

CO-EMERGENCIA Y CONOCIMIENTO ENACTIVO EN LA MEDICINA TRADICIONAL CHINA: PERSPECTIVAS CIENTÍFICAS MODERNAS

CO-EMERGENCE AND ENACTIVE KNOWLEDGE IN TRADITIONAL CHINESE MEDICINE: MODERN SCIENTIFIC PERSPECTIVES

Elpidio Garrigó Vioria¹

 <http://orcid.org/0009-0008-3090-1770>

Kelly Sabrina Paheco²

 <http://orcid.org/0009-0001-2691-106X>

Recibido: 18-09-2024

Aceptado: 10-01-2025

Resumen

Este ensayo tuvo como objetivo de reflexionar acerca de la co-emergencia y conocimiento enactivo en la medicina tradicional china como paradigma terapéutico integral. La idea medular en el desarrollo de este producto, se concentró en el hecho que el conocimiento en salud debe ser entendido como un proceso emergente, resultado de la interacción constante entre el terapeuta, el paciente y su entorno, lo cual da cabida a asimilar que el proceso terapéutico se convierte en un espacio de co-creación del bienestar humano. En este sentido, se trataron aspectos teóricos como la medicina tradicional china (MTC): fundamentos filosóficos y terapéuticos, co-emergencia del conocimiento enactivo y la medicina tradicional china y las implicaciones de la MTC en la salud integral y la prevención, siguiendo el recorrido de una investigación documental. Una de las conclusiones resalta el hecho que este tipo de medicina alternativa promueve un enfoque preventivo que prioriza la restauración del equilibrio energético y el bienestar holístico, integrando prácticas como la acupuntura y la fitoterapia, lo cual permite detectar y abordar desequilibrios antes que se conviertan en patologías. La visión de futuro de esta producción científica, se proyecta en los requerimientos de integrar la MTC y el conocimiento enactivo en la práctica médica contemporánea. De esta manera, se ha de promover un enfoque holístico que fomente la salud integral, la prevención de enfermedades y el empoderamiento del paciente en su proceso de sanación.

Palabras clave: medicina tradicional china; conocimiento enactivo; salud integral; equilibrio energético; prácticas holísticas.

Abstract

This essay had the objective of reflecting on co-emergence and enactive knowledge in traditional Chinese medicine as a comprehensive therapeutic paradigm. The core idea in the development of this product focused on the fact that health knowledge must be understood as an emergent process, the result of the constant interaction between the therapist, the patient and their environment, which allows us to assimilate that the therapeutic process becomes a space for co-creation of human well-being. In this sense, theoretical aspects such as traditional Chinese medicine (TCM) were discussed: philosophical and therapeutic foundations, co-emergence of enactive knowledge and traditional Chinese medicine and the implications of TCM in comprehensive health and prevention, following the journey from a documentary investigation. One of the conclusions highlights the fact that this type of alternative medicine promotes a preventive approach that

¹ Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez. Barquisimeto. elpidiogarrigó@gmail.com

² Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez. Barquisimeto. kellypachecosanacion@gmail.com

prioritizes the restoration of energy balance and holistic well-being, integrating practices such as acupuncture and phytotherapy, which allows detecting and addressing imbalances before they become pathologies. The future vision of this scientific production is projected in the requirements of integrating TCM and enactive knowledge in contemporary medical practice. In this way, a holistic approach must be promoted that promotes comprehensive health, disease prevention and patient empowerment in their healing process.

Keywords: traditional chinese medicine; enactive knowledge; comprehensive health; energy balance; holistic practices.

Introducción

La Medicina Tradicional China (MTC) se practica desde hace miles de años y se basa en una visión holística del cuerpo y su relación con el entorno, articulada a través de conceptos como Qi, Yin y Yang y los cinco elementos. Actualmente, la científicidad occidental redescubre su valor desde la perspectiva terapéutica y filosófica, en tanto se dialoga en términos de las nuevas teorías cognitivas, como el conocimiento enactivo, desarrollado por Francisco Varela, Evan Thompson y Eleanor Rosch, entre otros; donde se hace énfasis que el conocimiento no es una representación interna pasiva, sino una co-emergencia activa entre el organismo y su medio circundante. Por lo tanto, el cuerpo es un receptor de información, así como agente clave en la construcción del conocimiento a través de la experiencia vivida.

En este orden de ideas, Marshall (2020) refuerza la afirmación entorno a que la medicina tradicional China bajo el enfoque integral, concibe al cuerpo, la mente y el entorno como partes interdependientes. De modo que, asigna el significado de un sistema formal de salud reflejando la capacidad de evolucionar sin perder su visión originaria, inspirando innovaciones en la medicina moderna y la farmacología.

En esos términos, esta postura ha evolucionado hacia la concepción de un sistema complejo de atención sanitaria, otorgando el razonamiento de su base holística como resultado de una acumulación de conocimiento a lo largo de milenios, desde la dinastía Shang hasta su integración contemporánea en sistemas de salud globales. De esta manera, la mencionada autora, interpreta la relación directa de la medicina tradicional china con patrones energéticos del cuerpo humano, la naturaleza y la conciencia, confirmando su visión integral del ser humano como parte de un entorno más amplio.

Por lo tanto, los conceptos mencionados son fundamentales en la práctica de la medicina tradicional china, proporcionando las bases filosóficas y terapéuticas sobre las cuales se construye su enfoque integral. Así, el papel del Qi (fuerza vital) y el Yin-Yang (dualidades complementarias)

donde cada opuesto contiene al otro, viene a conformar los elementos significativos respecto a la interdependencia esencial en los procesos de salud.

De hecho, la Organización Mundial de la Salud (2019) en su clasificación internacional de enfermedades para estadísticas de mortalidad y morbilidad (CIE-11), incorpora la medicina tradicional china, como escenario de legitimación de este enfoque en la medicina contemporánea; lo cual respalda su reconocimiento como medicina alternativa, para prevenir enfermedades y promover la salud. Situación que resalta el interés del marco preventivo orientado a la armonización del cuerpo con el entorno. Es allí donde se resalta los avances recientes en farmacología colaborativa, donde se estudian las interacciones entre hierbas tradicionales y fármacos, dentro de un escenario integrador que refleja flexibilidad y adaptabilidad de la medicina tradicional china, en su esencialidad holística.

En este sentido, la connotación del enfoque enactivo integrado a la medicina tradicional china, cobra vigencia en términos de nuevas posibilidades para reformular las prácticas terapéuticas, proponiendo una atención sanitaria más centrada en la interacción dinámica entre el cuerpo, la mente y el ambiente. Su diagnóstico y tratamiento no se limitan a síntomas específicos, sino que buscan restablecer el equilibrio integral del organismo en su contexto vital. Esto se alinea profundamente con la noción de enactividad, donde la salud se concibe como un proceso de adaptación continua y no como un estado fijo.

Por lo tanto, en este ensayo se planteó el objetivo de reflexionar acerca de la co-emergencia y conocimiento enactivo en la medicina tradicional china como paradigma terapéutico integral. La propuesta es que el conocimiento en salud debe ser entendido como un proceso emergente, resultado de la interacción constante entre el terapeuta, el paciente y su entorno, donde el proceso terapéutico se convierte en un espacio de co-creación del bienestar. Para ello, se desarrollaron teóricamente los aspectos relacionados con la medicina tradicional China: fundamentos filosóficos y terapéuticos, co-emergencia del conocimiento enactivo y la medicina tradicional china y las implicaciones de la MTC en la salud integral y la prevención, siguiendo el recorrido de una investigación documental.

Aspectos teóricos

Medicina tradicional china: fundamentos filosóficos y terapéuticos

La Medicina Tradicional China (MTC) integra un marco holístico que articula el equilibrio entre el cuerpo, la mente y el entorno, fundamentándose en los conceptos de Qi, Yin-Yang y los

cinco elementos (Wu Xing). Estos principios se comprenden como componentes interdependientes que sustentan la salud y el bienestar, funcionando en constante interacción dinámica. Al respecto, Zhang (2020) proporciona una perspectiva moderna al afirmar que estas nociones constituyen un sistema cooperativo de alto nivel que promueve la coherencia en la organización del cuerpo, trascendiendo la interpretación estrictamente fisiológica o celular.

De este modo, el Qi es descrito, por el precitado autor, como la energía vital que fluye por el cuerpo y la naturaleza, responsable del mantenimiento de la vitalidad. Esta energía permite que los órganos funcionen armoniosamente y que el cuerpo responda adaptativamente a cambios internos y externos. En términos modernos, Zhang (ob. cit.) sugiere que este flujo energético puede entenderse como una comunalidad que impulsa la vitalidad, pero que, al mismo tiempo, requiere equilibrarse con otros principios reguladores para evitar la sobrecarga.

Por su parte, al hacer referencia al concepto de Yin y Yang, se refleja la naturaleza dual y complementaria de las fuerzas opuestas en el universo: Yin representa la quietud, lo oscuro y frío, mientras que Yang simboliza el movimiento, la claridad y el calor. Según Zhang (ob. cit.), esta dinámica es esencialmente un esquema de coordinación que asegura la estabilidad de los sistemas complejos. La influencia mutua entre Yin y Yang promueve un equilibrio que no es estático, sino que se ajusta continuamente, tal como las dinámicas sociales en las cuales cada elemento contribuye a la cohesión general.

Asimismo, la teoría de los cinco elementos, concebidos en la filosofía china, propone que el universo y todo lo que contiene, incluidos los órganos humanos y las células, pueden ser clasificados en cinco fases: madera, fuego, tierra, metal y agua, asignando de esta manera, un significado simbólico a cada elemento, dentro de lo cual se comprende un ciclo de interacción mutua, donde cada fase se nutre o restringe en función de un sistema dinámico. Los órganos humanos, según la MTC, se asocian a estos cinco elementos: el hígado (madera), corazón (fuego), páncreas o bazo (tierra), pulmones (metal) y riñones (agua), destacando el hecho que cada órgano refleja los atributos y funciones correspondientes al elemento asignado. Esta correspondencia ha permitido el desarrollo de tratamientos clínicos basados en los cinco elementos, como la acupuntura de cinco fases, aplicada tanto en Asia como en Occidente para equilibrar el flujo de energía vital (Qi) en el cuerpo.

Tal como amplían esta perspectiva, Chung et al. (2017) respecto a la teoría en el nivel celular, aplicando el principio fractal para conectar las organelas celulares con los cinco elementos

y sus órganos correspondientes. Las organelas, como pequeños órganos dentro de las células, mantienen la homeostasis al realizar funciones específicas. Tal es el caso del retículo endoplásmico, encargado de la síntesis de proteínas y lípidos, que se asocia con la madera y el hígado, mientras que el aparato de Golgi, que modifica y empaqueta moléculas, corresponde al fuego y el corazón.

Asimismo, Shin & Zoncu (2020) señalan que el lisosoma refleja las propiedades de la tierra y el páncreas por su función digestiva, las mitocondrias se alinean con el metal y los pulmones debido a su papel en la respiración y producción de energía, además, la membrana plasmática representa el agua y los riñones por su control en el transporte y filtración. Esta analogía proporciona una nueva perspectiva teórica que permite reevaluar las estructuras celulares en el marco de su contribución al equilibrio funcional del cuerpo humano en términos holísticos.

Co-emergencia del conocimiento enactivo y la medicina tradicional china

La co-emergencia del conocimiento enactivo y la Medicina Tradicional China (MTC) se manifiestan en la interrelación dinámica entre el conocimiento que los individuos adquieren a través de su experiencia activa en el mundo y las prácticas holísticas y filosóficas que fundamentan este tipo de medicina alternativa. El enfoque enactivo, fundamentado en la idea que el conocimiento además de configurar una representación de la realidad, igualmente surge de la interacción del individuo con su entorno, lo cual se alinea con los principios de la MTC, que enfatiza la comprensión del ser humano en un contexto integral. De manera que, este enfoque reconoce que la salud y el bienestar no se pueden descomponer en elementos aislados, sino que deben entenderse como parte de un sistema interconectado que incluye cuerpo, mente y ambiente.

Por lo tanto, la MTC, a través de prácticas como la acupuntura, la fitoterapia y el qi gong, promueve una comprensión del cuerpo humano como un sistema dinámico donde las energías vitales (qi) fluyen y se regulan de acuerdo con los ciclos de la naturaleza. De acuerdo con Jahnke et al. (2010) tanto el qi gong como el tai chi, al compartir raíces teóricas y componentes operativos comunes, fomentan la regulación integrada del cuerpo, la respiración y la mente, promoviendo así el flujo equilibrado del qi, la energía vital fundamental en la MTC.

En estas prácticas se conjugan movimientos fluidos y meditativos con posturas específicas y técnicas de respiración, estimulando la capacidad autorreguladora del cuerpo y potenciando la recuperación natural de la salud. Además, los estudios han demostrado que estas formas de movimiento meditativo ofrecen múltiples beneficios psicológicos y fisiológicos, siendo eficaces

para mejorar la función inmunológica, la densidad ósea, la calidad de vida y la capacidad cardiorrespiratoria, entre otros. En este contexto, la acupuntura, la fitoterapia y el qi gong se alinean en su enfoque holístico, considerando al cuerpo humano como un sistema dinámico donde el qi fluye de manera armoniosa, facilitando el bienestar y la salud integral.

Esta visión se complementa con el conocimiento enactivo, que pone énfasis en la acción y la experiencia como mediadores del aprendizaje y la adaptación. De esta manera lo afirma Roncancio (2022) como uno de los principios fundamentales del enactivismo: “Desde el punto de vista del enactivismo, se considera que la cognición es una actividad continua moldeada por procesos auto-organizados de participación activa en el mundo y por la experiencia y auto-afección del cuerpo animado” (p. 24).

Así, al explorar cómo el conocimiento enactivo puede ser integrado con la MTC, se abre un camino hacia una comprensión más profunda de la salud que abarca además del tratamiento de síntomas, también la educación y la auto-regulación del individuo. Este diálogo entre las perspectivas modernas y tradicionales enriquece la práctica médica contemporánea, promoviendo un modelo de atención que fomente la autoeficacia y el empoderamiento del paciente en su propio proceso de sanación.

Implicaciones de la MTC en la salud integral y la prevención

La MTC concibe la salud como un estado de armonía interna y externa. Este paradigma presenta importantes implicaciones tanto para la salud integral como para estrategias preventivas, alineándose con modelos contemporáneos de medicina preventiva y estilos de vida saludables, puesto que no se limita a la ausencia de enfermedad, sino que abarca un equilibrio dinámico entre los sistemas físico, emocional y espiritual del individuo. Herramientas terapéuticas como la acupuntura, fitoterapia, tai chi, qigong y la dietoterapia energética buscan restablecer este equilibrio global.

De este modo, la MTC aborda el tratamiento de trastornos físicos y emocionales mediante la restauración del flujo adecuado de energía vital o Qi, utilizando técnicas como la acupuntura y el qigong para desbloquear canales energéticos y fomentar la conexión cuerpo-mente. La acupuntura busca corregir desequilibrios internos manifestados en forma de síntomas físicos o emocionales, mientras que el qigong promueve una integración armoniosa entre el cuerpo y la mente. Como señala Aung et al. (2013):

Acupuncture and other TCM treatments are dependent on restoration of balance. [...] Qi flows through channels in the body and in the spaces between muscles and the skin. [...] A very important role of Qi is in maintaining balance. In this sense, it is a homeostatic mechanism by which the body can heal itself and establish a state of wellness. If Qi encounters a Yin–Yang imbalance, Qi corrects the situation by transforming one to the other, thus restoring balance and harmony. If, however, a blockage exists that impedes the flow of Qi, a factor is present that is interfering with the Qi, or if there is a Deficiency of Qi, this healing transformation does not take place. (p. 403).

En este orden de ideas, la cita refleja el razonamiento acerca de la acupuntura, como parte de la MTC, se fundamenta en la restauración del equilibrio energético mediante el flujo del Qi. Este flujo se produce a través de canales corporales y su adecuado movimiento es clave para mantener la homeostasis y el bienestar. El Qi actúa como un mecanismo autorregulador, corrigiendo desequilibrios entre Yin y Yang. Sin embargo, bloqueos o deficiencias en su flujo impiden la sanación, lo cual evidencia la importancia de mantener la armonía energética para una salud integral.

Ahora bien, a diferencia de enfoques biomédicos que suelen centrarse en la intervención tras la aparición de la enfermedad, la MTC adopta una postura preventiva que se enfoca en mantener el equilibrio interno y fortalecer el organismo. La evaluación periódica del estado energético de los órganos concede la oportunidad de detectar desequilibrios incipientes que, de no ser tratados, podrían evolucionar en patologías. Tal es el caso de una alimentación acorde con las estaciones y la tipología individual que promueve la salud digestiva y previene enfermedades crónicas.

De hecho, la alimentación basada en patrones dietéticos que se alinean con la tipología individual y las estaciones promueve la salud digestiva y previene enfermedades crónicas, al ofrecer un equilibrio nutricional adecuado. Según Cena & Calder (2020), la dieta saludable se define por la selección de alimentos que optimizan la función fisiológica del organismo y reducen factores de riesgo para enfermedades no transmisibles, como enfermedades cardiovasculares, diabetes y cáncer. Incorporar frutas y vegetales frescos, granos enteros, legumbres y frutos secos, en función de las estaciones, proporciona nutrientes esenciales, fibra y compuestos bioactivos que favorecen una digestión eficiente y modulan la microbiota intestinal.

El enfoque de las dietas como la mediterránea demuestra que adaptar los hábitos alimenticios al entorno y las necesidades individuales optimiza el bienestar digestivo y reduce el riesgo de enfermedades crónicas. Cena & Calder (ob. cit.) resaltan este conocimiento en tanto, el consumo de alimentos frescos y la limitación de opciones procesadas mejoran la función gastrointestinal, regulan el metabolismo y disminuyen la inflamación, todos estos eventos constituyen factores clave para una buena salud a largo plazo. La personalización de la dieta, al atender el equilibrio energético y los cambios estacionales, contribuye así a mantener la homeostasis y previene desequilibrios asociados con estilos de vida poco saludables.

Aspectos conclusivos

Este ensayo se planteó el objetivo de reflexionar acerca de la co-emergencia y conocimiento enactivo en la medicina tradicional china como paradigma terapéutico integral, frente a lo cual se derivaron las siguientes conclusiones:

- La MTC ofrece una visión integral de la salud al combinar principios filosóficos y terapéuticos que explican la relación dinámica entre el cuerpo, la mente y el entorno. A través de los conceptos de Qi, Yin-Yang y los cinco elementos, se enfatiza la importancia de mantener un flujo energético equilibrado que sustenta la vitalidad y la capacidad de adaptación ante cambios externos e internos.

- Los fundamentos de la MTC trascienden la interpretación fisiológica tradicional, integrando una perspectiva holística que permite conectar órganos y sistemas con patrones simbólicos y energéticos. La asociación entre organelas celulares y los cinco elementos es el reflejo de los principios antiguos en resonancia con los enfoques científicos modernos, promoviendo un equilibrio funcional desde el nivel celular hasta el corporal.

- La interrelación entre el conocimiento enactivo y la MTC hace ver el interés por la experiencia activa en el aprendizaje y la salud. Ambos enfoques promueven una visión holística del ser humano, donde cuerpo, mente y entorno están interconectados, favoreciendo así la autorregulación y el bienestar integral.

- La integración del conocimiento enactivo a las prácticas de la MTC, como el qi gong y la acupuntura, enriquece el modelo de atención médica. Este diálogo entre lo moderno y lo tradicional ayuda en el sistema de mejoras de la salud física, empodera al paciente, fomentando la autoeficacia y la participación activa en su sanación.

- La MTC promueve un enfoque holístico de la salud, enfatizando la armonía interna y externa del individuo. A través de herramientas como la acupuntura y el qigong, este abordaje alternativo holístico busca restaurar el flujo de Qi, favoreciendo el equilibrio dinámico entre los sistemas: físico, emocional y espiritual.

- A diferencia de la medicina convencional, la MTC se centra en la prevención y el mantenimiento del equilibrio interno. La evaluación periódica del estado energético y la adaptación de la dieta según las estaciones permiten detectar desequilibrios tempranos, promoviendo la salud digestiva y previniendo enfermedades crónicas mediante prácticas personalizadas.

Referencias

- Aung, S. K., Fay, H., & Hobbs, R. F. III. (2013). Traditional Chinese medicine as a basis for treating psychiatric disorders: A review of theory with illustrative cases. *Medical Acupuncture*, 25(6), 398-406. <https://doi.org/10.1089/acu.2013.1007>
- Cena, H., & Calder, P. C. (2020). Defining a healthy diet: Evidence for the role of contemporary dietary patterns in health and disease. *Nutrients*, 12(2), 334. <https://doi.org/10.3390/nu12020334>
- Chung, S., Cha, S., Lee, S. Y., Park, J. H., & Lee, S. (2017). The five elements of the cell. *Integrative Medicine Research*, 6(4), 452-456. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2017.10.002>
- Jahnke, R., Larkey, L., Rogers, C., Etnier, J., & Lin, F. (2010). A comprehensive review of health benefits of qigong and tai chi. *American Journal of Health Promotion*, 24(6), e1-e25. <https://doi.org/10.4278/ajhp.081013-LIT-248>
- Marshall, A. C. (2020). Traditional chinese medicine and clinical pharmacology. *Drug Discovery and Evaluation: Methods in Clinical Pharmacology*, 455-482. https://doi.org/10.1007/978-3-319-68864-0_60
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Clasificación Internacional de Enfermedades para estadísticas de mortalidad y morbilidad: Undécima revisión. Guía de referencia*. (versión 14 de noviembre). Organización Mundial de la Salud.
- Roncancio, J. D. (2022). *Enactivismo y pedagogía: una postura metodológica de la corporalidad en la educación*. Trabajo de grado no publicado. Universidad El Bosque, Bogotá.

Shin, H. R., & Zoncu, R. (2020). The lysosome at the intersection of cellular growth and destruction. *Developmental Cell*, 54(2), 226-238.

<https://doi.org/10.1016/j.devcel.2020.06.010>

Zhang, H. I. (2020). A possible representation of Yin Yang five elements (Yin Yang Wu Xing): Hypothesis of dual five-body-coordination. *Integrative Medicine Research*, 9(4), 100-462.

<https://doi.org/10.1016/j.imr.2020.100462>