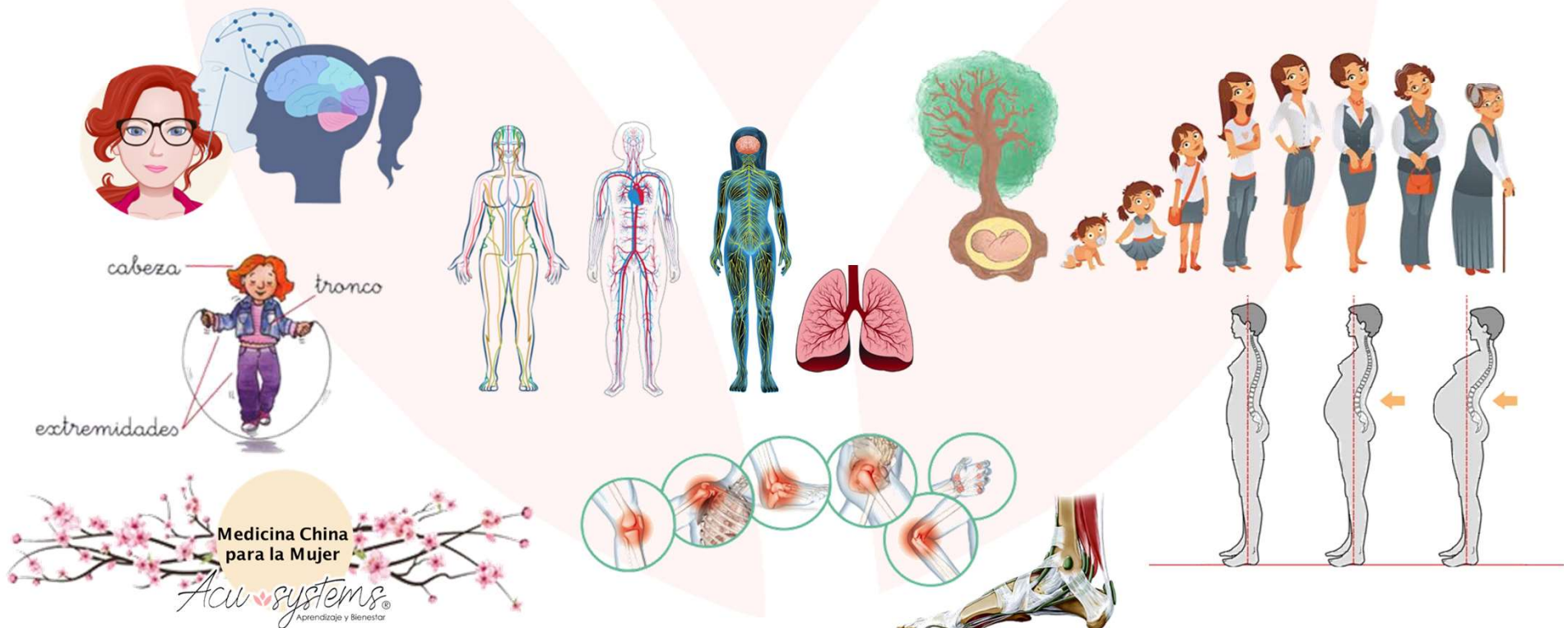


ENERGIA MADERA



ESTRUCTURA, DESARROLLO Y FUNCIONAMIENTO

- El hígado se encarga de cerca de 500 funciones orgánicas. Juega un papel vital en la digestión, en el metabolismo del azúcar y las grasas, e incluso en el sistema inmunitario. **Procesa todo lo que comemos, respiramos o absorbemos a través de la piel.** Además, **actúa como filtro para eliminar patógenos y toxinas de la sangre.**
- El Hígado tiene la responsabilidad de almacenar y distribuir la Sangre y la Energía hacia los confines de la cabeza y extremidades. ***Este proceso de regulación determina la cantidad y la presión de la sangre en el cuerpo.***
- El Hígado gobierna los tendones, ligamentos, músculos pequeños y los nervios, que motivan y regulan todo el movimiento del cuerpo. El movimiento de la sangre y Qi de músculos, articulaciones, extremidades, y las vísceras, constituye la vida activa del cuerpo. **Se refleja en la uñas.**
- Nutre el sentido de la vista y capacidad de visión para el desarrollo de la vida.
- Rige todos LOS NUEVOS COMIENZOS y todos los procesos de desarrollo, estructuras en crecimiento y ciclos de transformación de nuestra vida. Gobierna el CAMBIO y la Metamorfosis.
- DIRIGE NUESTRAS IDEAS Y DECISIONES (MERIDIANO DE VESICULA BILIAR). RIGE EL INCOSCIENTE.



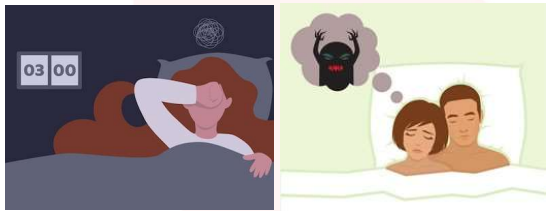
Medicina China
para la Mujer

Acu systems®
Aprendizaje y Bienestar

CONSECUENCIAS DE LA DEFICIENCIA DE ENERGIA DEL HIGADO Y VESICULA BILIAR



**HINCHAZON, DOLOR E INFLAMACION
EN VIENTRE, PECHO CABEZA,
ABDOMEN, ARTICULACIONES.**



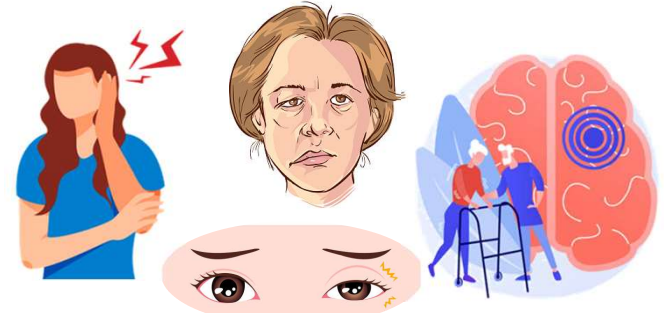
SUEÑO INQUIETO O CON PESADILLAS.



**DESORDENES DEL METABOLISMO.
DESEQUILIBRIOS EN LIPIDOS Y GLUCOSA**



**COLICOS Y CALAMBRES EN
ORGANOS Y CUALQUIER
PARTE DEL CUERPO.**



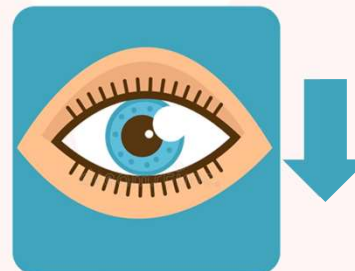
**NEURALGIAS, TICS, PARALISIS
FACIAL O CORPORAL**



**TEMBLORES Y DESGASTE
NEURONAL**



**BOCHORNOS, IRRITABILIDAD.
DESORDENES HORMONALES**



VISION

**TODO TIPO DE PROBLEMAS DE
LOS OJOS Y DE LA VISTA.**



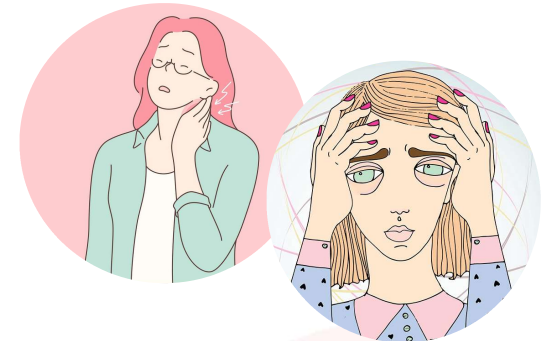
CONSECUENCIAS DE LA DEFICIENCIA DE ENERGIA DEL HIGADO Y VESICULA BILIAR



PROBLEMAS DE DESARROLLO CORPORAL Y NEURONAL



DEPRESION CON PERDIDA DEL SENTIDO DE LA VIDA.



FIBROMIALGIA Y SINDROME DE FATIGA CRONICA.



REFLUJO, HIPER-ACIDEZ, GASES, INFLAMACION Y MAS PROBLEMAS DIGESTIVOS.



HONGOS Y OTROS PROBLEMAS DE LAS UÑAS



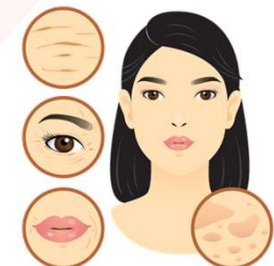
ALERGIAS Y GRIPAS RECURRENTES Y PROBLEMAS DE GARGANTA CONTINUOS



MIGRAÑA E HIPERTENSION



APENDICITIS Y CALCULOS BILIARES



SEQUEDAD, OPACIDAD EN LA PIEL. ARRUGAS, MANCHAS Y MELASMA.

CONSECUENCIAS DE LA DEFICIENCIA DE ENERGIA DEL HIGADO Y VESICULA BILIAR

Cuando nos exponemos a niveles elevados de productos químicos, medicamentos, alimentos grasosos y altos en carbohidratos, a estrés y preocupaciones en exceso, el Hígado puede verse saturado y acumulador.

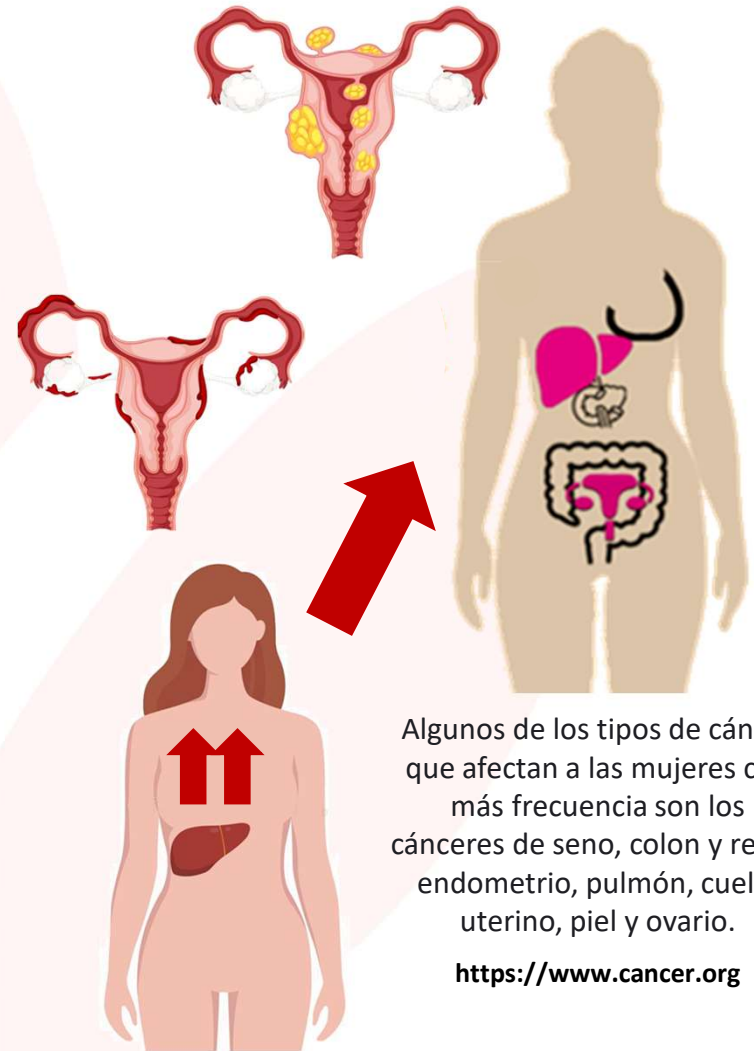
AL CALENTARSE EL HIGADO Y SATURARSE CREA ESTADOS HIPER:

HIPER-lipidemias: Exceso de grasas o lípidos en la sangre.

HIPER- tensión: Hipertensión es el término que se utiliza para describir la presión arterial alta. La presión arterial es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre a su cuerpo.

HIPER-glucemia: Azúcar o glucosa alta en la sangre. Cuando alguien sufre de hiperglucemia, su cuerpo no produce una cantidad suficiente de insulina o no la puede usar en ese momento.

Si este estancamiento de LA SANGRE Y LA ENERGIA persiste por mucho tiempo, **da lugar a crecimiento de bultos, masas, tumores, o inflamación crónica en el pecho, el área abdominal, y la región pélvica.** Una masa o bulto pueden aparecer y desaparecer de forma impredecible o **puede convertirse en un tumor maligno o benigno**, esto sucede cuando el estancamiento se ha ido al extremo. **En el caso de las mujeres se ve reflejado en fibromas uterinos, hemorragia uterina con grandes coágulos o la menstruación suprimida, irregular y escasa; así mismo, en displasia cervical o quistes y/o tumores ováricos.**



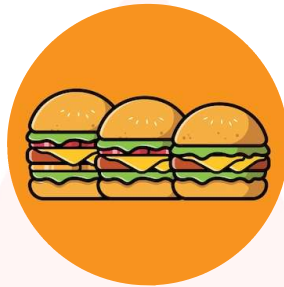
Algunos de los tipos de cáncer que afectan a las mujeres con más frecuencia son los cánceres de seno, colon y recto, endometrio, pulmón, cuello uterino, piel y ovario.

<https://www.cancer.org>





Procura dormir 8 horas diarias y días de descanso, sobre todo durante el periodo menstrual.



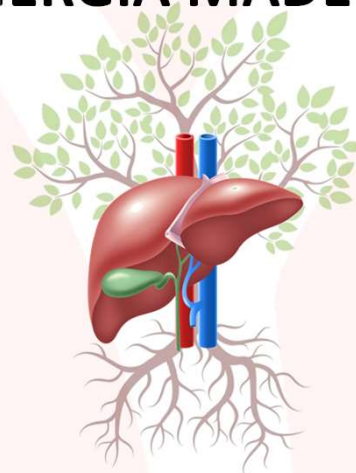
Modera el consumo de carnes y harinas.



Evita permanecer mucho tiempo viendo tv o dispositivos electrónicos. Es la actividad que mas desgasta la energía del Hígado y la VB.



Realiza ejercicios de estiramiento y actividades al aire libre.



CUIDADOS DE LA ENERGIA MADERA



Equilibra tu alimentación, evitando los enlatados, empaquetados, sintéticos y consumiendo alimentos frescos y verdes. Mejora tu consumo de AGUA.





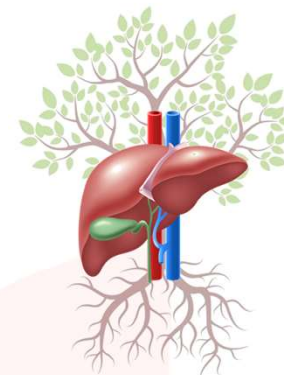
**AMBIENTES Y
RELACIONES TOXICAS**



**NO EXPRESAR
SENTIMIENTOS Y
NECESIDADES
PROPIAS.**



**CUIDADOS DE LA
ENERGIA MADERA**



**EVITA EL
ESTRES**



**QUERER CONTROLAR
TODO Y VIVIR EN LA
FRUSTRACION.**



**QUERER COMPETIR O SER
COMPETENTE A COSTA DEL
PROPIO BIENESTAR**

**FRUSTRARNOS
CUANDO LAS COSAS
NO SON COMO
CREEMOS QUE
DEBERIAN SER.**

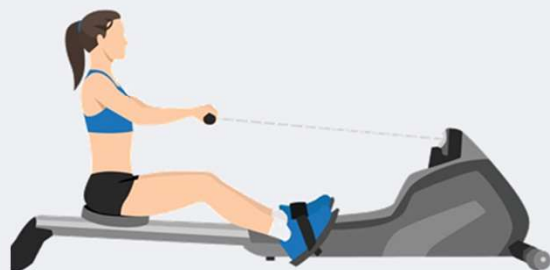


**CARGAR Y QUERER
SOLUCIONAR TODOS
LO PROBLEMAS.**

HABITOS FISICOS Y ENERGETICOS PARA MEJORAR EL ESTADO DEL HIGADO

Hacer varias comidas ligeras al día. Aumentar el consumo de vegetales frescos y de hojas verdes. Tomar suficiente agua natural.

Reducir el consumo de trigo, maíz y azúcares refinados y alimentos procesados, artificiales o empacados.

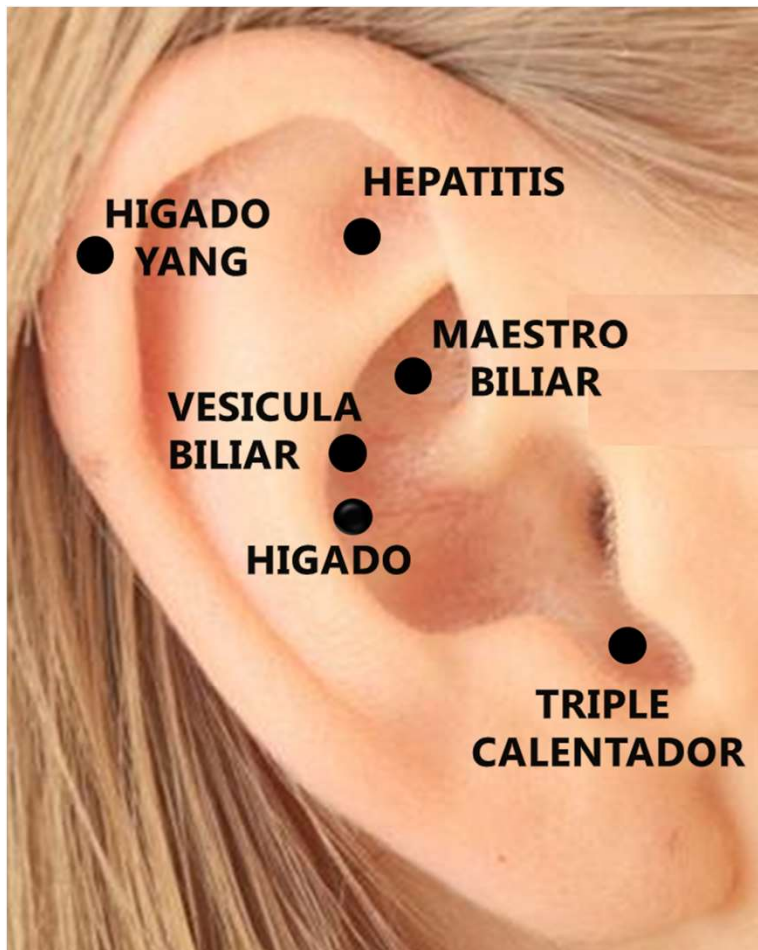


La flexibilidad es evidencia de un hígado en buen estado energético. Los ejercicios de estiramiento y disciplinas como el yoga, ayudan al cuerpo a mantener la buena flexibilidad y el equilibrio del hígado.

El cardio, nos ayuda a mejorar la oxigenación y permite a los pulmones fortalecerse y así mantener el control del elemento Madera.

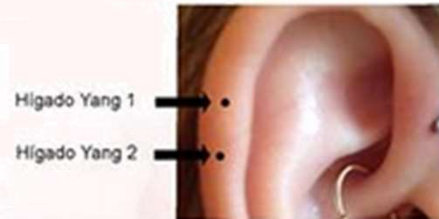
El pasar tiempo con amig@s, tener pasatiempos o simplemente descansar y no hacer nada, brinda descanso al hígado y le permite tener mayor claridad para enfrentar retos y tomar decisiones, cuando realmente se requiere. Además de ayudarlo a estar más dispuesto para sus funciones orgánicas y energéticas.



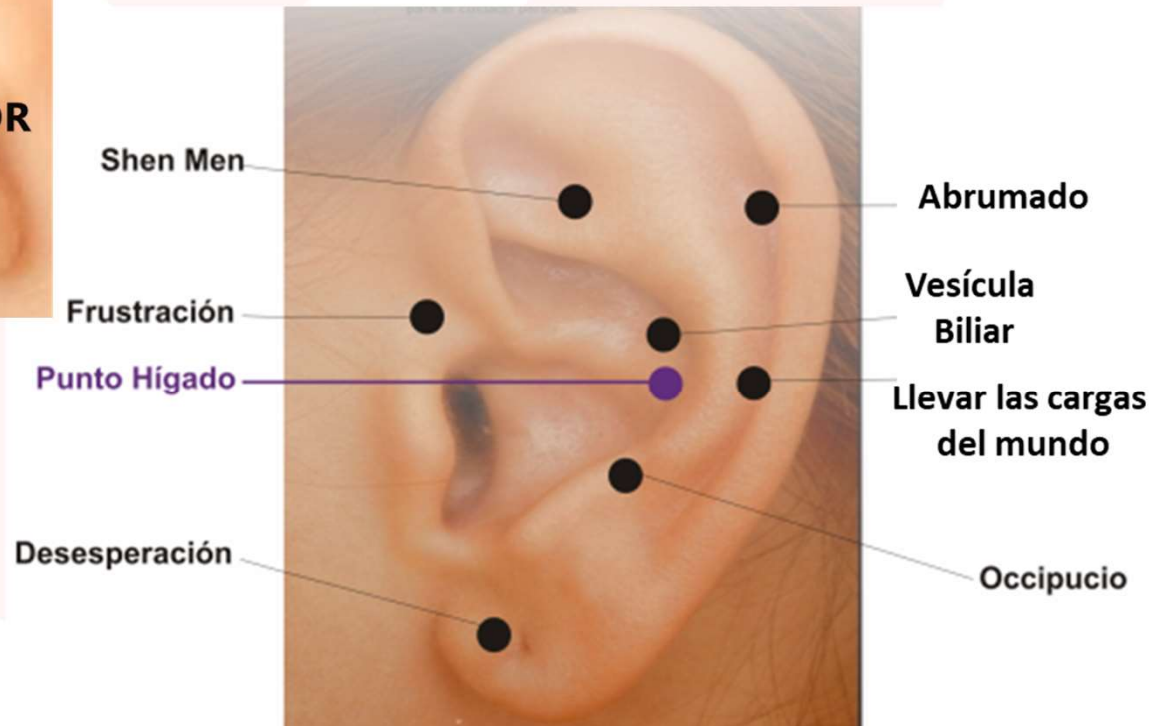


PUNTO HÍGADO YANG

Localización y Descripción



Estrés y dolores por tensión.
Problemas de columna y articulares.
Dolor de cabeza y/o Migraña.
Insomnio por Ira o Creatividad excesiva.
Hipertensión.
Irritación, ardor y/o calor en los ojos.



PUNTOS PARA EQUILIBRAR LA ENERGÍA DEL HÍGADO



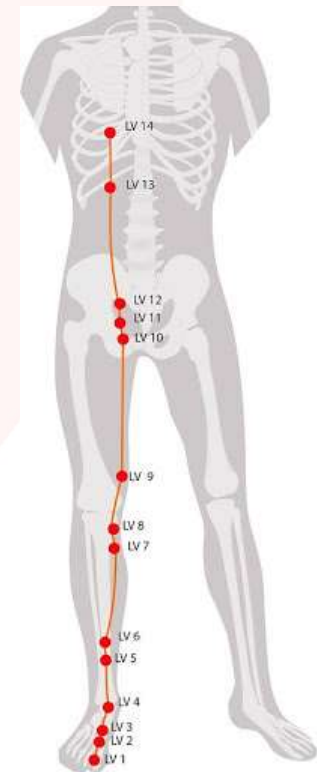
HIGADO 2: Punto de sedación. Dispersa el estancamiento, drenando y liberando el Fuego y el Viento del Hígado. Tiene acción eficaz muy especialmente en la cabeza. Útil para: boca amarga, ojos congestionados, hemorragias nasales, dolor de garganta, Inflamación abdominal y gases. Ayuda a volver al equilibrio físico y emocional, calmando el Hígado de la tensión, la frustración, conduciendo a la paz. Nos da cabeza fría y corazón en calma.



COLOCAR SOBRE EL HIGADO COMPRESAS FRESCAS O BARRO PARA MANTENER FRESCO

HIGADO 14

Este es el ultimo punto del meridiano del Hígado e influye directamente en el órgano. Calma y libera de los efectos del exceso de IRA. Favorece la limpieza y depuración del Hígado. Libera emociones y toxinas. Ayuda al drenaje y regularización de las funciones del Hígado.



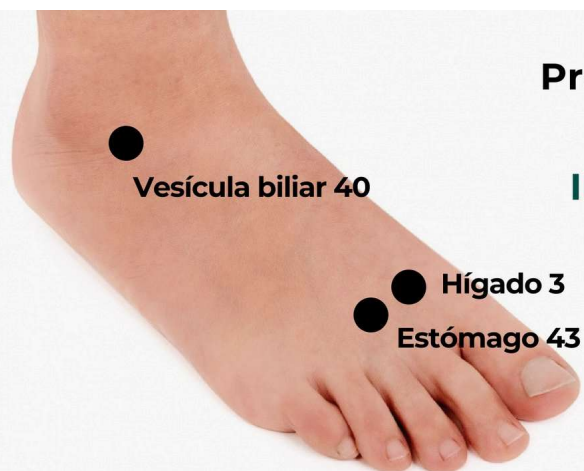
VESICULA BILIAR 43: AGUA EN MADERA. Punto de Control. El Agua controla el Calor y el Fuego. Punto para bajar la temperatura corporal y los cambios en la complexión y tez causados por el calor en exceso.



Problemas Digestivos

originados por

IRA Y FRUSTRACIÓN



Vesícula biliar 40

Hígado 3
Estómago 43

Estimule con presión cada punto y realice un masaje descendiendo desde el punto Vesícula Biliar 40, hacia Estomago 43 y liberando la energía por Hígado 3.

Hígado 3

Punto de gran importancia para liberar la frustración y la ira. Influye tanto en el Hígado como en la Vesícula Biliar. Calma la mente, reduciendo la ansiedad y la tensión, llevándonos a un estado de mayor claridad. Útil en caso de inflamación, gases, dolor intestinal, cólicos, diarreas y estreñimientos o alternados.

Estómago 43

Regula el sistema digestivo, útil en caso de inflamación, eructos y borborismos. Especialmente útil para retención de líquidos general pero sobre todo, cuando se manifiesta en parpados y cara.

Vesícula Biliar 40

Este punto nos ayuda a despejar la irritabilidad, dándonos una perspectiva más elevada y con mayor claridad, para tomar decisiones que nos ayuden a recuperar o encontrar nuestro rumbo. Útil en caso de sabor amargo, molestias gástricas y acidez, acompañadas de dolor de cabeza y sensibilidad en los ojos.



Tomar un té amargo después de cada comida y/o antes de dormir ayudara a mejorar la digestión y a evitar la inflamación, el estreñimiento y la acidez: Diente de León, Ajenjo, Prodigiosa, Alcachofa, etc.



Hacer pequeñas comidas constantes ayuda. Consuma alimentos Verdes y de temperatura templada. Evite los alimentos muy frescos, como ensaladas o muy calientes.

Acu  *systems*
Aprendizaje y Bienestar

Acu-systems.net

DU MAI 24: Calma el Shen. Reacciones somáticas, excesiva, insomnio, preocupación y ansiedad. Depresión. Psico-tristeza, suspiros,



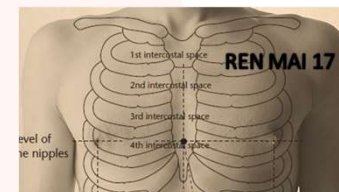
DU MAI 24

YINTANG

YINTANG: Calma el Shen. Calma el Hígado.

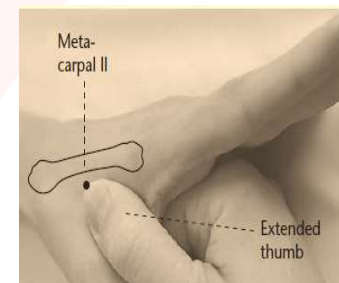
REN MAI 17: *Regula Qi y desata el pecho.*

Incapacidad para hablar, disnea, sibilancias, ruidos en la garganta, tos, asma, plenitud y sensación de opresión del tórax y del diafragma, obstrucción del pecho, dolor en el pecho y corazón.



REN MAI 17

INTESTINO GRUESO 4: Calma el Shen. **Dejar ir el dolor, regresar a la calma.** Junto con Hígado 3 mueven el estancamiento, dolor y físico o emocional, nerviosismo, dolor generalizado, ansiedad, etc.



Meta-carpal II

Extended thumb



Medicina China
para la Mujer

Acu  *systems*
Aprendizaje y Bienestar

MICRO-SISTEMAS EN MANO Y PIE

