

II taller nacional científico metodológico de profesores de la educación médica
Policlínico Docente Cristóbal Labra | Del 9 al 30 de septiembre 2024



CENCOMED (Actas del Congreso),educienciapdcl2024, (septiembre 2024) ISSN 2415-0282

Apuntes acerca de la utilidad terapéutica del Masaje Tuina

Notes on the therapeutic usefulness of Tuina Massage

Lic. Lidia Rosa Guerra Pérez¹ <https://orcid.org/0000-0001-6860-604X>

MsC. Yudit Alfonso Marín² <https://orcid.org/0009-0005-3177-6439>

Dr. Roberto Vergel Llerena³ <https://orcid.org/0009-0004-4948-7259>

Dra. Yilieny Macías Ibarra⁴ <https://orcid.org/0000-0003-4962-1417>

Dra. María Isabel Pérez Fariña⁵ <https://orcid.org/0009-0004-1796-3433>

Lic. Cira Valdés Rojas⁶ <https://orcid.org/0000-0001-5971-2297>

Andrés Jesús Luna Alfonso⁷ <https://orcid.org/0009-0006-3020-3193>

¹Licenciada en Psicología. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Asistente. lidyarosa@infomed.sld.cu

²Licenciada en Enfermería. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Auxiliar. yuditalfonsomarin@gmail.com

³Doctor en Medicina. Especialista de 1er Grado en Medicina Natural y Tradicional. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Instructor. robertovergel97@nauta.cu

⁴Doctora en Medicina. Especialista de 1er Grado en Medicina General Integral y Medicina Natural y Tradicional. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Asistente. yilienym@gmail.com

⁵Doctora en Medicina. Especialista de 1er Grado en Fisiología Normal y Patológica. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Auxiliar. mariaisabelpf@infomed.sld.cu

⁶Licenciada en Electromedicina. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. Profesor Instructor. ciravaldes@infomed.sld.cu

⁷Estudiante de 1er año de Medicina. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Faustino Pérez Hernández”. Universidad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus, Cuba. idappleandres2020@gmail.com

I RESUMEN

Introducción: El Masaje Tuina constituye una terapéutica de las más importantes dentro de la Medicina Tradicional China, con varios siglos de antigüedad en su práctica, alcanzando gran auge y desarrollo en

varios países. A través de esta terapia se pueden tratar diversas patologías y síntomas con resultados favorables demostrados científicamente. **Objetivo:** Profundizar acerca de la utilidad terapéutica del Masaje Tuina. **Método:** El estudio constituye una revisión actualizada de la literatura científica respecto a la utilidad del Masaje Tuina. **Resultados:** La revisión actualizada de la literatura científica permitió realizar algunos apuntes acerca de la utilidad del Masaje Tuina. En este sentido se destacan sus efectos para tratar la ansiedad, la depresión, la hipertensión arterial, la cefalea entre otras sintomatologías. **Conclusiones:** El Masaje Tuina es una alternativa terapéutica de la Medicina Tradicional China que puede ser de gran utilidad en el tratamiento de varias situaciones de enfermedad.

Palabras Claves: Masaje Tuina, utilidad terapéutica.

I ABSTRACT

Introduction: Tuina Massage is one of the most important therapies within Traditional Chinese Medicine, with several centuries of practice, reaching great popularity and development in several countries. Through this therapy, various pathologies and symptoms can be treated with scientifically proven favorable results. **Objective:** To delve deeper into the therapeutic usefulness of Tuina Massage. **Method:** The study constitutes an updated review of the scientific literature regarding the usefulness of Tuina Massage. **Results:** The updated review of the scientific literature allowed us to make some notes about the usefulness of the Tuina Massage. In this sense, its effects stand out to treat anxiety, depression, high blood pressure, headaches, among other symptoms. **Conclusions:** Tuina Massage is a therapeutic alternative to Traditional Chinese Medicine that can be very useful in the treatment of various disease situations.

Key Words: Tuina massage, therapeutic usefulness.

II INTRODUCCIÓN

La Medicina Tradicional China como uno de los sistemas médicos complejos más antiguos y reconocidos a nivel mundial, se fundamenta en una práctica coherente y holística que se ha desarrollado durante miles de años; basándose en textos antiguos como resultado de un amplio y continuo proceso de observación y experiencia; desde entonces se ha dado a conocer su percepción del cuerpo, la salud y la enfermedad ⁽¹⁾.

Desde sus orígenes, ha demostrado su gran valor en el tratamiento de múltiples afecciones agudas y crónicas basándose en restablecer el equilibrio al ser, entendiendo los procesos de salud-enfermedad desde un enfoque holístico; para lograrlo es fundamental conocer la fisiopatología revelada por la Medicina Tradicional China hace miles de años. Las estrategias de intervención con Tuina se fundamentan en la individualidad de cada paciente de acuerdo a sus manifestaciones clínicas, relacionándolas con los principios de la Medicina Tradicional China ⁽¹⁾.

El Masaje Tuina constituye una terapéutica de las más importantes dentro de la Medicina Tradicional China, con varios siglos de antigüedad en su práctica, alcanzando gran auge y desarrollo en varios países.

Las primeras bibliografías datan de (475-221 a.n.e), como (el Canon de la Medicina Interna), y explican por primera vez la terapia TUINA como una rama de ciencias, y se presentaron las alteraciones patológicas fundamentales, “La obstrucción causa dolor y el dolor significa obstrucción”. También explican el principio de tratamiento de “Para tratar el frío hay que calentarlo”.

El Masaje Tuina está conformado por un conjunto de maniobras que realiza el terapeuta con el uso de sus manos u otra parte del cuerpo, sobre zonas específicas del cuerpo humano a fin de regular el estado fisiopatológico del organismo, y lograr el objetivo de curar las enfermedades ⁽²⁾.

El Masaje Tuina es una rama de la medicina china tradicional que se utiliza como medio terapéutico. Consiste en realizar movimientos con las manos sobre la superficie corporal, en zonas muy determinadas y concretas, o en puntos clave. Mediante la aplicación de técnicas manuales busca establecer un flujo armonioso de Qi (energía vital) a través del sistema de meridianos, devolviéndole al cuerpo el equilibrio ^(1, 3).

Los meridianos no se limitan a transportar la energía nutriente a todas las células del cuerpo y a retirar de ellas los productos de desecho, sino que también coordinan todas las funciones fisiológicas y psicológicas del cuerpo como un organismo holista. La enfermedad se produce como consecuencia de la interrupción del flujo armonioso de energía vital en los meridianos, de modo que comprender bien los meridianos y sus puntos de energía es fundamental para que el terapeuta pueda masajear las partes adecuadas del cuerpo a fin de restablecer el flujo armonioso de energía ⁽⁴⁾.

Etimológicamente Tui-Na está formado por dos maniobras de masaje: Tui Fa: Presionar y desplazar simultáneamente. Na Fa: Agarrar y traccionar la piel ⁽⁵⁾.

A partir de estas dos maniobras de base del masaje tuina se han incorporado variaciones de las mismas, las cuales constituyen técnicas manuales que pueden conjugarse como terapia para tratar muchas patologías, entre ellas la ansiedad, la depresión, la hipertensión arterial, la cefalea entre otras sintomatologías. Dentro de estas maniobras están:

Presionar: Consiste en presionar con un dedo, un nudillo, un puño, la palma o el codo determinado punto de energía o zona enferma. Empujar radica en mover los dedos, la palma o el puño hacia delante, sobre la piel del paciente. Rodar, se usa una o las dos manos haciéndolas rodar por el cuerpo o las extremidades ⁽⁴⁾.

De igual manera, frotar consiste en pasar el pulgar, un dedo, la palma de la mano o el puño sobre la parte afectada del paciente, produciendo cierta fricción. Golpear es golpetear la parte afectada con la palma abierta. Separar consiste en mover los dedos o las palmas de las manos, separándolas, sobre la zona afectada del paciente ⁽⁴⁾.

Así también se hallan aferramiento, amasamiento, raspado, estiramiento; así como sobar, embadurnar, etc.

Al valorar la base teórica del Masaje Tuina ha de plantearse que está basado en las teorías fundamentales de la Medicina Tradicional China, tomando como base material el Qí (energía vital), Xue (sangre), Jing (esencia), Yinye (líquidos corporales), y apoyándose en las teorías de Ying- Luo, (canales y colaterales) y de los Zang- Fu (órganos y vísceras) ⁽²⁾.

La teoría Yin-Yang tiene aplicaciones en las diferentes ramas de la Medicina tradicional oriental, tanto en la anatomía, fisiología, patológica, diagnóstico y tratamiento.

El Masaje Tuina es efectivo para el tratamiento de diversas patologías y síntomas con resultados favorables demostrados científicamente. A partir de las diferentes maniobras que constituyen técnicas manuales se conjugan varios esquemas terapéuticos específicos como tratamiento para el tratamiento de determinadas afecciones.

Teniendo en cuenta todo lo anteriormente planteado respecto a la utilidad terapéutica del Masaje Tuina, lo que permite afirmar que constituye una alternativa terapéutica que puede ser de gran beneficio en el tratamiento de enfermedades repercutiendo a favor del restablecimiento de la salud de los pacientes en los diferentes niveles de salud no solo en nuestro país; sino también en otras latitudes se realiza una revisión actualizada de la literatura científica con el objetivo de profundizar acerca de la utilidad terapéutica del Masaje Tuina.

III MÉTODOS

Este estudio constituye una revisión actualizada de la literatura científica respecto a la utilidad terapéutica del Masaje Tuina. Se consideraron estudios científicos de varios países.

La estrategia de búsqueda se realizó a través de Google Scholar, la Academia Educación, Scielo ERIC y la Biblioteca Virtual de Salud en Cuba, lo que nos propició información de varias revistas científicas.

IV RESULTADOS

El masaje tuina es una rama de la medicina china tradicional que utiliza el masaje como medio terapéutico. La terapia consiste en realizar movimientos con las manos sobre la superficie corporal, en zonas muy determinadas y concretas, o en puntos clave ⁽³⁾.

La acupuntura y el masaje tuina son “terapias nobles”, efectivas y económicas que pueden ser usadas en la mayoría de los pacientes, incluso aquellos con condiciones especiales o patologías previas como: diabetes, hipertensión, y pacientes con lesiones gastrointestinales; que son enfermedades y factores de riesgo para desarrollar efectos colaterales con los tratamientos medicamentosos convencionales usados en la parálisis de Bell ⁽³⁾.

Tuina es uno de los pilares terapéuticos de la Medicina Tradicional China (MTC); siendo un tratamiento holístico basado en los principios de esta medicina oriental, mediante la aplicación de técnicas manuales busca establecer un flujo armonioso de Qi (energía vital) a través del sistema de meridianos, devolviéndole al cuerpo el equilibrio ⁽¹⁾.

Una de las causas de enfermedad desde la MTC, se debe a una interrupción del flujo normal de Qi y sangre; el principal objetivo del tratamiento con Tuina es eliminar cualquier bloqueo restaurando de esta manera su flujo armonioso ⁽¹⁾.

Las patologías que con mayor frecuencia se tratan con Masaje Tuina corresponden al sistema muscular y osteoarticular; sin embargo, también es una técnica útil en el manejo de patologías del sistema circulatorio, respiratorio y digestivo; a su vez ayuda a resolver patologías del sistema endocrino; así como otras afecciones. El Masaje Tuina, es una técnica terapéutica manual muy útil para diversas patologías tanto en niños como en adultos, teniendo resultados satisfactorios. El masaje Tuina, originado en China hace más

de 1.000 años, es una técnica terapéutica manual muy eficaz de la Medicina Tradicional China, útil para tratar patologías tanto agudas como crónicas ⁽¹⁾.

Al abordarse la utilidad terapéutica del Masaje Tuina han de presentarse evidencias que manifiestan los beneficios de esta terapia en la prevención, tratamiento y rehabilitación de enfermedades a partir de la literatura científica actualizada.

En Cuba se realizó un estudio en pacientes con parálisis facial periférica de Bell en el período comprendido entre enero del 2017 a enero del 2018, en el servicio de Medicina Natural y Tradicional del Hospital Militar Central “Dr. Carlos J. Finlay. Los pacientes fueron tratados con acupuntura y masaje tuina. De esta manera se evaluó el uso de la acupuntura y el masaje tuina en el tratamiento de los pacientes con parálisis facial de Bell, se determinó el diagnóstico tradicional de los pacientes estudiados y se caracterizó la evolución clínica. De todo ello resultó que la aplicación de la acupuntura y el masaje tuina son técnicas tradicionales exitosas al tratar la parálisis facial periférica, lo que muestra un tiempo promedio menor para la recuperación y una mayor respuesta satisfactoria ante la combinación de ambos procedimientos, sobre todo en los pacientes atendidos en la fase aguda ⁽³⁾.

Una revisión sistemática acerca de la eficacia de las técnicas herbales, acupuntura y masaje Tuina de la Medicina Tradicional China en los trastornos por déficit de atención (TDAH) y del espectro autista (TEA), entidades clínicas complejas y altamente heterogéneas del neurodesarrollo de la población pediátrica; mostró que a pesar de ser pocos los estudios incluidos, los resultados fueron consistentes, identificando mejoras en población pediátrica con TDAH y TEA, sobre todo en términos de comportamiento y habilidades sociales, lo referido en la literatura vislumbra el potencial que tiene este modelo de salud para la mejora de los síntomas de TDAH y TEA en la población pediátrica, cuando es utilizado como manejo complementario en el tratamiento convencional de estos trastornos ⁽⁶⁾.

Las evidencias científicas de una experiencia teórico-clínica en el hospital de la universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin aseveran la utilidad del masaje tuina para tratar afecciones emocionales, al plantear que, como rama de la Medicina Tradicional China, el masaje Tuina se apoya en la teoría de los meridianos; canales por los que circula el Qi en el cuerpo; y el objetivo es ayudar al paciente a lograr un equilibrio mental, físico y emocional. Proporciona un aumento de energía en los órganos y vísceras, actuando de igual manera sobre los órganos sensoriales y la mente, produciendo un estado y sensación de bienestar integral ⁽¹⁾.

Se ha demostrado que el sistema muscular ejerce una función como canal de comunicación entre la mente y el cuerpo; razón por la cual el masaje Tuina a través de sus técnicas, permite un equilibrio que va más allá del plano físico, produciendo efectos favorables en el binomio cuerpo-mente. En su terapéutica, combina de forma ordenada, varios métodos que obtienen desde el exterior efectos beneficiosos en todo el organismo, por medio de técnicas de acupresión; que influyen directamente sobre el flujo de Qi ⁽¹⁾.

Al aplicar estas técnicas de acupresión del masaje Tuina, comúnmente se usan puntos de los 12 meridianos, algunos puntos extraordinarios, y puntos especiales ubicados en la cabeza y extremidades especialmente en las manos. La manipulación se hace suavemente con las manos, empezando en áreas y puntos de la cabeza, luego miembros superiores, tórax, abdomen, espalda, y finalmente miembros inferiores ⁽⁷⁾.

Es importante realizar en cada sesión Tuina abdominal, debido al beneficio que tiene al favorecer la circulación de Qi, armonizando de esta manera los órganos y nutriendo músculos, tendones, ligamentos y huesos ⁽¹⁾.

Las evidencias de una investigación en la Casa del Abuelo del municipio de Cabaiguán mostraron que, hasta el cierre marzo 2020, los resultados indican efectividad del tratamiento con el esquema terapéutico del masaje tuina para el trastorno mixto de ansiedad y depresión. Los 14 adultos mayores tratados con la terapia mejoraron los síntomas, lo que se conservó en el transcurso del tiempo en más del 50 % de los mismos hasta esta etapa ⁽⁸⁾.

En la literatura se hallaron funciones de algunas maniobras del masaje tuina, que pueden mejorar síntomas del trastorno mixto de ansiedad y depresión. Entre las aplicaciones clínicas de la maniobra de sobamamiento se encontró que calma la depresión del pecho. Las maniobras de empujado, rodamiento, aferramiento y golpeteo tienen efecto de relajar. La manipulación de presión digital es aplicable en todos los puntos del cuerpo. Es efectiva en tranquilizar la mente ⁽⁹⁾.

Igualmente ocurrió con la maniobra de embadurnar. En la práctica clínica, esta manipulación es usada en la región de la cabeza, la cara, el cuello. Entre sus funciones están las de devolver la conciencia y calmar la mente; despertar la mente ⁽¹⁰⁾.

Algunos puntos acupunturales que se usan en esquemas terapéuticos del masaje tuina, tienen indicaciones que están en correspondencia con el tratamiento de los síntomas presentes en diferentes patologías. Además la literatura afirma que, los principales tipos de terapias corporales que tradicionalmente utilizan los puntos de acupuntura son: shiatsu, tuina, anma y daoyin ⁽¹¹⁾.

Se puede plantear que dentro de las acciones e indicaciones del IG 11, psicológicamente, ayuda en casos de depresión, agitación e irritabilidad, además es efectivo para la hipertensión arterial. En la esfera psicoemocional, IG 4 es eficaz en casos de ansiedad, estrés físico o emocional, suspiros recuentes, constricción de la garganta, inquietud o agitación mental, insomnio, irritabilidad, depresión, duelo, cambios de humor, shock psicológico, comportamiento extremadamente introvertido o extrovertido, afasia, palpitaciones y ataques de pánico; también IG 4 tiene indicación para combatir la fiebre, cefalea, edema doloroso en laringe y faringe durante el "resfriado". Inflammaciones agudas a nivel del cuello y la cabeza. Secreción de sudor deficitaria o exagerada. Dolor y trastornos motores a nivel de la articulación de la muñeca y de los dedos. Resultando además el punto de acupuntura más analgésico del cuerpo humano. Así mismo para tratar el insomnio se usan VB 20, VB 21 ⁽¹¹⁾.

Otro ejemplo de puntos de acupuntura empleado en el tratamiento con esquemas terapéuticos de Masaje Tuina es el punto VB34 con el cual se logra descongestionar el hígado y se estimula la vesícula biliar, relaja los tendones y calma el dolor ^(11, 12).

Según otras bibliografías revisadas se reconoce que, IG4 se encuentra dentro de los puntos más utilizados por su efecto sedante; igualmente entre las indicaciones del punto Tai Yang se hallan ansiedad y nerviosismo ^(13, 14).

De igual manera entre las indicaciones de VB 20 se refieren los trastornos del sueño ⁽¹²⁾.

Una revisión documental y bibliográfica, realizada a nivel internacional por investigadores ecuatorianos y peruanos; según los estudios encontrados, el masaje aplicado de diferentes formas, es efectivo en el manejo de estrés crónico y sus efectos negativos ⁽¹⁵⁾.

Así mismo una investigación en China evaluó que el masaje de manos chino alivió eficazmente la ansiedad sin efectos adversos entre los pacientes que esperaban una angiografía coronaria ⁽¹⁶⁾.

En el departamento de Tuina de la Universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin, asiste un promedio de 10.000 pacientes mensuales aproximadamente entre población pediátrica y adultos. El tratamiento con Masaje Tuina proporciona principalmente alivio del dolor de origen osteomuscular; de igual manera es útil para tratar patologías digestivas, respiratorias y circulatorias tanto agudas como crónicas ⁽¹⁾.

Una investigación en Ecuador asegura que el masaje terapéutico si beneficia al adulto mayor del Centro Gerontológico de la Parroquia Venus del Rio Quevedo ⁽¹⁷⁾.

Un estudio de tipo ensayo clínico controlado durante el período comprendido Enero 2018 - Febrero 2019 en el Consultorio del Médico Familia No 24, Policlínico Docente Bayamo Oeste en Granma, obtuvo una respuesta terapéutica satisfactoria en el grupo tratado masaje tuina. El masaje tuina es tan eficaz como el sobado para el tratamiento de la dispepsia funcional ⁽¹⁸⁾.

V CONCLUSIONES

El Masaje Tuina es una alternativa terapéutica de la Medicina Tradicional China que puede ser de gran utilidad en el tratamiento de varias situaciones de enfermedad. Se han logrado resultados científicos que evidencian su uso para tratar y mejorar tanto enfermedades agudas como crónicas en población infantil y adulta.

VI REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rojas Maldonado DA. Experiencia teórico-clínica en el manejo de pacientes con masaje Tuina en el Hospital de la Universidad de Medicina Tradicional China de Tianjin. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia; 2017. [acceso: 18/01/2021]. Disponible en: <http://bdigital.unal.edu.co/57167/7/DianaA.RojasMaldonado.2017.pdf>
2. Kicks A. Conceptos básicos: La medicina china. Barcelona: Editorial Plaza Janes; 1997.
3. Ramos García IY, Noa Muguercia H. Acupuntura y masaje tuina en el tratamiento de la parálisis de Bell. Rev Ciencias Médicas Pinar del Río. 2019 [acceso: 18/01/2021]; 23(4):533-541. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v23n4/1561-3194-rpr-23-04-533.pdf>
4. Kiew Kit W. El Gran libro de la Medicina China [Internet]. Barcelona: Ediciones Urano, S.A; 2003. [acceso:18/01/2021]. Disponible en: <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=El+gran+libro+de+la+medicina+china>
5. Bermello Navarrete R, Acosta Perdomo YD. Masaje Tradicional Chino Tui Na. Medicina Natural y Tradicional. Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas Mayabeque. 2018 [acceso: 06/12/2020];5(6):1-3. Disponible en: <https://files.sld.cu/cpicmmayabeque/files/2018/11/bmnt0618.pdf>
6. García Sepúlveda CHP. Eficacia de la medicina tradicional china sobre los trastornos del neurodesarrollo. Universidad Autónoma de Nuevo León: Monterrey; 2024. Disponible en: <http://eprints.uanl.mx/26798/11/26798.pdf.crdownload>

7. Xiao Y, Mei-fei G, Dai-qing G. Chinese-English Edition of Pediatric Tuina. Shanghai: Scientific and Technical Publishers; 2010. [acceso: 06/12/2021]. Disponible en: https://www.amazon.com/Translator-Ye-Xiao/dp/7532396703/ref=monarch_sidesheet
8. Guerra Pérez LR, Pulgar Peña M, Crespo Rodríguez AM, Núñez Luna NM, González Olazábal MV. Tratamiento con masaje tuina para trastorno mixto de ansiedad y depresión en el adulto mayor. Revista Cubana de Medicina Natural y Tradicional. 2022; 5:e(227). Disponible en: <file:///C:/Users/Lusia/Downloads/227-1102-1-PB.pdf>
9. Colectivo de autores. Manual para la práctica de la Medicina Natural y Tradicional. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2014. [acceso: 06/12/2021]. Disponible en: https://instituciones.sld.cu/fcmdoct/files/2019/10/manual_medtrad_completo.pdf
10. Pargas Torres F. Enfermería en la Medicina Tradicional y Natural. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2005. [acceso: 06/12/2021]. Disponible en: https://www.academia.edu/7599884/Enfermer%C3%ADa_en_la_Medicina_Tradicional_y_Natural
11. Jarmey Ch, Bouratinos I. Guía práctica de puntos de acupuntura. Barcelona: Editorial Paidotribo; 2016. [acceso:06/09/2021]. Disponible en: <http://www.paidotribo.com/pdfs/1219/1219.0.pdf>
12. Hermann Hempten C. Atlas de Acupuntura. Barcelona: Editorial Paidotribo; 2010. [acceso: 06/12/2020]. Disponible en: <https://b-ok.lat/book/5009736/16d6dc>
13. Rigol Ricardo OA. Manual de Acupuntura y Digitopuntura para el Médico de la Familia [Internet]. La Habana: Editorial Ciencias Médicas 1992. [acceso: 06/11/2021]. Disponible en: https://www.academia.edu/40634468/Manual_de_Acupuntura_y_Digitopuntura_para_el_m%C3%A9dico_de_familia
14. Ping L. El Gran Libro de la Medicina China. Manual Práctico de diagnóstico y tratamiento con Acupuntura . Barcelona: Ediciones Martínez Roca, S.A; 2002. [acceso: 06/12/2020]. Disponible en: <https://b-ok.lat/book/1003405/307030>
15. Rosales Ricardo Y, Acosta R, Reynosa Navarro E. El masaje en casos de estrés crónico. Apuntes Educación Física y Deportes. 2018; [acceso: 15/02/2021]; 34(134):95-109. doi: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/5516/551657187007/html/index.html>
16. Mei L, Miao X, Chen H, Huang X, Zheng G. Effectiveness of Chinese Hand Massage on Anxiety Among Patients Awaiting Coronary Angiography: a Randomized Controlled Trial. Journal of Cardiovascular Nursing. 2017; 32(2):196-203. DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/JCN.0000000000000309>
17. Muñoz Muñoz CA. Masaje terapéutico y sus beneficios, en el adulto mayor del centro gerontológico de la parroquia Venus del Río Quevedo, del Cantón Quevedo, provincia de los Ríos, año 2017. [Proyecto de investigación previo a la obtención del título de licenciada en ciencias de la educación. Ecuador: Caratula Universidad Técnica de Babahoyo Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación; 2017.p.7-101. [acceso: 06/12/2020 2020]. Disponible en: <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/3401/P-UTB-FCJSE-CFISICA000055.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Boada Estrada AM, Pérez Oliva AA, Román Hernández VM, Sablón Pérez NH, Ponce Suros Y. Eficacia del masaje tuina en pacientes con dispepsia funcional. Consultorio 24. Enero 2018 - Febrero

2019. Revista Médica Granma. 2020; 24(1). Disponible en:
<https://www.medigraphic.com/pdfs/multimed/mul-2020/mul201e.pdf>