



Mónica García, coordinadora del Comité Científico del Observatorio de Acupuntura y MTC

“Me gustaría que pronto podamos ver la MTC regulada, especialmente en nuestro país”



Cree que la Medicina Tradicional China (MTC) integra saber milenario y ciencia moderna para mejorar nuestra salud. Se considera fascinada por esta técnica “basada en la armonía con la naturaleza y que busca que todo fluya, que formemos parte activa de nuestro estado de salud y con unos conocimientos milenarios pero que, a la vez, se actualiza con nuevos conocimientos e investigaciones”

Mónica García es licenciada en Ciencias Ambientales, con especialidad en Gestión Ambiental por la Universidad de León y cuenta con un Doctorado en Física, Química y Ciencias Aplicadas. Además, ha cursado múltiples programas, incluyendo un Máster en Evaluación de Impacto Ambiental y otro en Gestión y Conservación de la Naturaleza. Su formación se complementa con estu-

dios en Medicina Tradicional China, donde ha adquirido conocimientos en Acupuntura y masajes, así como en técnicas avanzadas de Tuina infantil y tratamiento del dolor. Desde 2002, ha trabajado en el Sindicato de Enfermería de Castellón y ha sido formadora en diversos cursos. Desde 2006, dirige su propio centro de Acupuntura y masaje terapéutico, y desde 2014 es profesora en la Escuela Superior de Medicina Tradicional China en Valencia.

Gestión ambiental, Física, Química y Ciencias Aplicadas (Ahora Nutrición). Su formación es muy diversa. Háblenos de su trayectoria. ¿Qué le llevó a especializarse en Medicina Tradicional China?

La verdad es que cuando lo pienso... mi trayectoria ya empezó hace muchos años con muchas inquietudes. Siempre me ha interesado el medio ambiente, vivir de forma lo más acorde con la

“Buscamos el reconocimiento de la Medicina Tradicional China y demostrar que tiene evidencia científica”



naturaleza y en contacto con ella. De hecho, siempre que puedo es a dónde voy: me encanta estar rodeada de montañas, respirar aire puro y notar la armonía de la naturaleza, ya que formamos parte de ella. Por eso inicié mis estudios en Ciencias Ambientales, que a día de hoy me sigue fascinando.

Años después de acabar la carrera, y como persona inquieta y con ganas de aprender constantemente e investigar, decidí hacer el doctorado a la vez que trabajaba, teniendo además la suerte de ser dirigida por una persona muy profesional y mejor persona, que me enseñó muchísimo, entre otras cosas la importancia de la investigación y su metodología para avanzar y aprender.

Al acabar el doctorado no era el momento para ir a hacer un post doctorado porque tenía tres hijos pequeños y eran mi prioridad. Pero claro, ¿cómo iba a estar sin seguir formándome? Entonces empezó a llegarme información sobre una medicina que ya había escuchado en alguna ocasión y que llamaba mi atención: la Medicina Tradicional China, investigué cómo podría estudiarla y acabé realizando los estudios en la Escuela Superior de MTC en Valencia, donde ahora soy profesora también.

Una luchadora a favor de la MTC...

Desde que empecé a conocerla me pareció fascinante, todo un mundo por descubrir basado en la armonía con la naturaleza y que busca que todo fluya, que formemos parte activa de nuestro estado de salud y con unos conocimientos milenarios pero que, a la vez, se actualiza con nuevos conocimientos e investigaciones. ¡Vaya! Parecía hecho a mi



“La Femtci ha creado una plataforma e iniciativa de apoyo ofreciendo sesiones gratuitas de Acupuntura para afectados por la DANA”

medida, y aquí sigo sin parar de aprender sobre Medicina Tradicional China, formando parte también, recientemente, del Observatorio de Acupuntura y MTC, de coordinadora en el Comité Científico, dónde buscamos su reconocimiento y demostrar que tiene evidencia científica, pero también aprendiendo y generando proyectos muy interesantes como el documento de evidencia científica que intentamos actualizar cada año, y otros que se están gestando. Esto lo compatibilizo con la práctica de MTC en mi centro TAO Acupuntura en Castellón.

¿Cómo describiría la influencia de la MTC en la salud y el bienestar general en comparación con la medicina convencional?

La MTC, con todo su saber milenario y su relación con la naturaleza, tiene una

visión global del cuerpo en el que todas las partes están relacionadas y en el que se tienen en cuenta tanto la parte física como emocional. El tratamiento siempre es individualizado y se busca ir al origen del problema para resolverlo, equilibrando a la persona y, por tanto, consiguiendo que los efectos perduren en el tiempo. Esto para nada está reñido con la evolución de la medicina, nuevos conocimientos, descubrimientos, etc., siendo otro de sus puntos fuertes. Además, la tendencia general que se está aplicando ya en muchos países, y desde hace ya unos años, es a integrar ambas medicinas, buscando obtener el mejor resultado para las personas.

¿Cuáles son las técnicas o terapias dentro de la MTC que considera más efectivas? La Acupuntura es una de las prácticas más conocidas. ¿Qué patología considera que responde mejor a esta técnica?

En mi opinión todas las técnicas y terapias de la MTC son importantes y aportan beneficios increíbles. Lo importante es saber cuándo beneficiarnos mejor de cada una o cómo combinarlas.

Entre ellas, la más conocida es la Acupuntura, claro, pero hay otras como la Moxibustión, Tuina, Fitoterapia, Dietoterapia, ventosas o ejercicio. En MTC, como hemos dicho, realizamos un tratamiento individual en base a una diferenciación



de síndromes a través del diagnóstico de cada persona. Según el síndrome, establecemos un principio terapéutico sobre el que trabajar, y en base al cual realizamos esa selección de técnicas y de cómo aplicarlas para obtener el mejor resultado. Esto se realiza en cada sesión, ya que la condición de una persona puede variar entre sesiones, por lo que tampoco todas las sesiones son iguales para la misma persona.

En relación a qué patología responde mejor a la Acupuntura, yo diría que son varias, de hecho, el abanico es bastante amplio, pudiendo obtener beneficios muy buenos por ejemplo para el dolor, fertilidad, estrés, ansiedad, depresión, lesiones, trastornos gastrointestinales, insomnio, etc.

En un entorno educativo, ¿cómo enseña a los estudiantes a combinar la teoría del MTC con la práctica clínica?

Bueno, es fundamental que los estudiantes conozcan bien las bases, porque una de las partes más importantes es poder realizar una correcta diferenciación de síndromes. En el primer año de los estudios de MTC se estudian asignaturas como diagnóstico, teoría básica, diferenciación de síndromes, entre otras, que para mí fue increíble, porque te explica y te da un enfoque muy diferente, conociendo cómo se entiende y relaciona todo en MTC, y dándole sentido a muchísimos aspectos.

Pero la práctica es fundamental, tienen que aprender a relacionar, a discernir, a ver a la persona en su conjunto y ver cómo se relacionan los síntomas y ver qué ha llevado a desarrollarlos, qué es lo realmente importante... al fin y al cabo, el dolor, por ejemplo, es el cuerpo intentando decirnos que algo no está bien,

“El principal motivo por el que se dificulta la regulación de la MTC es principalmente una cuestión económica y de intereses, porque su eficacia está demostrada”

debemos aprender a interpretarlo y también ver qué es lo que le ha llevado a la persona a ello para además darle pautas de alimentación, ejercicio, descanso, etc.

¿Cree que la MTC está suficientemente reconocida en los países occidentales? ¿Y concretamente en Europa?

Bueno, hay varios países que sí están haciendo un buen trabajo en este aspecto como Australia o, hace no mucho, la cercana Portugal, pero aún queda camino por recorrer, y Europa es un ejemplo de ello. Lo bueno es que ya estamos en marcha. En cuanto al principal motivo por el que se dificulta su regulación, en mi opinión, es principalmente una cuestión económica y de intereses, porque su eficacia está demostrada, la OMS ha establecido recomendaciones sobre la misma, y muchos países tienen ya regulada su formación a nivel universitario, su práctica está incluida en diversos hospitales, investigaciones, existiendo también varias sociedades científicas en este ámbito y guías de práctica clínica en las que aparece la MTC como una de las opciones terapéuticas.

Es usted coordinadora del comité científico del observatorio de forma altruista. Describa este comité y háganos de su motivación en el seno del mismo.

Sí, pero como todos los que estamos en el observatorio y la verdad es que es un equipo fantástico con gente que trabaja de forma coordinada aportando lo mejor de cada uno, es bonito porque todos los que estamos es por una lucha y motivo común. El Comité científico se encarga de elaborar informes basados en estudios de investigación publicados, respaldando científicamente la eficacia de la MTC y la Acupuntura en el tratamiento de diversas enfermedades. Visibilizar su evidencia científica es esencial para su aceptación y legitimación, garantizando que se ofrezcan tratamientos seguros y efectivos. Además, el Comité acredita la evidencia científica de la Acupuntura y MTC para ayudar a las autoridades sanitarias españolas con el objetivo de apoyarlas en la toma de decisiones informadas y en la regulación adecuada de esta medicina.

Tras la reciente DANA en España se ha volcado en la ayuda a los afectados. Háblenos del proyecto Femtci en este sentido.

Es inevitable no ayudar, y más teniendo tan cerca como en mi caso, pero es increíble ver cómo se han movilizado tantas personas, principalmente gente muy joven. Cuando vas allí y, a pesar de ver el desastre, que realmente sólo puedes ver su magnitud estando in situ y... de verdad que es impactante. Pero ves la cantidad de gente que voluntariamente está ayudando y con un buen ambiente entre todos aunque no se conozcan. Me gusta quedarme con esa parte en el recuerdo, la verdad.

La Femtci ha creado una plataforma e iniciativa de apoyo ofreciendo sesiones gratuitas de Acupuntura para afectados por la DANA, tanto en la sede en Valencia de la Escuela Superior de MTC, así como en sesiones a domicilio en los casos que no puedan desplazarse. También entre los afectados, se encuentran profesionales de la MTC, osteópatas, cuyos centros han sido dañados a los que la Femtci también ofrece ayuda a través de esta plataforma. ■