

## Utilice el punto de acupuntura Riñón 1 para sustentar y fortalecer el cuerpo

Si tiene alguna duda sobre el sitio en el que debe colocar los parches, nosotros podemos ayudarlo. Hay determinados puntos de acupuntura que, por lo general, se usan para tratar distintas afecciones y producen un amplio rango de beneficios en la promoción de la salud y el bienestar generales. Uno de estos puntos de acupuntura fiables es **Riñón 1**.

La experiencia clínica ha demostrado que la estimulación del punto Riñón 1 en pacientes que sufren dolor en todo el cuerpo produce excelentes resultados.

**Punto de acupuntura:** Riñón 1 (KD1)

**Nombre chino:** Yong Quan

**Nombre inglés:** Gushing Spring

**Elemento:** madera

**Ubicación:** El punto Riñón 1 está situado en el antepié (a aproximadamente 1/3 de distancia de los tejidos de los dedos hacia el talón) en la depresión que se encuentra entre los huesos metatarsianos 2.º y 3.º.

Desde el punto de vista biológico, los riñones cumplen un papel esencial en la eliminación de toxinas, el mantenimiento de los líquidos del cuerpo y la regulación del equilibrio de electrolitos. Son fundamentales para el crecimiento, el desarrollo, la reproducción y la fertilidad.

Según la medicina china, los riñones almacenan la esencia vital (*jing*) y la vitalidad sexual de la persona, y se consideran el origen del yin y el yang para todos los otros órganos; por lo tanto, un mal funcionamiento de los riñones podría producir un efecto negativo en todo el cuerpo.

El punto KD1 es un punto *Jing-well*, por el cual entra el Qi (energía vital que mantiene la salud espiritual, emocional, mental y física de una persona en equilibrio) al meridiano Riñón y se traslada hacia el tronco del cuerpo. Por lo general, estos puntos liberan calor y estancamiento por el extremo opuesto del canal.

Se sabe que el punto Riñón 1 produce beneficios estimulantes y tranquilizantes:

- Elimina el exceso de la cabeza.
- Tranquiliza el espíritu y la mente.
- Despeja el cerebro.
- Estimula la conciencia.

Independientemente de que utilice los parches **IceWave** o **Energy Enhancer**, estimular este punto una vez por semana producirá efectos beneficiosos y duraderos. Si bien es posible que los efectos no se adviertan de inmediato, la estimulación crónica de este punto inevitablemente fortalecerá el cuerpo.

**Nota del editor:**

Los acupuntores tradicionalmente han utilizado el punto Riñón 1 para el tratamiento de las siguientes afecciones: dolor lumbar, hipertensión arterial, ataques/convulsiones, dolores de cabeza, dolor y constricción de garganta, mareos, sequedad en la lengua, visión borrosa, angustia, náuseas y vómitos, pérdida de conocimiento, infertilidad, sofocos, sudor nocturno, mala memoria y trastornos visuales