

1. Universidad de Cuenca. Facultad de Ciencias Médicas. Docencia e investigación. Cuenca-Ecuador.

Editorial | Editorial

<https://doi.org/10.18537/RFCM.43.01.01>

Correspondencia:
david.achig@ucuenca.edu.ec

Dirección:
Ezequiel Márquez y Moreno Mora

Código postal:
010207

Teléfono:
0996088480

Cuenca-Ecuador

Membrete bibliográfico

Achig-Balarezo D. Editorial. El *Tao* de la salud medicina ancestral y su diálogo con la ciencia. Rev. Fac. Cienc. Méd. Univ. Cuenca, 2025;43(1): 5-7.: doi: 10.18537/RFCM.43.01.01

Editorial

El *Tao* de la salud: medicina ancestral y su diálogo con la ciencia

Achig Balarezo, David Ricardo¹

Las medicinas ancestrales, en general, y la medicina china (MC), en particular, no pueden separarse de su historia, tradición, fundamentos filosóficos y experiencias de vida. En China, la filosofía taoísta ha guiado desde sus inicios las prácticas en salud con una visión integral, en la que la armonía entre el ser humano y la naturaleza es esencial para la salud.

En este sentido, el *Tao* (道) (frecuentemente traducido como “camino”) representa el flujo natural del universo y su comprensión es clave para entender cómo la MC concibe los patrones de desarmonía (signos, síntomas o enfermedades) y el proceso de curación o sanación.

El equilibrio entre Yin y Yang (阴阳平衡)

Uno de los pilares filosóficos de la MC es el principio del *Yin-Yang* (阴阳), una representación de la dualidad dinámica que rige todos los aspectos de la vida. En la analogía de la montaña, *Yin* (阴) simboliza la parte no iluminada, lo oscuro, lo frío; *Yang* (阳) es lo opuesto, el lado que recibe directamente los rayos del sol, representa lo luminoso, lo cálido, lo activo. La salud en esta perspectiva es el resultado del equilibrio entre estas dos fuerzas; la enfermedad surge cuando una predomina sobre la otra sin control.

El principio taoísta de divisibilidad establece que cada estructura tiene su parte *Yin* y *Yang*. Aplicado a la persona, el lado derecho es *Yang* y el lado izquierdo es *Yin*, independientemente de si es hombre o mujer. La parte derecha está más relacionada con lo racional, lógico y analítico, mientras que la mitad izquierda está vinculada con lo sensible, lo emocional y la capacidad de dar y recibir afecto.

Imaginemos una persona sola, encargada de coordinar el trabajo entre 10 o 20 empleados, que en casa debe lidiar con dos adolescentes demandantes de atención, asumir las responsabilidades del hogar y en ocasiones, llevarse trabajo extra a la casa. Es altamente probable que esta persona experimente cefalea, contractura cervical y dolor más intenso en el lado derecho, reflejando un exceso de *Yang* debido a la necesidad constante de control. Siguiendo la ley de opuestos, su mitad *Yin* quedará relegada, afectando su capacidad de conectarse emocionalmente.

¿Qué hacer en estos casos? Aliviar las cargas, compartir responsabilidades y establecer límites claros —por ejemplo, mantener el trabajo en el ámbito laboral— ayudarán a reducir la tensión *Yang*. Además, será necesario reforzar el autocuidado y la emotividad, fomentando el dar y recibir afecto.

No se trata de una receta de fácil aplicación, sino de un replanteamiento profundo de prioridades, rutinas y estilo de vida.

La MC ofrece diversas estrategias terapéuticas que el profesional deberá seleccionar de acuerdo con el estado del paciente, buscando no solo medicar, sino sanar. Aquí entra en juego un principio clave: sanar sin forzar.

Wu Wei (无为): sanar sin forzar

El concepto taoísta de *wuwei* (无为), traducido como “no acción” o “acción sin esfuerzo”, es fundamental en la MC. No implica inactividad, sino actuar en armonía con la naturaleza en lugar de resistirla. Este principio se refleja en la medicina preventiva: en lugar de esperar la aparición de la enfermedad, se busca mantener la armonía en el cuerpo mediante la alimentación, la respiración y el equilibrio emocional. Esta visión contrasta con el enfoque reactivo de la medicina occidental, que a menudo trata síntomas sin abordar las causas profundas.

Hacia un diálogo abierto: filosofía y medicina

El pensamiento taoísta invita a ver la salud no como una lucha contra la enfermedad, sino como un proceso de adaptación y fluidez. Si entendemos que el cuerpo es un microcosmos dentro del macrocosmos del universo, podemos considerar la MC como una medicina que no impone, sino que acompaña los procesos naturales del organismo. Esta perspectiva se alinea con la filosofía del *Tao* (道), que enseña a seguir el flujo de la naturaleza en lugar de resistirlo.

En este contexto, el diálogo entre la MC y la biomedicina no debe plantearse como una oposición, sino como una integración. La ciencia médica ha avanzado enormemente en la comprensión de los mecanismos biológicos y la intervención sobre enfermedades específicas, mientras que la MC ofrece una visión más holística que enfatiza la prevención y el equilibrio. La pregunta no es cuál es superior, sino cómo ambas pueden complementarse para ofrecer un enfoque integral de la salud.

Un encuentro de saberes

La MC y la medicina occidental no deberían verse como opuestas, sino como complementarias o, más bien, en convivencia. Mientras la biomedicina se enfoca en la evidencia científica y el tratamiento de enfermedades específicas, la MC ofrece una perspectiva basada en la armonía y la prevención.

El taoísmo recuerda que la rigidez lleva al colapso y que la flexibilidad es clave para la vida. Ser como el bambú joven que se inclina ante el viento intenso, pero que una vez terminado regresa a su posición. En este diálogo entre ciencia y tradición, el *Tao* de la salud muestra que la medicina no solo trata cuerpos enfermos, sino personas (que se alegran, estresan, sufren, se ilusionan, desilusionan), promoviendo la restauración del equilibrio con uno mismo, el entorno y la comunidad. La clave está en integrar lo mejor de ambos mundos sin perder la esencia de cada uno.

Así como el *Yin* y el *Yang* no son opuestos sino complementarios, la medicina contemporánea y la ancestral pueden coexistir, enriqueciéndose mutuamente. La salud, en su sentido más profundo, es la capacidad de fluir con la vida sin resistencia, en equilibrio con el Tao, y otras armonías.