

## **YONG QUAN , R1**

*Manantial burbujeante.*

### **Naturaleza**

Punto Jing (pozo o fuente) del canal de Riñón.  
Punto de entrada al canal, desde ZhiYin V67.

Punto Shu antiguo, corresponde al elemento Madera.

### **Nivel Energético**

pertenece al canal: Zu Shao Yin Shen Jing , Riñón.  
Shao Yin ( Pequeño Yin ): Corazón + Riñón.

### **Significado del Nombre**

Otro nombre: Primavera emergente

### **Características especiales**

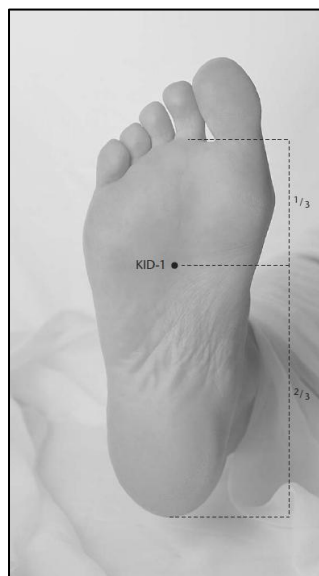
Es el único punto en la planta del pie, y el más bajo de todo el cuerpo.

YongQuan R1, es también el extremo final del 4º canal Divergente del Vaso extraordinario Chong Mai, relacionando aspectos estructurales del cuerpo energético.

Reanima el Sheng (ciclo de generación de los 5 Elementos).

En la práctica de Qi Gong, es un importante punto de conexión y entrada de las energías de la Tierra. En sus movimientos, el centro de gravedad se ubica alrededor de este punto.

### **Ubicación**



### **Neuroanatomía:**

Dermatoma, segmento:	L5.
Músculo:	Aductor del dedo gordo del pie.
Inervación Superficial:	n. plantar medial de L4-L5.
Patrón de Dolor ref.:	alrededor del punto, sobre la "bola del pie" y lado medial.

 **Lugar de Influencia:** Cabeza.

### **Acciones**

- Tonifica los Riñones,  
Enriquece el Yin y la Esencia (Jing),  
Fortalece la Constitución Física.
- Trata la desarmonía en la relación Corazón-Riñón,  
Aclara la actividad del Cerebro,  
Calma el Shen.
- Desciende el exceso de Yang y Calor, Fuego y Viento interno que se elevan hacia la Cabeza.  
Dispersa el Calor por insuficiencia de Yin.
- Punto de dispersión del canal de Riñón.
- Punto de Emergencia para la Presión Arterial alta,  
Restaura la Conciencia de un Colapso de Yang,  
Abre los orificios sensoriales.
- Beneficia la garganta.
- Afecciones en los 2 Yin inferiores.
- Importante punto en la práctica de QiGong.

### **Comentarios**

YongQuan R1, es punto del elemento Madera en el canal de Riñón, perteneciente al elemento Agua.

Los Riñones son la raíz del Yin para todos los Zang-Fu, con especial relevancia para el Hígado, Corazón y Pulmones, los cuales son alcanzados por el propio canal de Riñón.

El clásico "Ling Shu", en el capítulo 19, sobre el "Qi en las 4 Estaciones", menciona abrir los puntos Jing e Ying (pozo y manantial) en invierno, punzando la aguja profundamente y retenerla por un tiempo.

Este tratamiento corresponde a la localización de las afecciones que se encuentran en la profundidad, en esta estación.

En el capítulo 44, sobre "los Movimientos del Qi de acuerdo a los Principios", indica que los puntos Jing (pozo) deben ser punzados en invierno o cuando la enfermedad se encuentra en los Órganos Zang.

(Este aspecto estacional "invierno" no debe interpretarse literalmente, ya que el texto describe la naturaleza del invierno como el momento de almacenar, y los Zang son controlados por el "invierno" ya que son Órganos almacenadores por naturaleza.

También se refiere a los momentos de día como las 4 Estaciones, mañana, mediodía, tarde y noche, siendo la noche la correspondiente al invierno).

En la práctica clínica, YongQuan R1 es principalmente utilizado en las sig. afecciones:

Yang, Fuego, o Viento de Hígado ascendente hacia la Cabeza,  
Desarmonía entre Corazón y Riñón,  
Calmar el Shen, y  
Punto de reanimación,

y secundariamente, para:

Punto de dispersión del canal de Riñón,  
Qi que fluye a contracorriente,  
Trastornos de Pulmón,  
Afecciones de la garganta, y  
Afecciones en los 2 Yin inferiores.

- Tonifica los Riñones,  
Enriquece el Yin y la Esencia (Jing),  
Fortalece la Constitución Física.

Los Riñones almacenan la Esencia de la Vida (Jing) y el fundamento de la constitución física original (Yuan Qi), por lo cual, este punto puede ser utilizado para tratar todas las afecciones en los Zang Fu, especialmente en el sistema urogenital.

Según se dice en Medicina China: "Los Pulmones son la cúpula y los Riñones son la raíz".

Como el Zang más elevado, los Pulmones reciben por la respiración, el Qi limpio del Cielo (Tien Qi), en semejanza a las cúpulas de los árboles que reciben la luz y el aire esencial para la Vida.

Los Riñones, tienen la función de descender y retener este Qi en la inhalación, y cuando están en insuficiencia, no logran bajarlo y captarlo, lo cual puede tener como consecuencia tos y disnea, tratables con YongQuan R1 entre otros puntos.

La Moxibustión sobre YongQuan R1, aporta los siguientes beneficios:

Calma el cerebro,  
Tonifica el Zang (Riñón) y la Esencia (Jing),  
Purga al Qi de Hígado,

Se considera uno de los puntos más importantes para fortalecer la salud de los ancianos.

Moxar frecuentemente y regularmente YongQuan R1, puede:

Reconstituir y tonificar el Riñón,  
Suplementar el Yuan Qi,  
Enriquecer el Yin, vigorizar el Yang y beneficiar al Jing,  
Fortalecer el Corazón,  
Mejorar la actividad funcional de los Zang Fu,  
Fortalecer el cuerpo, y así  
Resistir los efectos del envejecimiento, contribuyendo a la longevidad.

Para ello, se utilizan puros de moxa de 3 a 5 min. o con conos de 3 a 7 unidades, por sesión, durante ciclos de 10 sesiones continuas o días alternos.

En el tratamiento del Colapso de Yang, se debe moxar suavemente el punto para tonificar el Yin.

Cuando se aplica moxibustión con pasta de ajo o picadura de abeja para estimular YongQuan R1, genera el efecto de nutrir el Yin y purgar el Fuego patógeno, como tratamiento para la hemoptisis (expectoración de sangre proveniente del aparato respiratorio) y epistaxis (sangrado desde las fosas nasales).

- Trata la desarmonía en la relación Corazón-Riñón,  
Aclara la actividad del Cerebro,  
Calma el Shen.

Dado que los Riñones pertenecen al elemento Agua, y el Corazón al elemento Fuego, estos se complementan y se nutren mutuamente uno al otro.

El Riñón nutre de Yin y humecta al Yin de Corazón, controlando el Fuego Cardíaco, y el Yang de Corazón desciende para calentar los Riñones, tonificándolos y movilizándolos la transformación de su Esencia.

La armonía entre el Corazón y Riñones es uno de los requisitos para un Espíritu pacífico y estable.

Cuando el Yin de Riñón es insuficiente, y el Fuego de Corazón se eleva, o cuando la conexión entre Corazón y Riñones se ha interrumpido y ya no se comunican, el Espíritu comienza a agitarse, conduciendo esta situación a una amplia variedad de desórdenes emocionales, desde leves a definidos, como:

agitación, insomnio, poca memoria, propensión al miedo,  
Hasta más severos, como: locura o rabia con deseo de matar otras personas.

Puesto que YongQuan R1 tonifica el Yin y somete el Calor por insuficiencia, se utiliza frecuentemente en síndromes de Insuficiencia de Yin de Corazón con Calor (cuando el Corazón y el Riñón están en desarmonía).

YongQuan R1 posee un fuerte efecto sedativo sobre la mente, y es utilizado en casos de ansiedad intensa, agitación mental, insomnio importante y trastornos mentales hipomanía o esquizofrenia maniaco-depresiva.

Es un punto de emergencia en los trastornos agudos mentales y emocionales, incluyendo la pérdida brusca de la conciencia.

Es utilizado en crisis aguda de epilepsia para reanimar el Shen y despejar el cerebro.

En el punto, en su aspecto psicológico, está indicado junto a JingMing V1 y MingMen Du4, en la dificultad para hacer asociaciones subconscientes.

Representa la individualidad, la capacidad de ver la polaridad, hacer distinciones y moverse en el entorno.

Por último, el alquimista Ge Hong utilizó moxibustión en estos puntos para el "exorcismo de fantasmas (Gui)", siendo YongQuan R1 específicamente indicado para las pesadillas donde el sujeto "siente que está siendo subyugado".

- Desciende el exceso de Yang y Calor, Fuego y Viento interno que se elevan hacia la Cabeza. Dispersa el Calor por insuficiencia de Yin.

Como punto "hijo" del canal de Riñón (punto del elemento Madera, en el Canal correspondiente al elemento Agua), YongQuan R1 tiene un fuerte efecto sobre la dispersión y hacer descender los excesos, por "retornar lo desenraizado a su origen".

Aquí se utiliza el concepto:

"tratar la patología en la parte superior, por puntos situados en la parte inferior".

De acuerdo a la Medicina China: "Los Riñones y el Hígado comparten el mismo origen".

El elemento Agua de Riñón es la madre del elemento Madera de Hígado en el ciclo de Generación (Sheng), por lo cual el Yin de Riñón es el origen del Yin de Hígado.

Cuando el Agua de Riñón no cumple su función de nutrir la Madera de Hígado, se encuentra en insuficiencia y puede desencadenar un ascenso patológico del Yang de Hígado, que se eleva con fuerza y sin restricción hasta la cabeza, obstruyendo el canal, lesionando vasos sanguíneos y perturbando el orificio puro (foramen magno), generando síntomas tales como:

Dolor de cabeza en el vertex,	vértigo,	mareos visuales,
Visión cerrada,	hipertensión y	sangrado nasal (epitaxis),
Dolor de garganta,	histeria	y afasia.

Si este Yang de Hígado en exceso genera Viento interno, puede provocar un "golpe de Viento" (ACV, accidente cerebro vascular en Medicina moderna) o epilepsia.

Por otro lado, cuando el Qi de Hígado se ha estancado, con el tiempo se transforma en Calor, ó cuando la insuficiencia de Yang de Riñón permite la acumulación de Frío en el Jiao Inferior, se produce un ascenso de Qi a contracorriente hacia la cabeza.

En ambos casos, el Qi rebelde se eleva a través del Vaso extraordinario Chong Mai.

YongQuan R1, es capaz de regular los Riñones, raíz de los síntomas mencionados y de armonizar los Riñones e Hígado, tratando el ascenso patológico de Yang, Calor, Fuego o Viento interno, re direccionándolo hacia abajo.

Esta acción de YongQuan R1, con técnica de dispersión, lo hace especialmente indicado para tratar los síntomas aparejados a la Menopausia, como: sofocos, sudor nocturno, insomnio, agitación, ansiedad y dolor de cabeza.

Suele combinarse a YongQuan R1 con: TaiChong H3 o XingJian H2, FengChi VB20, o BaiHui Du20 para estos casos.

El fuerte efecto de YongQuan R1 en descender y disipar tales excesos, quedó registrado en un relato acerca del famoso médico Hua Tuo (s.II), quien trató al general Wei Tai Cu (consagrado Emperador póstumo, de la dinastía Wei) con síntomas de "Viento en la cabeza, confusión mental y mareos visuales".

Siguiendo los principios de selección de puntos para tratar estos síntomas mencionados, Hua Tuo punzó YongQuan R1 y "el general inmediatamente fue curado".

El "Ling Shu" en su capítulo 22, sobre "Manía y enfermedades Mentales", advierte que cuando la invasión de Viento y Qi rebelde causan que las extremidades se hinchen, suden profusamente con sensación de frío, e irritación emocional y hambre, entonces la Sangre se retira de las zonas externas e internas influenciadas por los canales Pulmón, Riñón y Estómago.

"Si los músculos están fríos, entonces se tratará a través de los puntos Ying (manantial), y Si los huesos están fríos, se tratan por medio de los puntos Jing (pozo y rio)".

Dado que la moxibustión induce y dirige el suave flujo de Qi y Sangre hacia arriba o abajo del cuerpo, esta terapia puede aplicarse para hacer descender el Yang ascendente de Hígado por insuficiencia de Yin de Riñón.

Por el contrario, cuando hay una insuficiencia en el Jiao Inferior como la insuficiencia de Qi de Bazo con diarreas, prolapsos de útero o de ano, hernias, etc., se debe moxar BaiHui Du20 para tonificar el Yang y hacerlo ascender.

- Punto de dispersión del canal de Riñón.

De acuerdo al texto "Clásico de las Dificultades":

".. en casos de insuficiencia, reforzar la madre, en casos de exceso, dispersar al hijo".

Este punto, tiene un fuerte efecto de dispersión sobre el Qi del cuerpo y se utiliza en síndromes de tipo exceso.

Por ello, YongQuan R1 puede ser utilizado en casos de síndromes de plenitud de Riñón, el cual se punza en dispersión, para drenar los patógenos que afectan, como la Humedad, el Frío o el Fuego en Riñón.

En el clásico "Ling Shu", capítulo 20, sobre "Las 5 Energías Perversas", se menciona que, cuando los patógenos "atacan" los Riñones causando insuficiencia de Yin, con dolores en los huesos y síntomas del síndrome Bi de tipo Yin, como:

Dolor en la región lumbar,	Entumecimiento,	Abdomen hinchado,
Dificultad para defecar,	Dolor en la nuca, cuello, hombros con Mareos.	

Entonces se debe punzar YongQuan R1 y KunLun V60, además sangrar los capilares abundantemente congestionados a la vista en la zona del pie.

Una mención en el texto "Su Wen", capítulo 74, da el mismo consejo, pero refiriéndose solo al punto KunLun V60, el cual podría evitar un innecesario dolor.

- Punto de Emergencia para la Presión Arterial alta,  
Restaura la Conciencia de un Colapso de Yang,  
Abre los orificios sensoriales.

YongQuan R1, es el punto Jing (pozo) del canal de Riñón, y como muchos otros puntos Jing, tiene la fuerte acción de abrir y activar las "puertas" de los sentidos y reanimar de un colapso en "golpes de viento" (ACV) o pérdidas de la consciencia.

Es punto se menciona en la "Canción de las 9 Agujas para el retorno del Yang", para el tratamiento del Colapso de Yang, caracterizado por:

Pérdida de la conciencia,	Aversión o rechazo al frío,
Extremidades frías,	labios púrpuras, etc.

De aquí, su uso para tratar la epilepsia y restaurar la conciencia.

Como también para crisis agudas, cuando el paciente está inconsciente, en casos de coma, shock, golpe de calor y convulsión infantil, para restaurar la conciencia y aclarar el cerebro.

- Beneficia la garganta.

El canal de Riñón, asciende por la garganta hasta la raíz de la lengua.

Cuando el Calor por insuficiencia de Riñón se eleva con fuerza a lo largo del recorrido de este canal, seca los fluidos genera inflamación, congestión y dolor en la garganta, con dificultad para tragar y lengua seca.

Por su capacidad para descender el Calor y el Fuego en esta región, YongQuan R1 también es utilizado en casos de inflamación y dolor de garganta causado por otras etiologías.

De acuerdo al texto "El Eje Espiritual", el canal de Riñón termina en LianQuan Ren23, un importante punto para las afecciones de la lengua, y YongQuan R1 está también indicado para la pérdida de voz, sea debida a patógenos externos o golpe de Viento.

Y, como se mencionó antes, de acuerdo a los principios de la MTC, los puntos en las extremidades inferiores pueden ser usados para afecciones en el extremo superior del cuerpo, por ello, YongQuan R1 puede ser utilizado para tratar afecciones de la cabeza, rostro, órganos de los sentidos y garganta.

- Trata afecciones en los 2 Yin inferiores.

El canal de Riñón penetra en el raquis lumbar desde el perineo, el bloqueo de Qi-Xue del canal de Riñón, puede provocar dolor lumbar con dificultad para la micción y defecar.

La punción de YongQuan R1 puede aliviar el dolor y favorecer estas dos expulsiones, ya que este Zang domina los 2 Yin inferiores, ano y uretra.

Junto con QuChi IG11, YongQuan R1 también puede ser utilizado en el tratamiento de la constipación por Sequedad (especialmente en insuficiencia Yin).

En el capítulo 23, sobre "Enfermedades calientes", al final de este capítulo, sugiere sangrar YongQuan R1 y cualquier vaso congestionado en Sangre del empeine, si un hombre tiene retracción de genitales o una mujer tiene "bloqueada" la menstruación, o si siente la columna vertebral y zona lumbar como si se "desprendiera" y no tiene deseos de comer o beber.

- Importante punto en la práctica de Qi Gong

YonQuan R1 es un punto importante en la práctica de QiGong.

Dirigir la mente hacia yongQuan R1, o inhalar y exhalar a través de este punto, desciende y enraza el Qi en el DanTian inferior, (Campo de Cinabrio), y facilita absorber el Yin de la madre Tierra.

Esta práctica se recomienda cuando un excesivo Yang rebelde asciende hacia el Corazón, los Pulmones o la Cabeza.

Junto a ShanZhong Ren17 y BaiHui Du20, es uno de los 3 puntos para alcanzar y tratar los "3 Tesoros" (Dan Tians),

#### **Notas**

En Korea, y sus costumbres, un mes antes de su boda, los hombres se paraban sobre brasas para estimular su Tian Gui (energía sexual) y así estar preparados para su noche nupcial.

Se recomienda (y es ampliamente utilizado en China), que pacientes con insomnio, masajeen YongQuan R1 en ambos pies antes de acostarse a dormir, o remojar los pies en agua caliente para bajar el exceso de Yang en la cabeza.

Finalmente, YongQuan R1 a sido sujeto de varios estudios modernos de aplicación de emplastos con una amplia variedad de sustancias herbales en pasta para variadas afecciones, incluyendo hipertensión o úlceras en la boca.

#### **Contraindicaciones**

Prohibido su estimulación a partir del 7ºmes de embarazo.



### **Punción**

0,3 a 1 cun, inserción perpendicular,

Sensaciones: Distensión y dolor local, posiblemente extendiéndose por el tobillo.  
Punzar este punto es muy doloroso y por lo tanto se recomienda solo para afecciones severas o emergencia.  
La acupresión puede tenerse en cuenta para su estimulación.

Precaución: No sangrar este punto.

La moxibustión es aplicable y recomendable.

En casos de tratamiento de colapsos, inconciencia, shock o una condición severa de exceso, este punto debe ser fuertemente estimulado.

En condiciones de insuficiencia pronunciada, la estimulación debe aplicarse con cautela.

### **Combinaciones**

- Reanimación,  
Recuperación de la Conciencia,  
Colapso de Yang.

YongQuan	R1
HeGu	IG4
SanYinJiao	B6
ZuSanLi	E36
TaiXi	R3

- Síntomas de Menopausia,

YongQuan	R1
Baihui	Du20
FengChi	VB20

YinXi	C6
GuanYuan	Ren4

XingJian	H2
TaiChong	H3

- Dolor de Cabeza y mareos visuales,

YongQuan	R1
FengFu	Du16
FengChi	VB20
FengShi	VB31

- Afecciones por Frio que se transformó en Calor,

YongQuan	R1
QuChi	IG11
DaZhui	Du14
HeGu	IG4
XuanZhong	VB39
ZuSanLi	E36

- Insuficiencia de Yin con Plenitud de patógenos, Humedad, Frío o Fuego sobre Riñón.

YongQuan	R1
shenshu	V23
GuanYuan	Ren4
ZhongJi	Ren3
KunLun	V60

#### Fuentes

- Atlas of Acupuncture
- El gran libro de la Medicina China
- Los fundamentos de la Medicina China
- A manual of Acupuncture

<http://tcmpoints.com/es/>

<http://www.americandragon.com/Points.html>

<http://bionano.med.kobe-u.ac.jp/adss/browse.php>

<http://www.steve-woodley.co.uk/?content=pointsearch&point=Kid-1>

<https://www.hindawi.com/journals/ecam/2014/187484/>