

Dos métodos de recuperación corporal

Por Jaime Valenzuela

El autor de este artículo es diplomado en Quiromasaje y Osteopatía, disciplina que estudió en Madrid, España, donde residió y desarrolló su profesión durante once años.

La técnica de reeducación Músculo Esquelética es fruto de su práctica terapéutica y fue presentada por primera vez por su autor en Septiembre del 2001, en el Salón Internacional de Terapias Manuales realizado en Madrid.

En este artículo se exponen dos métodos de recuperación del cuerpo que desde el punto de vista técnico tienen bastante similitud. Lo curioso está en que ambos métodos provienen de extremos opuestos del planeta y de diferentes épocas.

REEDUCACIÓN MÚSCULO ESQUELÉTICA CORPORAL

A mi vuelta en Santiago comencé dentro del desarrollo de mi terapia a aplicar maniobras que permitieran a los tejidos blandos la recuperación natural de la elasticidad, producto de la mejoría de los sistemas circulatorios drenatorios. Mi preocupación en un principio era el restablecimiento disfuncional muscular y articular. Luego comencé aplicar algunos trazos del masaje al tejido conectivo, con el objetivo de mejorar la postura. Ésta que no es estática, sino dinámica, debe desplazarse sólo sometida a la gravedad. Comprendí que existían factores externos, y que además, influía el factor Emocional. Este

produce todo un desbalance a nivel neurofisiológico anatómico, tomando de referencia que el hipotálamo es el generador de las emociones.

Seguí desarrollando mi trabajo con mis pacientes, la mayoría de ellos solo deseaban ser atendidos de su molestia o dolor, la información que se les entregaba era: **“Los tejidos blandos mantienen las estructuras y éstas gobiernan sobre la función de los órganos”.**

Estaban acostumbrados a que se les trabajara de forma local, viendo esta actitud decidí sólo realizar este método con los que estaban dispuestos. Fue así que al pasar el tiempo fui incorporando maniobras de liberación sobre los tejidos, algunas técnicas de Osteopatía Cráneo-sacra.

La evaluación de postura era otra idea que debía superar, debido a que la mayoría de los autores tienen una visión muy estática. Para mí la actitud postural no sólo compromete las estructuras músculo esqueléticas, sino además la economía corporal. Esto se puede observar en la marcha que realiza el individuo de forma habitual en su vida. Es en esta función donde podemos dar cuenta de su demanda energética. El terapeuta puede así evaluar la idea consciente que tiene el individuo del movimiento y esta información influye de manera consensual sobre el tono corporal, ya que posee mecanismos de anticipación asociados a las sensaciones. La postura implica, además, otra serie de aspectos como el espacial y la conciencia corporal.

¿Que es conciencia corporal?

Esta sensación acerca de la posición de nuestro cuerpo existe desde nuestros primeros días de vida. Cuando nos apoyamos sobre nuestro abdomen para luego girar y quedar sobre nuestra espalda. Estos primeros movimientos comienzan y poco a poco el cerebro va madurando y organizando todos nuestros movimientos y sistemas hasta que nuestra posición de pie es controlada y balanceada.

Cuando se realiza el método de Reeducación sobre una extremidad y luego se le pide que preste atención a la zona o área, ésta cambia su estado de conciencia corporal, ya que el mapa interior del cerebro desarrolla una imagen en la

Para leer el artículo completo puedes hacerlo adquiriendo la colección (12nºs) de Revista

ecovisiones

Click aquí

