

El contenido de esta obra es una contribución del autor al repositorio digital de la Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador, por tanto el autor tiene exclusiva responsabilidad sobre el mismo y no necesariamente refleja los puntos de vista de la UASB.
Este trabajo se almacena bajo una licencia de distribución no exclusiva otorgada por el autor al repositorio, y con licencia Creative Commons – Reconocimiento de créditos-No comercial-Sin obras derivadas 4.0 Internacional

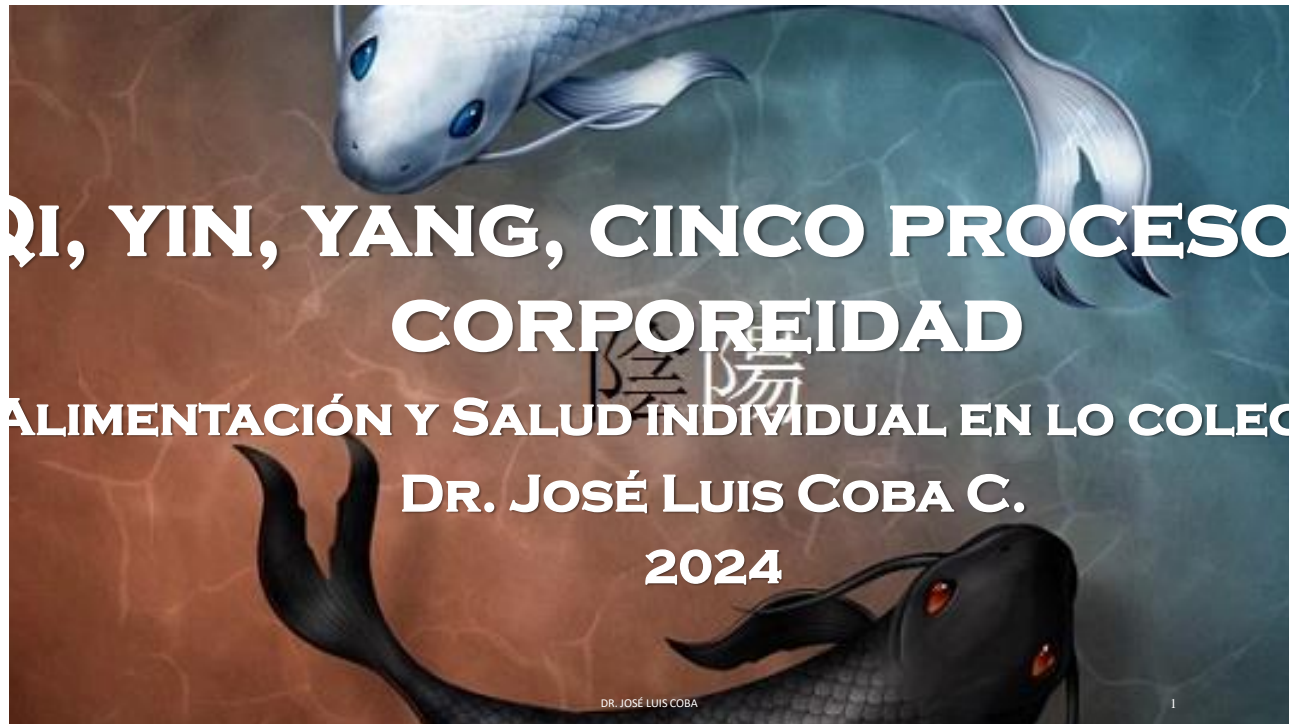


QI, YIN, YANG, cinco procesos y corporeidad

Alimentación y salud individual en lo colectivo

José Luis Coba Carrión

2 de julio de 2024



**PARA APROXIMARSE A LA ALIMENTACIÓN Y SALUD
INDIVIDUAL EN LO COLECTIVO CON UNA MIRADA
AMPLIADA, COMPLEJA Y MULTIDIMENSIONAL...HAY
QUE**

sentípensarla, comprenderla y explicarla
desde lógicas otras; lógicas complejas que
entienden a la realidad como relación, la
alimentación como relación y la salud como
relación.



**Lógicas que CUESTIONAN EL
CANON positivista y que
deconstruyen su pretensión
de mostrarse COMO una
VERDAD INMÓVIL**

Dr. José Luis Coba C.

3

Irrumpir



Irrumpir

LOS ESTEREOTIPOS, LOS PRECONCEPTOS, LO EVIDENTE. NO QUEDARSE REDUCIDO ni conforme con LO QUE OBSERVO. COMPRENDER QUE HAY POSIBILIDADES OTRAS DE EXISTENCIAS, DE SOCIEDADES, de saberes y de prácticas sobre salud, alimentación y sobre cómo entendemos la realidad. ESTO ES IRRUMPIR CON UNA FILOSOFÍA NO EUROCÉNTRICA, SE TRATA DE UNA IRRUPCIÓN QUE TRAE A LA PALESTRA DEL CONOCIMIENTO: MUNDOS EN MOVIMIENTO

Conocer de un
modo
otro;
es rastrear /
irrumpir





Sentipensar la corporeidad como un entramado relacional de energías opuestas y complementarias es trascender los límites rígidos de instituciones y verdades acabadas

Dr. José Luis Coba C. 7

氣

**QI / Chi /
Energía /
temple**

Es un sentipensar que, explica desde lógicas *otras*, las interconexiones entre PROCESOS

Dr. JOSÉ LUIS COBA

Dr. José Luis Coba C.

Universidad ANDINA SIMÓN BOLÍVAR - ECUADOR

9



(García 2006, 121).

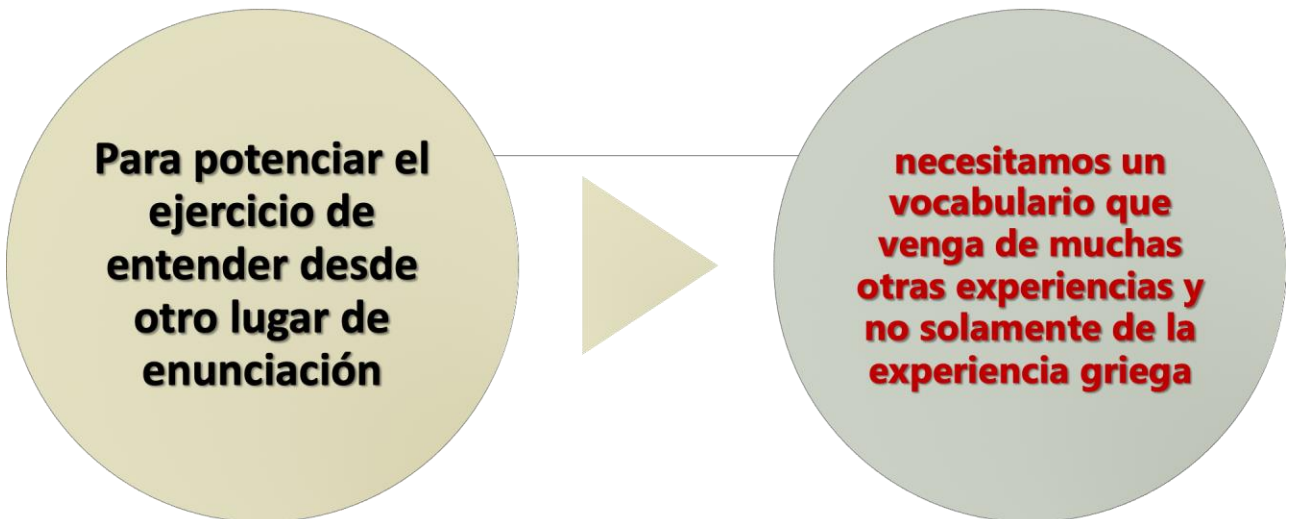
10

SENTIPENSAR LA ALIMENTACIÓN, LA SALUD Y LA EXISTENCIA COMO PROCESO RELACIONAL, ES REFUTAR LA LOCALIZACIÓN DEL CONOCIMIENTO

Es hacer visibles las pretensiones coloniales e imperiales

Es cuestionar la supuesta universalidad del conocimiento científico

11



(Mignolo y Walsh 2018, 161). Castro-Gómez y Grosfoguel (2007, 226).



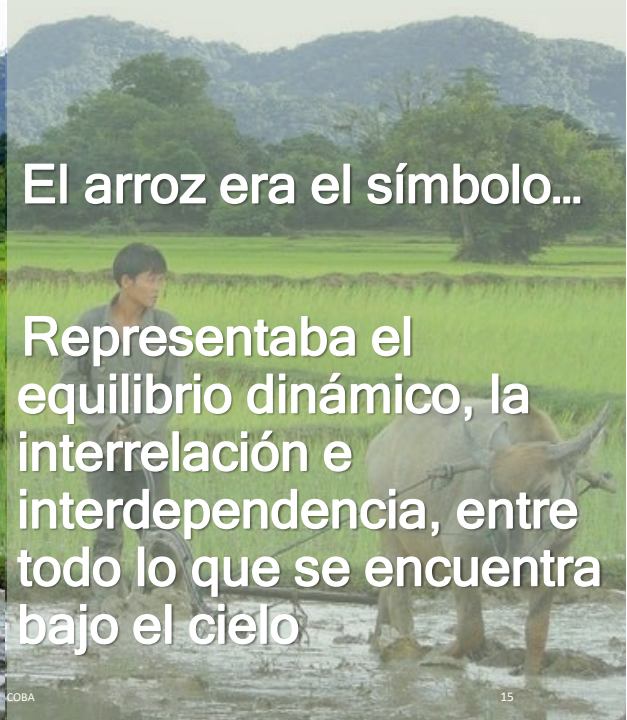
**Qi yang: éter,
volátil, aire,
calor, vapor**

**Qi: yin, sólido, duro, frío,
denso**

**parte inferior, compacta,
sólida**

Mi = arroz crudo



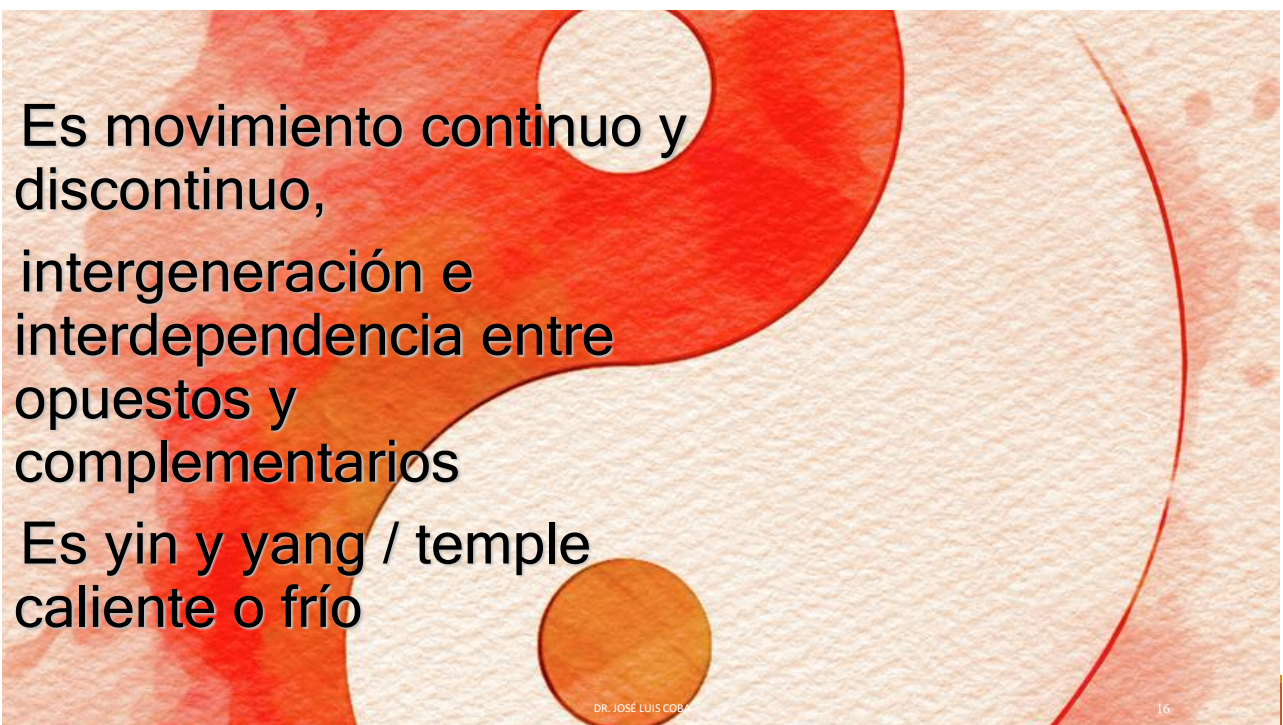


El arroz era el símbolo...

Representaba el equilibrio dinámico, la interrelación e interdependencia, entre todo lo que se encuentra bajo el cielo

COBA

15



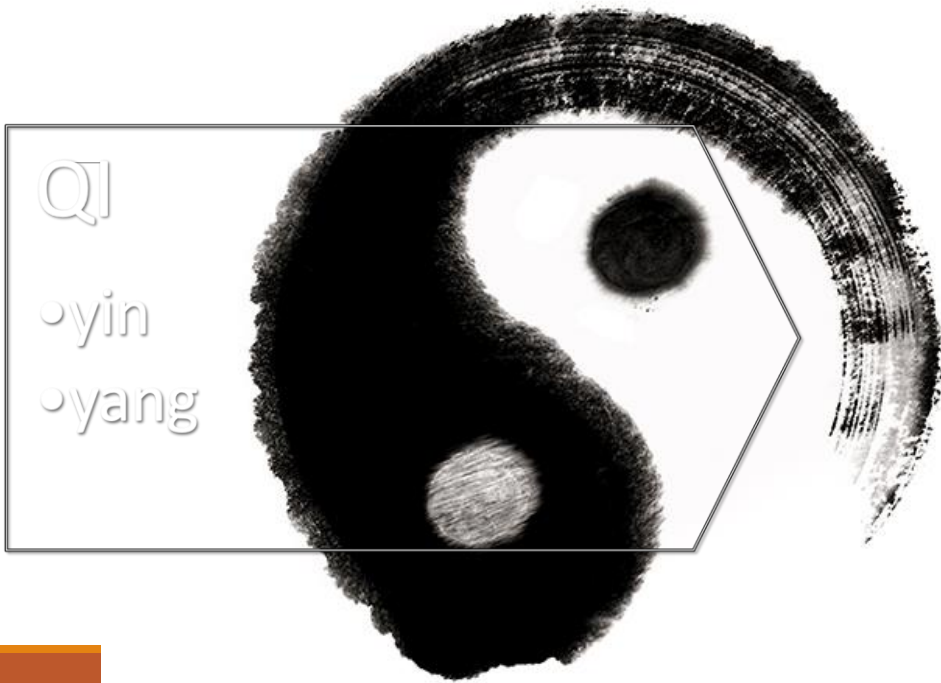
Es movimiento continuo y discontinuo,

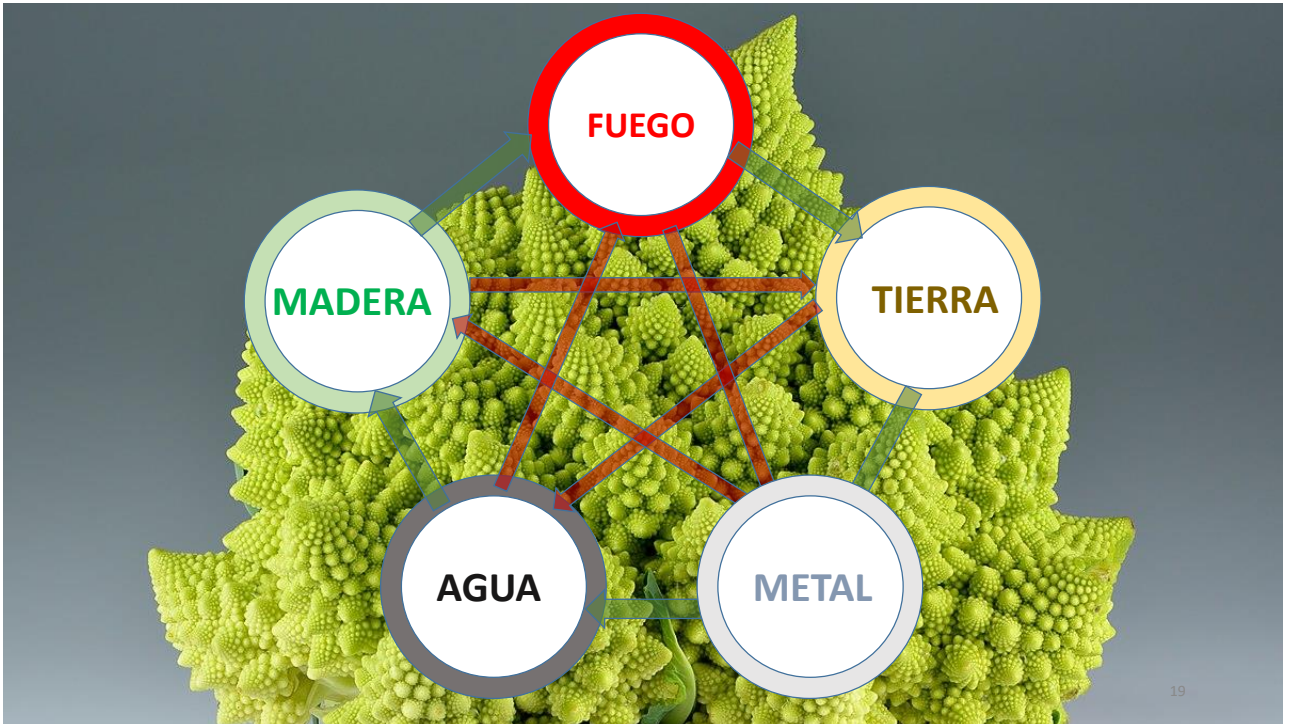
intergeneración e interdependencia entre opuestos y complementarios

Es yin y yang / temple caliente o frío

DR. JOSÉ LUIS COBA

16





19



- Es una totalidad está hecha de partes que contienen el todo. La corporeidad es la imagen de un mundo, y el mundo no puede ser seccionado.

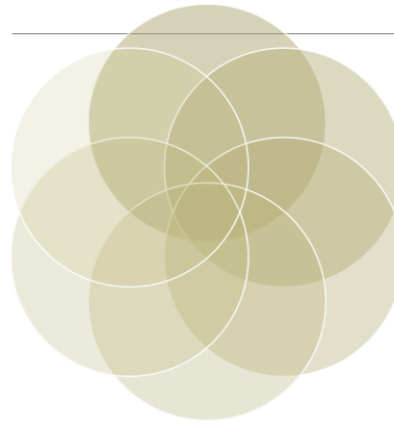


Yin y Yang

Movimiento y transformación constante
Tiempo y espacio relacional
Pensamiento integrativo e intercultural en salud

Alimentación y Salud

Epidemiología crítica



Medicina integrativa

Sanación andina

Medicina alopática

Medicina natural

DR. JOSÉ LUIS COBA

21

阳

Yang
la parte izquierda
representa una colina
la derecha, representa el
sol,
juntas representan el día y
al sol emergiendo por el
horizonte

DR. JOSÉ LUIS COBA

22

YANG / TEMPLE CALIENTE

Sol

Movimiento rápido

Fuego

Día

Masculino

Velocidad

Sequedad

Calor

Visceras huecas

Huesos

Lo dorsal

Lo de arriba

Aire

Claridad

Tiempo

Viento

Yang

Furia

Ira

Celos

Resentimiento

Extroversión

Inflamación

Rubicundez

hipertensión

Deseos de mostrarse, voz de tono alto

Domina la extroversión

Preferencia por el clima fresco o frío

Deseos de beber líquidos fríos o con hielo

Dolor que se alivia con la aplicación de calor

Síntomas de sequedad y calor

Orina amarillenta concentrada

The ideogram for Yin (陰) is a large black character. It consists of a vertical line on the left, a horizontal line in the middle, and a curved line on the right that resembles a crescent moon. The overall shape is reminiscent of a mountain range on the left and a moon rising behind a horizon on the right.

Ideograma yin
la parte izquierda
representa una colina;
la parte derecha
representa la luna;
juntas representan la
noche y la luna
emergiendo por el
horizonte

Yin

Luna

Quietud

Sombra

Femenino

Noche

Frío

Silencio

Timidez

calma

inhibición

Región ventral

Órganos macizos

Sangre y líquidos

Función de almacenamiento

Agua

humedad

Yin

Tendencia a la tristeza o depresión y retraimiento

Tendencia a no socializar / introversión

Tendencia a ser friolentx

Prefiere bebidas calientes

Tiende a moverse con lentitud

Encorvamiento

Voz de tono bajo

Síntomas y signos cargados de frío

Dolor que se alivia con la aplicación de calor

Orina clara, abundante

Secreciones acuosas, líquidas y tienden a ser transparentes

Menstruación abundante, rojo oscuro o con coágulos

Lengua pálida, húmeda, grande

Problemas en la digestión, embotamiento, distensión

Características yang

Con brillo

Locuaz, voz de tono alto

Lengua rojo brillante

Tendencia a ser acalorado, inquieto

Susceptible de presentar inflamaciones por exceso de calor y sequedad

Gastritis, colitis, gingivitis, amidgalitis, faringitis, tendinitis

Lo yang tiende a ser luminoso

Lo yang tiende a ser brillante

Lo yang tiende a ser ruidoso

Lo yang tiende al calor y a la sequedad

Lo yang es predominancia de calor, el cual puede inflamar, quemar, arder, doler.

Características yin

Sin brillo, palidez	El yin es lo opaco, brillo
Callado, voz baja, tenue	El yin es el silencio
Tendencia al cansancio fácil	El yin es lo pálido
Tendencia a ser friolento, retraído	El yin es frío, fresco, humedad fría
Susceptible de presentar acumulación de líquidos: edema, hinchazón sin inflamación.	El yin no es demasiado activo y por tanto no se mueve, se acumula, se estanca (cuando hay exceso de yin)
Tendencia a secreciones acuosas, transparentes, abundantes	El yin es la humedad fría

INTERDEPENDENCIA

Yin y yang, son opuestos pero mutuamente dependientes

Su movimiento de interdependencia genera todos los procesos y todos los contextos

Los órganos yin dependen de los yang para producir diversas expresiones de qi (energía)

Los órganos yang dependen de los yin para su nutrición

Características del
movimiento y
transformación constante
de yin y yang



Intergeneración

DR. JOSÉ LUIS COBA

31

Intertransformación



DR. JOSÉ LUIS COBA

32

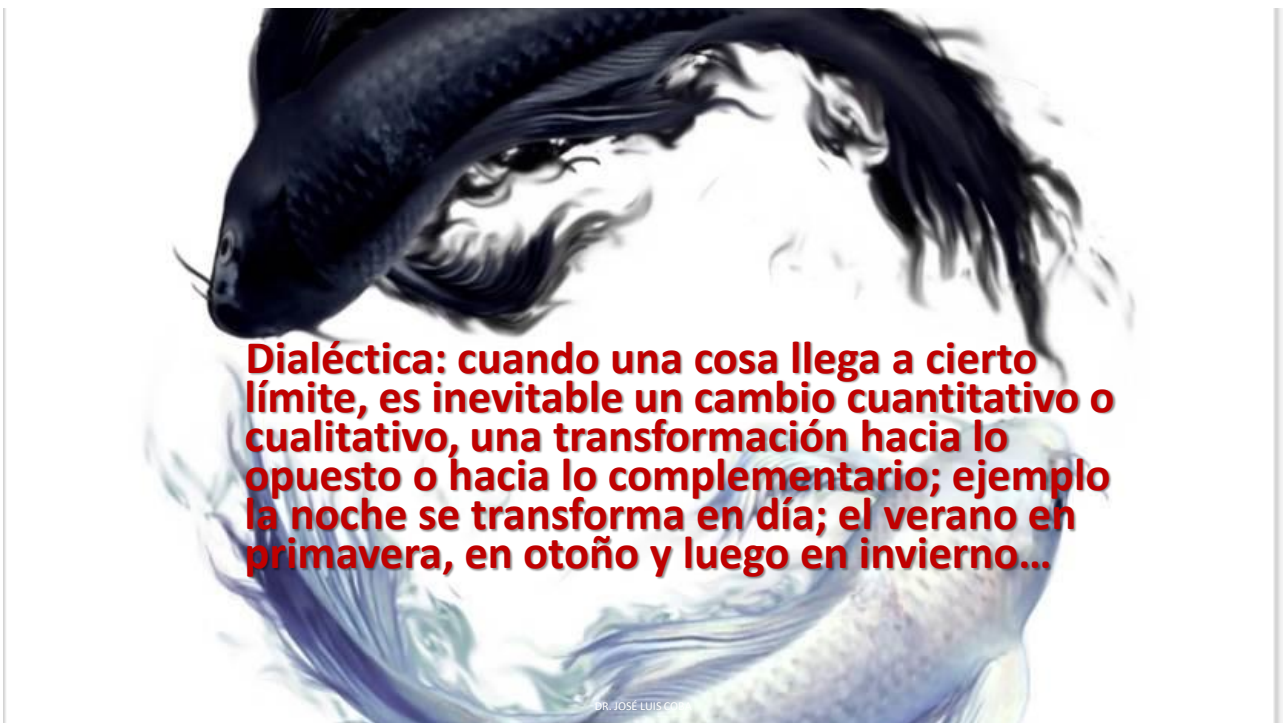


Complejidad:

Bajo ciertas circunstancias lo yin se hace yang y viceversa. Nada es completamente yin o yang; se es yin o yang siempre en relación con algo, con algún referente

DR. JOSÉ LUIS COBA

33



Dialéctica: cuando una cosa llega a cierto límite, es inevitable un cambio cuantitativo o cualitativo, una transformación hacia lo opuesto o hacia lo complementario; ejemplo la noche se transforma en día; el verano en primavera, en otoño y luego en invierno...

DR. JOSÉ LUIS COBA



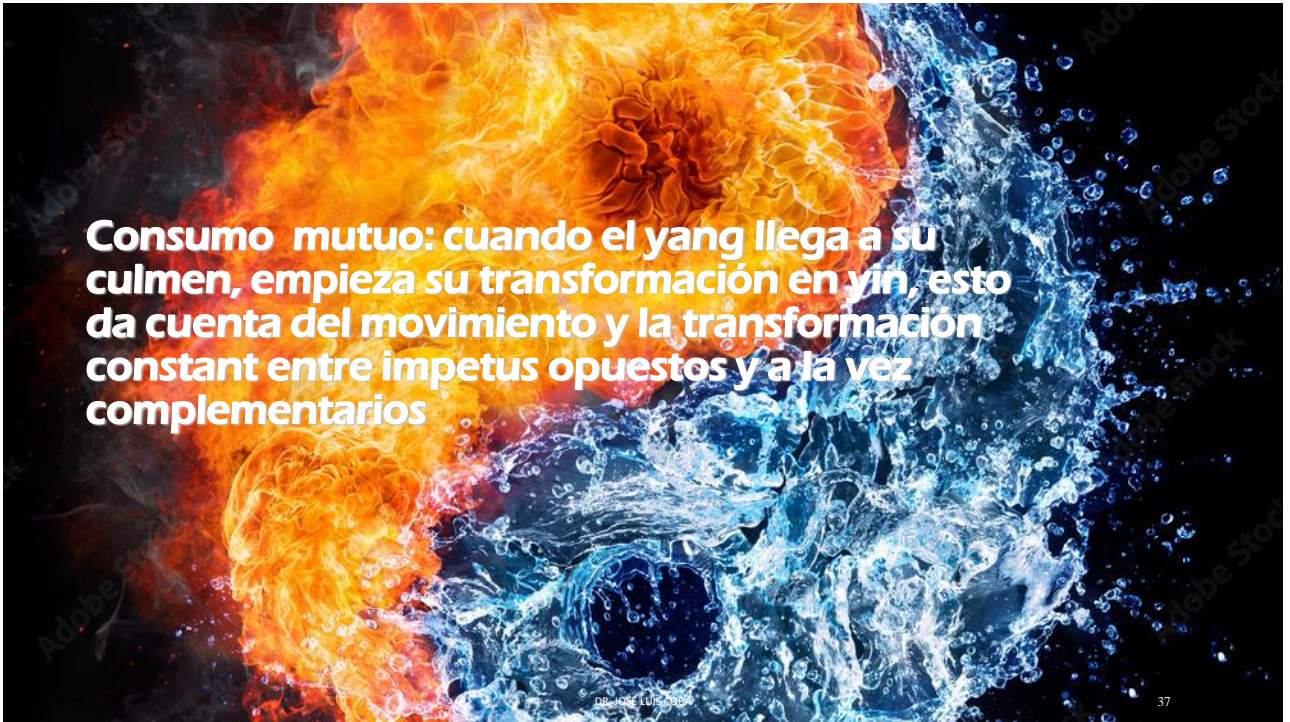
Oposición:
la corporeidad esta constituida por fuerzas o ímpetus opuestos y a la vez complementarios: yin, yang, calor, frío, interior, exterior, superficie, interior...

DR. JOSÉ LUIS COBA 35



Relacionalidad:
Entre lo opuesto y lo complementario, entre yin y yang, entre microcosmos y macrocosmos, entre corporeidad y entornos, entre alimentación y salud, entre salud y alimentos.
Es un proceso que tiende a conservar un equilibrio dinámico entre esas fuerzas opuestas y a la vez complementarias.

DR. JOSÉ LUIS COBA 36



TRANSFORMACIÓN/ALMACENAMIENTO

Yin, temple fresco o frío: **conservación y almacenamiento** de sangre, fluidos o líquidos.

Yang, temple abrigado o calor: **transformación**

Hace que los órganos huecos constantemente se llenen y vacíen, interviene en el transporte y la excreción

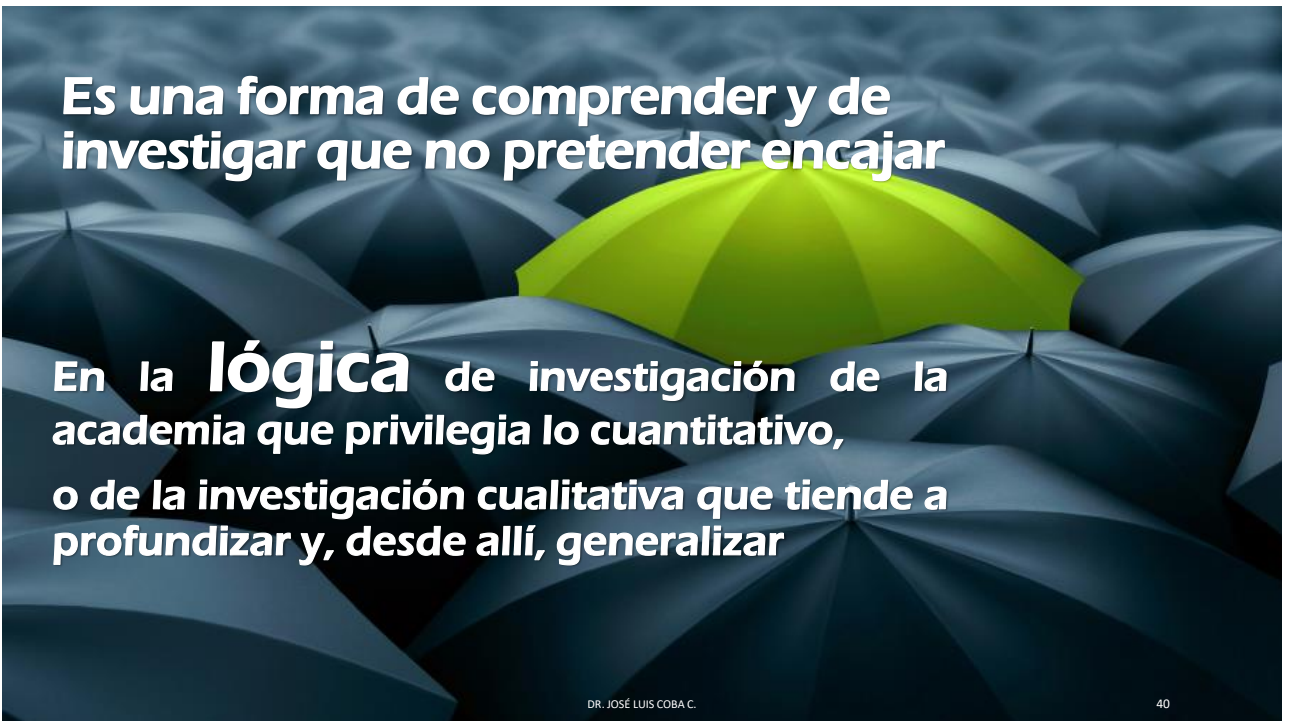


Entender la realidad como relación, la salud como relación y a los alimentos y alimentación como relación es desprenderse del binarismo epistémico y descubrir una forma muy *otra* de sanación

DR. JOSÉ LUIS COBA
Universidad ANDINA SIMÓN BOLÍVAR - ECUADOR

Dr. José Luis Coba C.

39



Es una forma de comprender y de investigar que no pretender encajar

En la **lógica** de investigación de la academia que privilegia lo cuantitativo, o de la investigación cualitativa que tiende a profundizar y, desde allí, generalizar

DR. JOSÉ LUIS COBA C.

40

Corporeidad

Lo físico, biológico,
químico,

psíquico, energético,
espiritual

Estilos de vida críticos,
integrativos
relacionales

Dimensión individual

Corporeidad

Dimensión General
SOCIEDAD, ECONOMÍA, POLÍTICAS
ESTRUCTURAS, TERRITORIOS, CULTURAS
Ontología relacional

Dimensión individual
Cinco procesos
Energía vital qi

Dimensión particular
Exposición
Vulnerabilidad
Escenarios protectores
Escenarios destructivos, MODOS DE VIDA

Embodiment

- Es comprender la experiencia de **encarnación** en el proceso individual de la salud
- la experiencia de **carnación** propia del positivismo es incompleta

Dr. José Luis Coba C.

43



Corporeidad

- No es posible separar a la corporeidad de los procesos de reproducción social, **ni reducirlo** todo a una dimensión de lo biológico (Castiel 1994, 181).

Corporeidad

Cada ente, cada parte de ella contiene templos o energías vitales que son y reflejan la posible totalidad



José Luis Coba C.



45

¿Como conocer?

**OBSERVAR
ESCUCHAR
OLER
INTERROGAR
PALPAR/SENTIR**

¿QUE PREGUNTAS DEBO HACER? ¿CÓMO PREGUNTAR?

DR. JOSÉ LUIS COBA

47

