

## **MAL DE CAP (CEFALEA)**

Per l'acupuntura el mal de cap o cefalea és una entitat simptomàtica que la trobem en molts processos patològics de manera individual, com una alteració amb característiques pròpies o acompanyada d'altres símptomes i signes, donant lloc a un quadre clínic determinat. El mal de cap és un signe de gran utilitat diagnòstica en teràpia energètica ja que es comporta com un "timbre d'alarma" que, d'evolució pot afectar l'activitat funcional energètica en graus més avançats.

Els diferents tipus de mal de cap que pateixen les persones els podríem classificar en dos grans grups; aquells que són per plenitud i els que ho són per insuficiència energètica. Les causes que provoquen l'alteració poden ser diverses; n'hi ha d'origen extern (com el vent-fred, vent-calor, vent-humitat) o d'origen intern (com són els estancaments o desequilibris entre la sang i l'energia). Aquests últims acostumen a ser els més comuns i persistents, els que es veuen més en clínica.

En el mal de cap és important definir la localització exacta del dolor. La resposta pot ser un punt concret o tota una zona. Les regions del cap tenen una relació amb els diferents meridians energètics. Zona Frontal amb l'Estómac i el Budell Gruixut. Zona Lateral (Hemicranial) amb la Vesícula Biliar i el Triple Recalentador. Zona del Vèrtex amb el Fetge i el Mestre de Cor. Zona Occipital amb Bufeta i Budell Prim. A continuació es pot preguntar pels hàbits de cadascun dels òrgans afectats.

Per l'acupuntura cadascun dels òrgans té una funció energètica determinada i aquells que estan més directament implicats amb les cefalees són: el Fetge-Vesícula biliar, el Ronyó-Bufeta i la Melsa-Estómac, ja que són aquests òrgans els encarregats de governar i controlar la sang del nostre organisme i per tant l'energia. El fet que aquest dolor es localitzi al cap ve donada per la distribució dels Canals d'acupuntura. Tots els meridians Yang del cos conflueixen a nivell del cap, la seva direcció és la de fer baixar l'energia. Quan l'energia no pot continuar el seu camí pels meridians i queda bloquejada o pren una direcció contrària a la del seu recorregut, s'estanca o reflueixen al cap donant lloc a aquest trastorn. L'energia Yang, junt amb la sang és l'energia més afectada en aquesta disfunció orgànica.

Les causes que poden portar a una alteració que ens doni mal de cap són diverses, des de diferents estats emocionals nocius mantinguts en el temps fins a mals hàbits com pot ser l'alimentació, tenint en compte que també pot haver-hi una predisposició de la persona a patir-ne.

Per l'acupuntura el mal de cap que pateix cada persona és únic i ve donat per la localització, intensitat i durada, podent relacionar-lo amb l'estrès, depressió, ansietat, menstruació, cansament, alimentació, i altres factors. L'estudi de cada cas en concret serà necessari per poder fer un bon diagnòstic del problema i així establir una proposta de tractament d'acord al desequilibri energètic que trobem. És important que el pacient sigui conscient de que li passa i s'impliqui en el procés de recuperació, prenent les mesures necessàries. Per tant l'abordatge del tractament ha de tenir en compte diferents variables.

La cefalea és una de les patologies que major índex d'èxit i efectivitat té amb el tractament d'acupuntura, ja que la seva visió és des de la globalitat, amb l'avantatge que no només elimina o millora el dolor del cap si no que evita trastorns més profunds, regulant les perturbacions de la circulació energètica que està provocant la disfunció.