

---

# DIAGNOSTICO POR LENGUA EN AYURVEDA

---

Asesor Integral Ayurveda II



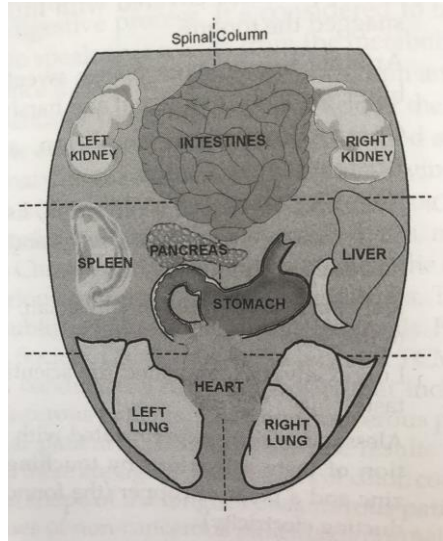
PEDRO ARCE CIFUENTES

AIYA  
Instituto Yoga y Ayurveda

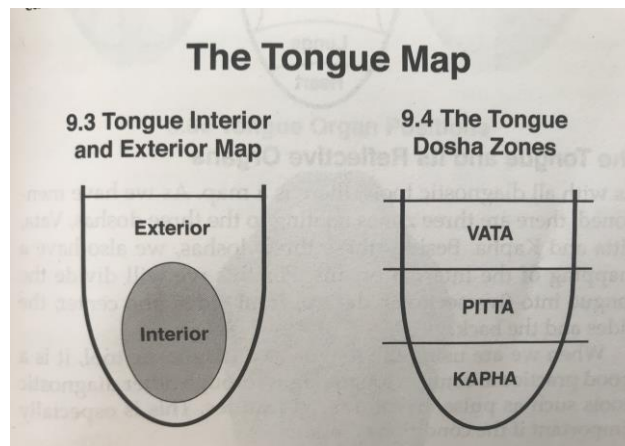


## MAPA DE LA LENGUA

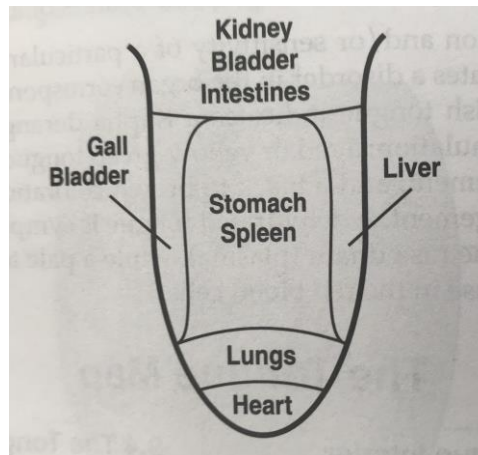
La zona del interior de la lengua es donde se localiza Agni. Esta zona comprende los tres órganos digestivos principales del estómago, el intestino delgado y el grueso. La parte externa es donde se localizan el resto de órganos corporales, corazón, pulmones, glándulas tiroideas, hígado, bazo, páncreas, vesícula biliar, glándulas adrenales y riñones.



La lengua es la puerta que muestra nuestro fuego digestivo, nuestro metabolismo. Constituye el único órgano interno al que tenemos acceso a través de una inspección visual externa. Su color, forma



y movilidad nos da una aproximación de nuestra energía vital y producción sanguínea. Estos parámetros afectan directamente a nuestra capacidad digestiva, respiratoria, de eliminación de toxinas y del sistema inmunitario.



## Órganos reflejos ubicados en la lengua

Como en todos los sistemas de diagnóstico necesitamos un mapa de coordenadas inicial. Para esto dividimos la lengua en cinco partes, la punta, lados de la parte frontal, el centro, los lados y la parte posterior.

Una lengua pálida y blanquizca puede indicarnos que las glándulas adrenales están exhaustas. Si toda la lengua se encuentra en esta situación blanquecina, puede asociarse a una pobre circulación de prana o también a problemas de circulación y debilidad en el corazón. Si hay fatiga crónica puede que haya conexión con un metabolismo lento.

### La punta:

La punta de la lengua corresponde con el área del corazón. Un corazón debilitado, ya sea heredado o como consecuencia de algún problema de congestión, puede mostrar una hendidura en la punta de la lengua. Si los órganos internos están inflamados, esto puede ser un indicativo de infección o deshidratación que puede manifestarse por sequedad o una lengua rojiza y rajada. Una lengua con una saburra mucosa grisácea o con una punta saliente coloreada de rojo puede ser indicativos de inflamación cardíaca o tiroides.

### Lados de la zona frontal:

Se atribuye a los pulmones. La lengua puede aparecer con saturar y decolorada en individuos que hayan sido fuertes fumadores o hayan sufrido de trastornos respiratorios como enfisemas o toses crónicas intensas. Si esta zona de la lengua está seca y cuarteada nos indica deshidratación y posibles daños en el tejido pulmonar.

### La zona central

Corresponde al sistema digestivo y al metabolismo. El estómago, el páncreas y el bazo. La zona del estómago se representa en la lengua por la línea que viene de la parte posterior hacia el centro.



Cuando el sistema digestivo padece de hiperacidez, como en el caso de las úlceras, esta línea puede aparecer reseca, cuarteada y con colores que pueden variar desde el oscuro hasta el rojo brillante. Las úlceras estomacales se manifiestan como una zona en esta línea del centro de la lengua. Otro síntoma de lentitud en el sistema digestivo puede apreciarse en el exceso de Leda dathu de forma genérica en el organismo, grasa corporal, celulitis, etc...

### **Los laterales.**

Hígado y vesícula biliar. Los problemas hepáticos suelen mostrarse con coloraciones grisáceas, lóbulos punteados y zonas resacas. Si el hígado sufre de agotamiento puede mostrar bordes ondulados. Si existe acumulación de toxemia la zona de la lengua puede aparecer oscurecido. Cuando hay estancamiento de prana el color de la lengua puede aparecer púrpura. Esto puede afectar a la lengua en ambos lados. Una de las funciones del hígado es la producción de encimas que apoyan la absorción de calcio. Cuando hay suficiente calcio en el cuerpo el ritmo del corazón es estable y suave. Sin embargo, si la circulación es lenta, la sangre oxigenada no llegará a la lengua, dándole un aspecto azulado o purpúreo.

### **Zona posterior. La raíz**

Corresponde a los intestinos delgado, riñones y glándulas adrenales. Los riñones y las ádrenles están localizadas a ambos lados y el colon en la parte del centro posterior. Esta es la parte que se observa con mayor dificultad, además de soler tener la mayor acumulación de saburra y decoloración. El colon en muchas personas, alberga gran cantidad de toxemia almacenada durante años proveniente de materiales no digeridos de su alimentación o directamente de tóxico ingeridos. Este es el lugar de mayor acumulación de Ama. La congestión en esta zona conlleva problemas de estreñimientos y diarreas, siendo un caldo de cultivo perfecto para diferentes bacterias y virus. Existen numerosas causas, como pueden ser una respiración ineficiente, poca movilidad corporal, estrés, alimentación inadecuada, comer demasiado deprisa, congestión emocional o problemas del sueño y descanso.

## **PROCEDIMIENTO DE DIAGNÓSTICO EN CUATRO PASOS.**

Cuando estemos haciendo un diagnóstico, es de gran ayuda, junto con la evaluación del resto de su constitución la inspección de la lengua.

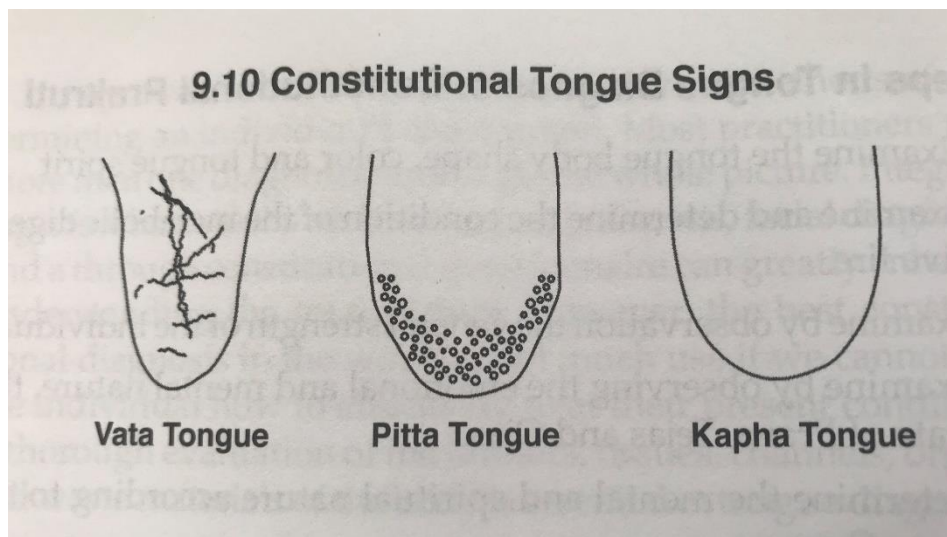
- 1.-tendremos una primera impresión respecto a la vitalidad de la lengua en general.
- 2.- intentaremos observar las marcas característica individuales como color, forma, saburra, etc....En este paso, el mapa de la lengua nos será de gran ayuda.
- 3.- Examinar también debajo de la lengua. Para ella indicaremos a la persona que eleve la lengua hacia arriba y atrás para que nos muestra el tamaño y color de las dos venas a cada lado del frenillo
- 4.- Evaluación de los datos obtenidos.

Cosas a tener en cuenta para el diagnóstico.

- Hacer la evaluación inmediatamente después de la toma de datos.
- la lengua no debe estar fuera más de 20-30 segundos y con el menor esfuerzo muscular posible.
- Para realizar la toma de datos debe haber buena iluminación, preferiblemente luz natural. Seguidamente los de halógenos.
- Mantener siempre la paciente en la misma posición durante la oscultación.



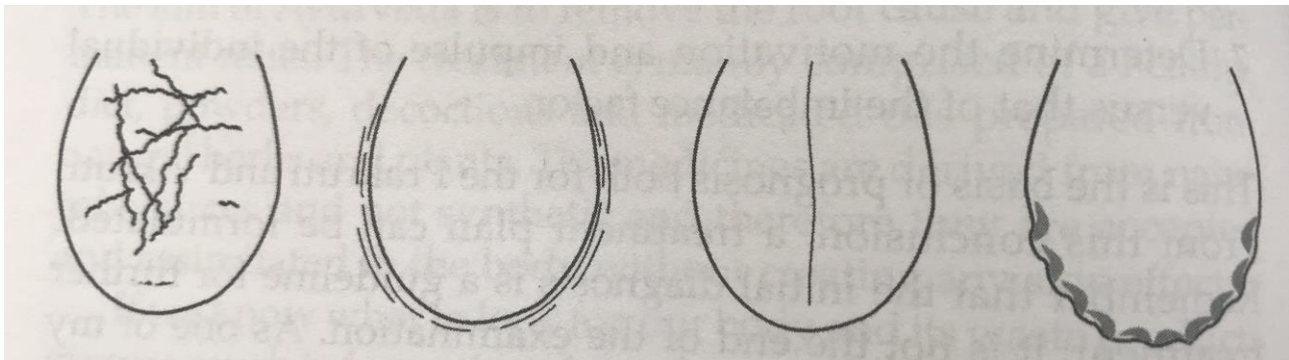
- Preguntar cuándo fue la última comida que realizó que algunos alimentos pueden provocar coloración en la lengua.
- Comidas grasientas siempre dan una sensación más brillante y oleosa.
- los picantes como el curry pueden decolorar la lengua con tonos amarillentos.
- el tabaco suele tener un efecto secante., dando saburra y coloración amarillenta.
- el alcohol la colorean de rojizo.
- Ingesta de muchos líquidos puede dar una sensación de exceso de humedad, y lo contrario.
- Té negro o café producen coloraciones marrones.
- Comprobar que el paciente no esté ingiriendo medicamentos.
- Comprobar el grosor de la saburra.
- Empezar la inspección desde la punta al fondo.





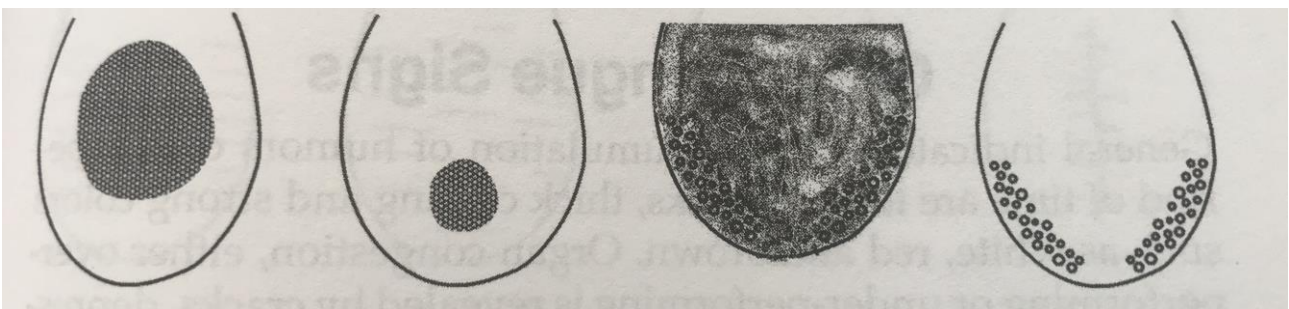
### DESEQUILIBRIOS DE VATA.

- Temblor excesivo. Relacionado con inseguridades y miedos.
  - Sequedad.
  - Pequeños y oscuros granitos.
  - Grietas. Pueden revelar alteraciones nerviosas en zona de intestino delgado y proceso digestivo en general.
  - suburra en la parte posterior.
  - Bultitos en el área de los riñones o colon.
  - saborra en la zona de intestino grueso.
- 
- Grieta central: problemas emocionales y columna vertebral.
  - Marcas de dientes en laterales: absorción y asimilación débil.



### DESEQUILIBRIOS DE PITTA.

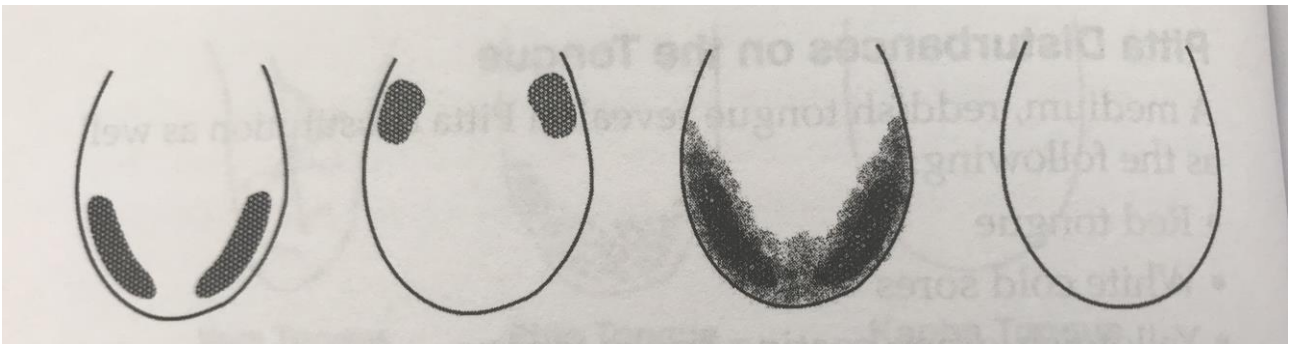
- Tonalidades rojizas.
- Herpes labial blanquecino.
- Saburra amarillenta verdusca.
- Saburra en la zona central. Puede ser blanquecina con roja alrededor.
- Coloraciones brillantes y rojizas sobre la zona de los órganos digestivos o zona del corazón.
- Bultitos sobre el hígado, bazo o pancreas.
- Granitos rojizos en la zona de pulmones.
- Todo rojo con granitos.





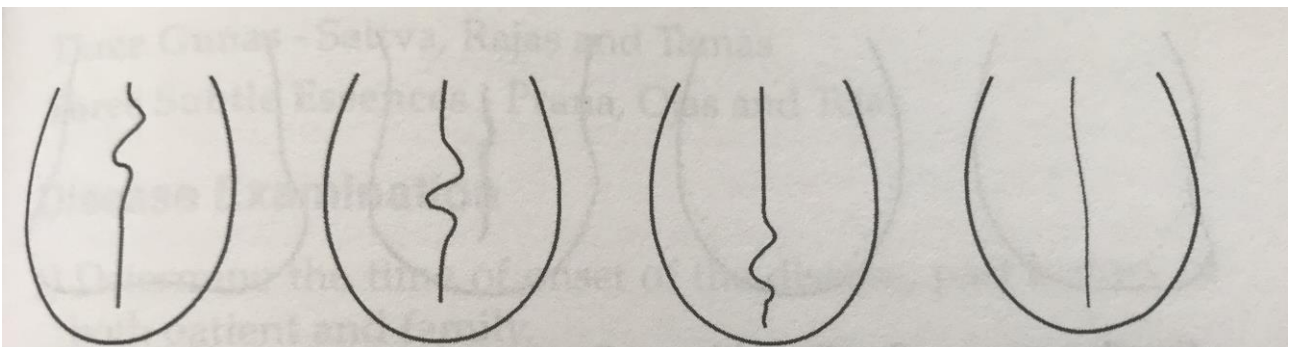
## DESEQUILIBRIOS DE KAPHA.

- Color blancuzco.
- saborra grasienta.
- Depresión en la zona de pulmones.
- Punta de la lengua blanquecina o son saburra.
- saborra blanca.
- Bultitos o depresiones en la zona del corazón.
- Manchas marrones y oscuras en la zona de pulmones, síntomas de neumonitis.
- Decoloraciones blanquecinas en riñones pueden ser congestión.



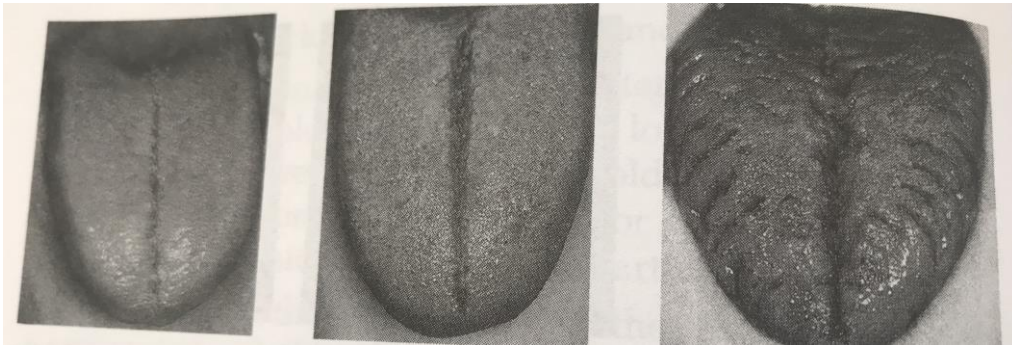
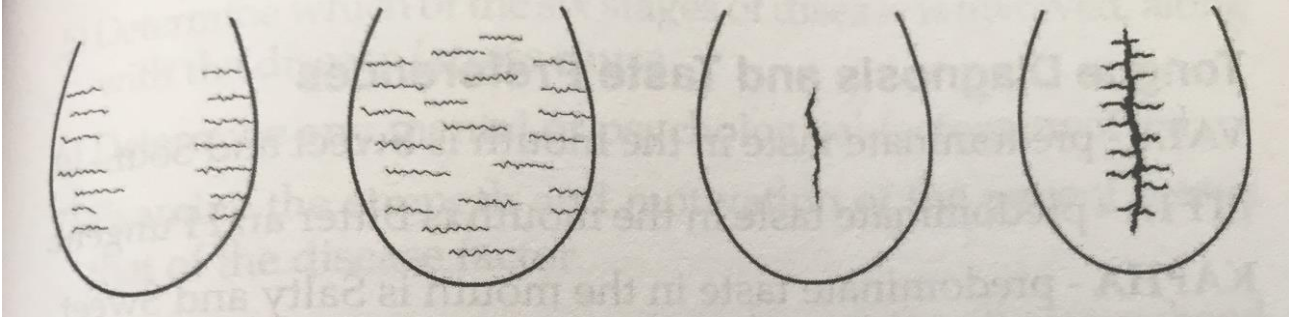
## GRIETAS

- En la zona lateral muestran desequilibrios en hígado y bazo por sequedad
- Grietas horizontales son síntoma de deficiencia de vata. Deficiencia de nutrientes y órganos digestivos agotados.





- Grieta vertical media en el centro problemas de estómago debilitado y malnutrido.
- Grieta grande con pequeñas grietas alrededor son indicativo de trastornos emocionales y sobre esfuerzo en el trabajo. Estrés y hábitos de alimentación poco saludables.

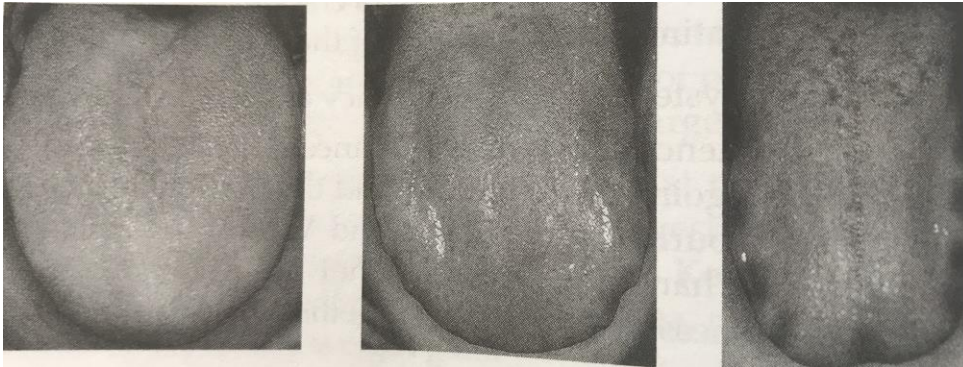




### **MORDIDAS DE DIENTES.**

En la fotografía podemos ver tres niveles diferentes de mordidas en la parte lateral de la lengua. Normalmente relacionado con desequilibrio de vata vinculado al sistema digestivo y nervioso. Al ser la lengua un músculo cuando no hay suficiente vata en el cuerpo entonces pierde la forma y la complexión turgente

Asociado a Vata encontramos dolores de cabeza, migrañas, náuseas, pérdidas y ganancias rápidas de peso y edemas.



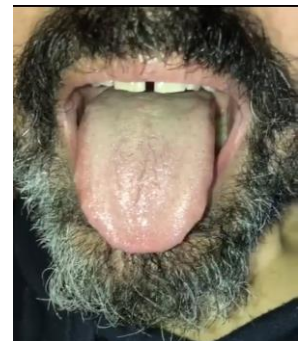
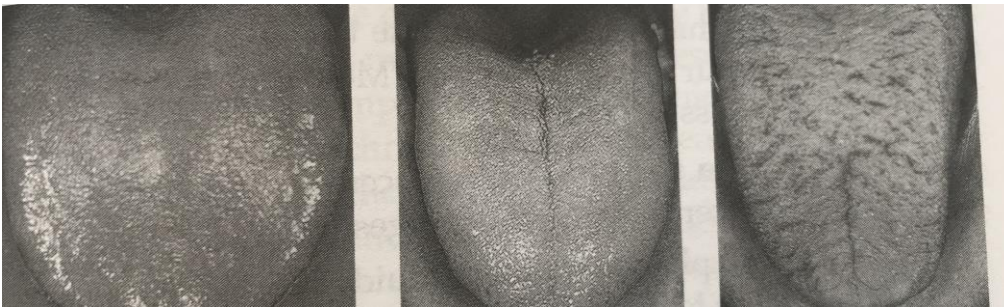


## SABURRA

Si no hay nada de saburra significa que hay desequilibrio de kapha. Esto genera un bloqueo de los fluidos corporales. Y el sistema digestivo se ve influenciado por lo que no hay fluidos templados que emergen generando la saburra.

Cuando la saburra es ligera consideramos un estado de equilibrio saludable o con ligera dominancia de vata. Se considera saludable siempre que no haya otros síntomas asociados.

Si la saburra encontrada es gruesa entonces tenemos una agravamiento de kapha. Esto indica que los fluidos metabólicos provienen de patologías asociadas con excesos de humedad y flema.





## **PUNTEADO**

Asociado con procesos de inflamación. En la parte posterior tienen relación con agravamientos de vata, en muchos casos estados de tensión nerviosa que afectan al intestino grueso.

Cuando los encontramos en los laterales suelen vincularse con desequilibrios en el hígado. Muchas veces relacionado con estado emocionales de irritación, ojos enrojecidos y dolores de cabeza. Cuando están diseminados de forma irregular por el cuerpo nos indican desequilibrio en la regulación de la temperatura por exceso de calentamiento. Posiblemente por alguna infección o algún proceso de hiperactividad.

