

Shiatsu

Método propio



Eduardo C. Colazo

Instructor
de

Sistema Aikiddefensa y Terapias Complementarias

AGRADECIMIENTOS

Este libro no existiría de no ser por algunas personas muy especiales, dos almas que siempre me animaron, entendieron y apoyaron, mis hijas Luciana y Yanina.

Gracias por la comprensión, la compañía y el afecto a Andrea y Lucia.

Gracias a todos aquellos profesionales que confiaron en mi trabajo y trabajaron conmigo interdisciplinariamente.

Gracias al Centro Medico Ciata y todos sus profesionales.

Gracias a todos los maestros que pasaron por mi vida y me dejaron parte de su sabiduría.

Gracias en especial a mis pacientes por tener la confianza de poner en mis manos su cuerpo.

“Hice un pacto con el Señor, el no hace masajes y yo no hago milagros”



“No te sirvas de la fuerza física, porque entonces tu masaje será rígido, sin vida y no se sentirá fluir la energía a través de tus dedos. Espera un momento, trata de fundirte con la energía del universo. Llénate de energía y concéntrala en tus manos”

Morihei Ueshiba

Terapeuta corporal

Miembro Fundador de C.I.A.T.A. - Círculo Argentino de Terapias Alternativas, Rosario.

Miembro de la Organización Mundial de Medicina Alternativa.

Integrante de la Red de Educadores de la Salud, Rosario. (Área de Salud Pública Municipal)

Profesor de Aikido en el Gimnasio de Universidad Nacional de Rosario.

Fundador Director de Escuela Argentina de Aikido

Creador del método Movimiento Articular Regenerador®

Director fundador de Bioautodefensa, Sistema Nasini - Colazo. (Método de Defensa Propia®)

Instructor de la Guardia Urbana Municipal de Rosario. G.U.M.

Director y fundador de la escuela de defensa personal Aikidefensa.

Miembro fundador de la primera mutual para Artes Marciales de Rosario (AMAM).

**"La terapéutica debe ayudar a la fuerza generatriz de la naturaleza"
Hipócrates**

Prologo

Intento de mi parte, presentar testimonios sacados de mi campo de investigación, que es limitado.

Puedo hacerlo desde mis experiencias en diferentes artes y áreas del movimiento corporal, Aikido, Tae kwon do, Kung fu, Karate, Tai chi, Danza, Feldenkrais, Yoga, Sensopercepcion, Contac improvisación, Expresión corporal, Biodanza y muchas otras, las que una gran mayoría de personas ignoran su existencia, no siendo mi intención hacerles publicidad.

Para conocer mas sobre el movimiento que implica una actividad física y tener mayor capacidad de respuesta para mis pacientes decidí ejercitarme en diferentes deportes y actividades físicas, como: Tenis, Voley, hockey, Golf, Tenis criollo, Cicle, Danza jazz, Tae bo, Pelota a paleta, Padle, Básquet, y muchas otras.

Solo deseo comunicar aquello que yo mismo he experimentado con el fin de evitar hablar o escribir desde el vacío abstracto.

La practica es la mejor propuesta, no es una obligación por cierto, pero un buen terapeuta debería conocer el cuerpo **de arriba hacia abajo y de adentro hacia fuera**, tal como es el proceso de curación, conociéndose a si mismo, puede comprender al otro, conociendo sus limites también reconoce el de los demás.

Igualmente el terapeuta si bien puede estudiar textos de medicina alopática, como ser anatomía, debe tener muy presente que no es esa la forma que la terapia complementaria ve el cuerpo, hay que ver la funcionalidad de todos sus sistemas, su organización o desorganización total interna y relacional con el medio externo.

Un libro es un mundo infinito reducido a solo unas cuantas paginas, y esto debería darnos material para la reflexión y el estudio.

El poder conocer otras culturas siempre es enriquecedor, hay costumbres diferentes, comidas, religión, posturas, actitudes, una suma de aspectos que suman y generan crecimiento, y también uno comprende que todas las culturas tienen siempre algo similar.

En el transcurso de mi vida tuve la oportunidad de conocer personas de otras culturas, de las cuales aprendí mucho, incorpore muchos puntos de vista y muchos puntos desde donde mirar, aprendí diferentes métodos y técnicas, acupuntura, ventosas, moxa, masajes, osteopatía, quiropraxia, sistemas de defensa, conocí también su comida, religión, y muchos aspectos mas.

Japón incorpore a su cultura mucho de occidente, pero transformo y adapto a su cultura cualquier medicina, método o sistema, de esta cultura aprendí el Shiatsu y el Aikido, las dos muy emparentadas entre si, que hoy son mis principales actividades y trabajo, las cuales modifique y adapte con el debido respeto para que pudieran convivir dentro mío sin conflictos, ya que si hurgo en mi interior hay una suma de conocimientos de distintas culturas, (chinas, coreanas, japonesas, indias, israelitas, etc.) Lo que no significa que tenga que adoptar posturas impropias, en la suma de lo que tengo como propio desde mi nacimiento, cultura, idioma, religión, posturas, etc., de lo cual no reniego, mas lo que aprendí e incorpore de todas esas culturas, la unificación de ellas con la mía es lo que genero en mi la ampliación del conocimiento, agregue a vida principios y costumbres que me ayudan en mi trabajo y a vivir con coherencia, a continuación hay un trabajo excelente y muy explicativo del Profesor Tsunoda.

Seria feliz si pudiera ser material útil lo que sigue a continuación en su actividad profesional y en su vida personal.

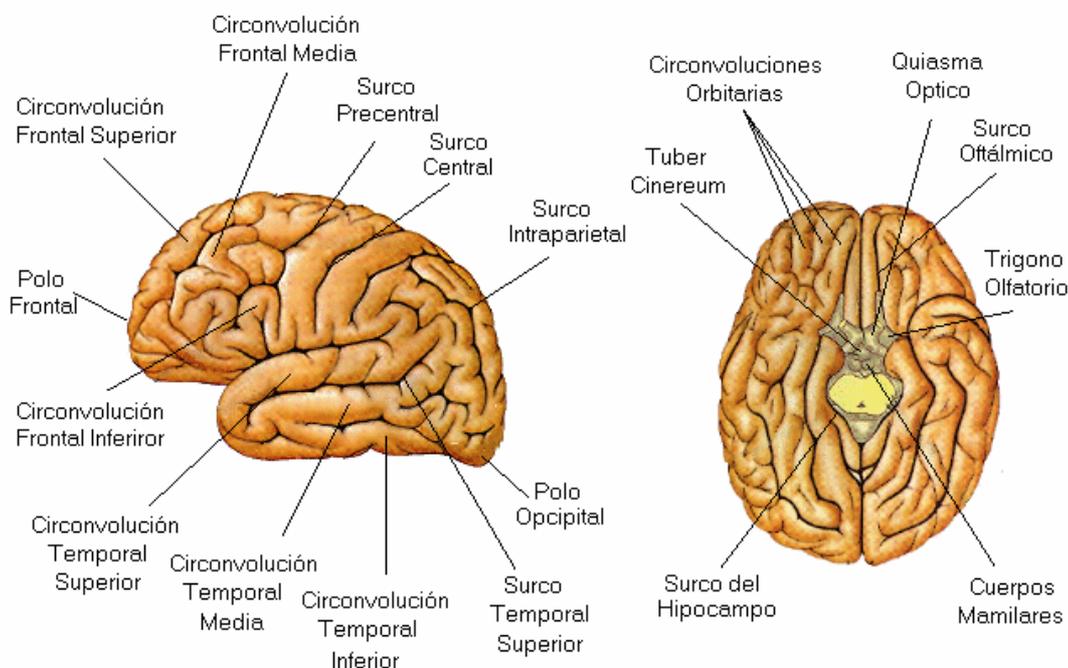
“Hay que tener cuidado con los libros de salud, podemos morir por culpa de una errata”

CAPITULO

I

Oriental u Occidental se nace no se hace

Extractado de la revista Correo de la UNESCO del año 1982



Cada uno de nosotros trae al nacer, en su cerebro normalmente desarrollado, la capacidad de enfrentarse con el lenguaje por el que nos comunicamos legando la memoria de generación en generación.

El profesor Tadanobu Tsunoda, del instituto de investigaciones Medicas de la Universidad Medica y Odontológica de Tokio, tras un experimento de aproximadamente quince años dio a conocer algunos conocimientos que tienen un valor destacado para la educación y que desmienten algunas arraigadas concepciones.

Las experiencias de Tsunoda (fueron hechas entre los años 70 y 82), publicados por la UNESCO en 1982, las conclusiones fueron irrefutables en el sentido que la lengua materna es determinante en reestructurar el SNC. Es un trabajo realizado acerca del predominio de los hemisferios cerebrales derecho e izquierdo del cerebro y las diferencias de funcionamiento entre oriente y occidente.

Japoneses criados en EEUU u occidente, lateralizan los sonidos de la naturaleza a la derecha (como los occidentales), a su vez hijos de occidentales nacidos en Japón lateralizan a la izquierda.

A su vez Tsunoda explica que las expresiones emocionales (de dolor, alegría etc. etc.) prelingüísticas filogenéticamente a predominio derecho en el occidente (hemisferio de la emoción) en polinesia y Japón son captadas y procesadas por el hemisferio izquierdo. (Al igual que el lenguaje).

Conclusión: es la etnia o la cultura la que estructura el SNC...y el procesamiento emocional diferenciado según la lengua materna.

Después de mucho tiempo de trabajo con un grupo de japoneses, demostró que el cerebro era capaz de discernir entre las características estructurales de los sonidos y que el predominio del hemisferio izquierdo o derecho depende básicamente de la estructura del sonido escuchado.

Las vocales humanas, el llanto, la risa, el canto de insectos y sonidos naturales como el susurro del viento, el murmullo del agua, el estallido de las olas, el suspiro, en el japonés correspondían al hemisferio izquierdo, al hacer esta misma prueba con sujetos no japoneses que provenían de Europa Occidental, ingleses, franceses, españoles, italianos, alemanes y suecos demostró que en estos predominaba el hemisferio derecho.

En el cerebro de los japoneses los sonidos que se relacionan con la emoción son tratados por el hemisferio izquierdo; Como resultado de la vinculación entre los sonidos que se relacionan con las emociones y las experiencias que se vinculan a ellas, el hemisferio izquierdo pasa a ser también respecto de las funciones de la emoción.

El mismo proceso explica el predominio entre los no japoneses del hemisferio cerebral derecho en lo relativo a los sonidos y funciones relacionadas con las emociones. Puede afirmarse así que la lateralidad de la localización de las emociones es algo que se adquiere a través del origen y la lengua materna del individuo.

FUNCIONAMIENTO DEL CEREBRO

Lengua japonesa

Hemisferio izquierdo

- **lengua**
- **vocales**
- **consonantes**
- **voces humanas**
- **voces animales**
- **canto de insectos occidentales**
- **sonido de instrumentos musicales japoneses**
- **calculo**
- **corazón – alma**
- **logos**
- **rathos**
- **naturaleza**

Hemisferio derecho

- **sonidos mecánicos**
- **música**
- **sonido instrumentos musicales**
- **mono – (cosa)**
- **cosas materiales**

Lengua Occidental

Hemisferio izquierdo

- **lengua**
-
- **consonantes**
-
-
-
-
-
- **calculo**
- **logos**
-

Hemisferio derecho

- **vocales**
- **voces humanas**
- **sonidos mecánicos**
- **música**
- **canto de insectos**
- **sonido instr. Musicales japoneses**
- **sonido instr. Musicales occidentales**
- **voces animales**
-
- **pathos**
- **naturaleza**

Hay un viejo dicho: “donde fueres haz lo que vieres” es decir adaptarte a las costumbres de la cultura que visitas, en casi todo el mundo como por ejemplo Francia, el país vasco, etc., prima su cultura y su idioma, quien va debe adaptarse, no toman lo foráneo como propio.

En nuestro país una gran mayoría de argentinos pareciera que carece de una identidad nacional y mira otras culturas como si fueran mejores pretende ser quien no puede ser tiene un problema de identidad o no se quiere como es, lo que hace que sea realmente un problema para otros que pueda tener a su cargo en cuestión de enseñanza ya que sus valores están alterados y carece de claridad, escuche por ejemplo de un instructor de Aikido que una palabra

dicha en japonés tiene mas fuerza, entonces para poder decir el Padre Nuestro debería aprender el Arameo? Mi lengua no vale nada? Otra que escuche, los samurai tienen palabra no necesitan firmar documentos, entonces mi abuelo era samurai porque toda su vida alquilo sin contrato, lo que ocurre hoy es que la sociedad en general perdió los valores que habían sido transmitidos durante generaciones y que se perdió con la globalización y el deseo de poder, en que momento exacto se perdieron no lo se, pero.....

Por lo expuesto podemos remarcar la necesidad de **adaptar al lugar, región o país cualquier técnica a desarrollar sea gimnástica, marcial, deportiva o terapéutica** pues las **diferencias** de el entorno lleva inevitablemente a intentar comprender los diferentes estilos de vida, religión, etc. Ya que las diferencias internas nos marcan que somos diferentes, no debemos confundirnos, podemos desarrollar una actividad mejor o no, quizás que aquellos que la crearon pero cuando creemos que somos aquello que no nacimos solo estamos mimetizándonos y nos escapamos de nuestra realidad.

Por lo que a mí respecta creo en la necesidad del rescate de valores que se han perdido o están entre las cosas de la abuela, y no solo pasa con ejemplos como este sino con casi toda nuestra historia.

“El ser humano no puede vivir con la verdad, necesita sueños, ilusiones y mentiras para poder existir”

Nietzsche

1967 – El inicio de un camino

Para que se pueda comprender que me motivo a introducirme en esto de las terapias, debo hacer una referencia histórica, buscaba un arte marcial, encontré el Tae Kwon Do, en ese entonces era Karate Koreano, nuestro instructor Young Whang Kim, no hablaba castellano y los practicantes no éramos mas de 10 o 12, cuando alguien llegaba y no tenía intenciones de practicar por alguna molestia en particular, dolor de cabeza, de muelas, contracturas, le indicaban por señas que ese día no podían hacer la clase por la molestia, el miraba y después tocaba algunos puntos y con cara de sorpresa en todos nosotros, **el dolor no estaba mas**, de verlo me propuse la idea de entender como podía hacer para averiguar de que se trataba lo que hacia, en esa época no había libros sobre el tema, entonces, le señalaba que me dolía algo y el me tocaba y yo lo anotaba, cuando se dio cuenta que buscaba aprender me dio algunos dibujos con lo que después supe eran puntos de acupuntura, cuando mas o menos empezó a balbucear el castellano pude tener un contacto mas pleno y profundizar un poco mas, ese fue el comienzo y hoy, aunque la experiencia de tantos años de trabajo interdisciplinario puso a mi alcance mucho conocimiento, continuo siendo un principiante ávido de mas aprendizaje.

A los Profesionales que se interesen en esta lectura:

Muchos son quienes buscan nuevas metodologías, por eso tome la decisión de comunicarme de esta forma con ustedes para aclarar algunas dudas y que perjudican una buena relación entre ambas Ciencias Terapéuticas, que debieran ser complementarias (en vez de antagonistas).

Me he desempeñado como terapeuta de Shiatsu desde hace más de 30 años colaborando con una enorme cantidad de Personas a restablecer su Salud y muchos colaboraron conmigo atendiendo mis recomendaciones para mantenerla e incrementarla (mejor alimentación, ejercicios físicos, etc.).

Explico por momentos con algunas terminologías Médicas para que puedan entenderme mejor. Puede que ustedes no estén de acuerdo con algunos conceptos que lean (o con varios); ya que cada uno las verá desde su propio punto de vista.

LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (O.M.S.) recomienda, para los **Países en desarrollo**, las **TERAPIAS ALTERNATIVAS o COMPLEMENTARIAS** por ser: **EFICACES, ECONÓMICAS y SANAS.**

El Shiatsu, acupuntura y otras terapias **no pretenden desplazar a la medicina oficial**. Eso sería absurdo ya que **la historia no se mueve hacia atrás**. Pero el Shiatsu se basa, entre otras cosas en un hecho casi desconocido y totalmente desaprovechado por la medicina oficial,

la utilización terapéutica del reflejo visceró - cutáneo, un reflejo que se expresa con gran elocuencia en los puntos sensibles de la piel. Lo que hace el Shiatsu es colaborar y enriquecer el arsenal terapéutico de la medicina con un método eficaz e inofensivo.

Muchos médicos sienten aversión por lo empírico y se niegan incluso a examinar las posibilidades terapéuticas de un método "no científico".

Esta actitud es, paradójicamente "anticientífica".

Aunque no soy Médico Diplomado, sí he dedicado muchos años al estudio y la capacitación para aprender y poner en práctica la Ciencia que ejerzo de hace más de 30 años y que me hizo por la experiencia y logros obtenidos lograr un merecido respeto.

Lo PRIMERO que hay que aclarar es que "el Lenguaje que empleamos los terapeutas serios y comprometidos con su trabajo difiere del que utiliza la Ciencia Médica tradicional" y en la forma de enfocar las Enfermedades y Tratamientos. Ahí radica la desigualdad de nuestras diferencias.

Lo SEGUNDO que deseo expresar es que no me dirijo a ustedes para que lleguen a **pensar como yo**, sino para que logren a **COMPRENDER POR QUÉ PIENSO DIFERENTE A LO TRADICIONAL**. Esto es algo fundamental para armonizar en nuestros planteamientos en beneficio de muchos.

Lo TERCERO que deseo comentar es lo siguiente: En Occidente la ALOPATÍA (nombre que se utiliza para la Ciencia que ustedes practican) es la que manda, la única con todos los derechos, con financiamiento Estatal y la que impone normas y pautas internacionales. En Oriente (algunos países de occidentes se han comenzado a abrir) se utilizan otras Ciencias Alternativas y Complementarias que tienen mucha vigencia y respeto.

Las Terapias son como las RELIGIONES: Todas tienen cosas buenas y cosas malas, todas con sus Virtudes y defectos, con sus aciertos y errores. Todas con una parte de la Verdad y ninguna LA VERDAD ABSOLUTA.

En nuestro Mundo DEMOCRÁTICO todas las formas de curar deberían tener un espacio donde compartir sus conocimientos, para que pudiésemos sacar lo mejor de cada una de esas Medicinas y complementarlas, lo que sería un gran acierto en beneficio de los Pacientes.

El Organismo Humano (como toda la Creación) tiene LEYES y PRINCIPIOS tan sabios y complejos que los Humanos no podemos comprender. Con todas las Observaciones y conocimientos actuales apenas podemos saber y aprender casi una millonésima parte del total. Queda una infinidad de temas por descubrir, con una multitud de detalles en cada uno de ellos; lo que nos convierte en IGNORANTES de la Creación, de lo que nos espera aprender (estamos recién dando los primeros pasos).

La Ciencia Alópata dice ser CIENTÍFICA porque en sus estudios y experimentos emplea sistemas que puedan COMPROBAR CIENTÍFICAMENTE. Se refieren a que pueden ser confirmados y detectados por los sentidos y por instrumental adaptado a VER, ESCUCHAR, TOCAR, etc. (Microscopios, reacciones químicas, radiografías, ecografías, etc.). Olvidándose que SOMOS MÁS QUE MATERIA. Cada Persona Humana es un conglomerado y armonioso conjunto de elementos Materiales y Supramateriales (Alma o como quiera llamarlo) y eso permite que vivamos, no como "animales racionales" (Aristóteles), sino como SERES CON DIGNIDAD.

Aparte de nuestro cuerpo Físico, que se puede someter a todo tipo de exámenes médicos, estudios científicos, investigaciones de todo tipo, coexiste otro aspecto metafísico, supramaterial o del alma que influye en lo Físico, pero que no es considerada por la mayoría de los Médicos Alópatas porque no son "medibles Científicamente"; pero que tiene una influencia y repercusión importantísima en el diario vivir de las Personas.

Cuando leo enciclopedias médicas en muchas Enfermedades dice así: "ORIGEN DE LA ENFERMEDAD" – "Se desconoce el origen que causa esta Enfermedad. Hay varias hipótesis, pero no está claro o no hay consenso entre los Científicos".

Permítanme un ejemplo: Supongamos que tenemos un Paciente con Hipertensión, Depresión, Colon Irritable, Insomnio, Cefalea e Infección Urinaria. Seguramente le enviaría a un

Cardiólogo, a un Nutricionista, a un Gastroenterólogo, a un Urólogo y a un Neurólogo. Le ordenarían una serie de exámenes para confirmarlo y le recetarían: Hipotensores, Antidepresivos, remedios para el Colon, Somníferos, Analgésicos Antijaquecosos y Antibióticos.

Para que una persona llegue a ese estado, su vida familiar una complejidad, su Trabajo tensionante, su mentalidad alterada, sus hábitos insanos, etc. y su organismo ha llegado a colapsar.

Los remedios del párrafo anterior solo atacan LOS SÍNTOMAS. Pero ¿Cuál de ellos ataca las causas: la mentalidad equivocada, los malos hábitos, las malas costumbres, las pésimas relaciones en casa o trabajo, la falta de prudencia para vivir, las metas desviadas para su futuro, (etc.)?

Permítanme contarles un chiste que grafica (en forma exagerada) los efectos secundarios de los medicamentos de farmacia, que solo atacan el síntoma y no la causa: el Químico de la farmacia don Fermín.

Entra una Señora y pregunta si tiene “algo para el Dolor de Cabeza”. El responde: “Si señora, tengo este remedio (mostrando un frasco) que le quitará el dolor de cabeza, pero le provocará Dolor de Espalda. Pero no se preocupe, este otro remedio (mostrándole otro frasco) le quitará el Dolor de Espalda, pero le causará Dolor de Estómago. Pero no se preocupe, este tercer remedio le quitará el Dolor de Estómago (enseñándole un tercer frasco) pero le Acortará la Vista. Pero no se preocupe (saca un cuarto frasco) este remedio le Mejorará la Vista, pero le Quitará el Sueño. Pero no se preocupe (mostrándole otro frasco más) Este de acá le normalizará el Sueño, pero le provocará Dolor de Cabeza”. No hace falta comentarios ¿Verdad?

Otro punto de vista

Ustedes han visto solo UNA CIENCIA de tantas que existen. El mismo Hipócrates que enseñó: “Que tu Alimento sea tu Medicina y que tu Medicina sea tu Alimento” o su libro tan vigente hoy, llamado “**Aire, aguas y lugares**” que tiene mucho para leer y aplicar por el cambio climático actual. Los antiguos Romanos enseñaron: “Mejorar sin DAÑAR”.

Otra frase para pensar: “**La falta de éxito de los Médicos se debe a que viven en un Mundo imaginario, en lugar de ver a sus Enfermos, ven las Enfermedades descritas en los Tratados de Medicina**”. Esto no lo dijo un Naturista, homeópata, Antroposofico, ni un ANTI-MÉDICO; lo dijo el Doctor **ALEXIS CARRIEL, Premio Nobel de Medicina en 1912**. Se refería a que los Médicos (no todos por suerte), en lugar de ver Personas Enfermas (con sus sentimientos, inquietudes, vivencias, dramas personales, familiares, laborales, entorno, etc.), ven TEORÍA y aplican lo que dicen los Tratados Médicos o el Protocolo; muchas veces sin entender por qué no funcionó, optan por cambiar los remedios, que no siempre garantiza una mejoría.

CONCLUSIÓN

En las terapias complementarias se pueden conseguir en ocasiones maravillas y a bajo costo, tanto para la Salud, como para el Bolsillo. Yo felicito a médicos y no médicos, por descubrir nuevas formas de tratar, que han investigado en Terapias Alternativas o complementarias para obtener mejores resultados con sus Pacientes y emplean lo mejor de ambas Ciencias.

En España y en otros Países Europeos se estudia en la Universidad, en las Facultades de Medicina, los post grados de Homeopatía, Naturopatía, Acupuntura, etc. Mucho lamento que en nuestro país no abran las Mentes para ampliar Horizontes Terapéuticos.

Hay que reconocer que las terapias complementarias no son la panacea para todas las enfermedades y que tienen sus limitaciones como toda Ciencia Humana. Como ejemplo puedo comentar que NO REEMPLAZA A LA CIRUGÍA, ni a las EMERGENCIAS, donde en algunos casos sí hay que aplicar remedios potentes, anestesia, antisépticos, etc., o el paciente puede morir.

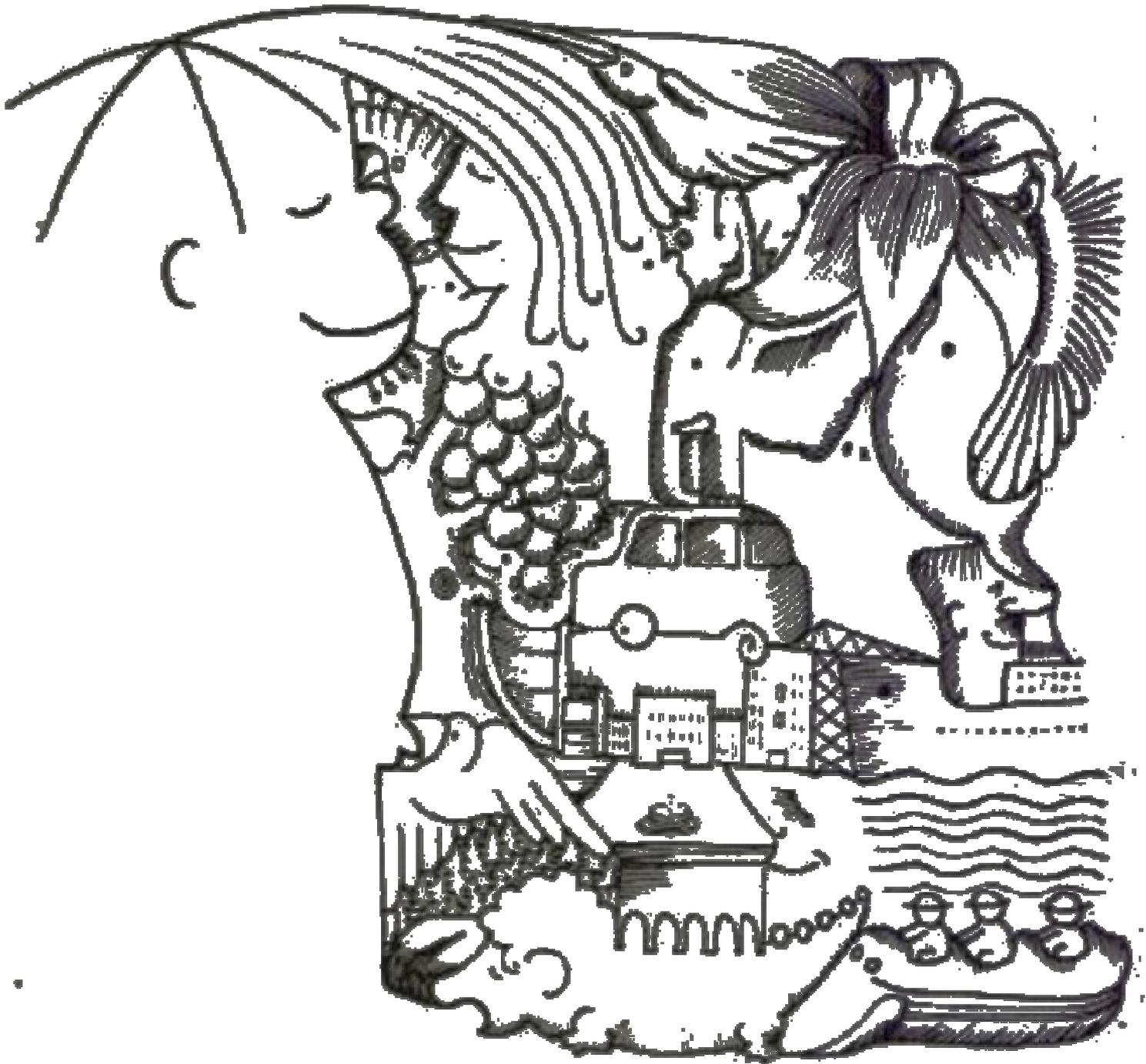
He tenido en varias oportunidades por parte de profesionales que conocen mi trabajo el ofrecimiento de trabajar en consultorios; pero todo ha sido infructuoso por asuntos BUROCRÁTICOS, no pudieron lograr que trabajáramos interdisciplinariamente, por lo menos no en el mismo lugar, pero si lo hacemos derivándonos a aquellos los que lo necesitan.

La respuesta es: "No sabemos que estudió, no se lo que hace, no podemos autorizarlo". No preguntan si se, que se o que hago, no toman en cuenta todas aquellas personas mejoradas. Siempre estuve de acuerdo en que se pudiera formar una comisión de Profesionales Médicos, Psicólogos, etc., se entreviste conmigo y con otros terapeutas serios y puedan evacuar las dudas y los miedos sobre aquello que desconocen.

En los mas de 30 años que llevo estudiando y practicando esta Ciencia, no tuve ningún paciente que no tuviera la posibilidad de mejorar, no porque sea muy sabio o perfecto, sino porque, no medico, conozco mis "**limites**" y derivo cuando corresponde a algún profesional medico de mi confianza.

Si ha llegado leyendo hasta acá es porque se interesó en lo que he dicho y le agradezco infinitamente el tiempo empleado por usted. Yo estaría gozoso si usted quisiera seguir conversando conmigo y cuente con ello en el momento que usted estime conveniente.

Los limites base fundamental del terapeuta



Los limites entre el mundo y yo

**Desconocer los límites no permite una buena
relación con uno mismo ni con los demás**



¿DÓNDE ESTA
EL MUNDO?

CAPITULO

II

Salud (Health)

La constitución de la OMS de 1948 define la salud como:

Un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia.

Dentro del contexto de la promoción de la salud, la salud ha sido considerada no como un estado abstracto sino como un medio para llegar a un fin, como un recurso que permite a las personas llevar una vida individual, social y económicamente productiva.

La salud es un recurso para la vida diaria, no el objetivo de la vida. Se trata de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales, así como las aptitudes físicas.

Referencia: Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, OMS, Ginebra, 1986.

De acuerdo con el concepto de la salud como derecho humano fundamental, la Carta de Ottawa destaca determinados prerrequisitos para la salud, que incluyen la paz, adecuados recursos económicos y alimenticios, vivienda, un ecosistema estable y un uso sostenible de los recursos. El reconocimiento de estos prerrequisitos pone de manifiesto la estrecha relación que existe entre las condiciones sociales y económicas, el entorno físico, los estilos de vida individuales y la salud. Estos vínculos constituyen la clave para una comprensión holística de la salud que es primordial en la definición de la promoción de la salud.

Hoy en día, la dimensión espiritual de la salud goza de un reconocimiento cada vez mayor. La OMS considera que la salud es un derecho humano fundamental y, en consecuencia, todas las personas deben tener acceso a los recursos sanitarios básicos.

Una visión integral de la salud supone que todos los sistemas y estructuras que rigen las condiciones sociales y económicas, al igual que el entorno físico, deben tener en cuenta las implicaciones y el impacto de sus actividades en la salud y el bienestar individual y colectivo.

Calidad de vida (Quality of life)

La calidad de vida se define como la percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, normas y preocupaciones. Es un concepto extenso y complejo que engloba la salud física, el estado psicológico, el nivel de independencia, las relaciones sociales, las creencias personales y la relación con las características sobresalientes del entorno.

Esta definición pone de manifiesto criterios que afirman que la calidad de vida se refiere a una evaluación subjetiva, con dimensiones tanto positivas como negativas, y que está arraigada en un contexto cultural, social y ambiental. La OMS ha identificado seis extensas áreas que describen aspectos fundamentales de la calidad de vida en todas las culturas: un área física (p.e., la energía, la fatiga), un área psicológica (p.e., sentimientos positivos), el nivel de independencia (p.e., movilidad), las relaciones sociales (p.e., apoyo social práctico), el entorno (p.e., la accesibilidad a la asistencia sanitaria) y las creencias personales/espirituales (p.e., significado de la vida). Los ámbitos de la salud y la calidad de vida son complementarios y se superponen.

La calidad de vida refleja la percepción que tienen los individuos de que sus necesidades están siendo satisfechas, o bien de que se les están negando oportunidades de alcanzar la felicidad y la autorrealización, con independencia de su estado de salud físico, o de las condiciones sociales y económicas. La meta de mejorar la calidad de vida, junto con la prevención de una mala salud evitable, ha cobrado una mayor importancia en promoción de la salud. Esto es especialmente importante en relación con la satisfacción de las necesidades de las personas de edad avanzada, los enfermos crónicos, los enfermos terminales y las poblaciones discapacitadas.

Autoayuda (Self help)

En el contexto de la promoción de la salud, todas aquellas medidas llevadas a cabo por profanos (es decir, no profesionales sanitarios), con el fin de movilizar los recursos necesarios para promover, mantener o restaurar la salud de los individuos y de las comunidades.

El masaje desde la antigüedad



Hipócrates (460-377aC) Asclepiades (128-56aC) Seis (30aC-45) Galeno (131-201) Avicena (980-1037)

El masaje como arte curativo antiguo fue redescubierto en diferentes ocasiones a lo largo de los siglos.

La historia del masaje se puede remontar hasta el tercer milenio antes de Cristo. Tan sólo podemos suponer que, en tiempos prehistóricos, los humanos sentían un instinto igualmente poderoso consistente en golpear o tocar el cuerpo cuando éste se hallaba aquejado de alguna dolencia a fin de consolar al enfermo o acelerar la recuperación. Incluso los animales salvajes lamen sus heridas en un intento de limpiarlas y ayudarlas a sanar. Los párrafos siguientes describen brevemente todas las principales civilizaciones, empezando con la China, que reconocían y utilizaban los beneficios terapéuticos del masaje.

Los chinos realizaron una síntesis de masaje y gimnasia. La historia muestra que los orientales ya empleaban esta forma de masaje tres mil años antes del nacimiento de Cristo. Un tratado médico, conocido como Nei Ching y atribuido al emperador Amarillo Huang Ti, contiene las referencias chinas más antiguas al masaje. Los libros hindúes del AyurVeda, escritos alrededor de 1800 a. de C., se refieren al masaje como sobeo y lavado que recomendaban como medio de ayudar al cuerpo a sanar por si mismo. La literatura médica de los doctores egipcios, persas y japoneses hace numerosas referencias a los beneficios y la utilidad del masaje cuando se trata de curar o controlar un gran número de enfermedades específicas.

También los romanos y griegos creían firmemente en los beneficios del masaje. Homero, Herodoto, Hipócrates, Sócrates y Platón, quienes se cuentan entre los más grandes hombres de sus respectivas épocas, elogiaron la práctica del masaje. Ya Homero, en La odisea, describía los poderes reparadores que tenían las unciones de aceite sobre los exhaustos héroes guerreros. También Herodoto expresaba que el masaje podía curar la enfermedad y mantener la salud, mientras que Hipócrates, uno de sus discípulos, creía que todos los médicos debían aprender a aplicar masajes. Los escritos de Platón y Sócrates a menudo hacen referencia al uso y a los excelentes resultados del masaje. Julio César era pellizcado, (masajeado), diariamente, dado que padecía de neuralgias y Plinio, el naturólogo romano, recibía regularmente masajes para aliviar los ataques de asma que padecía. En la Biblia encontramos innumerables referencias sobre la imposición de las manos como método de sanar al enfermo.

Esto nos dice que la popularidad del masaje continuó creciendo, hasta que en la Edad Media, perdió su posición privilegiada entre la profesión médica a causa del desprecio generalizado hacia el cuerpo y el mundo físico, y la división entre cuerpo y alma. Incluso con el cristianismo, que dio tanta importancia al aspecto espiritual, creó una tendencia hacia la supresión de las cuestiones mundanas que incluían el placer del bienestar físico. Pero todas las ciencias sufrieron un gran retraso durante este período de la historia europea. El surgimiento del Renacimiento, en cambio, aportó un renovado interés por el cuerpo y por la salud física. Se revivieron muchos de los conocimientos de las civilizaciones orientales, así como de los griegos y romanos. Y una vez más el masaje empezó a ganar popularidad y a desarrollarse en forma de ciencia.

A medida que la profesión médica recuperaba prestigio, también el masaje se elevaba a nuevas alturas; muchos fueron los médicos destacados que incorporaron el masaje en su enfoque terapéutico para cuerpo y mente. Pare (1517?1590) y Mercurialis (1530?1606) fueron dos de los muchos médicos que integraron el masaje a sus prácticas profesionales. Ambroise Pare y sus métodos tuvieron tanto éxito que fue médico de cuatro reyes franceses. Mercurialis,

médico italiano de gran reputación, escribió un célebre tratado sobre masaje y gimnasia que le dio enorme fama y un lugar de prestigio entre los médicos más distinguidos de Italia. El médico de cabecera de María Estuardo, reina de Escocia, logró que ésta recuperara su salud mediante masajes.

El masaje dio un gran avance con el trabajo de Per Henrik Ling. Ling, nacido en Suecia, quien viajó a China y a su regreso trajo diversas técnicas de masaje de eficacia extraordinaria con las que se organizó el sistema conocido como "tratamiento sueco del movimiento" o "sistema Ling".

Actualmente, el masaje sueco y el shiatsu japonés son los Métodos más populares en Europa y Norteamérica para tratamiento corporal. El shiatsu ha ganado seguidores recientemente tanto entre terapeutas como profanos en la materia. Incluso la profesión médica está ahora empezando a tomar nota de este intrincado sistema de meridianos y puntos de presión. Algunos de los métodos independientes y derivados más populares son el rolfing, el masaje soma, la quiropráctica, la salud a través del tacto, la reflexología, la acupuntura, la técnica Alexander, el Método Feldenkrais, la polaridad y el shiatsu.

MEDICINA DE LA EDAD ANTIGUA

CONCEPTO DE ENFERMEDAD EN LA MEDICINA PRIMITIVA

En la Medicina primitiva el concepto de enfermedad es mágico y misterioso, difícil de separar de las creencias espirituales y de conformación del mundo, ya que éstas y las ideas médicas están íntimamente relacionadas.

Tras un análisis etnológico de la enfermedad entre los pueblos primitivos, Clements concluye que reconocen como causa de enfermedad, la infracción de un tabú, el hechizo dañino (algo así como el mal de ojo), la influencia de un espíritu maligno, la intrusión mágica de un cuerpo extraño y la pérdida del alma. Se puede enfermar y perder el alma por el miedo súbito, por un susto o por un accidente imprevisto.

Considera Frazer que la clave del poder curativo del médico primitivo radica en su capacidad para liberar la fuerza psíquica del individuo enfermo, activando con sus ritos y su influencia mágica los recursos curativos del subconsciente colectivo. En palabras de Laín, el fármaco no obra por su <<qué>>, su naturaleza o composición esencial, sino por su <<quién>> - el que le administra, el mago dominador de las fuerzas ocultas - así <<cómo>> - el ritual de administración indispensable para su acción - y su <<dónde>> - el lugar en que se aplica y las fuerzas que allí se liberan. Los medicamentos, en definitiva, no se emplean por su naturaleza, sino porque ayudan al mago - sacerdote en el control de las fuerzas ocultas causantes de la enfermedad. Por ello su recolección y preparación ha de ir acompañada de rituales, sólo conocidos por el médico, mago o chaman.

Cuando la mente primitiva piensa que la enfermedad se debe a la infracción de un tabú, el médico primitivo cuenta con poderoso recursos terapéuticos, entre los que destaca la "confesión" del enfermo. Al declarar las faltas morales, el enfermo se libera del sentimiento de culpabilidad que le angustia y que conscientemente acepta haber cometido. Se libera así del sentimiento de culpa. Los ritos de purificación corporal con el agua, el ayuno, las dietas, los vómitos y las purgas tienen especial interés en el tratamiento de las enfermedades.

Los incas tenían cada año un día de purificación en los ríos, a cuyo cauce acudían los reyes a confesar los pecados para que fueran al mar y son bien conocidos los ritos de purificación hindúes en las aguas del Ganges. Es muy conocido el uso de los baños de vapor por los indios precolombinos como parte de un ritual religioso e higiénico para la curación de las enfermedades.

Según José María López Piñero, en la antigüedad hubo acertadas observaciones relativas a las enfermedades. Por ejemplo, los médicos hindúes descubrieron la presencia de azúcar en la orina de los diabéticos casi dos mil años antes que los europeos, y también anotaron muy tempranamente la relación entre el paludismo y determinados mosquitos, los signos clínicos de las fracturas, etc.

EL AYURVEDA DE LA ANTIGUA INDIA

En el ayurveda de la India, los desequilibrios de la relación del individuo con el medio (alimentación, intemperie climática, estaciones, género de vida, etc.) son las causas más importantes de enfermedad para él. El tratamiento médico: tenía un sentido de ser una ayuda de los seres humanos al restablecimiento del orden del cosmos, un orden religioso, moral, y físico, que la enfermedad había alterado.

La enfermedad se entiende aquí como desequilibrio ético y moral, como actuación no correcta en la conducta, como pecado voluntario o no, que puede ser corregido mediante un ritual y la búsqueda del equilibrio con lo que le rodea.

Concebían el mundo físico y psíquico como una unidad y una constitución común del macro y microcosmos a base de cinco elementos: el éter o vacío; el viento; el fuego; el agua y la tierra. Hay tres elementos biológicos o esenciales para la vida:

- El viento, presentado como soplo o corriente del cuerpo prâna idéntico al que recorre el universo.

- El fuego presentado bajo la forma de bilis.

- El agua bajo la forma de pituita que recorre todo el cuerpo.

La salud es el <<orden>>, el equilibrio dinámico de estas fuerzas; la enfermedad es el <<desorden>>, el desequilibrio de las mismas; el terapeuta debe ayudar a restablecer el <<equilibrio vital>

Los trastornos se explican por causas inmediatas múltiples como la influencia de las estaciones, del género de vida, de los alimentos, de la herencia o, claro está, de voluntad divina o de la intervención de espíritus malignos. La Terapéutica hindú pretendía ayudar la reconstrucción del orden físico, espiritual y moral alterado por la enfermedad.

LA TRADICIÓN MÉDICA ANTIGUA EN EGIPTO, MESOPOTAMIA, ISRAEL, ASIRIA-BABILONIA

La tradición egipcia relacionó las crecidas del Nilo con la salud y la enfermedad, pues como ha señalado Jagailloux, las subidas del nivel de las aguas significaban abundantes cosechas y salud, mientras que los bajos niveles acarrearán el hambre y las epidemias. Su alimentación consistía en legumbres, frutas, huevos, algo de pescado, poca carne, y excluían de su dieta el cerdo y las bebidas alcohólicas. Los egipcios hacían uso frecuente de baños y abluciones y fueron cuidadosos de la higiene personal, la limpieza de su ropa, la higiene en sus casas y en la preparación de los alimentos.

Los egipcios consideraban la salud como el estado natural del ser humano. La enfermedad podía clasificarse en dos grupos: aquellas cuyos síntomas eran evidentes, tales como los traumatismos, heridas, fracturas o quemaduras, en las que generalmente no se apelaba a explicaciones de tipo mágico, y el de aquellas cuyas causas era desconocida e invisible, en cuyo caso se daban razonamientos etiológicos de tipo mágico o metafísico. Los alimentos inapropiados o mal combinados podían ser considerados como causa de diversas enfermedades, según J. Puerto. La alimentación inadecuada era origen de enfermedad. Aunque no empleaban la dieta como coadyuvante de la terapia.

El pueblo egipcio se preocupó mucho por la higiene. Los sacerdotes y clases dirigentes se depilaban absolutamente todo el cuerpo y se lavaban dos veces al día y dos de noche. No conocían el jabón, pero sí el natrón y la sosa; además se perfumaban y utilizaban gran cantidad de cosméticos para embellecerse y evitar la desecación cutánea.

La concepción mesopotámica de la enfermedad era estrictamente religiosa, hasta el punto de que la misma palabra significaba pecado, cólera de los dioses, castigo y enfermedad. Para diagnosticar se recurría, en primer término, a un interrogatorio ritual del paciente, con el fin de averiguar el fallo moral que había causado la dolencia. En segundo lugar, se utilizaban en el diagnóstico y el pronóstico la astrología - que procede de Mesopotamia - con métodos muy precisos, la hepatoscopia, que consistía en la búsqueda de señales en el hígado de animales sacrificados o el examen de sus entrañas, y la quiromancia o interpretación de las líneas de las manos. De la hepatoscopia se conservan modelos de hígado en arcilla cocida con delicados detalles anatómicos.

La contribución más importante de la medicina israelita fueron los preceptos higiénicos que introdujeron como parte de la ley de Moisés, el consumo de animales desangrados kosher, la prevención de las enfermedades contagiosas mediante el aislamiento de los enfermos y el cuidado en la disposición de los "excreta". La enfermedad se observó siempre como un castigo

de Yahvé a un pecador; sólo en el libro de Job aparece como una <<prueba>> a un justo para obtener méritos espirituales, pero no se observa una concepción naturalista de la enfermedad o de su explicación. El único médico, el único sanador, es Dios; sólo a los extranjeros se les otorgó el nombre de médico y siempre con cierta prevención; los sanadores judíos se tenían por <<ayudantes del Señor>>.

Para los asirio – babilonios la enfermedad es siempre producto del pecado; no es algo natural, sino el producto de una trasgresión a la vez física y moral, de la que el enfermo puede ser o no consciente. La palabra <<sbêrtu>> (shêrtu) significa, a la vez, pecado, cólera de dios, castigo y enfermedad. El diagnóstico, el pronóstico y el tratamiento de la enfermedad estaba a cargo de la clase sacerdotal. Primero había que buscar el origen del mal; para ello el sacerdote sometía a un interrogatorio al enfermo: << -¿Has sembrado la discordia entre padre e hijo?- ¿Has sembrado la discordia entre madre e hija?- ¿Has cometido crímenes, has robado, has hecho robar? La terapéutica asirio – babilónica está fundamentada en la oración, los sacrificios y la magia, practicada por el âshipu. Las oraciones y sacrificios iban encaminadas a contentar a los dioses para lograr su vuelta al cuerpo abandonado.

MEDICINA CHINA

Como causas externas de enfermedad en los textos de la dinastía Han se menciona el viento, el calor, el frío húmedo, alteraciones en la dieta, excesos sexuales, emociones violentas y traumatismos. Ciertas enfermedades eran causadas por espíritus malignos. En la prevención y tratamiento de las dolencias se conceden un papel decisivo a la alimentación y a la afinidad de los cinco sabores de los alimentos con las cinco vísceras. Entre las medidas higiénicas se recomienda la práctica sexual para el florecimiento de la familia, la satisfacción de la libido y como ejercicio fisiológico que contribuye a prolongar la vida. También recomiendan el ejercicio físico, así como los estados de reposo y meditación. El ejercicio rítmico, basado a veces en los movimientos de los animales, es otra forma de meditación y vivencia de nuestra integración con el mundo que nos rodea.

Hay que destacar las técnicas de acupuntura y la meticulosidad en la práctica de los masajes. El saber anatómico–fisiológico de la China antigua, a la par del cosmológico, se vio presidido por el número cinco: a los cinco elementos básicos (tierra, aire, agua, madera y metal) se le corresponden cinco órganos principales (corazón, pulmón, riñón, hígado y bazo), cinco órganos secundarios (intestino delgado, intestino grueso, uréter, vesícula biliar y estómago) que se corresponden con los planetas, estaciones, etc. El desequilibrio entre el Yin y el Yang, lleva el desorden de los cinco elementos y a la enfermedad.

La causa última de la enfermedad es el desorden mencionado de la dinámica Yin –Yang; el origen puede estar en los cambios excesivos del clima, la dieta, las relaciones afectivas, la mojadura, el enfriamiento, los venenos... y también en los espíritus malignos.

Para el diagnóstico empleaban los cinco sentidos, pero tiene especial importancia el pulso. Como métodos terapéuticos a destacar la acupuntura y la moxibustión.

AMÉRICA PRECOLOMBINA

Los incas y los mayas veían la enfermedad con una idea de trasgresión ética-moral o espiritual. Los aztecas creían que la enfermedad era causada por los dioses o por hechiceros enemigos. Los aztecas recibían el nombre del día en el que nacían y sus horóscopos regían el destino, la profesión, la enfermedad, la salud y la duración de la vida. Los mayas utilizaban también la confesión expiatoria de los pecados del enfermo.

Los aztecas diagnosticaban empleando el horóscopo y tenían en cuenta la influencia de los astros en los diversos órganos del cuerpo. En la curación, además de los medicamentos, utilizaban el temazcal, baño confeccionado en adobe de un metro y medio de alto por dos y medio de longitud, en donde se practicaba una terapia higiénica y purificadora ritual; se hacía sudar al enfermo y se le aplicaban masajes.

Los incas empleaban en los tratamientos los números, como los pitagóricos; por ejemplo, 13 días de ingerir un fármaco para los hombres y 9 para las mujeres.

LA MEDICINA EN LA GRECIA ANTIGUA La Curación Teúrgica o Espiritual

La medicina griega recoge conocimientos y experiencias de los dos grandes bloques culturales de aquel entonces: el Egipto y el Sumerio - Mesopotámico, que a su vez recogen influencias de la península del Indostán.

Con la cultura griega se produjo el inicio de una visión racionalista y naturalista del cosmos y del hombre, alejada de la magia y las supersticiones místico – religiosas. La salud, como indica J. Chuaqui, era el bien máspreciado en la sociedad griega. Además, sin salud no podía haber belleza.

Se mencionan por vez primera en los escritos de Homero, algunas palabras que indican la función fisiológica del cuerpo humano, como la propia función o naturaleza de las cosas (physis), el aliento vital (psykhé), el sentimiento de las cosas (thymos), el sueño (hypnos), los sueños (oneiroi), la inteligencia (phrénés), de las cuales proceden las ideas fundamentales de nuestro lenguaje psicológico.

Para los griegos antiguos, según Laín Entralgo, la enfermedad es desequilibrio, la desviación de la norma, y la cura pasa por un retorno a la naturaleza. El ser humano no es un animal enfermo sino naturalmente sano. El concepto de enfermedad no puede ser entendida en “soledad” sino en sociedad con la naturaleza

Existían varias divinidades sanadoras. La principal de ellas es Apolo, considerado el dios de las plagas y de la enfermedad, el que aparta y desvía el mal y que domina también la profecía y el oráculo; su hermana Artemisa, aunque virgen, era tenida como protectora de los partos y del crecimiento de los niños. Palas Atenea, patrona de las artes y de Atenas, fue considerada también como sanadora. El principal dios curador fue Asclepio o Esculapio para los romanos, hijo de Apolo y padre de las diosas Panacea e Higea, personificadoras de la salud.

La leyenda dice que Apolo encomendó la educación de Esculapio al centauro Quirón, sabio y de carácter dulce, conocedor de las virtudes medicinales de las plantas y de quien aprendió a ejercer la Medicina. Esculapio no se contentó con curar a los vivos, sino que trató de resucitar a los muertos mediante prácticas mágicas prohibidas en el Olimpo, con lo que provocó la ira de Zeus que les destruyó con un rayo. En venganza, Apolo mató a los Cíclopes, artífices de los rayos de Zeus, pero Esculapio se convirtió en la constelación Serpentario, <<el que lleva serpientes>>. Esculapio se representa con bastón y con una serpiente enrollada. En ocasiones se le representa con la copa de medicamentos y con la serpiente enrollada. En aquel momento, la figura del médico y el farmacéutico era uno, y de Esculapio se ha cogido la imagen simbólica que en la actualidad es representativa de la Farmacia, aunque con los quehaceres farmacológicos estaría más relacionado el centauro Quirón y sobre todo la diosa Panacea: la que todo lo cura.

A través de la literatura antigua sabemos que la figura semi-mítica de Asclepio o Esculapio era considerada como el primer médico de oficio de la antigüedad. Hay autores que señalan su vida alrededor del siglo IX a. de C. Antes de Asclepios sólo tenemos noticia que el médico como tal profesión no existía en la Grecia antigua. En las ruinas de la ciudad de Ampurias en la provincia de Gerona, se encuentra la estatua dedicada al Dios - héroe de la medicina antigua Asclepio o Esculapio para los romanos, que presidía el templo dedicado a la misma divinidad. Los estudiosos de la mitología piensan que fue un héroe que destacó en el ejercicio de la Medicina, acaso durante el asedio de Troya, y llegó a desplazar a Apolo como dios sanador. El centro de la medicina teúrgica o espiritual griega estuvo constituido por los templos de Aclepio, asklepieia. Estos templos estaban edificadas en lugares sanos, de belleza natural, con agua abundante y en ocasiones fuentes minerales, y alrededor de ellos existían locales para residencia de los enfermos, baños y ejercicios gimnásticos. Los sacerdotes que regían el templo recibían a los enfermos con un relato de las curaciones principales allí conseguidas; el enfermo participaba en las ceremonias de culto, realizaba la ofrenda y el sacrificio a Asclepio y pasaba por un ritual de abstinencia o dieta, baños, masajes y unciones, vida tranquila y relajada, que le preparaban para pasar al descanso de una o dos noches en el interior del templo. Al llegar la noche dormía en el templo, cerca de la estatua de Asclepio y pasaba por la “incubatio” (incubación), sueño en que se le aparecía el asclepiades que le recomendaban el remedio para el mal, o tenía sueños donde recibía el consejo o la curación de la deidad. Al obtener la curación era costumbre que el enfermo dedicara un anatema representación en metal o en cera del órgano afectado.

También existía el culto a Dionisio que consistía sobre todo en orgías rituales, en las cuales los fieles llegaban a un estado transitorio de trance o a veces de delirio mediante la embriaguez alcohólica y la danza a un ritmo frenético. En dicho estado se alcanzaba un éxtasis que se interpretaba como unión con el dios, que sanaba las enfermedades.

De la misma manera que en otras civilizaciones de aquel entonces, hubo un conocimiento empírico del uso de los remedios vegetales bastante amplio: Aristófanes describe el empleo de los anises y de los frutos del cedro en los cólicos ventosos. Existen también numerosas alusiones a las aguas minerales y termales, a los baños, masajes.

Simultáneamente con la práctica de la medicina teúrgica o espiritual, e inclusive con la medicina técnica del período hipocrático, existió en Grecia una medicina astral, nutrida en una larga tradición persa y egipcia de observaciones astronómicas a las que dieron forma algunos médicos griegos antes de siglo IV a. C. La medicina astral griega estuvo basada en el concepto de la simpatía universal y la correlación del macrocosmos del universo con el microcosmos del hombre.

CIENCIA PRESOCRÁTICA

El inicio de una actitud científica en la medicina hipocrática fue resultado del interés de los griegos por el cuerpo humano. En el año 776 a.C. se inician las olimpiadas y la creación de los gimnasios. Se ponía especial cuidado en atender el bienestar y salud de los atletas, la selección de sus dietas, el entrenamiento físico, las técnicas de fisioterapia y masajes, y el tratamiento de lesiones traumáticas y algunos padecimientos por médicos experimentados. Pero en el nacimiento de la medicina científica griega fue aún más importante la influencia de los filósofos presocráticos, preocupados por conocer la physis o naturaleza de las cosas, y en explicar el origen y la constitución del mundo material. La dedicación fundamental de la ciencia presocrática consistió en explicar el origen y constitución de la materia a partir de uno o más elementos.

Es importante para los antiguos griegos la catarsis o ceremonia lustral (repetida cada lustro, cinco años), que se encuentra presente también en la época homérica y consiste en intentar eliminar del cuerpo del enfermo las manchas que testimonian la impureza y producen la enfermedad. Se empleaban fumigaciones, agua o fuego. La medicina hipocrática racionalizará el empleo de esta terapia; la catarsis se convertirá en purgación y el remedio catártico será purgante.

Según José María López Piñero: "una de las características que hay que destacar en los escritos de la escuela de Cos es el estudio de las enfermedades desde un punto de vista que hoy llamaríamos ecológico, centrado en interpretar sus manifestaciones en relación con el ambiente en el que viven los enfermos. Así, uno de los principales tratados - el titulado "De los aires, aguas y lugares" - está consagrado a este enfoque".

Pitágoras de Samos, que vivió en la segunda mitad del siglo VI, enunció el principio de que todas las cosas podían reducirse a números. La influencia matemática de Pitágoras y sus discípulos fue decisiva para establecer la idea de la armonía del cuerpo humano, de los humores y la conservación de la salud. Fue Pitagórica la idea griega del justo medio, de la medida equilibrada de las cosas, (metron), la perfecta relación del ejercicio y del reposo, el sueño y la vigilia, alimento y abstinencia, cólera y burla y así en las demás cosas de la vida. Aparece bien claro su influjo en el juramento hipocrático (hay quien llega a decir que es de origen pitagórico), y en especial en las doctrinas hipocráticas y galénicas.

La terapia pitagórica estaba basada en higiene, en relación a ejercicios corporales y el empleo de la música como cura. La dieta que tiene como objeto mantener la armonía de cuerpo y alma. La salud se encuentra en la medida, y "la medida" debe mantenerse acostumbrando al ser humano al control del estómago, sueño, cólera y burlas, el vino y los placeres del amor, según Laín Entralgo

Pitágoras, según Jámblico pone el acento ya entonces sobre la decisiva importancia de la alimentación y la digestión, y sobre el hecho de que las fermentaciones intestinales son la causa de la mayoría de las enfermedades. Sabemos por Diodoro que Pitágoras afirmaba que una alimentación vegetariana "fortalece el cuerpo", "despeja la mente", y "protege contra enfermedades". Hace hincapié en el aspecto ético - filosófico que comporta una alimentación vegetariana y crudívora. Recomendaba no sólo un vegetarianismo sino un crudivorismo como base principal de la alimentación; la frase "dieta sin fuego" procede de él y se centra en el aspecto ético - filosófico que comporta una alimentación vegetariana y crudívora.

Pitágoras por otra parte entra en contacto con seguridad con el Orfismo, sectas griegas que ya practicaban la abstención de comer carne por motivos religiosos y creían en la trasmigración de las almas.

La música, la danza y el sonido dedicados a expulsar los agentes causales de una enfermedad, se emplearon también como prácticas terapéuticas en la Grecia antigua, y Pitágoras recomendó la terapia por la música para tratar de restablecer la armonía natural o simpatía entre el cuerpo y el alma. Entre los instrumentos musicales consideraba el más útil la lira para ciertas enfermedades internas y para reencontrar el equilibrio; prefería el cántico, acompañado de este instrumento frente la melancolía o la cólera.

Según Alcmeón de Crotona (fl. 535 a.C.) la salud es la expresión de un equilibrio, lo que posteriormente Aristóteles y Galeno definirán como eucrasia. Con él comienza el gran cambio en el campo de la terapéutica y gracias al cual las concepciones empírico – mágicas anteriores se transformaban en racionales y técnicas. Alcmeón definió la salud como una isonomía de las fuerzas (dynamys) o equilibrio en el cuerpo de calidades opuestas, lo frío y lo cálido, lo húmedo y lo seco, lo dulce y lo amargo, mientras que la enfermedad era una monarquía o el predominio de alguna de estas cualidades sobre las demás. Alcmeón de Crotona, que fue discípulo de Pitágoras, fue autor del primer libro de medicina “Peri physios” donde se plantean los estados de salud y enfermedad con sentido del equilibrio pitagórico. El hombre sería una imagen microcósmica del macrocosmos universal, con lo cual todos los descubrimientos o especulaciones sobre el origen de la materia son aplicables a los conocimientos patológicos y terapéuticos del ser humano.

“Lo que conserva la salud es el equilibrio de las potencias: de lo húmedo y lo seco, de lo frío y lo caliente, de lo amargo y lo dulce, etc., pero el predominio (de una) entre ellas es causa de enfermedad; pues el predominio de cada opuesto provoca la corrupción. La enfermedad tiene lugar: por razón de la causa eficiente, por un exceso de lo caliente o lo frío; por razón de la ocasión, por un exceso o defecto de la alimentación; por razón del lugar, por la sangre, la médula o el cerebro. A veces se producen también otras por causas externas, por la cualidad de las aguas, el lugar, los trabajos, la violencia y otras semejantes. La salud (por el contrario) resulta de la mezcla proporcional de las cualidades.”

Empédocles de Agrigento (475- 435 a.C.) formuló la teoría según la cual todos los seres naturales están compuestos por una mezcla en proporciones variables de cuatro elementos de cualidades opuestas (agua, aire, tierra y fuego). Para él la enfermedad es el resultado del desequilibrio provocado por el exceso o defecto de alguno de estos elementos. Propone dos fuerzas invisibles como verdaderos motores del cambio: el Amor y la Discordia.

Los hipocráticos, bajo la influencia de la teoría de los cuatro elementos de Empédocles, llegaron a una doctrina en la que todas las partes del organismo están compuestas por mezclas en proporciones variables de cuatro humores del organismo: sangre, bilis amarilla, bilis negra y flema o pituita.

Para Diógenes de Apolonia (450 a. C) el médico se limita a restaurar, en unión con la naturaleza. La fiebre y los síntomas de enfermedad se comparan con una araña, allí donde la mosca avería, allí la araña restaura de nuevo su tela. El neuma o aire tiene papel vivificante sobre el cuerpo y es sinónimo de espíritu

MEDICINA HIPOCRÁTICA

Hipócrates (nace hacia el 460 a C.). Sus escritos y los escritos de sus muchos discípulos dan forma al “Corpus Hipocraticum” o Escuela Hipocrática. Cuando hablamos de Hipócrates nos referimos a esta Corpus Hipocraticum. Los tratados que integran la Colección Hipocrática, lejos de estar escritos por un solo autor, proceden de <<escuelas>> distintas y de épocas diferentes, aunque en su mayoría corresponde a los siglos V y IV a. C. y a las escuelas de Cnido y Cos. Para los hipocráticos, la “hygieie” (salud) es el más alto de los dones. Para entender el concepto de enfermedad en la mentalidad hipocrática es preciso conocer lo que entienden por physis o naturaleza pues, para ellos, <<no es posible conocer la naturaleza de las enfermedades, si no se conoce la naturaleza en su indivisibilidad>>.

Para un hipocrático lo importante es la armonía con la naturaleza y todas las enfermedades consisten en desórdenes de la naturaleza. La protagonista de la curación es la naturaleza y es ella misma la que espontáneamente recobra su armonía y resurge la curación; o el médico debe intervenir para ayudar a llevar a cabo lo que la naturaleza no es capaz de realizar por sí sola. El hipocrático intenta individualizar el tratamiento, según la constitución del enfermo, la edad, la estación del año y el momento. Hay enfermos, no enfermedades. El principio básico

de la terapéutica hipocrática era la <<fuerza curativa de la naturaleza>>, que el médico se limitaba a favorecer mediante la <<dieta>> - no reducida a la alimentación, sino entendida como régimen de vida – los fármacos, y la cirugía.

Entre las indicaciones terapéuticas se encuentran además de la dietética o regulación de la alimentación, la farmacoterapia y la cirugía. También el ejercicio, la actividad profesional y las costumbres sociales. Todo ello es “dieta”, dieta. La dieta abarca no solo la alimentación sino el régimen o forma de vida. Según Honorio Gimeno, en la medicina hipocrática se preconiza de preferencia el empleo de la influencia psíquica y de medios dietéticos como régimen de vida. La enfermedad se produce “a través del desarreglo dietético”

Tres de los principios terapéuticos empleados por los médicos hipocráticos son:

- 1.- <<Primum non nocere>> que dirían luego los seguidores latinos: antes que nada no perjudicar, es preferible no hacer nada a empeorar la situación. La terapéutica hipocrática trató siempre de favorecer sin perjudicar, iba dirigida a todo el cuerpo enfermo y no a sus partes, y se ejecutó con prudencia.
- 2.- Se debe ir a la causa de la dolencia. Ir contra la causa y el principio de la causa.
- 3.- Abstenerse de actuar ante las enfermedades incurables, aceptando la inevitabilidad de los procesos <<fisiológicos>>.

Fue en la escuela de Cos, que tuvo a Hipócrates como alumno, donde apareció por primera vez la idea de una patología general en lugar del concepto de la enfermedad como un proceso limitado a un órgano; así pues, la enfermedad fue considerada como una reacción de la physis o naturaleza del cuerpo, frente a las materias morbosas resultantes del desequilibrio de los humores.

El interés de la escuela de Cos por las enfermedades agudas y febriles hizo que se interpretara el curso de los procesos morbosos en tres etapas: la enfermedad aparecía por la alteración de humores crudos, apepsia que se manifestaban por los síntomas generales de la enfermedad. Mediante la reacción de la physis o naturaleza del cuerpo, se cocían los humores crudos, pepsis, sobreviniendo la fiebre, la inflamación de los tejidos o se formaba el pus. La curación del enfermo podía ocurrir por la brusca eliminación de los humores ya conocidos o crisis, y también más lentamente, por la excreción paulatina de los materiales morbosos en la lysis. La enfermedad se inicia en el interior del cuerpo humano cuando la mezcla armónica y proporcional de los humores se altera. Como consecuencia inmediata de la desarmonía humoral suele producirse una acumulación de sustancias provenientes de la desarmonía en determinados lugares del organismo, lo que la tradición hipocrática llama un “depósito”. Este “depósito” debe ser expulsado a corto o largo plazo por el organismo a través de una “pepsis”, es decir, una cocción. La aparición de la cocción, que indica el momento máximo de la expulsión, se traduce exteriormente en una crisis. La expulsión de la desarmonía se produce pues por las vías de eliminación: flemas, heces, sudores, etc.

La medicina hipocrática, según Lichthenthaler y Laín, constituye el origen de una concepción científica de la medicina universal, definitivamente liberada de la religión y la filosofía y establecida como un conocimiento técnico. Surgió en el siglo V. a.C. Hipócrates usó los sentidos y la mente como los únicos instrumentos diagnósticos, creó la medicina clínica junto al lecho (klina) del enfermo.

Según Diller, el Corpus Hipocraticum comienza con el planteamiento de la hipótesis humoral, las bases de un diagnóstico racional y los cuidados en la elección de la dieta o régimen de vida para un buen tratamiento. Siguiendo la obra “ De aires, aguas y lugares”, que es el primer texto sobre geografía médica, climatología y antropología; describe el carácter de las estaciones del año y las enfermedades que les son peculiares, la influencia de los vientos y las aguas consideradas como alimentos, y las diferencias constitucionales entre las razas. En los “Pronósticos”, base del prestigio hipocrático, por predecir el curso de enfermedades y epidemias, evalúa los signos conocidos por la facies hipocrática, la postura del enfermo, los movimientos del cuerpo y de los miembros, la respiración, sueño, excrementos, orina, vómitos, expectoración, supuración, dolores y los diferentes tipos de fiebre. El régimen en las enfermedades agudas se centra en la preparación de la cocción de cebada, los cambios en la dieta, los efectos del vino, el hidromel (agua y miel) y oximel (vinagre y miel), y el agua en los baños. Recomendó la práctica de trabajos corporales y ejercicios al aire libre, a fin de provocar el sudor.

Hipócrates, en palabras de Honorio Gimeno, “preconizó la utilización del ayuno, el pan integral y las frutas y hortalizas crudas y aconsejó que en cuestiones de alimentación se atendiese al

instinto del enfermo. En lo fuerte de la enfermedad, conviene alimentación muy débil o la supresión absoluta de todo alimento. En las diarreas intensas la ingestión de manzana cruda. En invierno y en primavera, se puede comer más que en verano y en otoño. Cuando se tiene fiebre, el mejor alimento es el jugo de frutas. Si un enfermo se ha adelgazado bastante por enfermedad larga, no tiene que comer demasiado para recuperarse antes, sino que ha de hacerlo con precaución. Cuando la enfermedad no es muy importante y evoluciona en sentido favorable, el médico no ha de emplear muchos remedios; es mejor que actúe la fuerza vital natural, a ser posible, por sí sola. Dicha fuerza se conoció después en versión latina como “vis medicatrix naturae”.

En cuanto a la aplicación del agua nos dice: “Los baños fríos, seguidos de ejercicios físicos, dan más calor al cuerpo que los baños calientes. Los dolores muy fuertes de la gota o del reumatismo pueden desaparecer con repetidos chorros de agua fría. El agua del mar cura heridas y úlceras cutáneas”

Entre los Aforismos podemos destacar: (I, 1) La vida es breve y el arte largo, la ocasión es fugaz, la experiencia falaz y el juicio difícil. No basta que el médico haga por su parte cuanto debe hacer, si por la suya no concurren en el mismo objetivo el enfermo, los asistentes y demás circunstancias externas. (I,6) A grandes males, grandes remedios. En el aforismo 65, sección 7ª leemos: “El alimento dado al que tiene fiebre, en la convalecencia le vigoriza; durante la enfermedad, le empeora.”

Como indica Francisco Guerra, Hipócrates consideró que la función primordial del médico era conocer técnicamente la physis o naturaleza de los enfermos y mediante el dominio del arte ayudarla a que restablezca su armonía. Para Hipócrates hay una causa principal de las enfermedades, las alteraciones producidas por los alimentos. Incluye también otros agentes patógenos externos, las aguas y el aire considerados como alimentos, y no olvida los excesos en el ejercicio o el reposo, los agentes traumáticos, los parásitos y las emociones violentas. Se refiere extensamente a las enfermedades producidas por agentes del medio ambiente en el tratado “De aires, aguas y lugares”, donde considera el efecto de los vientos fríos y calientes, la acción de aguas demasiado frías y palustres, así como los alimentos y las dietas características de cada país.

En el Corpus hipocraticum se aceptan las ideas ya establecidas por las escuelas de Cos y Crotona, que explicaban el proceso morboso como un desequilibrio de los humores del cuerpo. En la interpretación hipocrática, la enfermedad se iniciaba con la separación, apókrisis, del humor casual.

La causa fundamental de la enfermedad en la patología hipocrática era explicada por la corrupción de los residuos alimenticios, perissómata, no asimilables, retenidos en el organismo. El estudio racional, katástasis, del enfermo se iniciaba con el examen de su aspecto externo y con la exploración sensorial del cuerpo y las evacuaciones.

Como nos dice Baumann, los textos hipocráticos indican clara y repetidamente que la curación de las enfermedades es obra de la naturaleza del organismo, pues la physis encuentra por sí misma la vía curativa a seguir sin necesidad de maestro. La función del médico es conocer su modo de acción para ayudarla y no interferir en sus mecanismos, procurando que el enfermo contribuya a la acción curativa de su propia physis. El tratamiento debe llevarse a cabo, observando los hechos presentes en la enfermedad, obrando de un modo semejante a como actúa la naturaleza.

Los hipocráticos prefirieron los remedios dietéticos o la farmacología suave. Se emplean también los baños y los fomentos. En las úlceras o heridas, además de los cuidados tópicos, pone atención en la dieta.

El médico necesita la colaboración del enfermo para llegar a la curación y ayuda a la naturaleza a hacer aquello que por sí misma no podría hacer. Para el médico hipocrático es importante escuchar al paciente, se tiene en cuenta lo subjetivo, lo sentido por él. Además debe estudiar sus relaciones con los demás, los cuales pueden ser de ayuda para la curación. El recurso terapéutico principal fue la dieta, dáiata, expuesta en los tratados “Sobre la dieta” donde se describen las características, preparación e indicaciones de los alimentos, tanto para el enfermo como para el sano. Así, en las crisis de las enfermedades era conveniente disminuir la alimentación. Recomendación que según Laín Entralgo permaneció como regla general hasta mediados del siglo XIX. En las enfermedades febriles y agudas se recomendaba una dieta líquida, como la decocción de cebada ptisane y la dieta láctea; además se explica el uso del hidromel, oximel, vino, vinagre y otros productos. Se daba gran importancia a los ejercicios corporales, el masaje y los baños, principalmente en el mar.

Son frecuentes los consejos generales sobre la persona del médico; en “Sobre el médico” recomienda que sea de aspecto agradable y bien nutrido, porque el público considera que quienes no cuidan de sí mismos no son capaces de atender a otros. El médico debía llevar una vida honesta y reglada, ser amable y tolerante, no ser impulsivo ni de mal humor, pero tampoco demasiado alegre. En “Sobre el decoro” da normas para entrar en la habitación de los enfermos y la forma de comportarse durante la exploración. Convenía repetir la exploración para evitar engaños, teniendo en cuenta que los enfermos mienten a menudo. Indica que el médico debía huir de ruidos y de olores; tratar con calma y serenidad al enfermo, evitando que se entere de lo que pudiera ocurrirle de naturaleza grave, pues en algunos conducía a actuaciones extremas. Hay que “hacer lo debido y hacerlo bellamente”. Todas las recomendaciones éticas sobre el comportamiento médico lo encontramos en el Juramento Hipocrático.

OTROS AUTORES

Para Sócrates, la filosofía era la “Cura del alma”.

Platón (428-347 a. C.) en el Timeo menciona que las causas y origen de las enfermedades son el desequilibrio humoral, las influencias externas contra su orden, las alteraciones del aire y la desarmonía entre el alma y el cuerpo. Platón vive la dualidad alma-cuerpo en el que el cuerpo y su salud tienen un valor relativo, y a veces llega a ver el cuerpo como un objeto muy inferior al alma. Según Diego Gracia Guillén, Platón es el inventor de una psicoterapia verbal rigurosamente Técnica. Utiliza la purificación del alma por la palabra, una catarsis verbal (kátharsis).

“(Asclepio) dictó las reglas de la medicina para su aplicación a aquellos que, teniendo sus cuerpos sanos por naturaleza y por obra de su régimen de vida, han contraído determinadas enfermedades.”

Erasístrato (c. 304- c. 250 a.C.). Según Erasístrato, las más importantes causas de los síntomas morbosos serían el exceso de alimentación (plethos), la debilidad de ésta (apepsia) y la corrupción de lo ingerido. Según J. Chuaqui, para Erasístrato era más importante la prevención que la terapéutica. Reconoce a la enfermedad por el órgano afectado y no como se creía por la afectación de los humores. Sustituyó el uso de la sangría por la ligadura de los miembros, el ayuno, los purgantes suaves, la dieta, baños y ejercicios gimnásticos.

Aristóteles. En palabras de Francisco Grande. “Fue muy importante la comprensión aristotélica de las enfermedades psicosomáticas al afirmar que el alma y el cuerpo se enferman juntos, y por utilizar una psicoterapia basada en la catarsis verbal enérgica.”. Dice Aristóteles: “me parece que el alma y el cuerpo sufren uno con el otro”

Diocles de Caristo (300 a. C.) Tanto Plinio como Celso y Galeno, dijeron de él que igualó a Hipócrates en la práctica médica. Fue discípulo de Aristóteles, escribió el primer tratado de <<dietética>> preventiva, asociando los saberes posthipocráticos y las doctrinas éticas de su maestro, en especial la noción de <<justo medio>> entre dos comportamientos extremos. Escribió el primer libro de anatomía. Para Diocles la fiebre no era una enfermedad, sino una manifestación de la reacción de la physis. Fue además el primero en escribir un herbario con las propiedades nutritivas y medicinales de las plantas. Sus preceptos dietéticos regulan el trabajo y el vivir diario, el ocio, el sueño, la limpieza de los dientes,...La asistencia del médico es un acto de “amor al hombre”.

“El que permanezca ocioso debe pasear todo lo que sus fuerzas le permitan. Los paseos prolongados antes de comer vacían el cuerpo y aumentan la capacidad de asimilar y digerir los alimentos. Los paseos breves y reposados después de comer uniforman y mezclan la comida y la bebida y el aire tragado con ellas... Los paseos largos y rápidos después de comer no pueden ser considerados en modo alguno como convenientes, ya que sacuden fuertemente el cuerpo y dividen y separan los alimentos y las bebidas, lo que originan borborigmos y dispepsia y a menudo también diarrea.”

Herófilo (fl. 325 a.C.) escribió un texto interesante sobre la dieta y el ejercicio para preservar la salud

ESCUELA EMPÍRICA

La escuela empírica fue fundada por Filino de Cos, discípulo de Herófilo y Serapio de Alejandría. Los miembros de esta escuela se muestran radicalmente contrarios a la investigación anatómica efectuada en cadáveres, hombres vivos o animales, basándose en razones objetivas y subjetivas. A su parecer, la naturaleza es insondable y no se adquieren conocimientos sobre ella mediante la disección, pues en los cadáveres no se dan idénticas

condiciones que en los seres vivos y, en las vivisecciones, el sufrimiento hace variar también las condiciones normales. Además consideran moralmente repugnante la disección y mucho más la vivisección.

Influenciados por la filosofía escéptica llegaron a una especie de nihilismo científico, y con él renunciaron también al modelo médico propuesto por los hipocráticos, según el cual el especialista en salud debía ser conocedor de la naturaleza.

MEDICINA EN ROMA

Muchos de los médicos griegos se trasladaron a Roma durante esta época. Según Laín Entralgo, los primeros romanos que se dedicaron al cuidado de la salud, ya que no hubo médicos en el sentido griego, daban especial importancia a la dieta, una vida moderada y el ejercicio físico.

Los romanos aprendieron de los etruscos los rudimentos de la higiene pública, la irrigación de los campos y la desecación de pantanos para evitar el paludismo. Efectuaron importantes obras para aprovisionarse de agua potable, por medio de acueductos y de canalizaciones. Se sabe poco de la terapéutica etrusca aunque se supone que su conocimiento viene de la Medicina griega.

Según los tratadistas antiguos, en el territorio etrusco hubo importantes fuentes salúferas y edificios termales, utilizados en hidro y balneoterapia que, posteriormente, los romanos convirtieron en sus lujosas termas, templos y piscinas.

En el siglo II a. C. un afamado médico romano, Antonius Musa, empleando agua fría, tanto en forma de aplicaciones externas como en forma de bebida, salvó la vida del emperador Octavio Augusto y curó al gran poeta Horacio de una resistente dolencia ocular.

LA ESCUELA ESTOICA

De esta escuela destacamos a Lucius Annaeus Séneca (4 a. de C. □ 65 d. C.), escribe "Los males que sufrimos son curables, y si queremos librarnos de ellos, la naturaleza nos ayuda ya que hemos nacido para estar sanos". Escrito que aparece posteriormente en la portada de la famosa novela educativa de Rousseau, "Emile" editada en el año 1762.

Séneca, como estoico, condena el lujo y la falta de moral de su época, y también está a favor de una vida frugal, sencilla, mesurada y de fortalecimiento. "Yo soy un gran amigo del ahorro... Yo alabo las vestiduras sencillas. La comida no debería necesitar de criados ni para su preparación, ni para su servicio, ni para su atención... La comida debe de calmar el hambre, la bebida debe saciar la sed, y las ansias de procrear deben de estar dentro de unos límites adecuados.

"Hemos de aprender a valernos de nuestro propio cuerpo... Hemos de aprender a aumentar nuestra moderación en la satisfacción de los placeres, y mantener los goces dentro de unos límites... buscar la satisfacción a nuestras necesidades naturales a través de medios fácilmente alcanzables". "Las enfermedades son castigos por desnaturalizar nuestra vida y por tener gustos superfluos (opulencia, voluptuosidad). La desmesura en la alimentación nos trae enfermedades y la fiebre. La vida libertina nos quita nuestras fuerzas"

C. Musonius Rufus (vivió, aproximadamente, entre el 10 d. C. y el 79 d. C). Según Polenz, Musonius era firme partidario de la alimentación sencilla, rechazando las comidas cárnicas, y seguía personalmente una alimentación vegetariana o vegana, a base de frutas y verduras, especialmente crudas.

LA ESCUELA ECLÉCTICA

Según Honorio Gimeno, Aulo Cornelio Celso, que vivió por el año 30 después de Jesucristo, dijo en su obra imperecedera que existe una fuerza curativa natural en el cuerpo humano. Y recomienda, para protegerse de las enfermedades, una vida de acuerdo con las leyes de la Naturaleza. En terapéutica se ocupa mucho de la hidroterapia, de manera tal que se le ha considerado el primero en establecer indicaciones correctas para muchas de sus aplicaciones. También se ocupa de la deontología.

Divide con criterios hipocráticos las enfermedades según su tratamiento: Las que pueden mejorar con la dieta, con los fármacos y las que precisan de la cirugía. Implícitamente en el período hipocrático, muy claramente desde la compilación de Aulo Cornelio Celso (quien clasifica los signos de la inflamación en tumor, rubor, calor y dolor), los médicos antiguos

distinguieron en su acción terapéutica tres orientaciones: la dietética, la farmacoterapia, y la cirugía. Con Galeno surgirá la higiene.

Celso describe como entre los antiguos la ciencia de la salud era considerada, en su origen, parte de la filosofía y "en esa misma época la medicina fue dividida en las tres orientaciones. Celso da instrucciones de comportamiento para los sanos, recomendando el cambio del sedentarismo al ejercicio, del calor al frío, y la moderación en la comida y la bebida. Aconseja el ejercicio constante, especialmente a los débiles, y también es partidario del deporte de la esgrima, juego con el balón, del paseo y del correr. Después del ejercicio, recomienda un baño con agua tibia, así como unturas de aceite. Aconseja la aplicación del agua fría, con la que cura casi todas las enfermedades, y la aplica en paños, lavados, irrigaciones, inmersiones, así como por, vía oral. Cita con frecuencia a dos médicos contemporáneos suyos, Asklepiades y Themison. Al igual que Asklepiades, recomienda las frotaciones para fortalecer el cuerpo, refiriéndose probablemente también a los masajes de todo tipo. Aparte de esto, es partidario del ejercicio físico, tanto activo como pasivo. Tiene en mucha consideración el ayuno, así como la sudación y las compresas calientes. En caso de una enfermedad incipiente, indica que se debería ayunar, mantener la calma, y, beber agua fría. No rechaza el comer carne.

Areteo de Capadocia y Rufo de Efeso (unos 30 años después de C.) siguen la misma creencia de la fuerza curativa natural.

A esta escuela pertenece Pedacio Dioscórides Anazarbeo fue autor de una gran Materia médica que incluye la descripción de más de medio millar de plantas curativas; es un título fundamental en la historia de la terapéutica que, traducido al latín, al árabe y los idiomas europeos modernos fue utilizado sin interrupción hasta bien entrado el siglo XVIII. Con su obra Dioscórides influyó tanto la nomenclatura farmacéutica como las aplicaciones terapéuticas de las drogas aceptadas sin cambios por más de 1500 años. Para él y los hipocráticos, la physis era sabia, planificadora, previsora, por lo que su postura ante los fármacos fue similar. Era partidario de pocos y sencillos medicamentos y, generalmente, recurría a la dietética o al uso de preparaciones externas como cataplasmas, unturas, etc. Recoge todo el saber farmacológico o fitoterápico de su tiempo.

LA ESCUELA METÓDICA

Asklepiades, natural de Prusa, critica la sangría y las purgas y concede gran importancia a la dietética y a la terapéutica de los ejercicios físicos. J. Marcuse cree que fue Asklepiades el que introdujo las grandes instalaciones termales y la aplicación del agua fría.

Themison de Laodicea, y su discípulo, Thessalio de Tralles, se consideran los creadores de la escuela metódica romana y suponen el mayor grado de <<romanización>> de la medicina helenística y su mejor adaptación a las necesidades romanas.

Thessalio de Tralles (fl. 60) clasificó las enfermedades en agudas y crónicas. Para tratar las últimas sometía al enfermo a curas de ayuno y dietas estrictas con las que intentaba alterar el estado general del cuerpo.

Los metódicos consideran el cuerpo en su totalidad como enfermo, y actúan según ello, pero no cuentan con una fuerza natural de curación, ya que, para ellos, todo sucede por necesidad. El tratamiento, para ser efectivo, ha de tener en cuenta las leyes corporales, y en esto se considera necesaria la colaboración del paciente, si bien es el médico el que interpreta el papel principal. El movimiento normal de los átomos se recupera mediante masaje, irrigaciones, gimnasia, paseos, equitación, juegos de balón, etc.; es decir, por los métodos que estaban de moda en esa época. En el campo de la dietética, los metódicos tratan de curar mediante ayunos y alimentación seca o húmeda. Aunque los metódicos utilicen estas técnicas sencillas y eficaces, adecuados a la mentalidad romana, rechazan a la vez la fuerza curativa natural.

LA ESCUELA PNEUMÁTICA

Esta escuela se introdujo en Roma después del metodismo, a mediados de siglo I d. C., Posidonio de Apoema y Atanco de Atala, recomendaban los baños y la hidroterapia, por su supuesta relación múltiple con los elementos constitutivos del organismo.

GALENO

Galeno nació en Pérgamo, en el extremo occidental del Asia Menor, ciudad conquistada por los romanos. Hace una síntesis de todo el saber anterior. El sistema fisiológico de Galeno dominó

el pensamiento médico desde el siglo II al XVII. La obra de Galeno ha sido considerada como la máxima expresión de la Medicina antigua y el inicio de la Terapéutica racional.

El estado fisiológico normal era debido al equilibrio de las siete cosas naturales, 4 elementos, 4 humores, 9 cualidades, 3 espíritus, 3 facultades, 2 operaciones y 4 miembros, a las que a veces se agregan la edad, el sexo y la figura del hombre. Estas cosas naturales, intrínsecas a su naturaleza, estaban reguladas por otras extrínsecas (o las que no toman parte de la naturaleza individual), las seis cosas no naturales, res non naturales, aire y ambiente, comida y bebida, trabajo y descanso, sueño y vigilia, excreciones y secreciones, y afectos del alma. Las enfermedades pueden ser debidas a la discrasia o desequilibrio en los humores constituidos del cuerpo o alteraciones por corrupción de un humor. Se deben siempre a circunstancias naturales que clasifica en externas, primitivas: los alimentos, los desórdenes sexuales, las emociones desmedidas, los baños, venenos, la acción nociva del sol y el viento y las seis cosas no naturales.

Para Galeno la interpretación de las enfermedades gira básicamente en torno a las alteraciones de los humores localizadas en las distintas partes del cuerpo. También el tratamiento tiene como principal objetivo proporcionar los medios que ayuden al organismo a corregir dichos trastornos humorales. Da una clasificación de los humores: frío y húmedo – pituita; caliente y húmedo – sangre; caliente y seco -- bilis amarilla; frío y seco -- bilis negra. Y de la tipología biológica: sanguíneo, flemático, colérico y melancólico.

Agrupó los signos de las enfermedades en diagnósticos que permitían identificarlas, y en pronósticos que indicaban como acabarían.

Hizo notar la importancia del conocimiento previo del enfermo en estado de salud, temperamento, régimen de vida, alimentación, época del año, condiciones ambientales, y recomendó un examen serio y detenido de todo el cuerpo. Como todos los médicos antiguos. Galeno confiaba más en la capacidad de la razón que en los datos proporcionados por los sentidos.

El sistema galénico mantuvo la doctrina de la <<fuerza curativa de la naturaleza>> como principio básico de la terapéutica y también el enfoque individual de la higiene propio de la <<dietética>> clásica.

Galeno pone más importancia e intensidad en la intervención que Hipócrates. En la terapéutica no siguió a Hipócrates y aconsejó la abundante utilización de medicamentos. Para él los medicamentos, correctamente utilizados, son <<manos de los dioses>>.

Galeno estableció finalmente el principio de tratar las enfermedades por sus contrarios, contraria contrariis curantur, tanto en el régimen de vida, como en los alimentos y en los medicamentos; por eso, si una enfermedad era de causa fría el agente terapéutico tenía que ser caliente, y así con los demás temperamentos. Aceptó la tradición sobre la actitud progresiva desde alimento, a medicina, hasta veneno, y tuvo muy presente que fármaco, phármakon, era tanto medicamento como veneno.

Fue nombrado médico de los gladiadores y de este trabajo procede la convicción de que la gimnasia debe incorporarse a la higiene dietética, bajo dirección médica.

El médico ha de conocer la Física –el funcionamiento del cuerpo humano- y la Ética. Para Galeno el buen médico ha de ser filósofo. Quien ejerce la Medicina desde estos saberes es un verdadero iatros o médico, quien no lo hace así, es sólo un pharmakeús o <<recetador>>.

LA PRÁCTICA MÉDICA Y LA HIGIENE ROMANA

Los romanos tuvieron especial cuidado con la higiene pública. Construyeron canales subterráneos destinados a secar las zonas pantanosas y cloacas. Como dice J. Chuaqui los romanos tenían la idea de que la malaria era causada por pequeños animales o insectos que venían de los pantanos. En Roma se construyeron ya entonces acueductos, letrinas públicas y alcantarillas.

En los primeros tiempos, los romanos tomaban baños fríos en el Tíber en donde tenían grandes piscinas públicas. Cuando las costumbres griegas y orientales entraron en Roma, se construyeron baños privados al principio y grandiosos baños públicos después.

Especialmente conocidas son las termas romanas, donde se tomaban baños fríos, baños de agua caliente y baños de vapor. En locales aparte se podían recibir masajes, generalmente con aceites perfumados, y en otros realizar ejercicios gimnásticos.

CAPITULO

III

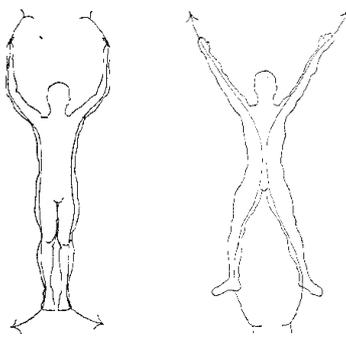
PRINCIPIOS DE LA MEDICINA ORIENTAL

Noción de la energía "ki"



El ki, es el elemento fundamental según el concepto de la medicina oriental.

Es una especie de energía que rige el universo (macrocosmo) y su reflejo, el hombre (microcosmo), consta de dos elementos opuestos y complementarios, el "Yin" (energía de la tierra) negativo y el "Yang", (energía del cielo) positivo.



El universo se fundamenta en el equilibrio de estas energías Yin y Yang, otro tanto sucede con el hombre, que forma parte del universo, cualquier desequilibrio entre Yin y Yang provocara, en la naturaleza o en el hombre un trastorno.

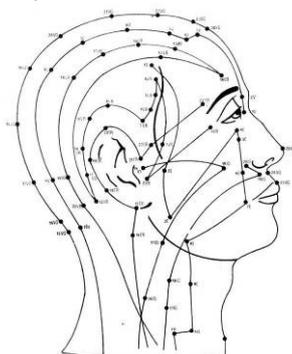
Sistema circulatorio del Ki, keiraku (meridiano)

Esta energía cósmica, antes de penetrar en nuestro cuerpo, lo recorre en todas sus partes utilizando un circuito cutáneo particular, llamado en japonés "Keiraku", canales o meridianos.

Esta red energética que es diferente del sistema nervioso y de la circulación sanguínea, o de la linfa, se considera como un fenómeno funcional que existe solamente en el cuerpo viviente.

El cuerpo humano es alimentado y protegido por esta energía vital, pero cuando su circulación es mala, las funciones de los distintos sistemas sufren trastornos, aparecen variedad de síntomas y luego se instala una enfermedad.

Así, pues, el secreto de la terapéutica reside en el estudio exhaustivo de la energía vital, es decir, como equilibrar esta energía (desde el punto de vista cualitativo) y de cómo hacerla circular mejor en el cuerpo (desde el punto de vista cuantitativo)



En el cuerpo humano hay doce meridianos principales que corresponden a seis órganos Yin y seis vísceras del Yang que se ayudan y compensan mutuamente.

1.	Pulmón	I	1	intestino grueso	II
2.	Bazo	IV	2	Estomago	III
3.	Corazón	V	3	Intestino delgado	VI
4.	Riñón	VIII	4	Vejiga	VII
5.	Shimpō	IX	5	Sanshō	X
6.	Hígado	XII	6	Vesícula biliar	XI

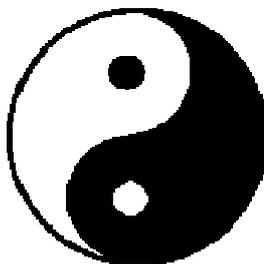
Los doce meridianos, pares y simétricos, forman una corriente continua que comienza por el meridiano del pulmón y recorre todo el cuerpo pasando sucesivamente por cada meridiano para volver al de pulmón. El trayecto global de esta corriente es el siguiente.

Además de los doce meridianos principales, hay ocho vasos maravillosos, llamados meridianos secundarios, entre los cuales dos son muy importantes.

- Meridiano Yang Toko-myaku en japonés, Vaso Gobernador en castellano, que atraviesa perpendicularmente el dorso y la cabeza en la línea media.
- Meridiano Yin Nim-myakku en japonés, Vaso de la Concepción en castellano, que atraviesa el vientre y el pecho en la línea media.

A lo largo de estos meridianos hay muchos puntos cutáneos llamados tsubos en japonés, que pueden volverse sensibles en el caso de una mala circulación energética, pues el equilibrio de la energía vital es frágil a la altura de esos puntos. Hay 354 tsubos que corresponderían aproximadamente al número de días de un año, los doce meridianos corresponden a los meses del año, según una teoría oriental.

Yin - Yang



Hemos visto que el universo (o la naturaleza) esta en perfecto orden gracias a la armonía de Yin y Yang. Todo lo que se encuentra en el universo tiene su propio aspecto gracias a la mezcla de estas energías, esta mezcla inicial determina la constitución física y el carácter de cada individuo en función de sus energías innatas y adquiridas, de su edad, de su sexo, de sus ambientes, etc., y cada uno mantiene así su propia armonía. Entonces hablamos de carácter Yang cuando hay más elementos yang que yin, y en el caso contrario de carácter yin.

Sin embargo, no hay ni Yin ni Yang absoluto (es decir 100% Yang o Yin), sino que hay siempre una parte yin en el yang y viceversa. Este fenómeno de oscilaciones constantes entre el yin y el yang se representa por un símbolo conocido como, el emblema del Tao: un círculo dividido en dos partes, Yin (negro) y Yang (blanco), dentro de las cuales hay un pequeño círculo que represente el yin en la parte yang y al yang en la parte yin. Según este dualismo Yin – Yang, la buena salud puede definirse como el equilibrio entre las dos y la enfermedad como su desequilibrio.

La repartición del Yin y del Yang en sus fenómenos naturales y en el cuerpo humano se pueden sintetiza así:

Sujetos	Yin	Yang
---------	-----	------

Fenómenos naturales	Frío Pasividad Oscuridad Fragilidad Flexibilidad Lentitud Dilatación	Calor Actividad Claridad Solidez Dureza Rapidez Compresión
Cuerpo Humano	Derecha Bajo Vientre Interior Órganos (-) Músculos flexores Mujer	Izquierda Alto Espalda Exterior Vísceras (+) Musc. Extensores Hombre
Síntomas	Apatía Pasividad Hipofunción Síntomas crónicos Escalofríos	Exaltación Actividad Hiperfunción Sint. Agudos Fiebre

Nota: (- órganos) son pulmón, bazo, corazón, riñón e hígado (+ vísceras) intestino grueso, estomago, intestino delgado, vejiga y vesícula biliar.

Yin y Yang son opuestos complementarios.

Zonas YANG

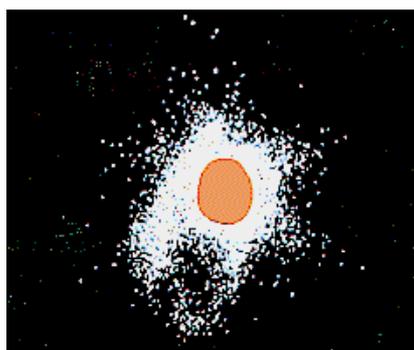
- La zona dorsal del cuerpo pues está más cerca del cielo.
- La parte externa del brazo.
- La cabeza
- La piel
- Los músculos

Una persona YANG va a necesitar un shiatsu sedante y estiramientos

Zonas YIN

- La zona frontal del cuerpo
- La parte interna del brazo
- Pies y piernas
- Los Huesos
- Los órganos internos

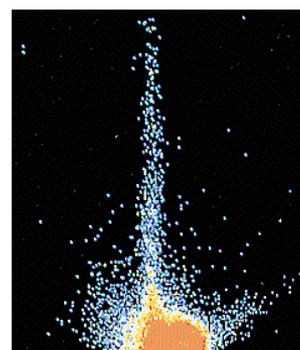
Una persona YIN va a necesitar un shiatsu energizante, fuerte, con más presión.



Bloqueo de meridiano de acupuntura

Kyo y Jitsu

La falta y el exceso del (energía vital)



Meridiano de acupuntura sin bloqueo

Ki

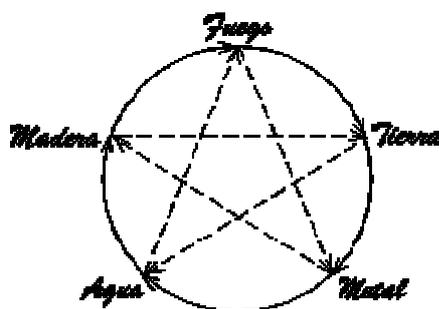
determina respectivamente el Kyo (vacío) y el Jitsu (plenitud), cuando el Ki esta bien repartido en el cuerpo desde el punto de vista cuantitativo, el cuerpo se halla en estado armónico y normal (es decir, en buena salud), pero bloqueos del Ki rompen ese equilibrio y provocan Kio o Jitsu en alguna parte del cuerpo y entra en un estado patológico.

En general, en un cuerpo físicamente fuerte, el exceso de tensión arterial y las enfermedades provocadas por el exceso de trabajo son jitsu, mientras que, en un cuerpo débil, las enfermedades de agotamiento, de impotencia, de depresión, son Kio.

Entonces para restablecer el equilibrio energético, hay que tonificar la parte Kio compensando la energía (método HO) y dispersar la parte Jitsu quitando el exceso de energía (método SHA), se lo conoce como método HO – SHA.

Regla de los cinco elementos

Según la medicina oriental hay otra teoría importante, la regla de los cinco elementos, que clasifica el universo y los fenómenos naturales (el hombre incluido) en cinco elementos: madera, fuego, tierra, metal y agua.



Estos principios fundamentales de la antigua medicina china tiene puntos de semejanza con otras medicinas antiguas tales como las de India, Grecia y otras.

China - Ki (energía vital) - 5 elementos madera, fuego, tierra, metal, agua.

India - Atman (yo-alma) - 4 elementos: viento, fuego, tierra, agua.

Grecia - Pneuma (aliento) - 4 elementos: Sangre, bilis amarilla, mucus, bilis negra

Entonces, esta regla de cinco elementos ¿de donde proviene? Los investigadores tienen muchas dificultades para explicar su origen y dan varias teorías forzadas.

Los chinos a la energía la llaman Chi, los japoneses la llaman Ki, los polinesios la llaman Mana, los indios de Norteamérica la llaman Orenda, los hindúes la llaman Prana, los hebreos la llaman Ruach, los países islámicos la llaman Baraka y los sanadores más actuales y occidentales como Wilhelm Reich lo llaman energía orgónica.

La regla de los cinco elementos parece haber sido creada a partir de la geografía china. En primer lugar, el centro de la China esta situado en la cuenca del Río Amarillo y el color de su tierra es amarilla, el este de China es rico en vegetación, lo que simboliza el verde, al sur el color de la tierra es rojizo lo que da color rojo, al oeste se encuentra la zona desértica y el color de la arena es casi blanco, al norte la región es rica en hierro y carbón y el color de la tierra es oscuro lo que da el color negro.

Es lo mismo en cuanto al clima: el centro es húmedo, en el este hay viento, el oeste es seco a causa del desierto y el norte es frío, y en el sur hay calor. Lo que nos da: humedad, viento, sequedad, frío y calor.

Tabla de los 5 Elementos

	MADERA	FUEGO	TIERRA	METAL	AGUA
ORGANO	HÍGADO	CORAZÓN	BAZO - PANCREAS	PULMÓN	RINÓN - SUPRARRENAL ES
VISCERA	VESÍCULA BILIAR	INTESTINO DELGADO	ESTÓMAGO	INTESTINO GRUESO	VEJIGA
ESTACION	PRIMAVERA	VERANO	CANICULA	OTOÑO	INVIERNO
CLIMA PERVERSO	VENTOSO	CALUROSO	HUMEDO	SECO	FRIO
SABOR	ACIDO-AGRIO	AMARGO	DULCE	PICANTE	SALADO
SENTIDOS	OJOS	LENGUA	GUSTO	OLFATO	OIDO
OLOR	RANCIO	QUEMADO	PERFUMADO	AGRIO	PUTRIDO
TEJIDOS	MÚSCULOS Y TENDONES	VASOS SANGUÍNEOS	TEJIDO ADIPOSO	PIEL	HUESOS
SECRECIÓN	LÁGRIMA	SUDOR	SALIVA	MUCOSIDA D	ORINA
MANIFESTACIÓN	UÑAS	TEZ	LABIOS	PELO	CABELLO
INFLUENCIAS PSÍQUICAS	IRA IMPOTENCIA	EUFORIA RENCOR	ANSIEDAD PREOCUPACIONES	MELANCO LÍA PENA	ANGUSTIA MIEDO
INFLUENCIAS SENSORIALES	VIENTO	FUEGO	HUMEDAD	SEQUEDA D	FRÍO
TENDENCIA A :	LLAMAR	REIR	CANTAR	LLORAR	GEMIR
ABUSA DE :	SUS OJOS	CAMINAR	ESTAR SENTADO	ESTAR ACOSTAD O	ESTAR PARADO
PLANETAS	JÚPITER	SOL - MARTE	TIERRA - SATURNO	VENUS	MERCURIO - LUNA

CAPITULO

IV

¿Que es el Shiatsu?

指圧道

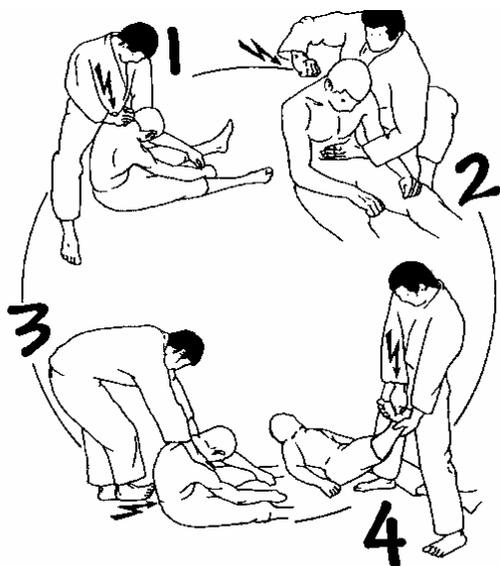
Shi = dedo

Atsu = presión

Do - Camino

Shiatsu es una forma de manipulación terapéutica que se basa en la aplicación de presión cuidadosamente estudiada en puntos específicos del cuerpo, desarrollada en Japón a comienzos del siglo XX y que el gobierno Japonés reconoció oficialmente, en el año 1955.

Su técnica deriva de antiguas artes orientales como el amma, kuatsu, técnicas del judo, ankyo entre otras y de terapias occidentales como la quiropraxia, osteopatía, espondiloterapia, y algunas mas, de esta manera diversas terapéuticas antiguas y modernas confluyen en el Shiatsu.



En algunas escuelas de artes marciales se practicaba no sólo la defensa sino también la parte médica o terapéutica, también se aprendía el kuatsu (sistema de reanimación y para quitar dolencias). Con el correr del tiempo han quedado en el olvido y si bien algunas conservan estos sistemas duales, la mayoría los ha perdido.

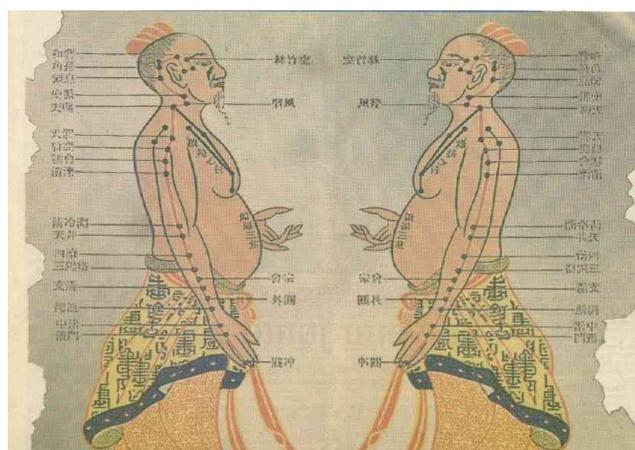
Shiatsu esta formada por dos caracteres " Shi" = **dedo** y "Atsu" = **presión** ", que traducidos al castellano su significado equivale a Digitopresión o Digitoterapia.



Consiste en la aplicación de presión con palmas y dedos además de otras técnicas, sobre los meridianos y puntos de todo el cuerpo con el fin de evitar la fatiga, aliviar tensiones musculares, nerviosas u orgánicas, regular funciones, alinear el cuerpo y restablecer la circulación general, eliminando bloqueos, estimula el Sistema Nervioso Parasimpático, que es el sistema relajante del cuerpo y que activa el sistema inmunológico movilizandando las defensas y otorgando una sensación de bienestar

Su finalidad es colaborar con las personas en sus procesos curativos y en su autodesarrollo a través de la presión y el contacto. Es una terapia holística, que considera los síntomas y las enfermedades como manifestaciones de los desequilibrios y busca resolver las causas que subyacen en estas condiciones, trabajando con la energía de la persona a través del cuerpo.

Los puntos que se emplean en algunas escuelas son los mismo que en la acupuntura, pero hay un trabajo en el shiatsu que es sobre zonas mas amplias y también existen otros puntos mas específicos para el trabajo manual, estos puntos llamados en japonés Tsubos, cuya cantidad varia de acuerdo a los distintos sistemas, donde algunos proponen una cantidad de 660 tsubos (puntos), otros 1200 y algunos muchos mas, y se ubican donde se unen o separan vasos sanguíneos, linfáticos, nervios o conductos excretores de las glándulas que se encuentran ubicados en corrientes energéticas del cuerpo, es decir en los meridianos o, en japonés **KEIRAKU (KEY, corriente vertical y RAKU, corriente horizontal)**, con el fin de quitar la fatiga, aliviar la tensión muscular, nerviosa u orgánica, restablecer la circulación general, eliminar los bloqueos de energía, armonizar y tratar ciertas enfermedades.



Así el ser humano en el Shiatsu es contemplado como lleno de energía vital, cuyo fluir constante por los llamados canales energéticos mantienen las funciones orgánicas, fisiológicas y mentales. Nuestra energía vital está en constante intercambio con el entorno mediante la respiración, la alimentación y la recepción de sensaciones, lo cual asegura nuestra adaptación al medio.

Orígenes

अस्ति हस्तिनापुरे कर्पूरविलासो नाम रजकः । तस्य गर्दे-
भो ऽतिभारवाहनाद्बुबलो मुसूपुरिवाभवत् । ततस्तेन रज-
केनासी व्याघ्रचर्मणा प्रच्छाद्याख्यसमीपे सस्यक्षेत्रे मोचितः ।
ततो दूरादवलोक्य व्याघ्रबुद्ध्या क्षेत्रपतयः सत्वरं पलायन्ते । स
च सुखेन सस्यं चरति । अथैकदा केनापि सस्यरक्षकेण धूमर-
कमलकृततनुबाणेन धनुष्कारं सञ्जीकृत्यावनतकायेनैकान्ते
स्थितम् । तं च दूरे हृष्ट्वा गदेभः पुष्टाङ्गो गदेभीयमिति मत्वा
शब्दं कुत्राणस्तदभिमुखं धावितः । ततस्तेन सस्यरक्षकेण गदे-
भो ऽयमिति ज्ञात्वा लीलयेव व्यापादितः ।



Remontándonos a la historia del Japón en unos 2500 años, podemos encontrar algunos expedientes o pergaminos en una mezcla de sánscrito, antiguo chino y japonés. Alrededor de este período muchos tibetanos y chinos de las fronteras, llegaron al Japón desde sus países trayendo consigo costumbres, prácticas marciales, religiones, escrituras y conocimientos médicos y así como en China encontramos el canon de medicina interna llamado Neiking, en Japón encontramos también su libro de medicina cuyo nombre es el "**Ishimpo**".

El **Ishimpo**, texto primario de Japón, que contiene la esencia de la medicina y de los métodos terapéuticos, consta de 30 volúmenes individualmente titulados y fue escrito por **Yasuyori Tamba en 984 A.D.** y es el libro japonés más viejo sobre medicina japonesa al presente.

Yoshimasu escribió el libro **Ruijuho** (indicaciones de las prescripciones de Kampo).

Yoshimasu también escribió **Yakucho** (características de hierbas), que sigue siendo un trabajo histórico importante sobre Kampo.

La medicina occidental fue introducida al Japón por los portugueses alrededor 1590, y la entrada adicional de la misma llega vía España durante el 1600.

Manase Dosan (1507-1594), de la escuela Goseiha, estudiante de **Tashiro Keiteki**, escribió el trabajo **Keitekishu (libro de textos de ocho - volúmenes de la medicina interna)** fundó una escuela médica privada en Kyoto.

Esta medicina extranjera adquirió significación solamente después que los japoneses la estudiaron y escribieron sobre ella desde su perspectiva. Por ejemplo, en 1774, **Genpaku Sugita** publicó **Kaitai-shinsho (el libro nuevo de la anatomía)**. Otro conocedor de la medicina occidental era **Gentaku Otsuki**, quien dijo que "**los dos sistemas de medicina deberían ser complementarios, ya que cada uno que superaba las insuficiencias del otro**".

En una de las corrientes de Shiatsu hubo algunos terapeutas paramédicos que formaron la Asociación de Terapeutas de Shiatsu en 1925 para diferenciarse de los "masajistas", que daban "masajes relajantes", empezando así a separar las connotaciones que la palabra masaje podía conllevar en occidente.

Características y efectos del Shiatsu

Diagnóstico y terapia combinados:

Cada aplicación de presión de Shiatsu por un experto, es en sí, un diagnóstico que permite tratar al paciente de acuerdo con las condiciones de su cuerpo, determinando de inmediato el tratamiento a emplear.

Método Natural. Utiliza sólo las manos y los dedos:

Para la aplicación de Shiatsu, no se precisa de instrumentos mecánicos, ni de productos químicos, cremas o aceite. La terapia Shiatsu se basa en la presión con los dedos y las manos sobre la superficie del cuerpo y no utiliza percusión, amasamiento, fricción, etc. La presión se aplica de forma gradual de modo que penetra en el interior del organismo y produce efectos beneficiosos en los sistemas fisiológicos.

Sin efectos secundarios:

Los puntos a tratar, la intensidad, frecuencia y ritmo en cada sesión se gradúan de forma personalizada y de acuerdo al objetivo a conseguir. Por lo tanto, la aplicación del Shiatsu no se ve acompañada de sensaciones desagradables, ni produce efectos secundarios.

Sin límites de edad:

El Shiatsu puede aplicarse a cualquier edad, desde niños hasta ancianos. En los jóvenes, ayuda a fortalecer el cuerpo y en las personas adultas, previene e impide las enfermedades y el envejecimiento.

Sirve como barómetro de la salud:

Aplicado con asiduidad, el Shiatsu ayuda a detectar las irregularidades corporales, impide la acumulación de fatiga y previene la aparición de enfermedades. Consigue, en definitiva, que la persona conozca mejor su cuerpo y aprenda a cuidarlo.

Trata todo el cuerpo:

El Shiatsu es más efectivo porque trata todo el cuerpo. El tratamiento localizado puede tener efectos temporales, pero no llega a conseguir una cura completa. Muchas veces, la causa del dolor, no se encuentra donde éste se manifiesta. El Shiatsu trata todo el cuerpo y después las localizaciones que muestran síntomas patológicos, ésta es la forma más efectiva de eliminar el dolor, sus causas y manifestaciones.

El tratamiento de Shiatsu puede ser de gran ayuda en la Osteogénesis Imperfecta (defecto en la producción del colágeno que ocasiona fracturas repetidas por traumatismos mínimos.) ya que trabaja sobre todos los sistemas fisiológicos mejorando su funcionamiento y equilibrando del organismo en general.

Los efectos expertos de Shiatsu son los siguientes:

- Músculos, tono muscular idóneo:

La presión de Shiatsu, aplicada desde la superficie, penetra en los músculos, flexibilizándolos y haciendo mejorar su nutrición, estimula la circulación de la sangre y la linfa y desentumece los tejidos. Así, se consigue una mayor y mejor capacidad de contracción y extensión de los músculos y se facilita el movimiento de las articulaciones, con la consecuente amplificación tanto de la potencia, como resistencia muscular.

- Sistema óseo, fuerte y flexible:

El Shiatsu aplicado sobre el cuerpo, produce la estimulación de la circulación y el flujo de nutrientes, mejora el suministro de calcio y otros nutrientes esenciales para la buena salud y la prevención de enfermedades degenerativas. Como el Shiatsu, flexibiliza los músculos, ayuda a evitar las curvaturas patológicas de la columna, la degeneración de los discos intervertebrales, facilita el movimiento de las articulaciones, previene deformaciones, artritis y dolor articular, favorece el retraso de la descalcificación ósea

- Sistema circulatorio.

El Shiatsu mejora la circulación de cualquier parte del cuerpo, es especialmente importante en personas cuyas piernas o brazos se encuentran debilitados por la inactividad resultante de trabajos estáticos: oficinistas etc. La aplicación regular de Shiatsu, hará llegar a todos los músculos y órganos la cantidad y calidad de sangre necesaria para el desarrollo óptimo de sus funciones.

- Sistema respiratorio:

Con la aplicación periódica de Shiatsu se consigue un aumento y mejora de la elasticidad pulmonar, favorecer la oxigenación de la sangre y aumentar la capacidad de ventilación. También se mejora la movilidad del diafragma disminuyendo así el esfuerzo respiratorio.

- Sistema nervioso, el equilibrio:

El Shiatsu previene la acumulación de fatiga y mantiene los nervios alerta, facilita así la transmisión de información al cerebro y el envío de órdenes. Aplicado sobre la espalda, regula y equilibra el sistema nervioso autónomo, consiguiendo que las funciones que el ser humano no controla voluntariamente como la digestión etc., se armonicen y funcionen más eficazmente. El Shiatsu aplicado con regularidad, restaura el equilibrio entre el cuerpo y la mente, proporciona bienestar al individuo, aumenta la coordinación neuromotora.

- Sistema Digestivo:

El Shiatsu aplicado en la región abdominal regula las funciones del sistema digestivo, mejora la asimilación del alimento, mantiene el equilibrio nutricional e incrementa el vigor y hace así posible la acumulación de energía en el cuerpo. La aplicación de Shiatsu en el abdomen ayuda a los órganos a funcionar con regularidad.

- Sistema endocrino, preservación del equilibrio químico del organismo:

La aplicación regular de Shiatsu, mantiene el equilibrio hormonal del cuerpo. Controla el metabolismo, regula el aparato reproductor y mejora las funciones sexuales, estimula la secreción de insulina y mantiene el equilibrio entre los componentes de la sangre.

- Piel, hidratada y tersa

El Shiatsu estimula la circulación de los capilares en los tejidos cutáneos, activa las células dérmicas y vigoriza la secreción de las glándulas sebáceas. De este modo consigue mantener una piel hidratada, tersa, flexible y suave. Al mismo tiempo, vigoriza la superficie de la piel, estimulando la secreción de las glándulas sudoríparas y la eliminación de desechos por medio de ellas.

¿Porque alivia el Shiatsu?

A pesar de no ser propiamente medicina, puede ayudar a mejorar ciertos trastornos o prevenir que se repitan o que aparezcan nuevos, si la persona que es tratada, atiende no solo los consejos del terapeuta sino también un cambio interno de toma de conciencia su calidad de vida mejorara.

La presión aplicada en determinados puntos o tsubos, estimula los poderes naturales del cuerpo en los procesos de recuperación a través del sistema nervioso parasimpático.

Mejorara todo el organismo y la calidad de vida. Activa la circulación, equilibrando el sistema nervioso y reestructurando la zona ósea y muscular.

Este tipo de masaje terapéutico, busca el equilibrio perdido y después en el compromiso consigo mismo de mantener su organismo y su mente en estado armonioso para no enfermarlo.

De esta manera el cuerpo va encontrando la manera idónea para equilibrar el Sistema Nervioso y reduciendo notablemente el estrés.

La tensión produce bloqueos y congestiones en la actividad física, mental y emocional.

Los Masajes dan al cuerpo un aumento de energía física desbloqueando las tensiones, activando la circulación, drenando grasas y toxinas.

El organismo una vez desintoxicado dispone de mayor espacio para realizar los procesos dinámicos, pudiendo absorber, almacenar y utilizar mayor cantidad de energía vital.

De esta manera el Sistema Inmunológico comienza a funcionar normalmente elevando las defensas del cuerpo y brindando un equilibrio en todo el organismo.

Al lograr estar relajado se está más abierto y optimista. El organismo responde con su capacidad innata de sanar, poniendo nuestra vida en un estado más adecuado.

Disminuye la fatiga, elimina el ácido láctico y el dióxido de carbono, que, al acumularse en los tejidos causa la contractura muscular y la disminución del riego sanguíneo.

La acumulación de estas sustancias tóxicas, provoca trastornos en nervios y vasos linfáticos y sanguíneos.

Todo esto causa trastornos en órganos, glándulas de secreción interna y esqueleto.

Al disminuir la concentración de las toxinas, se restaura la flexibilidad corporal y se alivia el dolor.

Existen numerosos puntos o tsubos en el cuerpo relacionados con el funcionamiento de vasos y órganos, el Shiatsu está íntimamente ligado a estos puntos, cuya cantidad varía de acuerdo a los distintos sistemas, algunos proponen una cantidad de 660 tsubos, otros 1200 y algunos muchos más, y se ubican donde se unen o separan vasos sanguíneos, linfáticos, nervios o conductos excretores de las glándulas.

Su práctica regular provoca:

Acciones principales

Revitaliza la piel, ayuda a eliminar toxinas y a regenerar la dermis.

- Le devuelve finura y elasticidad.
- Mejora la dinámica humoral.
- Aumenta y mejora el retorno de la linfa.
- Mejora y regula el sistema endocrino.
- En la sangre, incrementa el número de rojos y linfocitos.
- Armoniza el sistema nervioso autónomo y se reactivan en cierta medida los nervios dañados
- Trata problemas de columna (cervicalgias, dorsálgias, lumbálgias, etc.) neuralgias, circulación, artrosis, hipertensión, así como colabora también en ciertos padecimientos psicosomáticos.

Acciones secundarias

- Optimiza el sistema inmunológico
- Metabolismo, aumenta la filtración renal.
- Órganos, actúa en todo el aparato digestivo mejorando sus funciones.
- Tejido adiposo, disminuye los depósitos de grasa.
- Músculos, desarrollan masa, fuerza y capacidad de movimiento.
- Mente, estimula el bienestar, mejora el reposo y la relajación durante el sueño.
- Actúa como liberador de endorfinas, noradrenalina, etc.
- Mejora y elimina las contracturas provocadas por malos esfuerzos y posturas viciosas, logrando corregir posturas músculo esqueléticas.
- Colabora en la liberación de memorias almacenadas en el cuerpo.

A menudo el terapeuta o practicante propone ejercicios, recomienda acciones posturales, respiratorias, etc. Esta técnica es una forma de ejercicio pasivo que compensa la falta del mismo al recibirlo en forma regular.

Es un método natural sin efectos secundarios que apoya cualquier tipo de tratamiento, puede utilizarse solo o en forma interdisciplinaria puesto que al lograr un cuerpo relajado, activar las funciones corporales, y lograr mayor control del estrés y la ansiedad así como el reposo, mejora la calidad de vida.

Otros beneficios

- 1- Actúa sobre todo el sistema osteoartículo muscular, ya que a través de su acción sobre músculos, tendones, ligamentos y fascias da elasticidad a los músculos liberándolos de tensiones acumuladas y, por lo tanto, corrige posturas mejorando el tono, re-alineando segmentos corporales, etc.
- 2- Vitaliza la piel porque mejora la circulación ya que actúa tanto sobre la micro circulación como sobre la gran circulación, favoreciendo el retorno de sangre venosa al corazón. Por esto se utilizan sus efectos terapéuticos en estética facial y corporal porque disminuye la aparición de arrugas.
- 3- Estimula la circulación de líquidos corporales, sistema linfático y hormonal y la eliminación de toxinas.
- 4- Regula el funcionamiento de los órganos internos.
- 5- Regula la actividad del Sistema Nervioso Autónomo y promueve su relajación, logra recuperar la memoria muscular idónea.
- 6- Estimula el poder de autorregulación del organismo ayudando a mantener un estado de buena salud, previniendo la aparición de diversas dolencias, y colaborando en la terapia de distintas enfermedades.
- 7- Trata diversos desórdenes: insomnio, estrés, agitación, nerviosismo, cefaleas, migrañas, dolores de cuello, espalda, cintura, dolores articulares en general, tensiones musculares, desórdenes menstruales, trastornos gastrointestinales, respiratorios, urogenitales, circulatorios

Correcto uso de las manos

Las manos

Nuestros dedos poseen una gran cantidad de receptores o terminaciones táctiles muy sensibles y que perciben al tacto las sensaciones de dolor, calor y frío (estos receptores son: corpúsculos de Meissner – tacto, de Pacini – presión, de Krause – frío, de Ruffini – calor, y las terminaciones libres – dolor, etcétera) estos receptores también están en todo el cuerpo pero su mayor concentración es en las manos.

Los pulgares

En Shiatsu utilizamos las palmas y los dedos, pero en mayor medida los pulgares por las ventajas de los mismos.

1. Los pulgares tienen la pulpa de la tercera falange más grande que los demás dedos y los receptores están más repartidos lo que les da mayor sensibilidad.
2. Tiene mayor radio de acción y tiene mayor capacidad de movimientos.
3. Son más sólidos, estables y se adaptan mejor a la técnica de presión.
4. El constante uso de los pulgares les da mayor sensibilidad.

Las presiones

Varían de acuerdo a la zona del cuerpo a tratar y al estado del receptor.

En Japón existen varias escuelas y las técnicas y el orden de las sesiones difieren, pero debemos asegurarnos de ejercer la presión correcta a fin de evitar lesiones traumáticas ya que la presión puede causar daños como si fuese un golpe profundo.

1. Presión perpendicular
2. Presión progresiva
3. Después del tiempo requerido 3 – 5 – 7 segundos, retirar despacio la mano de la piel.

Para obtener eficacia en el Shiatsu es necesario entender que esta manera correcta de presión constituye la base de sus técnicas, así como la postura correcta del cuerpo, de la flexibilidad del terapeuta, de las manos y del pulgar.

- La aplicación de la presión más utilizada es aquella en la que se ejerce la presión en forma gradual y se sostiene entre 5, 7 y 10 segundos, hasta unos 5 a 7 Kg. ,tras lo cual se retiran los pulgares, dedos o palma de la misma manera.
- La presión concentrada se realiza habitualmente con los pulgares superpuestos para zonas particularmente endurecidas pero teniendo en cuenta la presión a ejercer, tiempo y velocidad para no provocar daños.
- La presión sostenida es mayormente ejercida con la palma de la mano y requiere una buena técnica para poder trabajar con la totalidad y no con la base únicamente, uno de los trabajos de palma es en la zona abdominal o sobre la zona de los órganos internos donde el cuidado debe ser mayor.

Con esto se evita lastimar ya que la penetración es muy profunda y considerando el área tan pequeña puede compararse con un golpe de arte marcial y puede provocar rotura o fisura en una costilla o músculos.

Pulgares

La presión que se aplica con los pulgares es la más importante, pueden utilizarse individualmente o juntos. Cuando se usan juntos pueden ser yuxtapuestos, opuestos o superpuestos.

Uso de dos o tres dedos

La presión con tres dedos se utiliza en cara y abdomen y en automasaje en zonas como omoplatos, abdomen, temporal, etc.

Palmas

Las presiones se efectúan con la totalidad de la palma de la mano, se puede utilizar presión con una sola, con dos cruzadas, con dos superpuestas, puede utilizarse en la espalda, cabeza, abdomen.

Pulgares y cuatro dedos

Las presiones ejercidas de esta forma deben ser parejas y se usan en los tobillos, piernas, brazos y cuello, con la totalidad de los mismos para evitar presiones demasiado fuertes aplicadas con las puntas de los dedos.

Contraindicaciones

1. Enfermedades contagiosas, osteomielitis, ictericia, diarrea contagiosa, tos ferina, sarampión, fiebre amarilla, malaria, fiebre tropical, etc.
2. No tratar pacientes con trastornos internos, cardiacos (con o sin marcapasos), hepáticos, pulmonares o del riñón.
3. No tratar pacientes con predisposición a hemorragias internas debidas a estímulos externos o fragilidad capilar, purpúrea, hemofilia, ulcera de estomago, duodenales o con sarcoma.
4. No tratar pacientes con sarcomas o cáncer.
5. No tratar pacientes que estén con fractura ósea reciente ni con espasmos intestinales.
6. No tratar patologías terminales (cáncer – sida, etc.)
7. No tratar postoperatorios principalmente de columna vertebral y otros.

Reglas a tener en cuenta (Precauciones)

1. Las manos deben estar limpias y lavarse con agua fría hasta los codos después de cada sesión.
2. Regular nuestro estado interno antes de cada sesión, en caso de no estar en buena forma no realizar el trabajo, por respeto al paciente y a nosotros mismos.
3. Movilizar constantemente nuestras articulaciones obteniendo así un flujo constante de la energía.
4. Ubicarnos en la postura correcta dado que en mala postura podemos no tener una presión pareja, efectiva, y podemos lastimar o lastimarnos ya que la energía que circula lo hace por paciente y terapeuta.
5. Ejercer siempre presiones suaves y firmes, sin exceso tanto en las palmas como en los dedos.
6. No presionar bruscamente ni soltar de la misma manera para evitar lesiones, no presionar con fuerza los puntos indicados para hacer con suavidad ya que suelen ser muy sensibles y dolorosos.
7. No mover los dedos sobre el cuerpo buscando el punto, para no causar malestar o dolor.
8. No aplicar inmediatamente después de las comidas ni en ayunas.
9. La duración de la sesión es como máximo de 45 minutos.
10. Trabajar siempre en apoyo y combinación de tratamientos médicos, sean estos alopáticos o naturales (alternativos), y con diagnostico medico.

11. “Recordar que solo un especialista experimentado puede tratar patologías complejas”

CAPITULO

V

Las Preguntas

El terapeuta debe consultar al paciente todo lo referente a su molestia para que pueda interpretar adecuadamente los síntomas que le describirá, preguntas desde lo personal a lo referido a su entorno, tipo de trabajo, en que condiciones esta el auto si tiene, si hace o no actividad física y cual, como duerme, posturas, etc.

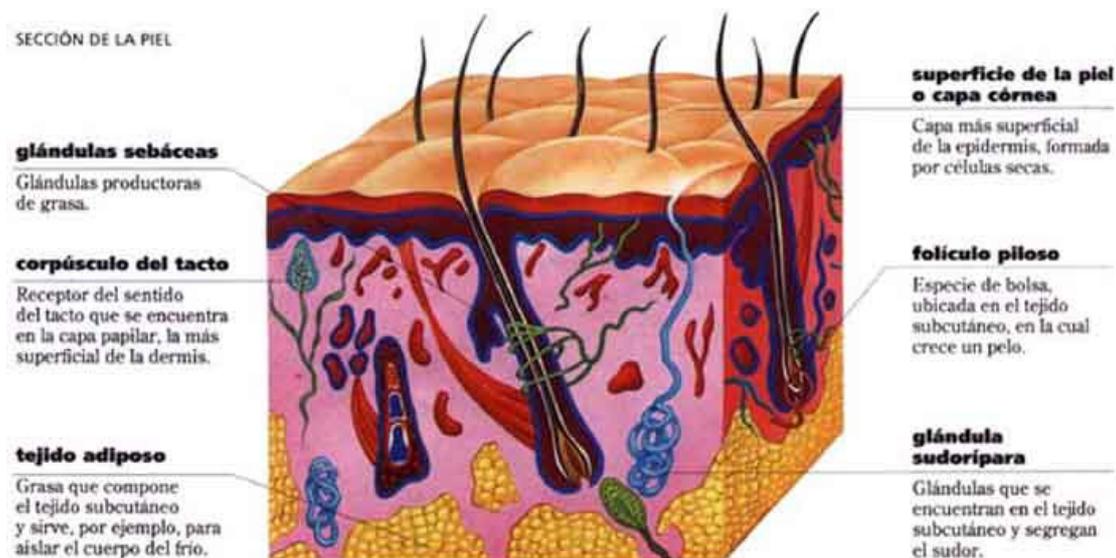
Es indispensable conocer todas las características específicas respecto a las molestias.

Localización: de sus molestias, su eventual extensión a otras partes del cuerpo, el cambio de lugar (por ejemplo, del lado izquierdo al lado derecho), su carácter (difuso o circunscrito).

Descripción de los síntomas: que describa lo que siente de la manera más sencilla posible. Si se trata de un dolor, a qué se parece: tirón, desgarro, corte, dolor de costado, pinchazo (como de insecto, de aguja, de astilla), puñalada, ardor o quemadura, presión, sensación de agujetas o moretón, pellizco, punzada, sacudimiento, toque o descarga eléctrica, pulsación o palpitación, dolor sordo, etc., también el modo (gradual o súbito) de aparición y desaparición de las molestias.

Factores desencadenantes: Si es posible, que trate de identificar el factor desencadenante. ¿Como empezó? ¿Si ha notado que los síntomas aparecen en caso de condiciones meteorológicas particulares, tras un periodo de agotamiento o después de algún esfuerzo determinado? ¿Se presentaron las molestias después de un accidente, una enfermedad, una operación o una emoción muy intensa (duelo, miedo, fracaso)? etc.

La Piel



La piel, órgano vivo

Trabaja también en la elongación de nuestro órgano mas grande, la piel, que contiene a los demás órganos y suele estar tensa, contracturada y mal irrigada.

La piel no es sólo una capa protectora, es un órgano con múltiples funciones. Al igual que todos los órganos de los sentidos es una prolongación de nuestro sistema nervioso. Cuando comienza a desarrollarse el embrión dentro del vientre materno, está formado por tres capas. De la más externa de ellas surge y se desarrolla el sistema nervioso, los sentidos y la piel. La piel nos permite sentir y percibir el mundo de muchas maneras, por algo el tacto es el primero de los sentidos en la evolución del cuerpo humano y el más completo al nacer. Se reconoce igualmente cada vez más la función de la piel como "glándula" que actúa regulando a todos los tejidos del cuerpo.

La piel es también la frontera con el exterior, de la piel hacia dentro soy yo, de la piel hacia fuera son los demás, y las alteraciones en las relaciones humanas se reflejan con frecuencia como enfermedades de la piel. Muchas de ellas mejoran con la exposición al sol. El sol da vida a nuestra piel y a través de ella al organismo todo. La piel recibe la luz y la envía a todas las células.

La piel es un tejido delgado y resistente que recubre todo el cuerpo, proporcionándole una cubierta protectora e impermeable. Es muy fina en algunos puntos, como los párpados (0,5 mm de espesor), y más gruesa en las palmas de las manos y las plantas de los pies (hasta 5 mm de espesor).

La piel se compone de tres capas superpuestas: la epidermis, la dermis y el tejido subcutáneo.

La epidermis es la cobertura más exterior. Presenta una capa córnea, más superficial, formada por células secas que se convierten en una sustancia dura, la queratina. Una capa más profunda, la capa mucosa o de Malpighi, está formada por células que se renuevan de forma constante y reemplazan las células de la capa córnea.

La dermis también presenta dos capas: la capa papilar, con numerosos vasos sanguíneos y nervios, y la capa reticular, en donde se encuentran las glándulas sebáceas, productoras de sebo o grasa, y los receptores táctiles de las terminaciones nerviosas: los corpúsculos de Vater - Pacini, Ruffini, Meissner y Krause, que permiten percibir el calor, frío, presión, forma, movimiento y demás estímulos táctiles externos. Estas terminaciones nerviosas son más numerosas en determinadas zonas de la piel, como la punta de la lengua y las yemas de los dedos, lo que las hace más sensibles.

El tejido subcutáneo es la capa más profunda de la piel. Es una especie de "colchón", compuesto por un tejido adiposo o grasa, que aísla el cuerpo del frío, lo protege de los golpes y almacena reservas de energía del organismo. En él se encuentran las glándulas sudoríparas, que segregan el sudor, y numerosos folículos pilosos, en cada uno de los cuales nace un pelo.

Receptores versátiles: dolor, presión, frío, calor...

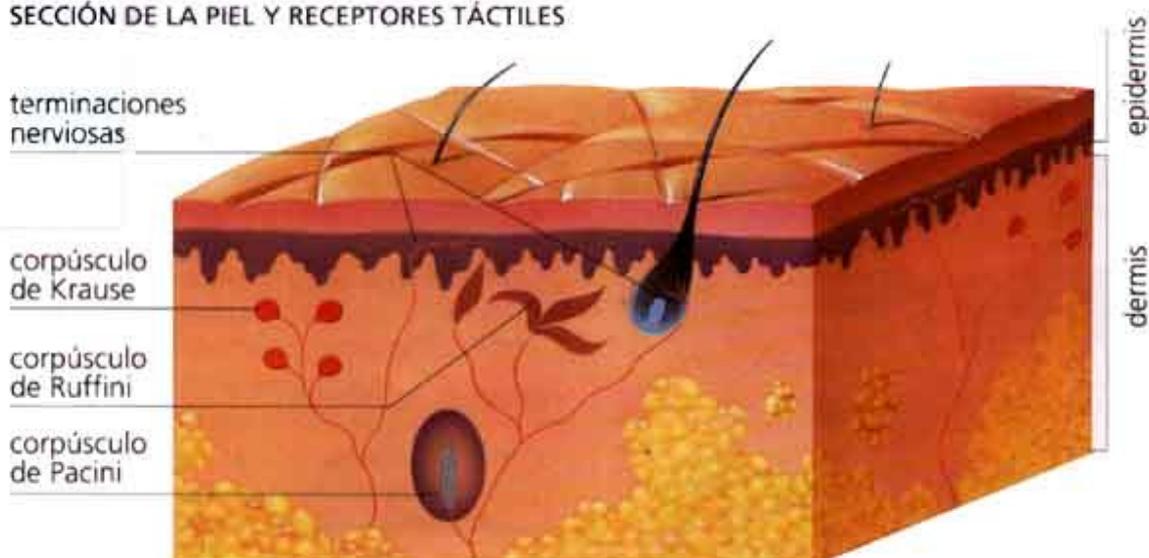
Los receptores táctiles permiten que el cerebro no sólo identifique la naturaleza de un estímulo (presión, calor...), sino que también localice el lugar exacto donde se ha producido.

Hay varios tipos de receptores táctiles:

Lo Corpúsculos táctiles: pueden ser terminaciones nerviosas libres o terminaciones nerviosas encapsuladas.

Son sensibles al contacto porque los pelos, al rozar con los objetos, estimulan las terminaciones sensitivas.

SECCIÓN DE LA PIEL Y RECEPTORES TÁCTILES



Las libres también se encargan de percibir las sensaciones de dolor, ya que son muy abundantes en la piel (170 por cm²).

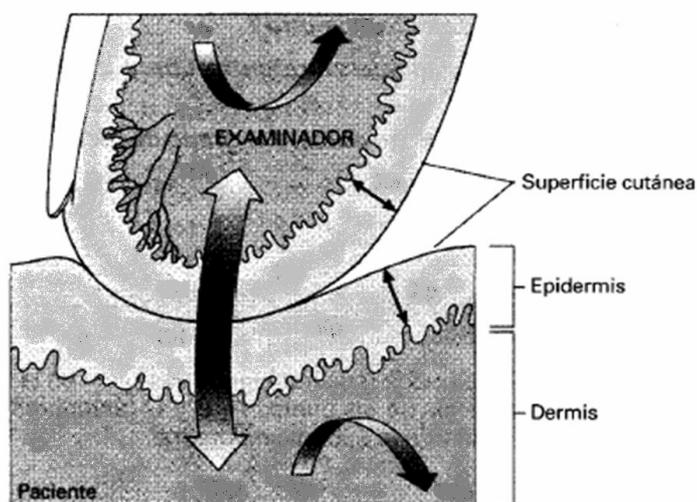
Corpúsculos de Meissner: sensibles al contacto, son muy abundantes en las yemas de los dedos y en la punta de la lengua. Nos permiten saber la superficie y la extensión de los cuerpos.

Corpúsculos de Vater-Pacini: están en la parte más profunda de la dermis y son sensibles a las deformaciones de la piel, es decir, a las fuerzas ejercidas sobre ella.

Corpúsculos de Krause: están en la superficie de la dermis y son sensibles a las bajas temperaturas, por lo que a ellos se debe la sensación de frío.

Corpúsculos de Ruffini: se localizan a mayor profundidad que los corpúsculos de Krause y son sensibles a los aumentos de temperatura, por lo que se encargan de la sensación de calor. Al no ser tan numerosos, la sensación de calor se percibe más lentamente que la sensación de frío. Este es el motivo por el cual puede ser bastante fácil que te quemes al sol si no actúas con precaución.

El Arte de la Palpación



La palpación no se aprende leyendo, viendo o escuchando, solo se aprende palpando.

Si el terapeuta tiene conocimientos básicos de anatomía y fisiología colabora, pero lo mejor es el conocimiento corporal desde la funcionalidad del mismo, es decir no solo del cuerpo del otro sino de uno mismo.

Es necesario destacar que debemos distinguir entre lo que estamos palpando, lo que realmente sentimos y como interpretamos la información obtenida.

Para un buen profesional es fácil sentir porque existe en el un distanciamiento del proceso de valoración.

Una mente abierta es vital en la tarea de aprender la capacidad de palpar, los que presentan "rigidez" suelen tener dificultades para poder sentir sensaciones e impresiones. Los que poseen un enfoque más abierto y ecléctico (Que tiene capacidad o aptitud natural para la síntesis) suelen confiar más fácilmente en ellas.

La palpación constituye la base de cualquier técnica manual terapéutica, facilita el diagnóstico por la información que nos proporciona.

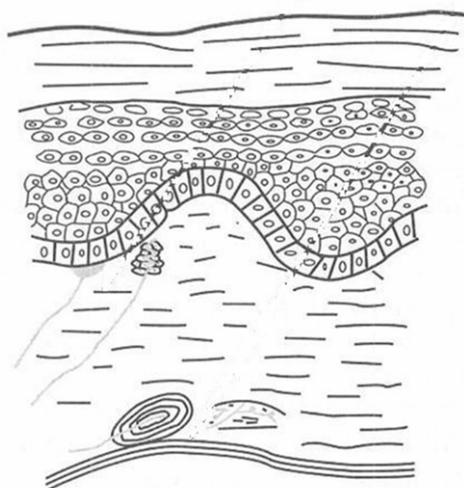
La importancia de lo que se siente al palpar mediante cualquiera de los métodos posibles no siempre resulta obvia de forma inmediata. A pesar de todo, esta frontera que separa al individuo del mundo exterior es una fuente potencial de información de suma trascendencia.

El contacto con la persona rompe rápidamente las barreras emocionales y de resistencia, el contacto físico ofrece un privilegio y una oportunidad únicos, es de gran ventaja para los trabajadores corporales ya que prestan atención tanto a la mente como al físico de sus pacientes.

La superficie corporal refleja íntimamente el estado de la mente, alterando sus propiedades eléctricas y físicas palpables.

La piel contiene cerca de 750.000 receptores presentes en una densidad variable según las regiones, desde 7 a 135 por centímetro cuadrado.

La piel no está más alejada del cerebro que la superficie de un lago de sus profundidades, ambos son ubicaciones diferentes de un medio continuo. La distinción entre “periférico” y “central” es meramente espacial y resulta más nociva que beneficiosa si nos induce a olvidar que el cuerpo desde las puntas de los dedos de las manos, de los pies, desde cada parte del mismo es una unidad funcional única hasta el cerebro.



Según la profundidad de la presión se estimulan diferentes tipos de receptores:

- Merkel,
- Meissner,
- de Rufini,
- de Pacini

“Tocar la superficie es remover las profundidades”

Si bien la visualización de los objetos se realiza a través de un medio interpuesto (atmósfera u otro material transparente), a los principiantes les suele resultar incómodo la idea de palpar a través de la ropa, la necesidad de proyectar el sentido del tacto a diferentes distancias a través de medio interpuesto suele parecer místico o esotérico.

Cuando alguien palpa aun sobre la superficie de la ropa dependiendo de la sensibilidad aprendida y sostenida, la información alcanza el sistema nervioso central.

Aprender a “confiar en las manos” no es una tarea fácil, la mente no debe interferir mientras se palpa en busca de cambios sutiles en el cuerpo que se está explorando. La actitud empírica ayuda a no cuestionar las percepciones que llegan al cerebro desde las manos, “no criticar antes lo que se siente”, si lo hace nunca se aprende a utilizar las manos eficazmente como los instrumentos diagnósticos y terapéuticos de alta sensibilidad que de hecho son.

“Aceptar como real lo que se siente”

La mano humana está equipada con numerosos instrumentos capaces de percibir la temperatura, la textura, la humedad, y para penetrar y detectar en profundidad. Además la mano está diseñada para identificar movimientos insignificantes que solo se pueden detectar mediante dispositivos electrónicos sensibles, esto amplía el arte de la palpación mas

allá de las diversas modalidades táctiles hacia el campo de la propia percepción, dentro de nuestro propio sistema muscular.

Las almohadillas de los dedos son las más sensibles para la discriminación táctil fina, que requiere un toque suave. Las superficies dorsales son más sensibles para los cambios de temperatura, las superficies palmares de las articulaciones metacarpofalángicas son más sensibles a los procesos vibratorios, el centro de la palma permite reconocer formas más groseras.

Se enseña a palpar generalmente con las puntas de los dedos, pero el toque sutil y profundo que proporciona una práctica corporal por ejemplo: el aikido, que anima a palpar y sentir con toda la mano, el brazo, el estómago o cualquier parte del cuerpo que se ponga en contacto con el otro cuerpo, y eso colabora eficazmente con quienes trabajan en la terapia manual.

La idea es mezclar la zona palpadora de su cuerpo con el cuerpo que se está explorando y sentir y ver con ella.

Cuando se logra esta combinación, la zona palpadora de su cuerpo siente lo que pasa en el otro cuerpo, mezclándose y sincronizando desde cualquier lugar.

Sus propioceptores son aquellos receptores sensitivos localizados en los músculos, tendones y aponeurosis que le dirán que está ocurriendo sin utilizar sus ojos y su cerebro.

Si se cambia la presión con la que se sujeta un lápiz, enseguida se descubre que no se puede escribir, la presión ejercida para mantener el lápiz debe ser constante para así poder extender su percepción hasta la punta del lápiz y controlar la complicada tarea de escribir.

Un buen artesano lo sabe por instinto, el sentido del tacto de un carpintero se extiende hasta los dientes de la sierra, el cirujano hasta el filo del bisturí y el artista hasta la punta del pincel. Se trata entonces de proyectar nuestro sentido del tacto más allá de nuestro ser físico, al hacerlo, cruzamos la delicada frontera entre uno mismo y el resto para, explorar, aprender y en último término, ayudar.

La lista de lo que podemos palpar es amplia, algunos que podemos citar:

- Superficial/profundo
- Blando/duro
- Caliente/frío
- Húmedo/seco
- Doloroso/indoloro
- Local o circunscripto/difuso o generalizado
- Relajado/tenso
- Hipertónico/hipotónico
- Normal/anormal

También las anomalías pueden ser: agudas, subagudas o crónicas

En general

1. Las afecciones agudas hacen referencia a las últimas semanas
2. Las subagudas entre 2 y 4 semanas
3. Las crónicas más de 4 semanas

Es útil combinar la información obtenida con la del paciente para confirmar la exactitud o inexactitud del hallazgo, palpar parece algo relativamente simple, a pesar de ello hay muchos libros que la mitad del texto hace referencia al tacto como Light Touch Palpación in Visceral Disease (Palpación mediante tacto leve en la patología visceral) de Pollenger. Acariciar es una forma de percibir textura, vibraciones, etc.

Las palabras “más firme” y “penetrar en profundidad” si se interpretan de forma excesivamente literal pueden llevar a una palpación “contraproducente”, si estas recomendaciones

comportasen un aumento notable de la presión aplicada podría dar lugar a dos situaciones negativas.

- Retracción defensiva de los tejidos palpados, lo que tensaría la musculatura superficial y dificultaría la exploración o invalidaría la interpretación.
- Reducción de la sensibilidad de quien palpa por la presión ejercida lo que afecta directamente en la percepción.

La yema del pulgar es una extensión de nuestro sistema nervioso ya que esa información la recibe nuestro cerebro, lo que lleva al paciente a sentir que no es mecánico nuestro método sino una respuesta íntima a sus necesidades.

Independientemente del dedo con el que se establece el contacto, es importante que la mano y el brazo permanezcan relajados durante el trabajo.

Si los músculos del antebrazo están tensos o si los dedos que constituyen una palanca están rígidos, el gasto energético será desmesurado, el brazo se cansará rápidamente, se perderá el control y la percepción del paciente será ruda en lugar de suave. La percepción durante el proceso estará mermada si no se mantiene todo el tiempo una relajación activa.

Anomalías funcionales

Las principales anomalías de la función músculo esquelética es la contractura muscular y el bloqueo articular, dichas anomalías son más funcionales que estructurales y por tanto reversibles.

Cuando los músculos se vuelven hipertónicos inhiben a sus antagonistas, lo que empieza como una simple restricción del movimiento en una articulación puede conducir al desarrollo de desequilibrios musculares y de cambios posturales.

Cuando el tono del músculo aumenta durante un tiempo más o menos prolongado se genera un cierto grado de irritación local debido a dos factores:

1. Aporte insuficiente de oxigenación de los tejidos por el aumento de tono y la demanda.
2. Por la incompetencia relativa del drenaje y de la eliminación de los productos de desecho metabólicos.

Esta combinación provoca primero fatiga, luego irritación y en ocasiones inflamación, que sería la fase aguda de la respuesta corporal a cualquier elevación persistente del tono.

En esa etapa, la molestia es probable y el dolor posible, lo que generan un círculo en el cual podría aumentar generando más dolor.

La palpación en estos procesos es de suma importancia ya que nos permite distinguir entre algo puramente funcional a lo visceral.

CAPITULO

VI

¿Que es el Shiatsu tradicional?

Su creación original

El Shiatsu fue desarrollado por el maestro Tokujiro Namikoshi siendo reconocido a nivel popular y gubernamental, y a él se le reconoce como el padre del Shiatsu. Y aunque muchos de sus discípulos desarrollaron su propia forma de Shiatsu que se han llegado a conocer por todo el mundo, el Shiatsu original se conoce muchas veces como "Shiatsu Namikoshi" para distinguirlo de las derivaciones surgidas de él.

Es una terapia que tiene el concepto de la medicina oriental, pero su creador no era un experto en ninguna practica como, amma, acupuntura, kuatsu, terapia kampo y otras al momento de fundarlo, se baso en sus teorías y filosofías pero no en sus practicas, es una terapia que nace aproximadamente en el año 1920, en 1940 crea la Escuela de Shiatsu que luego paso a ser conocida como "Colegio Japonés de Shiatsu". y recocida oficialmente en el año 1955

Su metodología no guarda relación con ninguna otra forma de masaje.

Las técnicas derivadas del shiatsu de Namikoshi y sus teorías

En Japón se dictan seminarios sobre Shiatsu siendo la mayoría de estos organizados por estudiantes graduados por el Colegio Japonés de Shiatsu, quienes aprendieron Shiatsu directamente con el maestro Tokujiro Namikoshi.

En muchos casos, estos seminarios tienen mucho éxito no sólo en Japón sino por todo el mundo. Un buen ejemplo es el Shiatsu Zen creado por el difunto Shizuto Masunaga. Sin embargo, las técnicas enseñadas en estos seminarios no son reconocidas como tratamiento Shiatsu de acuerdo a la regulación gubernamental.

Si una persona obtiene un certificado de asistencia a un seminario, no serán reconocidos por el gobierno para ser terapeutas profesionales de Shiatsu. Las técnicas enseñadas en estos seminarios se llaman "Shiatsu Derivativo" para distinguirlos del Shiatsu original enseñado en la escuela la cual está registrada en el Ministerio de Salud de Japón.

Las siguientes son las derivaciones del original: (ninguna esta reconocida oficialmente, salvo la escuela de Namikoshi)

- **Shiatsu Tsubo**
Algunas de las escuelas enseñan Shiatsu Tsubo en el curso avanzado de Shiatsu. Este curso investiga puntos Tsubo desde un punto de vista anatómico-fisiológico. Alrededor de 1980, el Dr. Hiroshi Ishizuka, (Director actual del Colegio Japonés de Shiatsu) introdujo esta teoría por primera vez en sus seminarios. En 2003, el maestro Kiyoshi Ikenaga publicó el libro "Shiatsu Tsubo" y finalmente presentó la teoría al mundo. El maestro Ikenaga estudió Shiatsu directamente con el maestro Namikoshi y se graduó en el Colegio Japonés de Shiatsu en 1986.
- **Shiatsu Keiraku (Meridianos)**
Este tratamiento de Shiatsu se basa en la teoría de MTC (Medicina Tradicional China). El maestro Tadashi Izawa publicó su libro "Meridianos y Terapia Shiatsu" en 1964. El maestro Izawa estudió Shiatsu directamente del maestro Namikoshi y se graduó en el Colegio Japonés de Shiatsu en 1946. Más tarde, se hizo instructor en el Colegio.
- **Shiatsu Zen (loh Kai)**
Esta forma de Shiatsu se derivó del maestro Shizuto Masunaga. Debido a que "Zen" es una palabra religiosa, esta forma de tratamiento no se llamaba "Shiatsu Zen" en Japón. Sigue una teoría de Meridianos propia que según dice surgen de su INTUICION, no de sus investigaciones. Por esta razón, algunos creen que esta técnica no se debería definir como "Shiatsu".

El

maestro Masunaga estudió Shiatsu directamente con el maestro Namikoshi y se graduó en el Colegio Japonés de Shiatsu en 1958.

- **Shiatsu Tao**
El maestro Ryukyu Endo introdujo esta forma de Shiatsu Derivativo. Siguió la teoría de Shiatsu Zen, pero dejó "Ioh-Kai" después de que el maestro Masunaga muriera. Esta teoría contiene prácticas religiosas y espirituales, por ejemplo recitar una oración Budista antes de la lectura. Existen varios seminarios de uno- y dos-días disponibles en Tokyo y Kyoto. El maestro Endo estudió Shiatsu directamente con el maestro Namikoshi y se graduó en el Colegio Japonés de Shiatsu.
- **Oha Shiatsu**
OHASHIATSU es una marca registrada. Esta técnica derivó del maestro Ohashi, quien no se graduó en el Colegio Japonés de Shiatsu. Él hizo un seminario de Shiatsu de tres días, impartido por el maestro Tokujiro Namikoshi cuando estuvo en EE.UU. en 1973. Este derivativo aplica menos presiones con el pulgar en el cuerpo y se enfoca más en equilibrar el cuerpo a través de la técnica "Seitai". Seitai es un tipo de estiramiento o manipulación que se hace en el cuerpo para conseguir un mejor equilibrio del cuerpo.
- **Shiatsu Macrobiótico**
Hoy en día la Dieta Macrobiótica se conoce muy bien en todo el mundo. El maestro Michio Kushi es el que desarrolló la Dieta Macrobiótica. Practica principalmente medicina complementaria la cual se basa en dieta, en acupuntura, meditación, Shiatsu y Medicina China de Hierbas. Enseñan Shiatsu Macrobiótico como parte del curso de Formación de la Carrera Macrobiótica en el Instituto Kushi (organización educativa sin fines lucrativos) en Vermont, EE.UU. El maestro Kushi no se formó en la Terapia Shiatsu en el Colegio Japonés de Shiatsu.
- **Shiatsu AZE**
Shigeru Onoda Sensei ha desarrollado entre 1983 y 2004, en base al Shiatsu Namikoshi, una técnica de Shiatsu adaptada a la constitución corporal occidental, de forma que a través de la mejora de la estructura corporal, de la presión adecuada al Kyo - Jitsu, del trabajo sobre los "puntos gatillo" y "puntos clave", ha desarrollado su técnica derivativa.

Otras derivaciones:

Barefoot Shiatsu (Shizuku Yamamoto)

Ohashiatsu® (Wataru Ohashi)

Shiatsu Macrobiótico (Michio Kushi)

Shiatsu y Movimiento (Bill Palmer)

Shiatsu Shaoyin® (M.de la Vega)

Estilos en el agua: (con un mal trabajo de sostén corporal del paciente cualquiera de ellos y un esfuerzo del terapeuta)

Jahara (Mario Jahara)

Watsu (Harold Dull)

Shiatsu tradicional

En el Shiatsu tradicional, la aplicación consiste en: practicarlo en un espacio destinado a ese fin, siguiendo la forma y tiempo estipulada, un lugar duro, que puede ser el piso con una esterilla o colchoneta.

Comenzando en ocasiones desde el cuello con la persona de rodillas o sentada en una silla, se pide que el paciente vaya adoptando posturas diferentes para el trabajo y que coordine su respiración con la del terapeuta, trabajando con una presión de menor a mayor y soltando de la misma manera en todo el recorrido de los meridianos al pasar por cada punto, con una duración aproximada de 1 hora o más.



La aplicación del Shiatsu con la finalidad de una relajación y sobre una persona sana se puede realizar de acuerdo a los sistemas y métodos de las escuelas tradicionales.



Aplicado en la faz terapéutica debería ser adaptado a la necesidad inmediata, es decir, cambiar la metodología de aplicación y de posturas propias y ajenas. Pero el terapeuta para eso debería poseer amplios conocimientos de técnicas y de su propio esquema corporal para adaptarlo al trabajo a realizar.

En conclusión:

- Se pueden seguir los pasos requeridos, cuando el Shiatsu es aplicado a una persona sana para relajación y solo se poseen conocimientos básicos.
- El tiempo de duración de la terapia debe ser para cada caso diferente, pero en general, el Shiatsu se aplica durante aproximadamente una hora, en concepto de relajación.

CAPITULO

VII

Shiatsu

Método Propio



Es una nueva forma de acceder al ser humano, a la naturaleza y al mundo que nos rodea. Todo método es un camino, un puente que se construye entre el sujeto y el objeto que se desea investigar. No captando la realidad desde conceptos fosilizados, místicos o rígidos que encorsetan al investigado. Se explora al enfermo desde el cuerpo hasta la mente, analizándose asimismo la totalidad del medio ambiente en que vive.

ORIGEN

Método que deriva de la **adaptabilidad** de diferentes sistemas terapéuticos, los principios del shiatsu de T. Namikoshi, Ankyo, Kuatsu (técnicas de judo), Osteopatía, Quiropraxia, Aikido, Biomecánica, Antropología Física, Medica, Biológica, y básicamente los avances en investigación del Sistema Nervioso Central y la importancia de la funcionalidad Muscular, pero sin compromiso ideológico o filosófico con ningún sistema o método oriental.

Su característica: ser aplicado con movimientos, presiones y tracciones, sobre grupos musculares del cuerpo, sus superficies articulares y la piel, combina las presiones, elongaciones y movilizaciones sobre puntos específicos de las superficies articulares proximales o distales de la zona o lesión a tratar o elonga y provoca relajación músculo - esquelética.

Mi trabajo con las terapias complementarias, shiatsu, ventosas, acupuntura, auriculoterapia, moxibustion, acupuntura craneana, manoterapia, etc., es aproximadamente de hace 30 años. Mi formación profesional es una síntesis de la experiencia lograda a través de la atención diaria de pacientes propios y otros derivados por profesionales de la salud.

El trabajo interdisciplinario, y sobre todo la investigación permanente en áreas del movimiento, la sólida formación que me brindo la capacitación constante, me permitió crear este método propio, buscando la efectividad terapéutica. La investigación en áreas del movimiento corporal, en distintas artes marciales, como en defensa personal, aikido, biodanza, contac improvisación, sensoperceptiva, feldenkrais, taekwondo, taichi, etc., que me han aportado un mayor control sobre mi cuerpo y el cuerpo del sujeto a tratar desde una óptica de biomecánica y funcionalidad.

Este método potencia la capacidad natural que posee el individuo para restaurar su salud, existen en el cuerpo, dependientes del sistema nervioso, receptores de dolor, frío, calor, etc., y células que ante una excitación externa se convierten momentáneamente en secretoras de opiáceos y otras en receptoras, volviendo a cumplir su función normal pasado el momento de excitación.

Si bien se tiene en cuenta algunos estudios útiles por cierto, mas bien se trata de entender a la persona en su conjunto, de manera personal y exclusiva, incluyendo el estudio el cuerpo desde la funcionalidad, la mente, el entorno, el trabajo, la familia, la estación del año, el clima local y muchos otros parámetros que configuran un determinado estado para una persona concreta, en el momento y lugar de la terapia y que puede cambiar en diferentes sesiones de tratamiento.

La eficacia de un método terapéutico depende de la precisión de su diagnóstico y aplicación correcta.

¿Qué puede solucionar?

La respuesta esta en la correcta aplicación, diagnóstico y en los límites del terapeuta y del paciente, hay síntomas y malestares que nacieron con el hombre y otros actuales ocasionados por la evolución del hombre.

En las épocas pasadas las enfermedades presentaban manifestaciones bien definidas, dado que no existía la contaminación actual.

El avance de la tecnología hizo que el hombre comenzara a enfrentar el aumento progresivo de desechos y sustancias tóxicas, los cuales promovieron la contaminación ambiental.

Los alimentos son preparados con conservantes artificiales, sustancias extrañas al organismo, que si bien aparentan ser inocuas, son perjudiciales llevando al organismo a enfermedades que la medicina ortodoxa los podría caratular como "de causa desconocida".

En el mundo de la civilización moderna el ser humano es agredido constantemente por sustancias tóxicas, motivo que tiene como consecuencia, la aparición de enfermedades con perfil multifacético.

La experiencia, me ha llevado a hacer mayor hincapié en el sistema muscular (696 músculos), dado que el sistema óseo (200 huesos, sin contar los cartílagos y los huesos sesamoideos que son huesillos no fundamentales para el movimiento), es un órgano pasivo que depende básicamente del músculo para nutrirse y para moverse, por lo tanto depende del buen estado y la funcionalidad del mismo.

En un documental de la B.B.C. se presentan casos de mujeres de entre 18 y 22 años se fracturaban, compartían la misma actividad, 8 horas de aeróbic diarias. Al dejar la actividad y hacer ejercicios de relajación, natación y yoga, donde se le permite al sistema muscular relajarse, la osteoporosis diagnosticada remitió. Esta evidencia nos permite concluir que las contracturas musculares provocaban una osteoporosis funcional.

El dolor muscular puede (y suele) manifestarse a distancia sin que exista necesariamente una conexión nerviosa entre el origen del dolor y el sitio donde se percibe. Muchas veces el dolor local no se resuelve porque no se ha buscado o encontrado el verdadero punto de origen. El dolor muscular suele ser de carácter profundo, "como si dolieran los huesos". Es común que con el tiempo la persona empiece a deprimirse ante la continuidad del dolor y la discapacidad asociada.

¿Cómo funciona? La presión digital, la manipulación articular y las elongaciones provocan el estímulo adecuado y el cuerpo reacciona. En una primera fase podemos suponer que el estímulo se obtiene por presión digital, después, la interacción homeostática de los sistemas del organismo asegura el relevo y la acción terapéutica logra su máximo alcance.

La irritación de cualquier punto del sistema nervioso puede producir alteraciones no solamente en las partes adyacentes sino también en partes remotas del organismo, promueve una mayor circulación en la zona y el resto del organismo haciendo que ese flujo mayor de sangre elimine la contractura que es acumulación de ácido láctico y genera dolor.

OBJETIVOS

1. El equilibrio estructural.
2. El equilibrio energético.
3. El equilibrio bioquímico.
4. El equilibrio cráneo-sacral.
5. El equilibrio emocional.
6. El balance muscular.

QUIÉNES PUEDEN RECIBIRLO

Cualquier persona que desee mejorar su calidad de vida. Es aplicable a, niños, adolescentes, adultos, ancianos, embarazadas. Hombres y mujeres sufren hoy por estrés, posturas indebidas, cambio climático, son a veces malestares que si bien no llegan a ser una enfermedad en si ya que en ocasiones no hay nada que los justifique, condicionan e invalidan para el pleno desarrollo de las actividades laborales o sociales.

Información adicional

Podemos describir el método como una forma de manipulación que permite actuar de ser necesario, sobre los planos musculares más profundos, donde otras técnicas se ven imposibilitadas de llegar, brindando excelentes resultados a nivel, óseo, muscular, orgánico, mental y en la recuperación de la movilidad articular y el tono muscular idóneo.

Trabaja también en la elongación de nuestro órgano mas grande, la piel, que contiene a los demás órganos y suele estar tensa, contracturada y mal irrigada.

Respetando siempre la biomecánica del cuerpo, esta movilización tiene la característica de poder ser modificada en su amplitud de aplicación, es decir se puede adaptar al rango articular de cada persona en particular, permitiendo aflojar paso a paso la microadherencia de algún tipo de lesión y restablecer la flexibilidad de la zona tratada.

De este modo logramos en primer lugar resolver cuadros de contracturas reiteradas o disminución de la flexibilidad articular causada por longevidad, enfermedad, sedentarismo, y además trabajar sobre los procesos de estrés.

Las presiones, movilizaciones y elongaciones se ejecutan teniendo en consideración el movimiento natural del cuerpo, registrándose una marcada mejoría, reduciendo al mismo tiempo medicamentos que ocasionalmente no pueden ser ingeridos por padecer problemas gástricos o que lesionan otras zonas del organismo.

La finalidad es restituir en el hombre las moviidades articulares y el equilibrio funcional estimulando sus fuerzas auto - curativas naturales. El cuerpo, si es debidamente nutrido, funciona por si solo para mantenerse, repararse y recobrar la salud con el mejor provecho si su estructura y funcionamiento fisiológico son adecuados.

El trabajo corporal es un buen complemento de los sistemas existentes pero no se debe abandonar la medicina Occidental ni apoyo de las diferentes ramas de la medicina.

Es sumamente importante el tratar de averiguar cuál fue el problema que causó la descompensación, el paciente a veces no recuerda que le ocasionó el dolor sino hasta el momento de nuestra intervención, su memoria muscular nos dará la dirección correcta a seguir.

Este sistema, no tiene ninguna contraindicación ni efectos secundarios y los resultados son permanentes si el paciente colabora tomando conciencia de los cambios que debe realizar, también ayuda a que otros tratamientos dirigidos a problemas específicamente orgánicos tengan un mayor resultado, ya que se libera el sistema principal de armonía psico-física del ser humano, el sistema simpático–parasimpático.

Sistema Nervioso

El Sistema Nervioso (SN) es un complejo orgánico múltiple, que permite que el individuo tenga una comunicación permanente entre su mundo interior y el medio que lo rodea.

No existe señal que no pueda ser detectada y elaborada por el SN. Absolutamente todo es información, percepción, recepción, elaboración y respuesta. Constituye un circuito permanente, integrado y de evolución.

El Sistema Nervioso Vegetativo es el portador de todas las fuerzas somáticas del organismo, siendo fundamental en el método la estructura eléctrica del mismo.

El organismo vivo es un sistema biocibernético con miles de billones de posibilidades cuánticas en una milésima de segundo que responde siempre a infinidad de estímulos exógenos y endógenos.

Lo que se busca a través de la serie de estímulos específicos que conforman este método, es procurar que el organismo, inteligente, busque la mejor vía de adaptación para lograr su propio ORDEN. En el ser humano se pueden dar tantas variables por tantos estímulos que puede recibir.

Es muy importante el lugar de la presión, duración y modalidad, ya que implica un impulso en el sistema nervioso que activa las fuerzas reguladoras o curativas del organismo si es aplicado en forma correcta.

La enfermedad no es más que una perturbación en la regulación de los sistemas que se autorregulan, dándose además la circunstancia de que por falta en la regulación hay falta en la transmisión de la comunicación. Todo esto produce un adicional gasto de energía, llevando a un desequilibrio económico de los procesos vitales, y produciendo en ocasiones a un estado de fatiga.

Eliminando campos de interferencia que dan informaciones falsas, se reorganiza la intercomunicación entre los circuitos.

Importante papel juega el Sistema Nervioso en nuestra relación con el mundo y con nosotros mismos, y por lo tanto en el proceso de enfermar y sanar.

Desde una concepción holística se toma al ser como una unidad dinámica, como un todo, es precisamente el sistema nervioso el que desempeña ese papel de integración y de coordinación del conjunto. "En nuestro planeta el sistema nervioso es el instrumento más completo para relacionar y conectar las partes del organismo entre sí, al mismo tiempo que relaciona todo el organismo como sistema complejo con las incontables influencias externas". El SN está integrado por células altamente especializadas llamadas neuronas que llevan a cabo una interesante función: perciben los impulsos internos y/o externos del individuo (tomar la información), los lleva por vía aferente sensitiva al gran ordenador (cerebro) y, por vía eferente, luego de procesada la información, envían una respuesta a dicho estímulo, es a nivel cortical donde se da el máximo grado de asociación de la conducta humana: "la actividad nerviosa superior del hombre depende de la integridad funcional y estructural de los hemisferios cerebrales.

La idea de reflejo había sido desarrollada 300 años antes por Descartes, quien consideraba cada actividad del organismo como una reacción necesaria ante estímulos externos; la conexión entre el órgano que actúa y el agente estimulante se hace por medio de una determinada vía nerviosa.

Conceptos actuales

Francia, Inglaterra, Alemania, entre otros, están llevando el trabajo de investigación en dos sentidos, la teoría de los meridianos y también a favor de la idea de impulsos neuroeléctricos operando a través del sistema nervioso autónomo.

En numerosos textos antiguos se atribuyen ciertas cualidades a las agujas. Pero, un impulso eléctrico, aplicación láser, presión digital, etc. son a veces estímulos suficientes para obtener buenos resultados.

Externamente, puede actuar respecto al sistema nervioso autónomo como una sinapsis, que produce secreción de hormonas locales, estas a su vez, forman una corriente de doble sentido a lo largo del sistema simpático, de esta manera diagnóstico y tratamiento pueden simultanearse a partir del mismo punto.

No es difícil demostrar determinados efectos producidos por el masaje, los reflejos implicados pueden resultar a veces difíciles de ser explicados de forma convincente; Se dice a veces que la enfermedad proviene del desequilibrio entre el Yin y el Yang, (las dos fuerzas opuestas pero complementarias que según las teorías orientales manejan el universo, y que se manifiestan a través del Ki o energía vital en nuestro cuerpo), pero, podría ser más acertado hablar quizás de tendencia homeostática, gracias a la cual se mantiene un medio interno estable, consecuencia de los diversos procesos y sistemas del ser humano.

En numerosos textos antiguos se atribuyen ciertas cualidades a las agujas, sean estas de cobre, bronce, plata, acero, oro, etc. Pero debemos tener en cuenta que, un impulso eléctrico, aplicación láser, presión digital, etc. son a veces estímulos suficientes para obtener buenos resultados, dependiendo siempre de que el lugar elegido sea el correcto.

El organismo realiza su propia curación, si admitimos que el organismo no cesa de buscar su propio grado de salud óptimo, (en ocasiones provocando fiebre, dolor, etc., para indicar que algo no está en el camino correcto, exceso de trabajo, falta de actividad física, descanso adecuado, preocupaciones innecesarias, etc.), entonces no nos extrañara que, todo estímulo que le ayude a alcanzar esa meta sea aprovechado.

Las agujas, la presión digital, el impulso eléctrico, el calor, etc., provocan el estímulo y el cuerpo reacciona; En una primera fase podemos suponer que el estímulo se obtiene por presión digital, agujas, etc., después, la interacción homeostática de los sistemas del organismo asegura el relevo y la acción terapéutica logra su máximo alcance.

Otro aspecto del fenómeno de la acupuntura o digitopresión que cabe considerar es que los puntos de la superficie del cuerpo sobre los que actúa, se presentan como áreas de baja resistencia eléctrica, el Dr. Niboyet, fue quien construyó un aparato para medir la impedancia eléctrica de la piel.

En el mismo sentido, otro investigador afirmó que la excitabilidad del sistema nervioso simpático puede ser medido a partir de variaciones de resistencia eléctrica en puntos específicos, los que en un gran número coinciden con los puntos de la acupuntura tradicional.

Tanto las anomalías existentes en los órganos internos como los cambios observados en su funcionamiento se reflejan en cambios observables en la superficie del cuerpo; Estos cambios pueden ser producidos por reflejos de los nervios simpáticos y parasimpáticos, en un punto local de la piel.

Externamente, puede actuar respecto al sistema nervioso autónomo como una sinapsis en la que produce secreción de hormonas locales, estas a su vez, forman una corriente de doble

sentido a lo largo del sistema simpático, de esta manera se piensa que diagnóstico y tratamiento pueden simultanearse a partir del mismo punto.

Conviene no perder de vista que el factor realmente vital es la respuesta de nuestro cuerpo, si la aguja permanece clavada por espacio de cinco o quince minutos o si se mantiene la presión digital por un determinado tiempo, se logra un efecto entorpecedor o sedante sobre los tejidos remotos o locales (reflejos).

Numerosos experimentos permiten demostrar que, a partir de cualquier punto del sistema nervioso es posible actuar o activar mecanismos nerviosos cuyo funcionamiento interrumpe en la periferia al tiempo que provocan cambios de tipo biofísicos-químicos.

Cualquier punto nervioso, sin excluir las estructuras nerviosas periféricas pueden transformarse en un generador de procesos neuro-distróficos que actúa como centro nervioso momentáneo o permanente de dichos procesos.

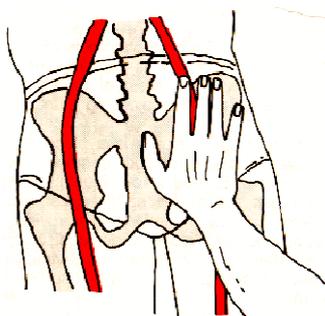
Cada vez que un procedimiento altera el carácter nervioso de cualquier fenómeno, los cambios resultantes no solamente se producen en la sección del nervio afectado sino también en la intrincada totalidad del complejo.

Igualmente claro resulta el hecho de que la irritación de cualquier punto del sistema nervioso puede producir alteraciones no solamente en las partes adyacentes sino también en partes remotas del organismo.

Shiatsu, un método actual y natural complemento ideal de la medicina

El principio de acción del shiatsu es la restauración de una libre circulación de la energía del organismo y tiene un contacto manual profundo con el paciente e interviene fácilmente en casos de traumatismo (esguinces, torceduras, dislocaciones), así como en el tratamiento de las afecciones más variadas (metabolismo, sistema nervioso y hormonal, endocrinología, gastroenterología, problemas psicossomáticos).

La aplicación de una influencia mecánica realizada con las manos sobre la cubierta corporal y la musculatura, provoca que el organismo reaccione generando una serie de acontecimientos físicos y bioquímicos. Los estímulos provocados por el shiatsu viajan en dirección centrífuga hasta el sistema nervioso central a través del nervio sensorial, donde provocan la secreción de opiáceos endógenos (endorfina, enkefalina) para paliar dolores, que en dirección centrífuga llegan hasta el órgano para que comience el proceso de autocuración.



Tanto las anomalías existentes en los órganos internos, como los cambios observados en su funcionamiento se reflejan en cambios observables en la superficie del cuerpo.

Externamente, puede actuar respecto al sistema nervioso autónomo como una sinapsis en la que produce secreción de hormonas locales, estas a su vez, forman una corriente de doble sentido a lo largo del sistema simpático. Esto lleva a pensar que diagnóstico y tratamiento pueden ser simultáneos a partir del mismo punto.

El factor realmente vital es la respuesta del nuestro cuerpo. Si se mantiene la presión digital por

un determinado tiempo, se logra un efecto entorpecedor, sedante o tonificante sobre los tejidos remotos o locales (efectos reflejos).

El organismo realiza su propia curación y no cesa de buscar su propio grado de salud óptimo (en ocasiones provocando fiebre, dolor) para indicar que algo no está en el camino correcto, como ocurre cuando hay exceso de trabajo, falta de actividad física, descanso inadecuado, preocupaciones innecesarias.

Todo estímulo que le ayude a alcanzar esa meta será aprovechado.

El Shiatsu ayuda a potenciar y estimular el sistema inmunológico, estabiliza los desórdenes provocados por el estrés, la ansiedad y la depresión, su aplicación es colaborador eficaz en varios campos de la medicina, la danza, el teatro, el deporte.

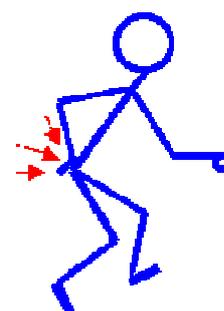
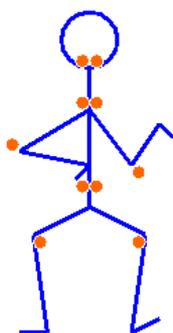
El shiatsu es un auxiliar muy valioso para la medicina, en el tratamiento de enfermedades (artrosis, escoliosis, dorsalgias, lumbalgias, estreñimiento, cefaleas, hipertensión, rehabilitación en casos de extirpación de mamas); en deportología (esguinces, contracturas, golpes, cervicalgias, codo del tenista); en medicina estética (tonificación de la piel y aumento de la elasticidad y firmeza, disminución y liberación de adherencias, mejoramiento de cicatrices y estrías brindando un tono muscular idóneo, acelera la circulación venosa, arterial y linfática y potencia los tratamientos de celulitis ya que también actúa como drenaje y reduce la fibrosis y los infiltrados); en psiquiatría permite reubicar las ideas negativas restableciéndose en poco tiempo la autoconfianza, regulando los niveles de ansiedad y el estrés, reduciendo también los procesos de perturbación emocional.

Se practica generalmente con ropa salvo en casos donde sea necesario el toque directo a la piel. No utiliza ni cremas ni aceites ni aparatos.

Es un método natural sin efectos secundarios que apoya cualquier tipo de tratamiento. Puede utilizarse solo o en forma interdisciplinaria puesto que al lograr un cuerpo relajado, activa las funciones corporales, logra mayor control del estrés y la ansiedad así como el reposo, mejorando la calidad de vida.

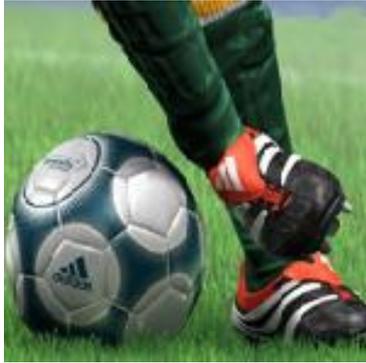
Campos de aplicación

Enfermedades



1 - Aplicado a trastornos que van desde artrosis, escoliosis, dorsalgias, lumbalgias, estreñimiento, cefaleas, hipertensión hasta la rehabilitación en casos de cáncer en mujeres a quienes se les ha extirpado una o las dos mamas.

Deportología



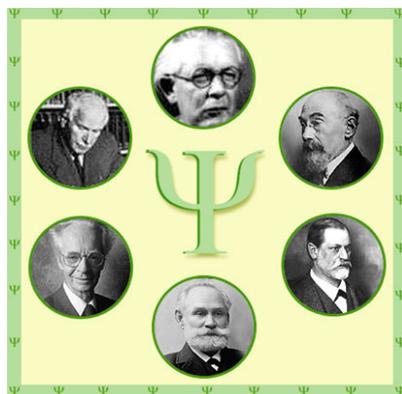
- 2 - Beneficiario es la deportología, área en la cual permite resolver dolencias y recuperaciones ocasionadas en la práctica deportiva en menor tiempo. Esto no se reduce sólo a quienes realizan una actividad deportiva sino que también tiene una aplicación directa en bailarines y otras actividades en áreas del movimiento corporal, como pueden ser los esguinces, contracturas, golpes, lumbalgias, cervicalgias, dorsalgias, codo del tenista, etc.

Medicina Estética



- 3 - En la medicina estética se puede nombrar ciertas facultades que otorga, como son la tonificación de la piel y aumento de la elasticidad y firmeza, disminución y liberación de adherencias y un mejoramiento de cicatrices y estrías brindando un tono muscular idóneo, asimismo acelera la circulación venosa, arterial y linfática y potencia los tratamientos de celulitis ya que también actúa como drenaje.

Psiquiatría y Psicología



Angustia

Estrés

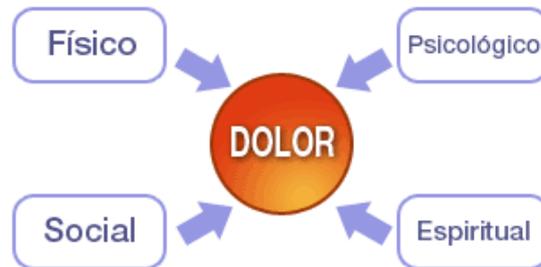
Ansiedad

Miedos

- 4 - En cuanto a psiquiatría permite reubicar las ideas negativas restableciéndose en poco tiempo la autoconfianza, regulando los niveles de ansiedad y el estrés, reduciendo también

los procesos de perturbación emocional.

Cuando hacemos referencia a dolor nos basamos en el concepto de “DOLOR TOTAL”, haciendo referencia a la evaluación del dolor no solo desde el enfoque físico, sino de todos sus componentes. Físico, social, psicológico y espiritual.



Es una terapia que trabaja en forma global, sobre el ser completo, en el ámbito físico, mental y emocional. Colabora con la persona en la recuperación de su equilibrio e intenta que en un estado de armonía natural recupere y mantenga su salud, ayudando a tomar conciencia de la responsabilidad que le es propia en este proceso.

Se practica generalmente con ropa salvo en casos donde sea necesario el toque directo a la piel. No utiliza ni cremas ni aceites ni aparatos.

Es una terapia auxiliar complementaria y valiosa de la especialidad médico - psicológica por su carácter de reconstituyente corporal así como de sus funciones, equilibra y armoniza el organismo

Además el trabajo en forma interdisciplinaria con cualquier tratamiento médico que se aplique, tanto en la medicina alopática como alternativa, potencia los tratamientos al lograr un cuerpo relajado y con mayor fluidez de su energía y su circulación, lo que beneficia la ingesta de los medicamentos que logra un efecto más efectivo y rápido.

Diferencias y similitudes en su aplicación

En el Shiatsu tradicional, la aplicación consiste en: aplicarlo en un espacio destinado a ese fin.

La aplicación de la terapia Shiatsu con la finalidad de una relajación y sobre una persona sana se puede realizar de acuerdo a los sistemas y métodos de las escuelas tradicionales.



Aplicado en la faz terapéutica donde el paciente no puede responder a nuestros requerimientos, tanto sea por dolor u otra imposibilidad, en una sala de terapia intensiva o a un

paciente con pocas horas de dada el alta, con operaciones de estomago o corazón, etc., se debe adaptar el terapeuta a las circunstancias y para eso debe poseer amplios conocimientos de su propio esquema corporal para adaptarlo al trabajo a realizar, ya que, es donde el sistema debe ser adaptado a la necesidad inmediata, es decir, cambiar la metodología de aplicación y de posturas propias y ajenas.

1. Se pueden seguir los pasos requeridos, cuando el Shiatsu es aplicado a una persona sana para relajación y solo se poseen conocimientos básicos.
2. Cuando Shiatsu es aplicado a pacientes que ocasiones no pueden moverse o no deben y en otras circunstancias puede estar postrado en una cama o en una sala de terapia intensiva, en cualquier caso le es totalmente imposible seguir las indicaciones, el tratamiento debe ser "diferente".

El tiempo de duración de la terapia debe ser para cada caso diferente, pero en general y fundamentalmente en terapia resulta contraproducente mucho tiempo porque si bien en un primer momento se logra una relajación luego se genera agotamiento, el masaje no es bueno por la cantidad de tiempo de aplicación sino por su calidad y resultado, el Shiatsu puede ser tan solo de 20 minutos y tener el mismo o mejor efecto.

La técnica Shiatsu, cuando se aplica correctamente permite no molestar al paciente o incomodarlo, y obtener resultados satisfactorios.

El Shiatsu aplicado a una persona sana y en terapia son muy diferentes en tiempo y forma.

“Para la persona que sufre no es moda, es necesidad”

El trabajo en forma interdisciplinaria con cualquier tratamiento medico que se aplique, tanto en la medicina alopática como complementaria, potencia los tratamientos al lograr un cuerpo relajado y mejor organización corporal, con mayor fluidez de su energía y su circulación, que beneficia la ingesta de los medicamentos que hace que su efecto sea más efectivo, rápido y duradero.

Es fundamental que el terapeuta conozca sus **limitaciones** para poder desarrollar un trabajo interdisciplinario con otros profesionales.

En los tiempos actuales, la terapia **COMPLEMENTARIA** es un **COLABORADOR** importante de los programas de **SALUD**.

Estudios clínicos documentan los efectos beneficiosos sobre la depresión, el estrés, el dolor, el sistema de defensa inmunológico, y otros problemas de salud.

Si su enfoque parte desde un punto de vista científico y si se deja de lado la mística que trae de su lugar de origen por su cultura y tradición podrá aplicarse con todo el valor de la terapia por si misma.

En estos últimos años en los que abunda el interés por el medio ambiente y la vida natural mucho se intenta llegar a todos los ámbitos de la sociedad proponiendo una toma de conciencia en la calidad de vida, la medicina complementaria propone también su lado más naturista y menos invasivo con terapias diferentes a las ofrecidas por la medicina clásica, colaborando con esta en diferentes áreas de la salud.

Partiendo de una sólida raíz Oriental, el shiatsu ha demostrado una sorprendente capacidad para incorporar técnicas y conceptos desarrollados en Occidente, por lo que al ser aplicado fuera de Japón debe adaptarse a la idiosincrasia occidental ya que es perfectamente compatible y además esta enriquecido por nuestras propias artes curativas.

En los terapeutas seguros y concientes de su propia capacidad queda la responsabilidad de:

- **Desmitificar el mito**
- **Combatir la explotación de la buena fe**
- **Ofrecer contención y seriedad a quienes optan por una alternativa diferente**

CAPITULO

VIII

EN ESTE MÉTODO SE TIENE EN CUENTA MUCHAS DE LAS CAUSAS ACTUALES DEL MALESTAR HUMANO POR ORIGENES EXTERNOS E INTERNOS

EL CUERPO Y LAS TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

Deberíamos regresar al concepto del cuerpo como lo que realmente es, expresión de salud, hermosura y armonía, abordarlo desde el concepto de cuerpo como forma de expresión indiscutible.

En las terapias Complementarias, Alternativas y de la Nueva Era existe una tendencia, que propician el crecimiento personal y tienden a considerar el cuerpo desde una sola visión, es decir como una red de energía: chakras, meridianos, puntos marma, reiki, auriculoterapia, reflexología, acupuntura, manopuntura, craneopuntura, y muchos otros.

Esta es una forma de abstracción y de retorno a etapas disociativas en las que se pensaba que los seres humanos eran un alma que habitaba ese cuerpo por un tiempo determinado.

En general estas "terapias" descarnan nuevamente al ser humano; Cuando en realidad el cuerpo es forma, sensación un conjunto vital compuesto; el ser humano es piel, carne, huesos y vísceras. El cuerpo puede ser joven o viejo, armónico o disociado, caliente o frío, tónico o flácido; tiene hermosura o no. Si negamos esto regresamos a la edad media, cuando el objetivo estaba puesto en salvar el alma, entonces este escaso concepto convierten de nuevo al hombre en fantasía.

Vemos en la gente hoy temor de hablar sobre el cuerpo, de tocarse, de sentir eso que realmente somos.

Para no caer en la disociación. Se dice: "somos cuerpo, psiquis, yo, espíritu, energía, personalidad", pero en la práctica se le endosa toda alteración física o traumática al espíritu.

El cuerpo está ligado, unido a la salud, a la enfermedad, al placer a las sensaciones y al dolor real o subjetivo, es una unidad morfogenética, auto-organizada, una integración total y que no puede separarse la materia y pensar únicamente que todo parte desde lo abstracto.

La enfermedad como alteración no es solo endógena o exógena sino relacional.

Pero en su mayoría la gente busca siempre una explicación difícil o inentendible para no cargar con sus propios errores, por eso recuerdo a Nietzsche cuando dice: "El ser humano no puede vivir con la verdad, necesita sueños, ilusiones y mentiras para poder existir."

EL CLIMA Y SALUD

Los científicos estiman que más del 50 % de la población humana es "meteorosensible o barómetros andantes", es decir que se muestran vulnerables a los cambios atmosféricos, sobre todo si estos acontecen bruscamente. De hecho, vale la pena recordar que Hipócrates, hace 2.500 años, escribió un libro, Aire, agua y lugares, sobre el tema, este es apenas unas líneas de él:

1. Quien desee estudiar correctamente la ciencia de la medicina deberá proceder de la siguiente manera:

I. Primero, deberá considerar que efectos puede producir cada estación del año, puesto que las estaciones no son todas iguales, sino que difieren ampliamente tanto en sí mismas como en sus cambios. El siguiente punto se refiere a los vientos cálidos y a los fríos, especialmente a los universales, pero también a aquellos que le son peculiares a cada región en particular. Deberá también considerar las propiedades de las aguas, pues tal como estas difieren en sabor y peso, también las propiedades de cada una difieren gradualmente de las de cualquier otra.

Entonces, el médico griego sentenciaba: "Hay que prestar atención a los cambios de estación más bruscos y, a menos que sea obligado, no se debe purgar ni aplicar cirugía o cuchillo en los intestinos antes de que hayan pasado 10 días de cambio de estación".

Mucho tiempo ha transcurrido desde entonces y la ciencia se ha desarrollado notablemente desde que los herboristas, en la Edad Media, recetaban determinadas hierbas para combatir los efectos nocivos de los vientos.

A mediados del siglo XX, nació en Alemania una disciplina llamada "bioclimatología", que estudia las interrelaciones directas e indirectas entre el entorno geofísico y el geoquímico de la atmósfera y los organismos vivos, plantas, animales y hombres. Dentro de esta ciencia, la bioclimatología médica investiga cómo los cambios atmosféricos afectan a la salud humana.

Si bien el hombre dispone de una gran capacidad de adaptación a diferentes climas y ambientes, cosa que le permite alcanzar un equilibrio homeostático, sigue siendo vulnerable a la variación repentina de los factores del tiempo: temperatura, humedad, presión y viento.

El neurólogo Werner Becker y un grupo de colegas de la Universidad de Calgary, en Alberta, Canadá, dicen haber constatado que las crisis de migraña aumentan cuando sopla el "chinook", un aire cálido y seco de los valles tributarios del Missouri, que procede de las Montañas Rocosas. Se trata de un viento seco, cálido y de instauración generalmente brusca; en la Argentina se lo puede equiparar al "zonda o el pampero" y en Europa Central, al "föhen", en todo el mundo existen y tiene distintos nombres, en oriente los asesinatos ocurridos mientras sopla este viento actúa como atenuante.

Los investigadores explican que la "malignidad" de estos vientos se halla en las fluctuaciones de la presión barométrica que los acompañan, ya que nuestro cerebro es extremadamente sensible a estas oscilaciones.

No se trata de magia, como pensaban las civilizaciones antiguas; se trataría de que los cambios bruscos de las propiedades electromagnéticas de la atmósfera, o sea el grado de ionización y de conductividad eléctrica del aire, en el campo eléctrico, generaran "meteorosensibilidad".

Nuestra ciudad cambio mucho de lo que antes era, las cuatro estaciones bien marcadas desaparecieron y no podemos tener una adaptabilidad ya que los cambios en el día suelen ser varios, y el cuerpo no sabe como comportarse, los iones positivos generados por la baja humedad, la baja presión atmosférica, y el viento que es casi permanente del norte, genera mucha carga de electricidad estática, la que genera muchísimos problemas de salud, desde la chispa que provoca risa hasta cáncer, pasando por muchos otros malestares empezaremos hablando de las situaciones de estrés por olas de calor donde las reacciones orgánicas más habituales son la hipotensión, adinamia, hipoglucemias, migraña, vómitos, alteraciones respiratorias y cardíacas, dolores reumáticos, conjuntivitis, alteraciones laringológicas, diarreas, reacciones alérgicas, etc. Referente a las situaciones de estrés por olas frías provocan bronquitis espásticas, trastornos ulcerosos y otras alteraciones digestivas de carácter espástico, alteraciones vasculares y cardíacas, dolores poliartítricos y ataques de ciática, lumbago, etc. Con la contaminación iónica de carga positiva suelen aparecer migrañas, hipertensión, cólicos y accidentes tromboembólicos entre otras. Cuando la humedad sube se alteran los procesos reumáticos, respiratorios y las mialgias principalmente. En cuanto a las caídas de presión son habituales los trastornos digestivos, especialmente de carácter intestinal, así como respiratorios y vasculares. Finalmente en situaciones de contaminación atmosférica, dependiendo del tipo de tóxico pueden aparecer problemas respiratorios, cefaleas, vómitos, dolores musculares, desgano, irritabilidad, falta de descanso, depresión, angustia, y muchas otras alteraciones, en muchos lugares hay estudios serios sobre el tema y los médicos no medican hasta estar seguros sobre el síntoma, si es climático no dan medicación y si es orgánico si.

Hay estudios que contemplan incluso el clima por la falta de concentración y atención de escolares, los iones positivos a través de las vías respiratorias generan un conjunto de reacciones fisiológicas adversas sobre el organismo, especialmente en el sistema nervioso, al producir un aumento de los niveles de serotonina en sangre, neuro-hormona, que entre otros efectos provoca una alteración del estado emocional, y en consecuencia una alteración del comportamiento y una disminución de las capacidades de aprendizaje.

Por el contrario, los iones negativos producen un aumento de la enzima mono-amino oxidasa (MAO) inhibidora de la serotonina.

EFFECTOS DE LOS IONES NEGATIVOS EN EL ORGANISMO

- Mejora de dolencias del sistema respiratorio: bronquitis, sinusitis, asma bronquial, alergias, etc. La presencia de iones negativos en el aire favorece la eliminación de la mucosidad que retiene las impurezas del aire (polvo, humo, contaminación, microorganismos) y además se facilita la purificación de la sangre venosa.
- Aumento de la capacidad de reacción visual.
- Mayor dinamismo y bienestar general.
- Disminución de la fatiga y dolores musculares.
- Aumento de la actividad sexual.
- Disminución de los niveles de lípidos y colesterol.
- Se elimina la agresividad y la ansiedad.
- Tiene efectos analgésicos.
- Regula la tensión arterial.
- Acción sobre las afecciones de la piel por causas alérgicas.
- Rejuvenecimiento general físico y mental.
- Recuperación de la memoria.
- Reducción de esclerosis celular.
- Mejora en aparato digestivo: úlceras gástricas.
- Cardiología: prevención de enfermedades coronarias, infarto de miocardio y angina de pecho.

Mejora de enfermedades de origen metabólico: obesidad, gota, reumatismo crónico y exceso de colesterol.

Cuenta la Biblia que un día, de muchísimo calor, el rey David se enamoró de la bellísima Betsabé, que refrescaba su desnudez en el patio una casa cercana. Lo que a partir de ese momento pasó no es para publicar en un libro religioso. Pero lo que nos interesa ahora es la excusa con que los sacerdotes, todos ellos muy amigos de David, justificaron las reprobables andanzas de su rey: «Soplaba viento ardiente del desierto, que mata a los camellos y... enloquece a los hombres...».

Dolor muscular

El dolor muscular es una de las causas más frecuentes de dolor intolerable y de limitación del movimiento. En los ancianos puede ser causa de inmovilidad severa.

El dolor muscular suele ser persistente, los estudios normales y los tratamientos habituales ineficaces.

La persona con dolor muscular tiene en general diagnósticos diversos que tratan de encasillar el problema pero sin solucionarlo. Dolores supuestamente articulares, óseos, tendinosos, neurológicos o circulatorios en realidad pueden deberse a compromiso muscular. A su vez el compromiso muscular suele ser a causa de irritaciones distantes. El dolor muscular persistente representa el resultado de un proceso.

La dificultad reside en que para poder hacer el diagnóstico de dolor muscular hace falta tener bastante experiencia y habilidad en el examen físico desde una anatomía funcional y no sectorial.

El dolor es una de las formas que el organismo posee para expresar un desequilibrio, una desarmonía, una pérdida del orden. Cuando una parte del organismo duele es porque hay un trastorno en el funcionamiento; el orden natural tendiente al estado de salud, por alguna razón se ha perdido.

Para que la musculatura se mantenga sana, el organismo debe estar saludable. Las estructuras orgánicas requieren nutrientes, agua, oxígeno y eliminación de los productos de desecho; para todo esto es necesario un sistema circulatorio eficiente regulado a su vez por un sistema nervioso activo. Todos los sistemas deben funcionar en forma armónica. El tratamiento debería estar dirigido a solucionar la causa. Cuando el dolor muscular persiste en el tiempo y no responde a los tratamientos comunes, la causa habitualmente es una irritación del sistema nervioso ocurrida con anterioridad (meses, años), en cualquier lugar del organismo, que finalmente interfiere la capacidad de autoorganización natural. Esa irritación se mantendrá en la memoria del cuerpo hasta tanto no sea corregida.

Un traumatismo, un esfuerzo, emociones fuertes, un proceso inflamatorio, la mala postura, una gripe, ocurrido en el pasado pueden ser la irritación inicial y la causa de todo el problema actual.

La persona con dolor muscular habitualmente llega a la consulta tras un peregrinar de meses o años arrastrando diagnósticos diversos. El paciente cree que su problema carece de solución y se angustia, deprime y cambia de carácter. Con el tiempo, el cuadro doloroso suele irse agravando y complicando. Nuevas áreas pueden empezar a doler y la pérdida de la movilidad hacerse más evidente.

Ocuparse sólo de una estructura sin prestar atención a los elementos que la rodean, a posibles focos irritativos distantes y a la historia de vida de esa persona, conduce al fracaso de cualquier tratamiento.

La forma de resolver un problema tan complejo no puede basarse en relajantes musculares, analgésicos, antiinflamatorios, corticoides, y/o antidepresivos.

La corrección de los problemas locales y distantes, nuevos y viejos, propios de cada persona, sólo puede lograrse con un tratamiento que abarque la problemática en su totalidad. .

Ocuparse sólo de una estructura ósea sin prestar atención a los elementos que la rodean, conduce al fracaso de cualquier tratamiento.

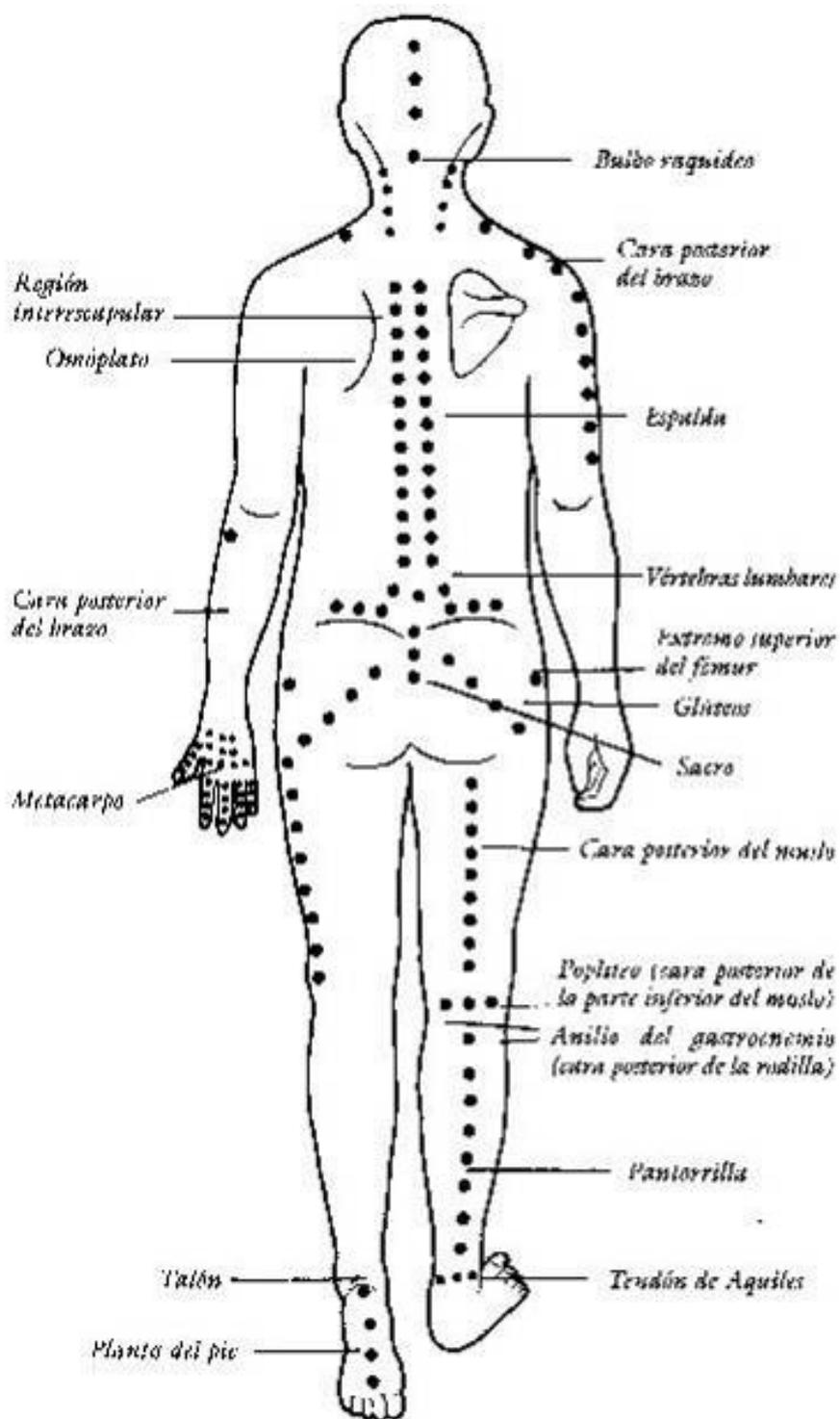
El tratamiento aislado de los síntomas no resuelve el problema sino que lo agrava.

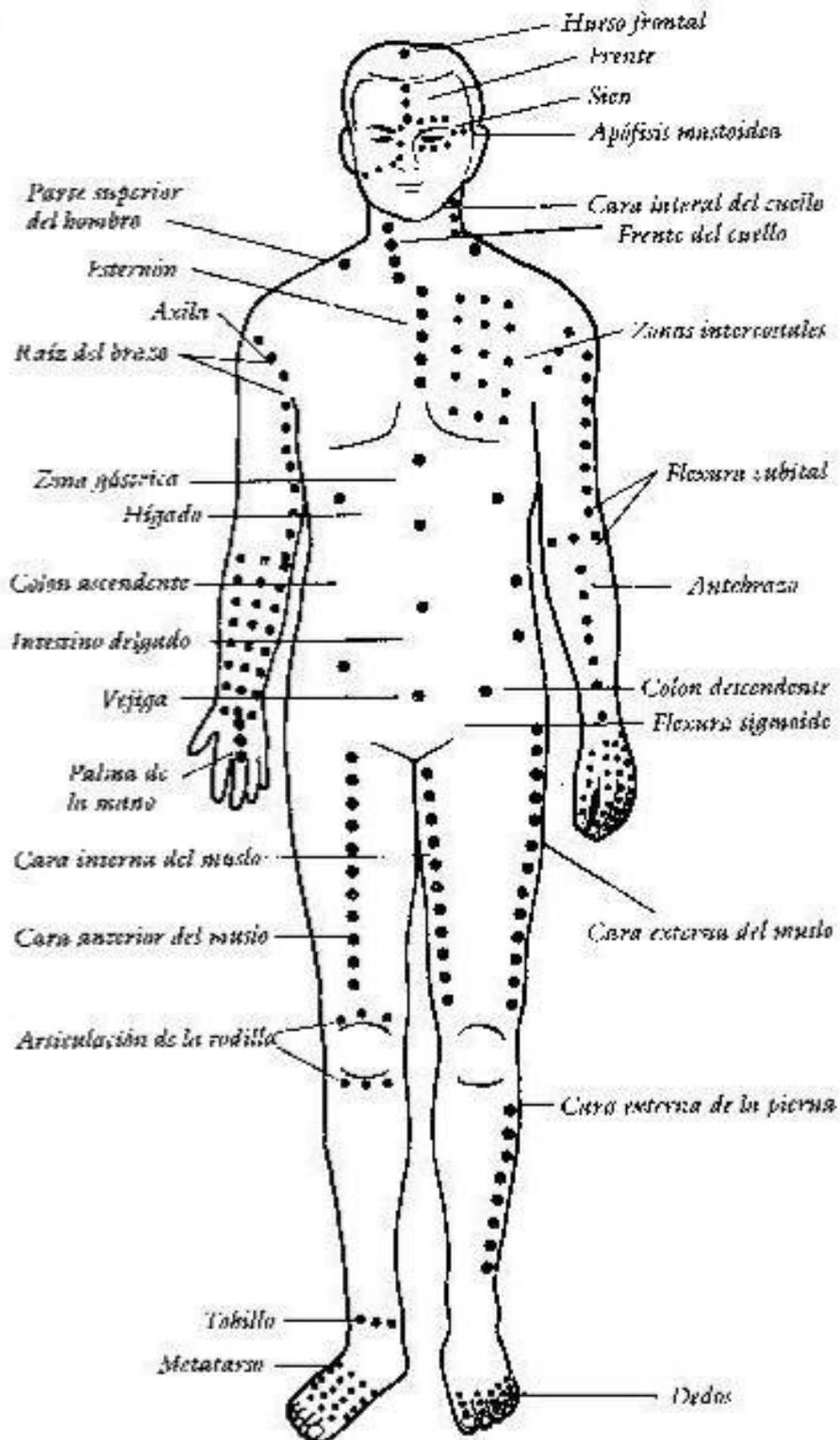
“La honestidad es una cualidad personal”

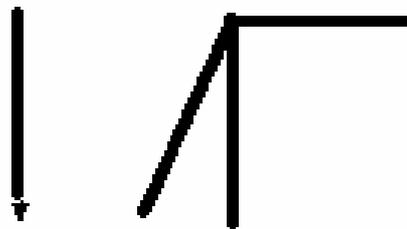
CAPITULO

IX

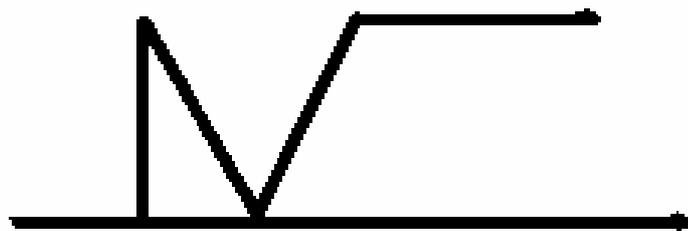
Figuras de los puntos en las zonas anterior y posterior







5 - 7 - 9 Segundos



(Segun el caso)

Trayectos y funciones de los catorce meridianos

Los trayectos y funciones de los catorce meridianos que recorren el cuerpo y que participan en los fenómenos complejos de la vida y se encuentra en forma simétrica (es decir a ambos lados) salvo dos de ellos, se verán a grandes rasgos.

Meridiano de Pulmón Yin:

Número de Tsubos: 11 puntos bilaterales.

Trayecto: La corriente principal de este meridiano comienza en el primer punto situado en la cara anterior de la axila, después de ascender hasta debajo de la clavícula, se dirige hacia la muñeca pasando por la cara anterior del brazo, el codo y la parte anterior del antebrazo. Cerca del pliegue de la muñeca, corre sobre la arteria radial y luego, el borde externo de la eminencia tenar para terminar en el punto 11 situado en la extremidad del pulgar.

Funciones: Este meridiano corresponde a los pulmones que restituyen la sangre fresca gracias a la respiración externa (o ventilación pulmonar) e interna (o respiración celular), tiene relaciones estrechas con la piel como el meridiano de Intestino Grueso, con el cual hace pareja.

Estos dos meridianos es la base del metabolismo y les conciernen las funciones fundamentales de la vida gracias al contacto directo con el mundo exterior. Por otra parte, los pulmones son el único órgano que podemos gobernar voluntariamente. Por esa razón, hay diversos métodos respiratorios cuyo fin es controlar la respiración para equilibrar las funciones del sistema nervioso autónomo y el estado mental.

En caso de decadencia funcional, hay opresión en el pecho, tos, palpitación o ruborización, además se pierde vigor y ganas de trabajar.

Meridiano de Intestino Grueso Yang

Número de Tsubos: 20 bilaterales

Trayecto: Este meridiano empieza en el primer punto situado en la extremidad del dedo índice, sigue el dorso del índice y la mano, a partir de la muñeca se sitúa en el borde externo del antebrazo hasta el pliegue de flexión del codo, de allí continua por la cara externa del brazo hasta la articulación acromioclavicular, atraviesa el hombro y asciende por el cuello sobre el músculo esternocleidomastoideo para terminar al lado del ala de la nariz, después de cruzar oblicuamente el maxilar inferior.

Funciones: Este meridiano corresponde al intestino grueso, órgano excretor que se encarga de la evacuación de excrementos y de la depuración de sustancias tóxicas gracias a las floras bacterianas o bacterias intestinales. La medicina oriental da muchísima importancia a la eliminación rápida de residuos pesados, puesto que su estancia prolongada en el cuerpo produce sustancias tóxicas y gases que son perjudiciales para la salud.

En caso de deficiencia funcional, el blanco de los ojos se vuelve amarillento, los hombros endurecidos o un dolor que irradia del brazo a los dedos, además sus relaciones estrechas con la piel son claras: el estreñimiento opaca la piel y provoca granos.

Meridiano de Estomago Yang

Número de Tsubos: 45 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano comienza en el primer punto situado justo debajo del ojo, desciende verticalmente por la cara y a la altura del maxilar inferior se divide en dos: una rama asciende hacia la frente pasando por mejilla y sien, mientras la otra rama desciende por el cuello a lo largo de la carótida, desciende por el pecho, sobre la línea mamelonar y después verticalmente, por el abdomen hasta alcanzar la ingle, de donde continua descendiendo por la

parte anterior del muslo y de la pierna y por la cara dorsal del pie para terminar en la extremidad del dedo gordo.

Funciones: Este meridiano, que representa el órgano digestivo, tiene estrecha relación con nuestra vida diaria, su mala función no nos permite nutrirnos normalmente, y algunos síntomas psíquicos como ansiedad, depresión, estrés, tienen influencia sobre él.

Cuando el estomago funciona mal, sus consecuencias son casi inmediatas, además de problemas de digestión, los síntomas más frecuentes son: dolor de cabeza, dolor irradiado de los ojos a la frente, sequedad de los labios, nariz atascada, hemorragia nasal, lasitud, etc., además el cutis y la piel se opacan y se oscurecen.

Meridiano del Bazo Páncreas Yin

Número de Tsubos: 21 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano comienza en el ángulo interno del dedo gordo, de allí recorre el borde interno del pie y asciende por la cara interna de la pierna y del muslo, a partir del bajo vientre atraviesa el abdomen pasando por el estomago y el bazo, luego asciende por el tórax (fuera de la línea mamelonar) hasta el segundo espacio intercostal, de donde vuelve a descender hasta el sexto espacio intercostal para terminar en el punto 21.

Funciones: en la medicina oriental el bazo tiene mas bien las funciones del páncreas de la medicina actual, represente así el conjunto de las glándulas digestivas y transforma los alimentos en quimo, para ser asimilado. Por esta razón hace pareja con el meridiano de estomago.

En caso de disfunción, se padece de eructos, diarrea o estreñimiento, pereza y pesadez de piernas.

Meridiano del Corazón Yin

Número de Tsubos: 9 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano nace en el corazón, pero su corriente principal empieza en el primer punto situado en el centro del hueco axilar, de allí desciende por la cara interna del brazo, plegue del codo y antebrazo hasta la muñeca, recorre la palma y el borde interno del dedo meñique para terminar en la extremidad del mismo dedo.

Funciones: Este meridiano comanda la función del corazón que es el órgano central de la circulación de la sangre, por otra parte los antiguos orientales no conocían todavía la función del cerebro y pensaban que el corazón desempeñaba el mismo papel que el cerebro, en cierto sentido podría verse así ya que se deja influir fácilmente por los sentimientos que son una especie de transformación de los estímulos del mundo exterior recibidos por intermedio de los cinco órganos sensorios.

En caso de deficiencia, los ojos están inyectados, dolor en el epigastrio, le afecta el frío en la cara, antebrazo y meñique.

Meridiano de Intestino Delgado Yin

Número de Tsubos: 19 bilaterales

Trayecto: Este meridiano empieza en el ángulo externo del dedo anular, sigue el borde interno de la mano hasta la muñeca, luego recorre la cara posterior del antebrazo, el codo y el brazo, a partir de la axila pasa por el omoplato, el hombro y la parte lateral del cuello para alcanzar la mejilla y termina delante de la oreja.

Funciones: Este meridiano corresponde al intestino delgado que asimila los alimentos y los convierte en energía. Por esta razón, algunos médicos tradicionales insisten en la teoría de la producción de sangre en los intestinos, En caso de deficiencia funcional, los ojos pueden volverse amarillentos. Mala audición y dolor del antebrazo al codo.

Meridiano de la Vejiga Yang

Número de Tsubos: 63 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano empieza en el ángulo interno del ojo, asciende por la frente y la cabeza, paralelamente a la línea media, hasta alcanzar la coronilla, de donde desciende por la región occipital, a partir de la nuca se divide en dos ramas que descienden por todo el dorso paralelamente a la columna vertebral.

La rama interna es muy importante ya que contiene los puntos llamados "Yu-Ketsu" (puntos que corresponden a las funciones de los órganos internos).

Esta rama desciende por el dorso costeano la columna dorsal lumbar y sacro, luego desciende por la región glútea y la cara posterior del muslo para encontrarse con la rama externa a nivel del hueco poplíteo, la corriente reunida continua descendiendo por la pantorrilla, luego pasa por detrás del maleolo externo y recorre el borde externo del pie para terminar en la extremidad del dedo pequeño.

Funciones: Este meridiano no corresponde solamente a la vejiga, sino también a las funciones del sistema nervioso autónomo, como se puede comprobar por el trayecto que recorre a ambos lados de la columna vertebral, casi encima de las cadenas ganglionares simpáticas. Así es como este meridiano tiene relaciones muy estrecha con el sistema nervioso autónomo, en efecto se lo utiliza mucho en la practica del Shiatsu para armonizar las funciones del sistema nervioso autónomo.

En caso de anomalía funcional, la piel se vuelve floja, dolor de cabeza o la cabeza pesada por causa de congestión pasiva, y se suele sentir dolor en los músculos o ligamentos que se encuentran en el trayecto de este meridiano (nuca, espalda, caderas, etc.)

Meridiano del Riñón Yin

Número de Tsubos: 27 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano nace en la planta del pie, después de pasar por el borde interno del pie y por detrás del maleolo interno, asciende por la pierna y desde el muslo hasta el pubis, de donde atraviesa el abdomen, el tórax, pasando por entre la línea media y el meridiano de Estomago, y termina debajo de la clavícula.

Funciones: Este meridiano no corresponde solamente a los riñones, cuya función es mantener los humores en su estado normal, cualitativo y cuantitativo, filtrándolos para eliminar en la orina los residuos metabólicos y otras sustancias perjudiciales, sino también a las glándulas suprarrenales que secretan numerosas hormonas. En caso de deficiencia funcional, el rostro de vuelve negruzco, vértigos, diarreas o edemas, perdida de apetito, cansancio rápido, dolor lumbar frecuente.

Meridiano Shimpō Yin (Circulación Sexualidad)

Número de Tsubos: 9 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano nace en el centro del pecho, pero su corriente principal comienza en el punto situado al lado del pezón, de allí se dirige a la axila y luego recorre la cara interna del brazo por su línea media, (entre los meridianos de Pulmón y Corazón), cruza el pliegue del codo en su punto medio, recorre la cara interna del antebrazo por su línea media, cruza la muñeca y la palma de la mano para terminar en la extremidad del dedo medio.

Funciones: “Shimpō”, significa literalmente catadura del corazón. Este meridiano es traducido en castellano como “Circulación Sexualidad”, este meridiano tiene una función complementaria para el corazón, sobre todo a lo que respecta a su ritmo cardiaco. Protege y auxilia al Corazón, lo protege del calor cuando hay fiebre muy alta. Es considerado el “embajador del Corazón”. Permite comunicar las sensaciones y sentimientos. Nos protege del dolor emocional. En caso de disfunción (relaciones “tensas”, “corazón roto”, pérdida afectiva.) También tiene que ver con lo sexual, pues comunica con los riñones (dolor de pecho por angustia, respuestas entrecortadas, pesadez de cabeza, mareos, vértigo, despertarse a la madrugada con un vacío en el pecho y síntomas casi iguales a los del meridiano de Corazón.

Meridiano Sansho Yang (Triple función)

Número de Tsubos: 23 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano comienza en la extremidad del dedo anular, pasa por el dorso de la mano y cruza la muñeca en el centro del pliegue de extensión. Recorriendo por la cara externa del antebrazo y del brazo asciende por el miembro superior hasta el hombro y luego desciende hacia el hueco supraclavicular, de donde sale una rama que desciende por el tórax y el abdomen para alcanzar los tres hogares,

- Hogar superior: los órganos respiratorios y circulatorios.
- Hogar medio: Los órganos digestivos
- Hogar inferior: los órganos genitales y urinarios.

La corriente principal asciende por el cuello, contornea el pabellón de la oreja y termina en la cola de la ceja.

Funciones: “Sanshō” significa literalmente “tres calores” o “tres funciones” o “triple-recalentador”, no es un órgano concreto. La energía, después de penetrar en este meridiano, circula por el alimentando todos los órganos internos que se encuentran en el tórax y abdomen. (Algunos médicos tradicionales con orientación científica insisten en algunos puntos de semejanza entre este meridiano y el nervio neumogástrico).

En caso de disfunción al examinar este meridiano podemos comprobar el estado de salud, cuando los músculos (recto del abdomen) extendidos del epigastrio al ombligo están duros, indica mal función del estomago, del páncreas o del hígado, cuando los músculos del ombligo al hipogastrio están duros señala una compresión débil o enfermedad de los órganos genitales. Regula la temperatura del cuerpo, puede encontrarse, dolor de oídos, irritación de garganta por frío o cambios de temperatura o vientos, problemas urinarios, hinchazón de abdomen, ojos irritados o rojos, fiebre alta.

Meridiano de Vesícula Biliar Yang

Número de Tsubos: 43 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano comienza en el ángulo externo del ojo, contornea el pabellón de la oreja, corre, en dos líneas paralelas, por la parte lateral del cráneo y luego desciende por la nuca hasta el hombro, de donde pasa a la axila y continua descendiendo por la parte lateral del tórax, abdomen, cadera y nalga y del miembro inferior para terminar en la extremidad del cuarto dedo del pie.

Funciones: Este meridiano corresponde a la Vesícula biliar, reservorio de la bilis, indispensable para la digestión y la absorción de grasas. La bilis juega también un papel importante en la excreción de ciertas sustancias tóxicas y facilita la absorción de vitaminas solubles en grasa, de hormonas y de alcaloides. Una mala función de este órgano se origina a veces por un choque emotivo, estrés, una comida rica en grasas, etc., lo que provoca una convulsión de los conductos biliares o una coletiasis.

Meridiano del Hígado Yin

Número de Tsubos: 13 bilaterales.

Trayecto: Este meridiano comienza en la extremidad del dedo gordo del pie, sigue por el dorso hasta el tobillo y luego pasa a la cara interna de la pierna y del muslo hasta la ingle, de donde desciende hacia el pubis para alcanzar los órganos genitales y después asciende por el bajo vientre en la línea media hasta el punto 4. Luego recorre oblicuamente la parte externa del abdomen hasta el punto 12 y termina en el punto 13, situado debajo de la extremidad de la novena costilla, en la línea mamelonar.

Funciones: Este meridiano corresponde al hígado, este órgano tiene la propiedad de “conservar la sangre” y es considerado como el origen de la fuerza vital (la energía adquirida), por eso, en caso de exceso de energía aparece la ira, el enojo, y en caso contrario pacífico, sumiso. Este meridiano se relaciona con todo lo que se refiere al endurecimiento muscular, tendinitis, calambres, espasmos y también con la vista. Tiene un efecto tonificante sobre el corazón.

La disfunción hepática, perturba todo el cuerpo y sus síntomas principales son, náusea, ahogo, escalofrío, calambres, espasmos arteriales, endurecimiento muscular, perturbación de la vista, debilidad de las facultades mentales a causa de irritabilidad.

Además de los doce meridianos principales, hay ocho canales o meridianos, entre los cuales dos meridianos, “Toku-myaku” (Vaso Gobernador) y “Nim-Myaku” (Vaso de la Concepción) se emplean frecuentemente. Se dice que los doce meridianos principales forman una corriente que la recorre en la condición normal, al contrario, los ocho meridianos secundarios sirven de pasaje en caso de exceso de energía, es decir, juegan un papel de “canal de desagüe” para impedir el desborde de la energía.

Meridianos de la Pequeña Circulación

Meridiano Toku-myaku Yang (Vaso Gobernador)

Número de Tsubos: 27 puntos unilaterales

Trayecto: Este meridiano nace entre el perineo y el ano, asciende hacia la cabeza por la línea media posterior (a lo largo de la columna vertebral) a partir de la coronilla, desciende hacia la cara sobre la línea media anterior para terminar en la encía.

Funciones: Cada corriente de los doce meridianos principales se compara a menudo a un río. De la misma manera este meridiano se compara con el mar, el mar Yang, en el cual desembocan los meridianos Yang. Este meridiano tiene el papel de unir las corrientes de los meridianos Yang y de controlar sus circulaciones energéticas. Por consiguiente, en caso de anomalía de estos meridianos, aparecen diversos síntomas en el trayecto del mismo.

Este meridiano carece de horario de máxima actividad y tampoco se representa en el pulso radial

Síntomas

Cabeza pesada, rigidez de la columna vertebral, hemorroides, dolores lumbares.

Meridiano Nim-myaku Yin (Vaso de la concepción)

Número de Tsubos: 24 puntos unilaterales.

Trayecto: Este meridiano nace en el perineo y asciende hacia la cara pasando por la línea media anterior para terminar en el centro del mentón, de donde salen dos ramas simétricas, después de contornear la boca, las dos ramas se reúnen a la altura de la encía, luego se separan de nuevo para terminar debajo del ojo.

Funciones: Como el meridiano anterior, es considerado el Mar del Yin, en el cual desembocan los meridianos Yin. Su función es de unir diversas corrientes de los meridianos yin y controlar sus circulaciones energéticas. En caso de anomalías de estos meridianos aparecen diversos síntomas en su trayecto.

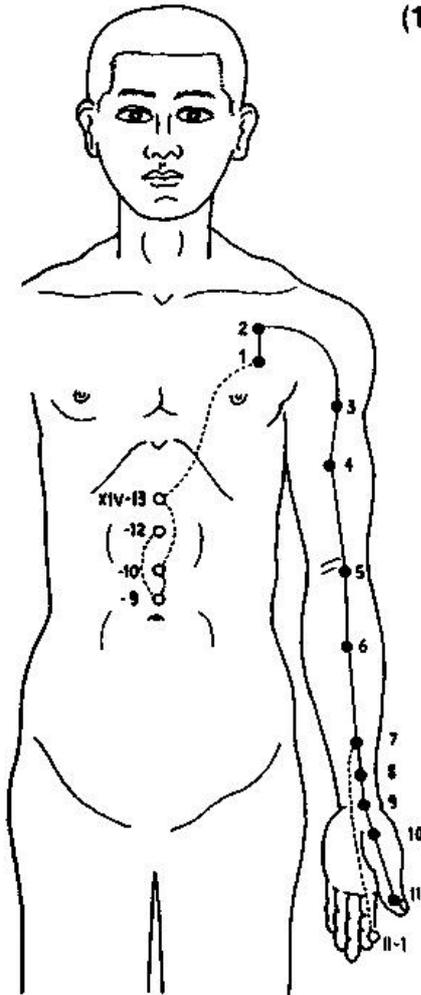
Al igual que el anterior, este meridiano carece de horario de máxima actividad y tampoco se representa en el pulso radial.

Síntomas

Siete clases de hernias, prurito sobre el abdomen, piel del abdomen dolorosa, todas las afecciones de los órganos genitales.

Figuras de los 14 meridianos

I: MERIDIANO Yin PULMON (11 puntos)



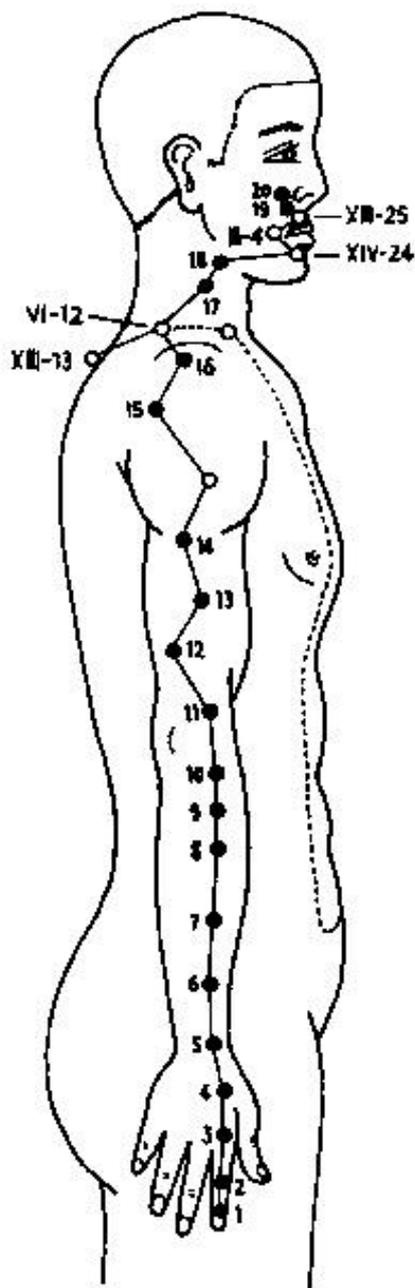
手の太陰肺經

- | | | |
|----|----|-----------|
| 1 | 中府 | Chûfu |
| 2 | 雲門 | Unmon |
| 3 | 天府 | Tenpu |
| 4 | 俠白 | Kyôhaku |
| 5 | 尺澤 | Shakutaku |
| 6 | 孔最 | Kôsai |
| 7 | 列缺 | Rekketsu |
| 8 | 經渠 | Keikyo |
| 9 | 太淵 | Tai-en |
| 10 | 魚際 | Gyosai |
| 11 | 少商 | Shôshô |

籠谷大男
著

II: MERIDIANO Yang INTESTINO GRUESO
(20 puntos)

手の陽明大腸経

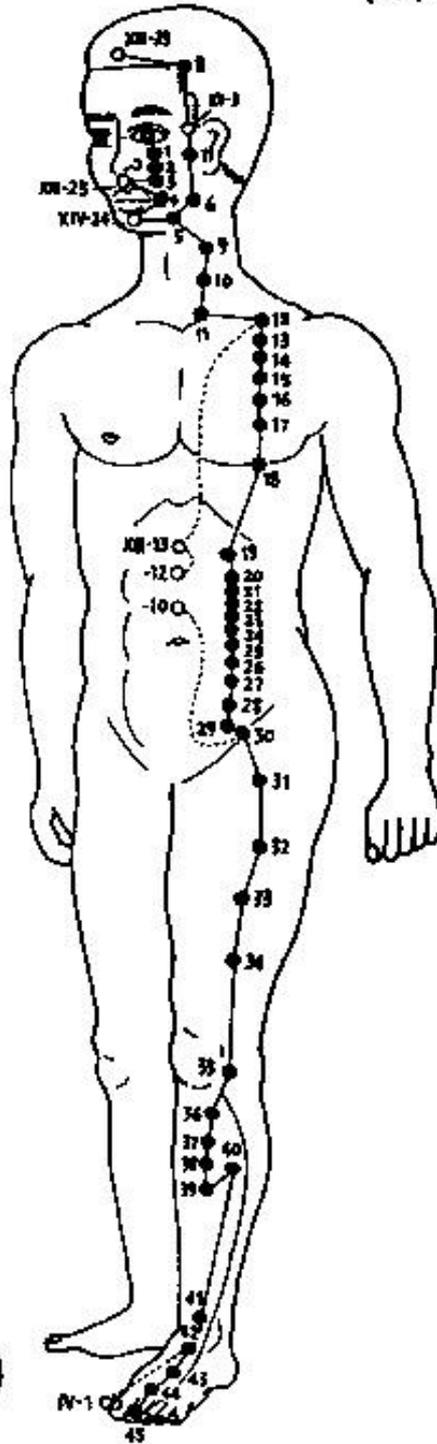


1	商	陽明	Shōyō
2	二	間	Jikan
3	三	間	Sankan
4	合	谷	Gōkoku
5	陽	谿	Yōkei
6	偏	歷	Henreki
7	溫	溜	Onru
8	下	廉	Karen
9	上	廉	Jōren
10	三	里	Sanri
11	曲	池	Kyokuchi
12	肘	髎	Chūryō
13	五	里	Gōri
14	臂	臑	Hiju
15	臑	髎	Kengū
16	巨	骨	Kokotsu
17	天	髎	Tentel
18	扶	突	Futotsu
19	禾	髎	Karyō
20	迎	香	Geikō

龍谷夫男

足の陽明胃経

III: MERIDIANO Yang ESTOMAGO
(45 puntos)

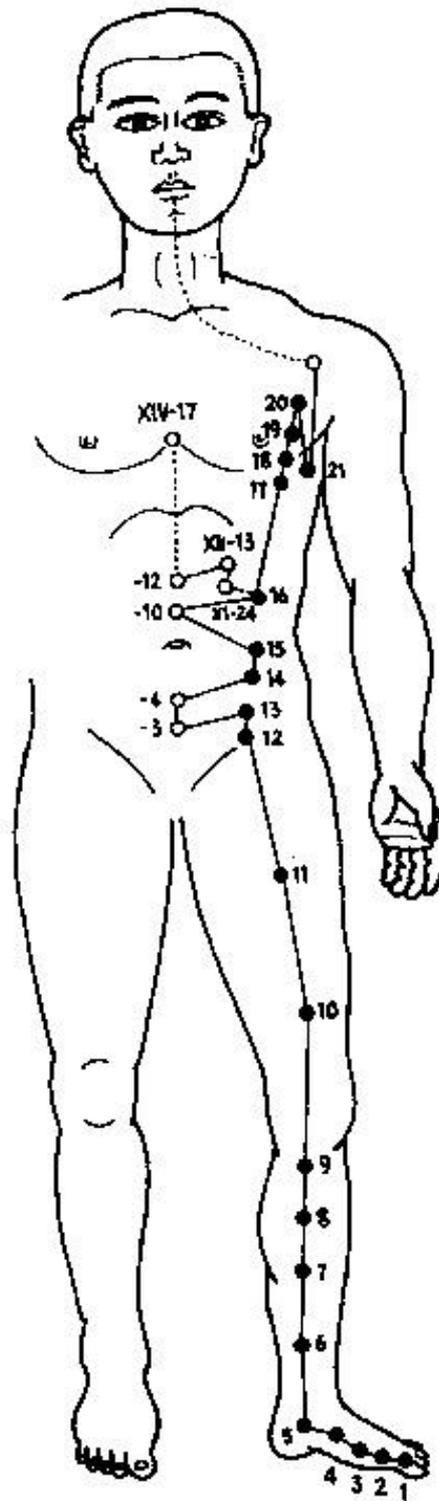


龍谷夫明

- | | | |
|----|----|---------------|
| 1 | 承泣 | Shōkyō |
| 2 | 四白 | Shihaku |
| 3 | 巨髎 | Koryō |
| 4 | 地倉 | Chisō |
| 5 | 大迎 | Daigai |
| 6 | 下頰 | Kyōsha |
| 7 | 頰車 | Gekan |
| 8 | 頰車 | Zui |
| 9 | 人迎 | Jingel |
| 10 | 水突 | Suitotsu |
| 11 | 氣舍 | Kisha |
| 12 | 氣戶 | Katsubon |
| 13 | 氣室 | Kiko |
| 14 | 腹中 | Kobō |
| 15 | 腹中 | Oku-chi |
| 16 | 腹中 | Yōsō |
| 17 | 乳中 | Nyūchū |
| 18 | 乳中 | Nyūkon |
| 19 | 承漿 | Fuyō |
| 20 | 梁門 | Shōman |
| 21 | 梁門 | Ryōmon |
| 22 | 太乙 | Kanmon |
| 23 | 太乙 | Tai-itsu |
| 24 | 肉門 | Katsuniku-mon |
| 25 | 柢 | Tensō |
| 26 | 外陵 | Gairyō |
| 27 | 巨髎 | Taiko |
| 28 | 水道 | Suidō |
| 29 | 氣街 | Kisai |
| 30 | 氣街 | Kishō |
| 31 | 關元 | Hikan |
| 32 | 伏兔 | Fukuto |
| 33 | 陰市 | Inshi |
| 34 | 梁丘 | Ryōkyū |
| 35 | 犢鼻 | Tokubi |
| 36 | 三里 | Sanri |
| 37 | 上巨 | Jōkokyo |
| 38 | 下巨 | Jōkō |
| 39 | 下巨 | Kakokyo |
| 40 | 豐隆 | Hōryū |
| 41 | 解谿 | Kankai |
| 42 | 衝陽 | Shōyō |
| 43 | 內庭 | Kankoku |
| 44 | 內庭 | Naitai |
| 45 | 厲兌 | Reidai |

足の太陰脾経

IV: MERIDIANO Yin BAZO
(21 puntos)



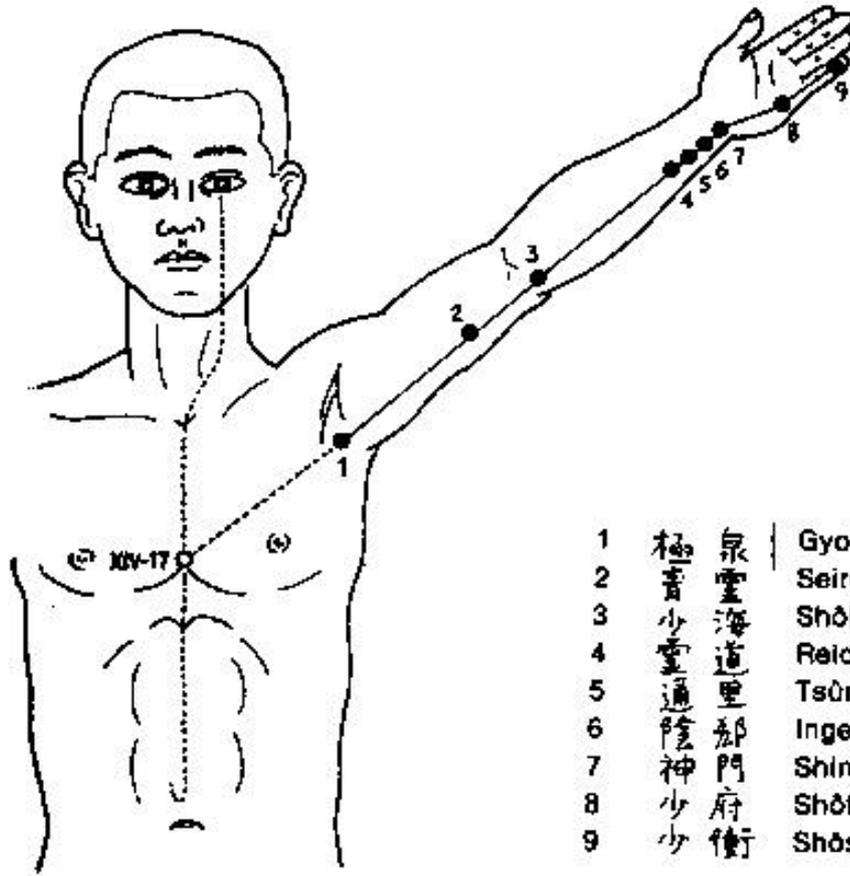
龍谷夫男



- | | | | |
|----|---|---|-----------|
| 1 | 隱 | 白 | Inpaku |
| 2 | 太 | 都 | Taito |
| 3 | 太 | 白 | Taihaku |
| 4 | 公 | 孫 | Kōson |
| 5 | 高 | 丘 | Shōkyū |
| 6 | 三 | 陰 | San-inkō |
| 7 | 瀨 | 谷 | Rokoku |
| 8 | 地 | 槐 | Chiki |
| 9 | 陰 | 陵 | Inryōsen |
| 10 | 血 | 海 | Kekkai |
| 11 | 箕 | 門 | Kimon |
| 12 | 衝 | 門 | Shōmon |
| 13 | 府 | 舍 | Fusha |
| 14 | 腹 | 結 | Fukukatsu |
| 15 | 大 | 種 | Dai-ō |
| 16 | 腹 | 哀 | Fuku-ai |
| 17 | 食 | 實 | Shokutoku |
| 18 | 天 | 谿 | Tenkei |
| 19 | 胸 | 鄉 | Kyōkyō |
| 20 | 周 | 榮 | Shū-ei |
| 21 | 大 | 包 | Taihō |

V: MERIDIANO Yin CORAZON
(9 puntos)

手の少陰心経

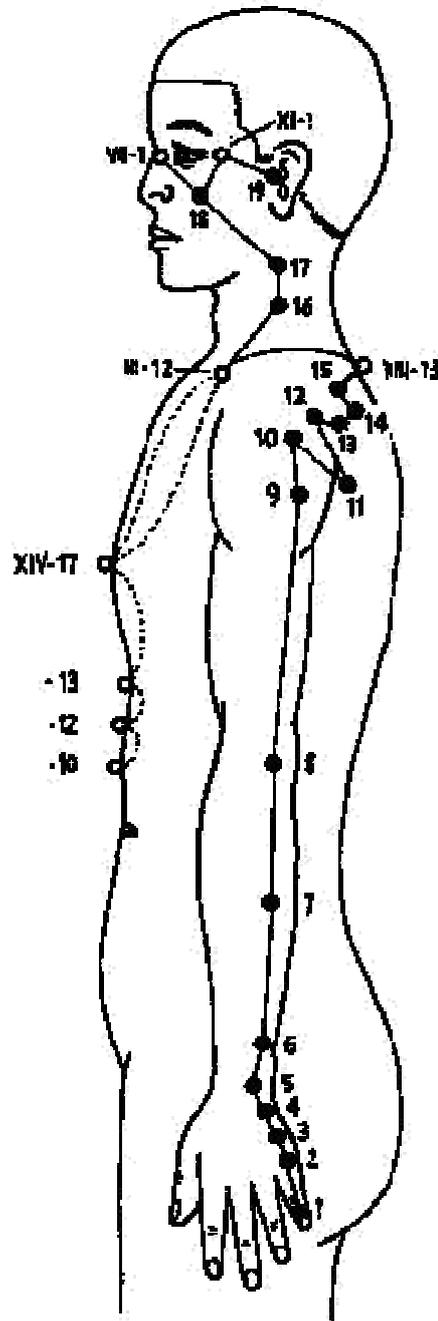


- | | | | |
|---|----|----|----------|
| 1 | 極泉 | 泉 | Gyokusen |
| 2 | 青少 | 靈 | Seirei |
| 3 | 少 | 海道 | Shōkai |
| 4 | 室 | 里 | Reidō |
| 5 | 通 | 却 | Tsūri |
| 6 | 陰 | 門 | Ingeki |
| 7 | 神 | 府 | Shinmon |
| 8 | 少 | 衝 | Shōfu |
| 9 | 少 | 衝 | Shōshō |

藤谷大男


VI: MERIDIANO Yang INTESTINO DELGADO
(19 puntos)

手の太陽小腸經



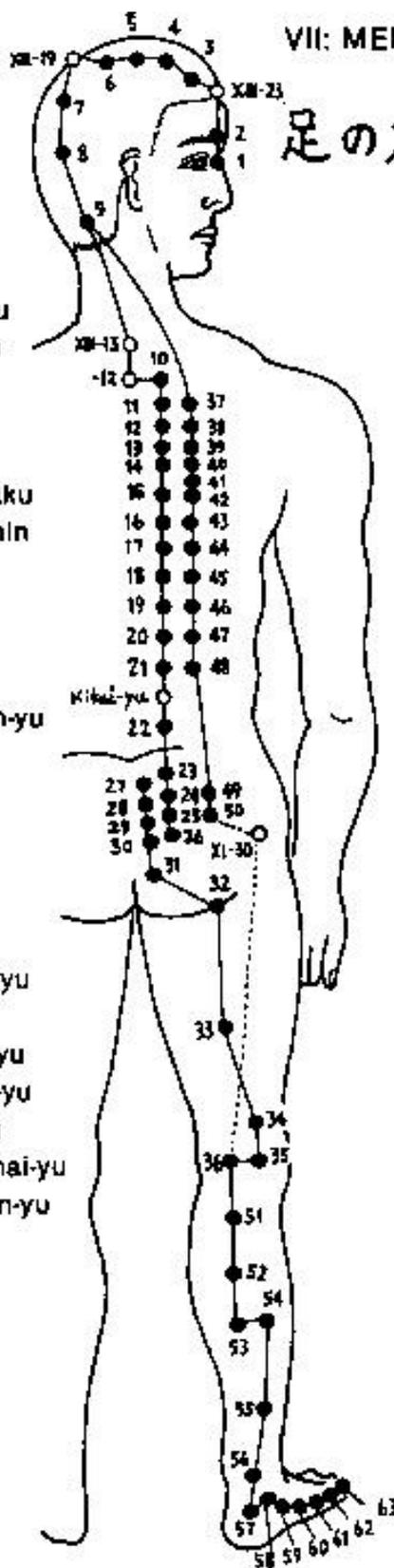
羅谷大男
著

1	少澤	沢谷	Shōtaku
2	少冲	谷	Zankoku
3	少海	鉢	Kōkei
4	腕骨	骨	Wankotsu
5	阳谷	谷	Yōkoku
6	养老	老	Yōrō
7	支正	正	Shiasei
8	小海	海	Shōkai
9	肩贞	贞	Kentei
10	臑俞	俞	Jūyū
11	天宗	宗	Tensō
12	秉风	風	Hōfū
13	曲垣	垣	Kyokuen
14	肩外俞	俞	Kengai-yū
15	肩中俞	俞	Kenchū-yū
16	天容	容	Tensō
17	天髎	髎	Ten-yō
18	天髎	髎	Kanryō
19	天髎	髎	Chōkyō

VII: MERIDIANO Yang VEJIGA
(63 puntos)

足の太陽膀胱経

- | | | | |
|----|---|---|--------------|
| 1 | 睛 | 明 | Saimai |
| 2 | 攢 | 竹 | Sanchiku |
| 3 | 曲 | 差 | Kyokusa |
| 4 | 五 | 処 | Gosho |
| 5 | 承 | 末 | Shôkô |
| 6 | 通 | 夫 | Tsûten |
| 7 | 絡 | 却 | Rakukyaku |
| 8 | 玉 | 枕 | Gyokuchin |
| 9 | 天 | 柱 | Tenchû |
| 10 | 大 | 杼 | Dai-jo |
| 11 | 風 | 門 | Fûmon |
| 12 | 肺 | 俞 | Hai-yu |
| 13 | 厥 | 陰 | Katsuyin-yu |
| 14 | 心 | 俞 | Shin-yu |
| 15 | 膈 | 俞 | Kaku-yu |
| 16 | 肝 | 俞 | Kan-yu |
| 17 | 胆 | 俞 | Tan-yu |
| 18 | 脾 | 俞 | Hi-yu |
| 19 | 胃 | 俞 | I-yu |
| 20 | 三 | 焦 | Sanshō-yu |
| 21 | 腎 | 俞 | Jin-yu |
| 22 | 大 | 腸 | Daichō-yu |
| 23 | 小 | 腸 | Shōchō-yu |
| 24 | 小 | 腹 | Bokō-yu |
| 25 | 中 | 膕 | Chûryonai-yu |
| 26 | 白 | 環 | Hakukan-yu |
| 27 | 上 | 髀 | Jōryō |
| 28 | 次 | 髀 | Jiryō |
| 29 | 中 | 髀 | Chûryō |
| 30 | 下 | 髀 | Geryō |
| 31 | 会 | 陽 | Eyō |
| 32 | 承 | 扶 | Shōfu |
| 33 | 股 | 門 | Inmon |
| 34 | 浮 | 郄 | Fugeki |
| 35 | 季 | 郄 | Iyō |

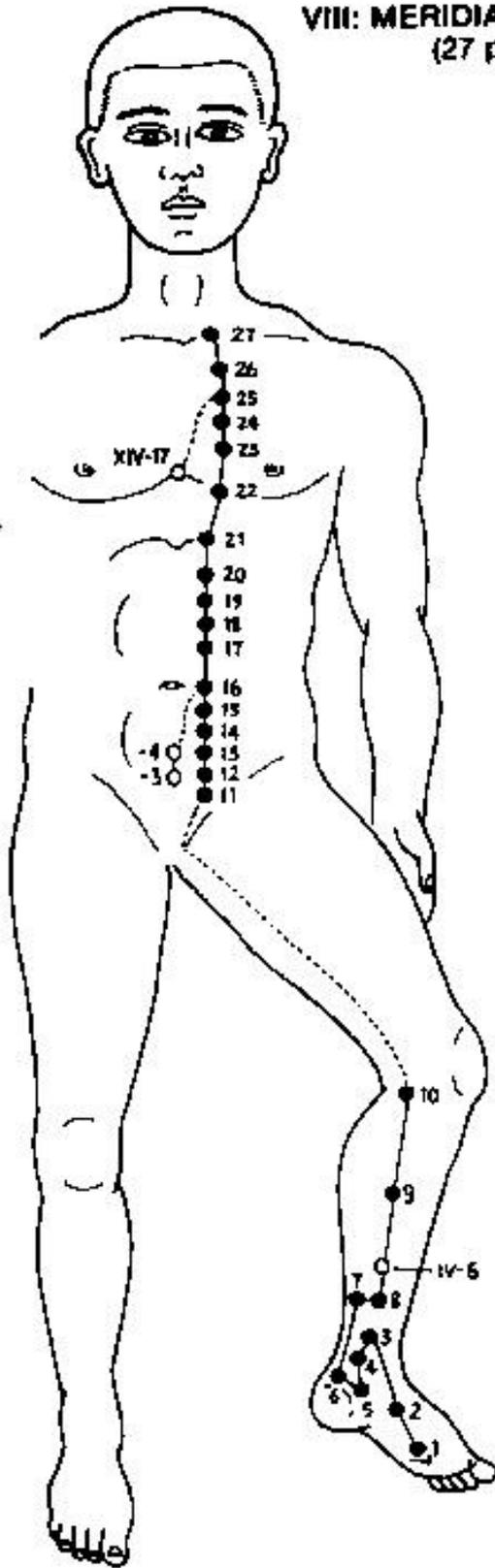


- | | | | |
|----|---|---|-----------|
| 36 | 季 | 中 | Ichū |
| 37 | 附 | 分 | Fubun |
| 38 | 魄 | 戶 | Hakuko |
| 39 | 膏 | 肓 | Kōkō |
| 40 | 神 | 堂 | Shindō |
| 41 | 諶 | 諶 | Iki |
| 42 | 膈 | 間 | Kakukan |
| 43 | 魂 | 門 | Konmon |
| 44 | 隱 | 網 | Yōkō |
| 45 | 臑 | 舍 | isha |
| 46 | 胃 | 倉 | Isō |
| 47 | 肓 | 門 | Kōmon |
| 48 | 志 | 室 | Shishitsu |
| 49 | 胞 | 肓 | Hōkō |
| 50 | 秩 | 邊 | Chitsupen |
| 51 | 合 | 陽 | Gōyō |
| 52 | 承 | 筋 | Shōkin |
| 53 | 承 | 山 | Shōzan |
| 54 | 飛 | 陽 | Hiyō |
| 55 | 附 | 陽 | Fuyō |
| 56 | 崑 | 崑 | Konron |
| 57 | 僕 | 參 | Bokushin |
| 58 | 申 | 脈 | Shinmyaku |
| 59 | 金 | 門 | Kinmon |
| 60 | 京 | 骨 | Kyōkotsu |
| 61 | 東 | 骨 | Sokukotsu |
| 62 | 通 | 谷 | Tsūkoku |
| 63 | 至 | 陰 | Shiyin |

籠谷大男

足の少陰腎経

VIII: MERIDIANO Yin RIÑON
(27 puntos)

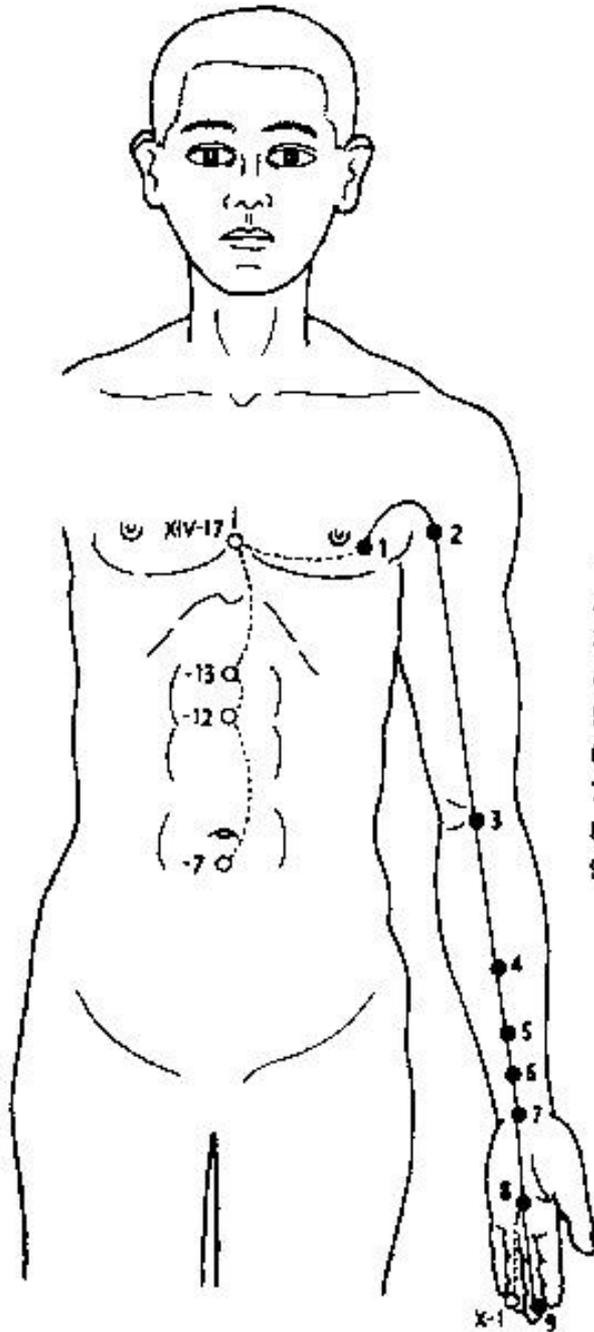


籠谷大男

- | | | |
|----|----|----------|
| 1 | 涌泉 | Yūsen |
| 2 | 然谷 | Nenkoku |
| 3 | 太谿 | Taikel |
| 4 | 大谿 | Taishō |
| 5 | 水泉 | Shōkai |
| 6 | 復溜 | Suisen |
| 7 | 交信 | Fukuryū |
| 8 | 筑阴 | Kōshin |
| 9 | 阴谷 | Chikuhin |
| 10 | 横骨 | Inkoku |
| 11 | 大谿 | Okotsu |
| 12 | 气穴 | Daikaku |
| 13 | 四满 | Kiketsu |
| 14 | 中注 | Shiman |
| 15 | 育俞 | Chūchū |
| 16 | 商曲 | Kōyu |
| 17 | 石阴 | Shōkyoku |
| 18 | 通谷 | Sekikan |
| 19 | 通谷 | Into |
| 20 | 幽步 | Tsūkoku |
| 21 | 神封 | Yūmon |
| 22 | 神封 | Horō |
| 23 | 神封 | Shinpō |
| 24 | 神封 | Reikuo |
| 25 | 神封 | Shinzō |
| 26 | 神封 | Wakuchū |
| 27 | 神封 | Yufu |

IX: MERIDIANO Yin "SHINPÔ"
(9 puntos)

手の厥陰心包經

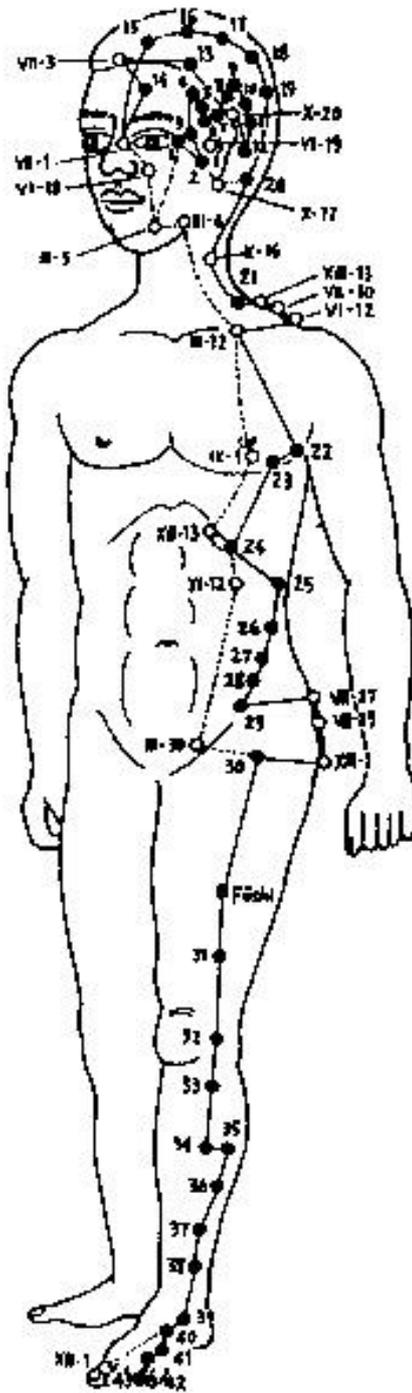


- | | | |
|---|----|-----------|
| 1 | 天池 | Tenchi |
| 2 | 天泉 | Tensen |
| 3 | 曲澤 | Kyokutaku |
| 4 | 郄門 | Gekimon |
| 5 | 間使 | Kanshi |
| 6 | 內關 | Naikan |
| 7 | 太陵 | Tairyô |
| 8 | 勞宮 | Rôkyû |
| 9 | 中衝 | Chûshô |

龍谷大男


XI: MERIDIANO Yang VESICULA BILIAR
(43 puntos)

足の少陽胆経

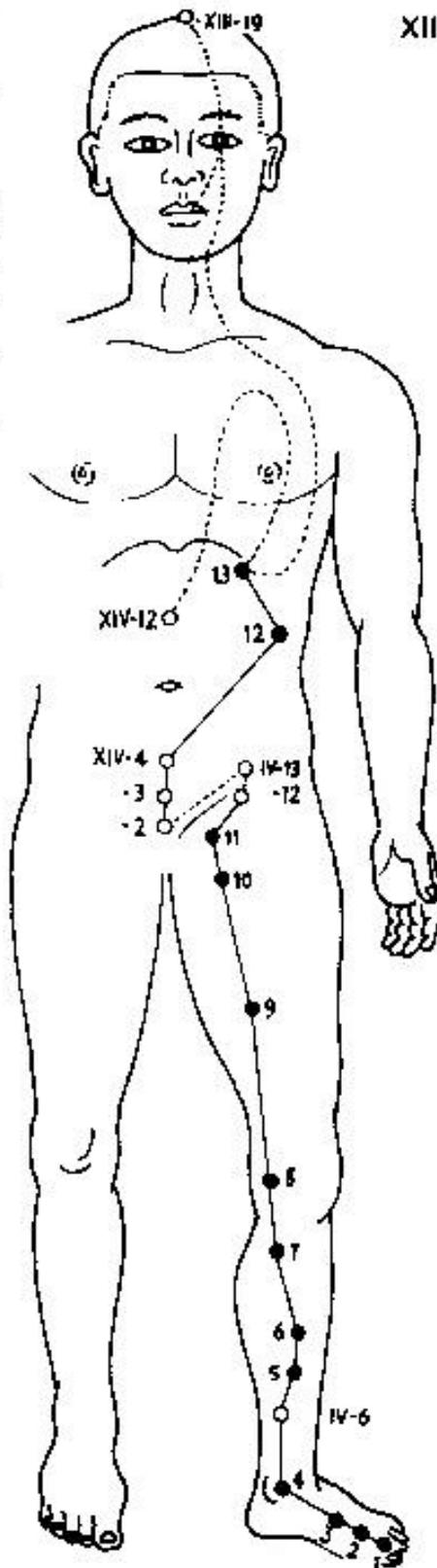


- | | | |
|----|-----|-------------|
| 1 | 瞳子 | Dōshiryō |
| 2 | 睛明 | Chōei |
| 3 | 客主人 | Kyakushujin |
| 4 | 額厭 | Gan-en |
| 5 | 懸釐 | Kenrō |
| 6 | 懸釐 | Kenri |
| 7 | 曲曲 | Kyokubin |
| 8 | 率天 | Sokkoku |
| 9 | 浮白 | Tenshō |
| 10 | 陰骨 | Fuhaku |
| 11 | 神白 | Kyō-In |
| 12 | 注窓 | Kankotsu |
| 13 | 容管 | Honjin |
| 14 | 空室 | Yōhaku |
| 15 | 正承 | Rinkyū |
| 16 | 承風 | Mokusō |
| 17 | 風池 | Shō-el |
| 18 | 井液 | Shōrei |
| 19 | 筋月 | Nōkū |
| 20 | 日京 | Fūchi |
| 21 | 帶五 | Kensei |
| 22 | 極道 | En-eki |
| 23 | 居環 | Shukin |
| 24 | 中瀆 | Jitsugetsu |
| 25 | 陽陸 | Keimon |
| 26 | 陽交 | Tai-myaku |
| 27 | 外丘 | Gosū |
| 28 | 光明 | Idō |
| 29 | 鐘鐘 | Kyoryō |
| 30 | 丘注 | Kanchō |
| 31 | 地五 | Chūtoku |
| 32 | 俠陰 | Yōkan |
| 33 | | Yōryōsen |
| 34 | | Yōkō |
| 35 | | Gaikyū |
| 36 | | Kōmyō |
| 37 | | Yōho |
| 38 | | Kenshō |
| 39 | | Kyūkyō |
| 40 | | Rinkyū |
| 41 | | Chigōe |
| 42 | | Kyōkei |
| 43 | | Kyō-In |

龍谷大月

足の厥陰肝経

XII: MERIDIANO Yin HIGADO
(13 puntos)



- | | | |
|----|---|----------|
| 1 | 敦 | Taiton |
| 2 | 問 | Kókan |
| 3 | 衝 | Taishō |
| 4 | 大 | Chūhō |
| 5 | 中 | Reikō |
| 6 | 蠡 | Chūto |
| 7 | 膝 | Shikkan |
| 8 | 曲 | Kyokusen |
| 9 | 陰 | Inpō |
| 10 | 五 | Gori |
| 11 | 陰 | Inren |
| 12 | 章 | Shōmon |
| 13 | 期 | Kimon |

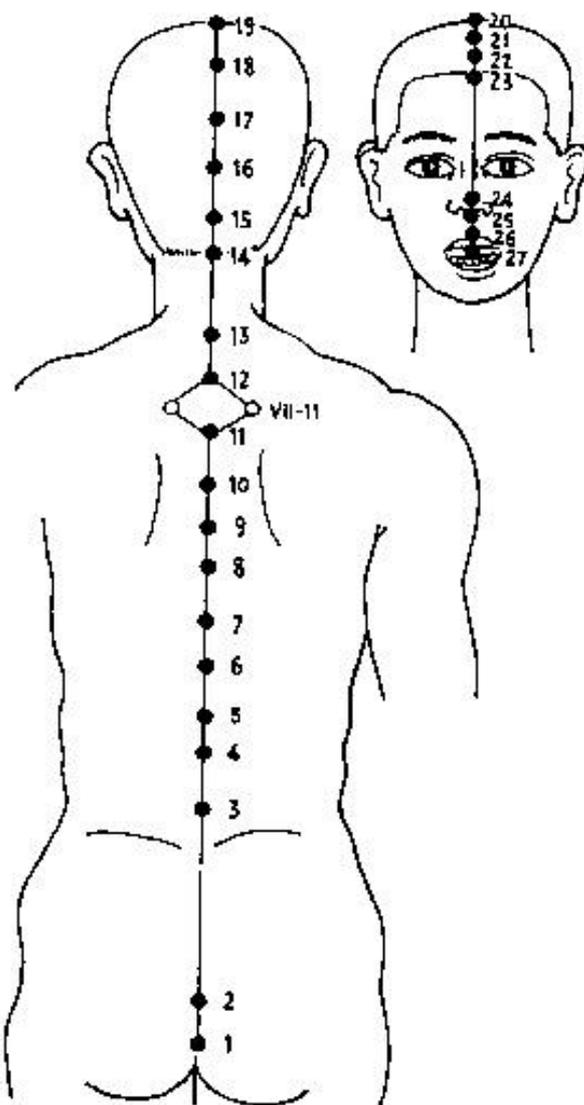
龍谷大男



Meridianos de la Pequeña Circulación

XIII: MERIDIANO Yang "TOKU-MYAKU"
(27 puntos)

督
脈



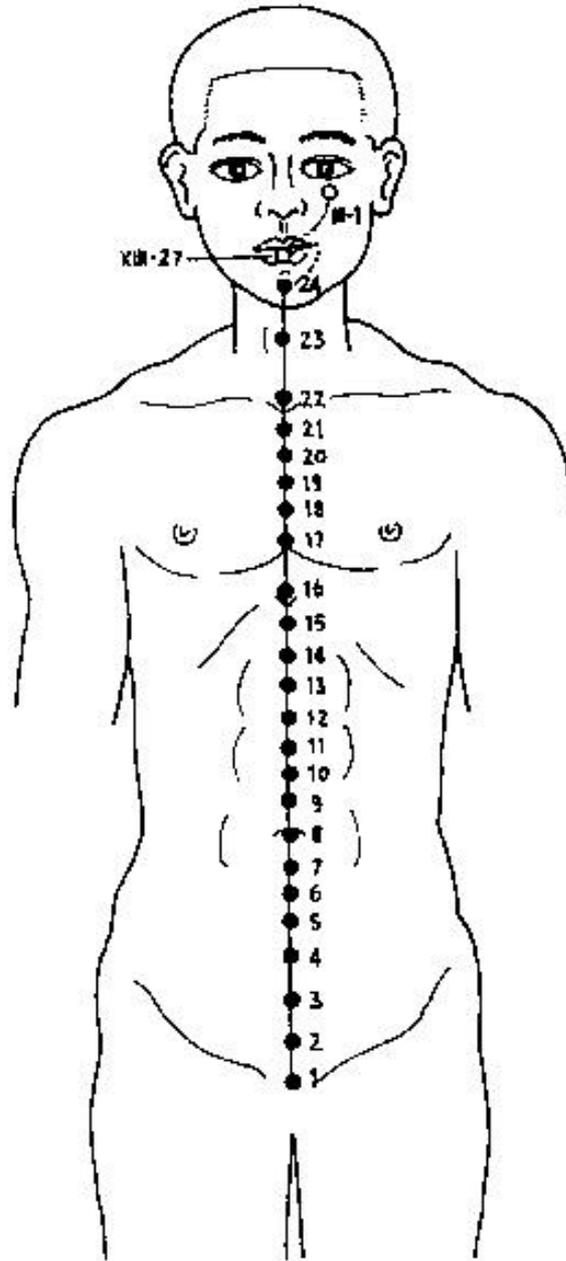
- | | | | |
|----|----|----|----------|
| 1 | 長強 | 強俞 | Chōkyō |
| 2 | 腰陽 | 俞門 | Yōyu |
| 3 | 命門 | 門樞 | Yōkan |
| 4 | 懸脊 | 樞中 | Meimon |
| 5 | 筋縮 | 中縮 | Kensū |
| 6 | 至陽 | 縮陽 | Sekichū |
| 7 | 靈台 | 陽台 | Kinshuku |
| 8 | 神道 | 台道 | Shiyō |
| 9 | 身柱 | 道柱 | Reidai |
| 10 | 陶道 | 柱道 | Shindō |
| 11 | 大椎 | 道樞 | Shinchū |
| 12 | 風府 | 樞門 | Tōdō |
| 13 | 腦戶 | 門府 | Daisui |
| 14 | 強間 | 府戶 | Amon |
| 15 | 後頂 | 間頂 | Fūfu |
| 16 | 百會 | 頂會 | Nōko |
| 17 | 前頂 | 會頂 | Kyōkan |
| 18 | 懸顙 | 頂會 | Kōchō |
| 19 | 上星 | 會星 | Hyakué |
| 20 | 神庭 | 星庭 | Zenchō |
| 21 | 素髎 | 庭素 | Shin-e |
| 22 | 水溝 | 素溝 | Jōsei |
| 23 | 兌端 | 溝端 | Shintei |
| 24 | 兌端 | 端兌 | Soryō |
| 25 | 兌端 | 端兌 | Suikō |
| 26 | 兌端 | 端兌 | Datan |
| 27 | 兌端 | 端兌 | Ginkō |

龍谷次男



XIV: MERIDIANO Yin "NIN-MYAKU"
(24 puntos)

任
脈



- | | | |
|----|---|------------|
| 1 | 陰 | Eyin |
| 2 | 會 | Kyokukotsu |
| 3 | 中 | Chûkyoku |
| 4 | 關 | Kangen |
| 5 | 石 | Sekimon |
| 6 | 氣 | Kikai |
| 7 | 陰 | Inkô |
| 8 | 神 | Shinketsu |
| 9 | 水 | Suibun |
| 10 | 下 | Gekan |
| 11 | 建 | Kenri |
| 12 | 中 | Chûkan |
| 13 | 上 | Jôkan |
| 14 | 巨 | Koketsu |
| 15 | 鳩 | Kyûbi |
| 16 | 中 | Chûtei |
| 17 | 臆 | Danchû |
| 18 | 玉 | Gyokudô |
| 19 | 紫 | Shikyû |
| 20 | 華 | Kagan |
| 21 | 璇 | Senki |
| 22 | 天 | Tentotsu |
| 23 | 天 | Rensen |
| 24 | 承 | Shôshô |

龍谷大男



CAPITULO

X

Casos clínicos

Mi método y el trabajo interdisciplinario

Prof. Eduardo Colazo

Explicación previa

Antes de exponer sobre algunos casos clínicos se hace necesario hacer notar la diferencia entre la visión de la medicina académica occidental y la medicina natural oriental. La primera trata de clasificar el estado que presenta el paciente dentro de alguna de las patologías conocidas mediante el estudio de variables impersonales tales como los niveles de determinadas sustancias en la sangre, la edad o el género, a la vez que estudia las posibles lesiones en los tejidos del organismo mediante pruebas con elementos radioactivos (radiografías), campos magnéticos (escáner), ultrasonidos... para aplicar el tratamiento más apropiado a la patología del paciente. Tratamiento que sólo cambia en la dosificación según el caso.

Mi método de Shiatsu, si bien tiene en cuenta algunos estudios útiles por cierto, mas bien trata de entender a la persona en su conjunto, de manera personal y exclusiva, incluyendo el estudio el cuerpo desde la funcionalidad, la mente, el entorno, el trabajo, la familia, la estación del año, el clima local y muchos otros parámetros que configuran un determinado estado para una persona concreta, en el momento y lugar de la terapia y que puede cambiar en diferentes sesiones de tratamiento.

(Dios hizo al hombre como un ser complejo, con dimensiones físicas, mentales y sociales, y a Él le interesa cada aspecto de nuestra condición de persona Hebreos 4:12 y 1 Tesalonicenses 5:23)

De este modo, el tratamiento no puede establecerse de antemano, no existen fórmulas preconcebidas de tratamiento (salvo como recurso didáctico para el aprendizaje de los estudiantes que aun no tienen demasiada experiencia profesional). No se trata de buscar en el paciente los síntomas de una supuesta enfermedad, sino que en cada ocasión se realiza un tratamiento diferente en función del estado que presenta la persona en ese momento, incluso desarrollándolo y cambiándolo a medida que las reacciones al contacto con el paciente nos proporcionan una información de lo que está ocurriendo en ese momento en su ser. No se sabe nunca de antemano cuál de las técnicas se va a emplear en un paciente hasta el mismo momento de la entrevista, la terapia responde a los cambios que se están produciendo en el paciente mientras se desarrolla la sesión.

Una vez explicada esta crucial diferencia se comprenden con más facilidad algunos obstáculos en la comunicación y comprensión entre ambas formas de tratamiento, como son:

1. La imposibilidad de someter la terapia natural al método científico con los ensayos a doble cero (¿Cómo hacer una terapia manual falsa/placebo para comparar con la verdadera?). Para hacer este tipo de ensayos es necesario que ni el paciente ni el terapeuta sepan si realmente están haciendo una terapia o se le esta aplicando un placebo. En el shiatsu, la comprensión psicológica del paciente mediante la observación y el diálogo son parte de la terapia, es imposible aislar al terapeuta del paciente.
2. La dificultad de aplicar un seguimiento estadístico a las terapias (Si cada terapia es diferente y las estadísticas requieren grandes muestras para tener algún valor, nunca conseguiremos un universo estadístico suficiente). Cada sesión es diferente, incluso con el mismo paciente y el mismo terapeuta, los cambios acaecidos en ambos entre una sesión y otra hacen variar la terapia.
3. La dificultad de valorar de antemano el número de sesiones que necesita un paciente (¿Quién puede saber cómo va a reaccionar un paciente y cuantas sesiones va a necesitar?)

La eficacia de un método terapéutico depende de la precisión de su diagnóstico y aplicación correcta.

¿Que puede solucionar?

La respuesta esta en la correcta aplicación, diagnóstico y en los límites del terapeuta y del paciente, hay síntomas y malestares que nacieron con el hombre y otros actuales ocasionados por la forma de vida moderna.

Mi trabajo con las terapias complementarias, shiatsu, ventosas, acupuntura, auriculoterapia y ahora con metodología propia, es aproximadamente de hace 30 años. Mi formación profesional es una síntesis de la experiencia lograda a través de la atención diaria de pacientes propios y otros derivados por profesionales de la salud, y del trabajo interdisciplinario, y sobre todo siguiendo el camino de la investigación que es permanente. En especial la investigación en áreas del movimiento corporal en distintas artes marciales: en defensa personal, aikido, biodanza, contac improvisación, sensoperceptiva, feldenkrais, etc. Disciplinas que me han aportado un mayor control sobre mi cuerpo y el cuerpo del sujeto a tratar desde una óptica de biomecánica y funcionalidad.

Desde mi punto de vista, en base a la experiencia, hago mayor hincapié en el sistema muscular, dado que el sistema óseo es un órgano pasivo que depende básicamente del músculo para alimentarse y para moverse, por lo tanto depende del buen estado y la funcionalidad del mismo. En una documental de la B.B.C. mujeres de entre 18 y 22 años se fracturaban por hacer 8 horas de aeróbic diarias, al dejar la actividad y hacer relajación, natación y yoga la osteoporosis desapareció, la conclusión es obvia, las contracturas musculares provocaban la osteoporosis funcional.

La práctica corporal en Defensa Personal realiza un trabajo constante sobre todas las cadenas musculares y las articulaciones que permite un conocimiento del cuerpo desde la biomecánica, ergonomía, y la funcionalidad del mismo y no desde la anatomía de disección. De este modo colabora para que las personas reconozcan segmentos corporales que están fuera de la atención por la imposibilidad de trabajarlos solos.

El dolor muscular puede (y suele) manifestarse a distancia sin que exista necesariamente una conexión nerviosa entre el origen del dolor y el sitio donde se percibe. Muchas veces el dolor local no se resuelve porque no se ha buscado o encontrado el verdadero punto de origen. El dolor muscular suele ser de carácter profundo, "como si dolieran los huesos". Es común que con el tiempo la persona empiece a deprimirse ante la continuidad del dolor y la discapacidad asociada.

¿Cómo funciona? La presión digital, la manipulación articular y las elongaciones provoca el estímulo y el cuerpo reacciona. En una primera fase podemos suponer que el estímulo se obtiene por presión digital, después, la interacción homeostática de los sistemas del organismo asegura el relevo y la acción terapéutica logra su máximo alcance.

De acuerdo a la acupuntura y otros sistemas, la cantidad de puntos varia de 660, otros 1200 y algunos muchos mas, y se ubican donde se unen o separan vasos sanguíneos, linfáticos, nervios o conductos excretores de las glándulas.

La irritación de cualquier punto del sistema nervioso puede producir alteraciones no solamente en las partes adyacentes sino también en partes remotas del organismo, promueve una mayor circulación en la zona y el resto del organismo haciendo que ese flujo mayor de sangre elimine la contractura que es acumulación de ácido láctico y genera dolor.

No podemos dejar de tener en cuenta que hoy tenemos tanto enfermedades de vieja data como nuevas, CANCER, SIDA, ECIN – (Enfermedades crónicas inmunológicas y neurológicas). Es decir, las enfermedades han evolucionado desde el inicio del Sistema, lo que motiva el desarrollo de mi metodología, la cual difiere en algunos aspectos al tradicional, aplicándolo con excelentes resultados.

La metodología aplicada difiere de un paciente a otro. Se busca un trabajo inicial en el cual se trata de equilibrar los procesos del sistema nervioso con un trabajo profundo movilizador. Es aplicado teniendo en cuenta e intentando llegar desde el punto tratado a todo el resto del cuerpo, haciendo que la movilización provoque una suerte de onda expansiva (como si uno tirara una piedra en el agua y formara ondas). Debe ser ejercido con mucho cuidado por su semejanza a un impacto, como en las artes marciales, dado la poca superficie de presión y su potencia y penetración según la zona en que se está trabajando.

El terapeuta dispone de una única herramienta privilegiada: su cuerpo. Debe entrenarse muy bien y conocer perfectamente la utilización de todo su cuerpo, en especial la posición de su cuerpo para trabajar con soltura, nada de tensión porque no solo se puede lastimar sino que puede lesionar al paciente.

La explicación escrita puede no comprenderse y es lógico, es difícil transmitir lo que es una sensación.

“Lo que se lee se olvida, lo que se ve se recuerda y lo que se hace se aprende”

Refiriéndonos al grupo de patologías como

Fibromialgia, dolor miofacial, sueño de poca calidad, dolores corporales, fatiga, falta de energía, depresión, ansiedad, estrés, dolores de cabeza por tensión, entumecimiento u hormigueo de brazos y piernas y muchos otros.

Para este tipo de personas, los ejercicios de relajación, los estiramientos, los baños en piscinas de agua caliente, la acupuntura, el shiatsu, entre otras terapias complementarias son muy útiles e importantes ya que sus músculos se contraen y la falta de actividad resiente el tono muscular y este tipo de manipulación es ideal para colaborar en la recuperación muscular idónea.

La aplicación en pacientes embarazadas resulta de ayuda en los procesos circulatorios y mayor relajación durante el proceso del parto, además de un umbral doloroso de menor intensidad, y eficaz por el contacto ya que en ese estado sus niveles de ansiedad son elevados.

En pacientes con lesiones crónicas atendidos interdisciplinariamente, se observó una mejoría no solo subjetiva, sino mayor movilidad de las zonas afectadas, disminución de los edemas locales y mayor confianza en el manejo del umbral doloroso.

En el agua es un muy buen método para este tipo de problema, pero también la técnica si bien es la misma, el método a aplicar debe ser modificado, adaptándolo al ámbito acuático para que pueda aplicarse igual que en camilla, cama o esterilla y los resultados sean óptimos, (el paciente no debe ser sostenido por el terapeuta porque carece de resultados beneficiosos) por el momento aquí no existe la posibilidad de aplicación por los costos y la falta de un lugar adecuado, en las termas de Papallacta (Quito, Ecuador) practique el masaje con pacientes de las termas con resultados excelentes.

En el agua, es útil en todos los casos, Es la combinación de un elemento natural como el agua, con todas sus ventajas y propiedades y el masaje como regulador de energía, terapéutico relajante. Puede ser realizado en una piscina, o en centros termales.

La terapia aplicada a pacientes femeninas operadas de cáncer de mama, de evolución y pronóstico favorable, no terminales, resulta de gran utilidad y valor terapéutico para el control de la ansiedad, regulación del estado de ánimo y rehabilitación corporal y de gran ayuda en la radioterapia posterior a la cirugía.

Algunas de las observaciones sobre los casos mencionados

- Regulación de los niveles de ansiedad.
- Moderación de la autoestima. Las crisis depresivas son frecuentes en estos casos por la realidad del diagnóstico y por el impacto estético, factores que comprometen la auto-imagen y el sentimiento de desvalorización.

- Se reubicaron las ideas negativas restableciendo la auto-confianza.
- Se logró la movilidad del brazo afectado.
- Se cumplió sin perturbaciones emocionales, la terapia radiante con ajustada tolerancia de la situación. Hubo control del estrés.
- Los análisis bioquímicos fueron mantenidos en los límites normales a través del proceso.

Pacientes en estado depresivo, van recuperando su autoestima a las pocas sesiones de tratamiento. Un buen trabajo afecta al sistema nervioso y endocrino. Un seguimiento sobre pacientes derivados por depresión, mostraron que al cabo de cinco sesiones, mejoraban su capacidad de adaptación, mejoraba su síntoma depresivo y comenzaban a poder integrarse. Este efecto se reflejaba en disminuciones en los niveles de hormonas como el cortisol y la noradrenalina que están asociadas con la depresión y el estrés.

Pacientes con lesiones crónicas atendidos interdisciplinariamente con médicos que practican medicinas convencionales y complementarias, se observó una mejoría no solo subjetiva, sino mayor movilidad de las zonas afectadas, disminución de los edemas locales y mayor confianza en el manejo del umbral doloroso.

Esta es una muy breve reseña de pacientes atendidos. (Mas de 8000 en todos estos años de trabajo)

Antes de aplicar el tratamiento, se debe averiguar lo más posible sobre sus actividades diarias, estilo de vida, etc, ya que la mirada es diferente a otras artes de curar.

Caso 1: Paciente Gloria F., derivada por Elida Nocetti (psicóloga) mujer de 43 años operada de cáncer de mama con evolución favorable, dolor en el brazo y hombro derecho, al cabo de la primera sesión el dolor disminuyo en un 70% se calmo su ansiedad y después 15 días, a la 4ta sesión el dolor del hombro desapareció y logro la movilidad de su brazo sin dolor.

Caso 2: Paciente, Sra. Elsa P. (55 años) derivada por el Dr. Guimenez Molinillo (medico acupuntor y homeópata) portadora de una atrofia pontocerebelosa, en estado de caquexia (estado de deterioro orgánico, profundo y progresivo, caracterizado por su adelgazamiento y debilitamiento acentuado) debido a su rigidez y totalmente postrada. A los quince días de iniciado el tratamiento comenzó a caminar y al mes pudo volver a ingerir alimentos por sus propios medios y a los seis meses recuperó 10 kilos de los diecisiete que había perdido. Es de mencionar que antes de comenzar el tratamiento se le había dado una expectativa de vida de días. Las sesiones eran 2 por semana.

Caso 3: Paciente, Srta. Susana C. de 26 años, derivada por el Dr. Isidro Solórzano (homeópata) con imposibilidad de expresarle al profesional su situación, trabajando primero todo el cuerpo y luego entre las escápulas principalmente, se logra en la 1ra sesión, primero un estado de opresión, luego sensación de no poder respirar y a continuación el llanto, tras lo cual pudo expresarse con fluidez ante su medico, lo que contribuyo a que pudiera ser medicada con claridad, se continuaron sesiones de 1 por semana mas puntos de auriculoterapia hasta obtener resultados satisfactorios.

Caso 4: Paciente con erisipela, Sra. Elena R. 72 años, derivada por profesionales del Centro Ciata., al aplicar mi metodología comenzó a supurar, entro en un estado de frío intenso a pesar de ser verano y a los pocos días a mejorar, remitiendo hasta su curación. Se continuó aplicando durante los dos meses siguientes logrando una mejoría sustancial en su circulación y en su andar.

Caso 5: Paciente Analia S., de 34 años, derivada por Elida Nocetti (psicóloga) paciente operada de cáncer de mama izquierda, con evolución y pronostico favorable, se aplico shiatsu y se logro un mejor descanso, una respuesta favorable en los tratamientos oncológicos al esta mas receptiva y disminución del dolor y mayor movilidad del brazo y hombro. Las sesiones se continuaron hasta lograr que pudiera hacer natación y volviera a tener una movilidad natural y completa.

Caso 6: Paciente Liliana G. de 43 años, se presenta a la consulta con un fuerte dolor en el hombro izquierdo de 15 días de evolución. Derivada por el Dr. Fernando Callejón. Medicada con Diclofenac 50 mg y magnetoterapia. En la Rx no se observan lesiones óseas y llega con el diagnóstico de omalgia sine materia. En la primera consulta aplico el shiatsu con presiones y elongaciones mas profundas y técnicas de codo en el trayecto del meridiano de Intestino delgado, recupero en la primera sesión un 70% de la movilidad y una reducción del dolor de casi el 60%, a los tres días de tratamiento remitió totalmente el dolor y recupero en la totalidad su movimiento. Se dejaron durante una semana más puntos de auriculoterapia para completar.

Caso 7: Paciente, Sra. Jimena P. 45 años, derivada por la psicóloga Elida Nocetti, operada de cáncer de mama y con dolor intercostal al mover el brazo, mas una zona de tensión y dolor en la axila, que había sido tratada con movilizaciones que le provocaban mas dolor y contracturas y medicada con Paracetamol 400 mg. sin resultados, pudo remitir en casi un 80 % del dolor en la primera sesión, al cabo de 22 días, después de la 5 entrevista el dolor cedió en su totalidad.

Caso 8: Paciente: Roberto A, 43 años, analista de sistemas, derivado por el Dr. Esteban Buttice, viene a la consulta con el diagnostico de compresión en las vértebras cervicales, a partir de la primera sesión se observa una mejoría sustancial y a la tercera el dolor desaparece totalmente, aparte del trabajo general se trabajan los puntos ashi zonales y distales y todo el lateral de la columna, la región escapular y trapecio. (En este caso, como anecdótico y para reafirmar que se debe preguntar siempre antes de tratar o diagnosticar, es una persona de aproximadamente 1,87 mts. de estatura y su vehiculo era un Citroen, con lo cual la postura de manejo durante varias horas era encorvada lo que provocaba una importante contractura en toda la zona de la cintura escapular)

Caso 9: Paciente: Marcela F, 39 años, odontóloga, llega a la consulta con un diagnostico de tres hernias cervicales y dolor en el hombro y la muñeca derecha, angustiada y dolorida, tiene indicado el uso de la minerva, en la primera sesión recupera la movilidad del cuello sin dolor, se reduce casi en la totalidad el dolor del hombro y la muñeca, realiza una consulta en Bs. As. donde le informan que no tiene ninguna hernia cervical y que continúe con el trabajo, a la cuarta sesión los dolores han desaparecido.

Caso 10: Paciente: Francisco Q, (65 años) medico, dolor en las dos rodillas principalmente del lado interno, el profesional medico que lo atiende le indica reposo, dejar toda actividad y debido a su edad, se trabaja la totalidad y después la zona de los gemelos internos y la fascia externa, en la primera sesión cede el dolor en un 70%, después de la 5ta sesión pudo jugar nuevamente al tenis y andar en bicicleta, el dolor cedió totalmente.

Caso 11: Paciente, Sra. Graciela R. 62 años, consulta por dolor en la ingle izquierda, el pronostico es de operación para colocar una prótesis en la cadera, se trabajo todo el cuerpo como en todos los casos y luego la zona y los puntos ashi (de dolor) tanto distales como proximales, el dolor remitió casi totalmente en la primera sesión, como antecedentes, había sufrido polio a los 13 años, me consulta por indicación del hijo Rubén G., medico que reside en EEUU y trabaja en emergencias que le había indicado que buscara otra alternativa para evitar la operación. Fue atendida en dos oportunidades más pero ya el dolor había desaparecido.

Caso 12: Paciente, Srta. Lucrecia M., 3 años, dolores en los pies y pronostico operación, la derivo en primer lugar al Dr. Simon Pericich (medico traumatólogo) que no esta de acuerdo con la operación y la deriva a mi consultorio nuevamente, cito a los padres y como el masaje debía ser diario les enseño a hacerlo, a la fecha tiene 16 años, nunca mas dolieron los pies y no fue operada.

Caso 13: Paciente, Norberto C. (locutor) 45 años, consulta por un dolor irradiado al hombro derecho con pronóstico de operación de cervical, se trabaja la totalidad y luego los puntos de dolor distales y proximales además de la zona escapular derecha, el dolor desaparece en la primera sesión y se hace una entrevista posterior para la remisión total. (Derivado por profesionales del Ciata), no se realizo la operación.

Caso 14: Paciente Sebastián F., su hijo Rubén F. (psicólogo) consulta por un problema de próstata de su padre al que habían tratado con medicación alopática y homeopática y la

micción seguía siendo insuficiente, aplico acupuntura en varios puntos específicos y cuando se levanta de la camilla su micción fue normal, se continuo el tratamiento dos veces por semana los 15 días siguientes aplicando el shiatsu, además de acupuntura y auriculoterapia, se aplico a una vez por semana los 15 días siguientes y se hicieron dos aplicaciones mas una cada 15 días y no se repitió el cuadro.

Caso 15: Paciente, Florencia T. Maestra, llega a la clínica con congestión en los ojos después de una crisis de llanto y colocar maquillaje, los mismos se edematizan, el dr. Isidro Solórzano la deriva y se aplica acupuntura y shiatsu en zonas y puntos específicos y remite la inflamación en 20 minutos.

Caso 16: Paciente, Eleonora D., paciente de Rubén F. (psicólogo) llega a la consulta con problemas de cistitis, se hace un barrido tensional con mi método de shiatsu y se aplica moxa (calor en puntos de acupuntura) remite en la primera sesión el 80 % y totalmente al segundo día de tratamiento.

Caso 17: Paciente, Roberto C. (bancario) 38 años, paciente derivado por el dr. Isidro Solórzano (medico homeópata) sufre de picazón generalizada, los tratamientos probados hasta ese momento tanto de la medicina alopática ni homeopática tener resultados, se le practico el shiatsu con mi metodología y se le aplico moxa (calor en puntos de acupuntura) en puntos específicos logrando la desaparición del síntoma, un 60 % en la primera visita lo cual le permitió dormir y descansar, y remitió totalmente a la 5 sesión.

Caso 18: Paciente Alicia C, derivada por la Dra. Maria Delia Laporta, con pronostico de bursitis en su cadera derecha, se trabaja en general todo el cuerpo, la zona glútea, las facias y el cuadriceps, se logra una reducción del dolor de casi el 60 %, al cabo de 6 sesiones se logra una estabilidad en el dolor y se reduce en un 90 %, con la continuidad del tratamiento desaparece totalmente.

Caso 19: Paciente Cristine B, derivada por Dr. Isaac Fernández, llega a la consulta con dolor general y calambres en las piernas, se trabaja todo el cuerpo, las zonas mas afectadas como espalda, caderas, y piernas muy sensibles a la presión, siente que el cuerpo tiene una reacción de picazón definida como agradable, a la consulta siguiente los calambres habían desaparecido así como el dolor del resto del cuerpo había cedido casi en su totalidad.

Caso 20: Paciente Daniel B. con dolor en el hombro por movimiento forzado, de 56 años que comenzó con dolor intenso, profundo, de naturaleza quemante en el hombro y brazo derechos tras efectuar un movimiento forzado y enérgico al errar a una pelota de tenis, dos meses antes. Consultó a especialistas, realizó diferentes tratamientos, sin solución, el dolor era muy intenso, estaba limitada severamente la movilidad del hombro. El paciente había dejado de realizar actividades y permanecía inmóvil la mayor parte del tiempo y angustiado. Se trataba de un dolor músculo-tendinoso. Los músculos más comprometidos eran el deltoides y el pectoral menor, no obstante estaba afectada prácticamente toda la musculatura de la región. Recibió tratamiento con mi método de shiatsu y ventosas, después de primera sesión se reduce un 40% del dolor, al cabo de la 6ta. Sesión, el dolor desapareció y recuperó la totalidad del movimiento del hombro.

El dolor muscular suele ser de carácter profundo, "como si dolieran los huesos". Es común que con el tiempo la persona empiece a deprimirse ante la continuidad del dolor y la discapacidad asociada.

Caso 21: Paciente Liliana V. Mujer de 24 años Dolor e imposibilidad de abrir una puerta o una botella de gaseosa. Caída de objetos de la mano, debía pedir ayuda o usar su mano no diestra. El dolor también se manifestaba cuando quería leer el diario acostada elevándolo a la altura de su vista.

Ante la práctica del método shiatsu se puso en manifiesto la presencia de focos hipersensibles en el músculo supinador, en el antebrazo. Este músculo permite girar la mano en los movimientos que la paciente no podía hacer. El tratamiento permitió a la paciente reanudar sus actividades normalmente. El compromiso muscular puede manifestarse con dolor pero también

con dificultades importantes para hacer algunos movimientos. En este caso, un tratamiento simple devolvió a la paciente calidad de vida.

Caso 22: Paciente Jorge R. de 47 años Dolor en el pulgar y palma de la mano, derivado por el Dr. Fernando Callejón, que desde aproximadamente un año atrás presentaba dolor en el dedo pulgar y en la palma de la mano derecha. El movimiento del dedo estaba conservado pero sentía dolor al escribir o al tomar objetos con su mano. No recordaba ningún traumatismo local. No padecía ninguna enfermedad y todos los estudios para patologías articulares fueron negativos. Diagnóstico: tendinitis. Los medicamentos (dipirona, corticoides y otros) no hacían efecto mas que momentáneo. El tratamiento con método propio de shiatsu resolvió el problema. El dolor muscular puede (y suele) manifestarse a distancia sin que exista necesariamente una conexión nerviosa entre el origen del dolor y el sitio donde se percibe. Muchas veces el dolor local no se resuelve porque no se ha buscado o encontrado el verdadero punto de origen.

Caso 23: Paciente Catalina M. Mujer de 46 años. Dolor hombro-mano. Distrofia simpática. Refiere que 1 mes antes comienza con dolor intenso y adormecimiento (hormigueo) en el hombro, brazo y mano izquierdos asociado a cambios de temperatura en esa extremidad, reducción del tamaño del ojo izquierdo y lagrimeo. Previamente a la aparición de este cuadro llevó "a caballito" en los hombros a su nieto. Cinco meses antes fue asaltada y en el intento de arrebato de su cartera colgada del hombro izquierdo cayó al suelo y fue arrastrada varios metros.

En la primera consulta llegó con soporte para el brazo, muy dolorida, sin respuesta a los medicamentos. Se interpretó que los episodios de asalto y arrebato así como el de llevar a "caballito" en los hombros fueron hechos desencadenantes.

Por lo tanto en primer lugar se trató la totalidad con shiatsu y ventosas. Inmediatamente experimentó sensación de relajación parcial del brazo izquierdo. Luego se continuó el tratamiento, obteniéndose una relajación aún mayor del brazo y recuperación de tamaño del ojo izquierdo. Como resultado en los días siguientes suprimió toda la medicación con excepción de los corticoides que fue dejando paulatinamente. Experimentó una mejoría importante que duró 48 hs.

En la cuarta sesión 15 días después de la primera el dolor remitió. La recuperación fue completa.

Caso 24: Paciente Elena H. mujer de 56 años, dolor en la articulación del hombro con imposibilidad de levantarlo en cualquier dirección, es atendida en el Hospital Provincial, en la Rx no se observan lesiones óseas, se la trata con Diclofenac 50 mg y se le indican sesiones de calor y fisioterapia, lo cual provoca mayor dolor, la movilización genera mayor contractura en la zona y se empeora, en la primer sesión que ocurre a los 45 días de haber comenzado el dolor, el mismo cede apenas un 30%, al cabo de 4 días, había mejorado mas al aplicar fomentos con toalla y agua caliente, en la 5ta sesión aparece un hematoma y allí comienza a poder movilizar con mayor soltura y menos dolor, no se aplican sesiones de shiatsu sino que se la trata con auriculoterapia, a los 12 días había recuperado casi la totalidad del movimiento.

Caso 25: Paciente Hebe B mujer de 62 años, (psicóloga) en otras ocasiones también fue atendida por mi por diferentes problemas los cuales fueron resueltos en su oportunidad, llega esta vez a la consulta con dolor en las dos rodillas, el pronostico es operación de ambas rodillas y colocación de tutores, con una rehabilitación de mínimo 1 año, en una primera consulta el dolor cede en un 60%, programamos una sesión semanal y se le indican ejercicios de tensión y relajación de la zona como para equilibrar los tendones y ligamentos que llegan a las rodillas, además comienza con ejercicios en pileta, al cabo de las 6 sesiones el dolor cede y restablece su andar normal.

Caso 26: Paciente Paula A. mujer de 34 años, bailarina, consulta por un dolor en la zona de los gemelos y tobillo de la pierna derecha, a los doce años estuvo internada por un problema gástrico, cuando es dada de alta comienza con el dolor y continuo sin desaparecer, en la primer sesión le pregunto si tiene recuerdo de algún golpe, torcedura o calambres y dice no recordar, le trabajo todo el cuerpo, el dolor disminuye en un 30%, a los pocos días me llama y

después de consultar con la familia me refiere que, a esa edad de 12 años practicaba patín muchas horas, que se quejaba de dolor punzante por calambres, dolor en el estomago principalmente en el diafragma por el dolor del calambre, sus músculos comienzan a recuperar la memoria y aparecen nuevamente dolores en el diafragma y hombro opuesto, en la segunda sesión con mi método y elongación se logra reducir el dolor y mayor movilidad y liviandad del miembro, desaparece el dolor del hombro y se libera mas el diafragma. Es una prueba de el tiempo que puede durar una contractura provocada por un dolor y por la acumulación de acido láctico.

Caso 27: Paciente Celia F. mujer de 20 años, jugadora de hockey, consulta por un dolor en la rodilla derecha que en la entrevista refiere que el dolor comenzó a manifestarse después de levantar a su hermano menor y al subir la escalera para llevarlo a la habitación, tras varias consultas y todos los diagnósticos era como única salida la operación porque los meniscos estaban rotos, y sin hacer los estudios correspondientes salvo una placa radiográfica donde no pueden verse los mismos, el ultimo en atenderla le sugiere operar las dos para evitar problemas futuros. Medicada en varias oportunidades con diferentes antiinflamatorios y calmantes sin resultados salvo en forma momentánea. En la sesión encuentro la articulación de la cadera y principalmente el piramidal (que se lo llama también el falso ciatico) con dolor y refleja hacia el lugar de dolor, también todo el recorrido del facialata tensionado y refiriendo dolor hacia la rodilla, después de la sesión se le pide que suba y baje la escalera y el dolor había desaparecido, se le recomienda baños de inmersión durante cuatro o cinco días y que inmediatamente retome alguna actividad física, pasados cinco días el dolor no había vuelto a aparecer.

Caso 28: Paciente Raúl C., hombre de 59 años, medico ginecólogo, atendido por un medico neurólogo con pronostico favorable que le sugiere la terapia, su estado en la primer consulta era de una rigidez corporal generalizada, caminaba con mucha dificultad y arrastraba los pies, comenzamos a trabajar y desde la primer sesión siente el cuerpo mas relajado y liviano, se repiten dos sesiones semanales durante tres semanas, la mejoría es muy notoria, en la cuarta semana hay un retroceso y al consultarlo por la ingesta de medicación nueva refiere que estaba medicado con Dopamina, le sugiero que consulte con su Neurólogo por la necesidad de tomar Magnesio ya que la medicación afectaba los músculos y generaba contracturas y esta de acuerdo con mi observación, seguimos trabajando cada vez mas espaciado y complementando con natación, las sesiones se suspenden y la mejoría se mantiene.

Caso 29: Paciente Aníbal B., hombre de 44 años, llega a la consulta con un diagnostico de probable hernia discal L4 L5, dolor referido a la pierna derecha pero por su parte lateral desde la cadera al tobillo, medicado con dipirona, corticoides y otros calmantes además de haber sido tratado con Flexicamin B12 y sin resultados, le solicito que me diga como se origina el dolor y me dice que la primera sensación fue cuando estaba con su pareja corriendo en la costanera y piso mal, el dolor se hizo mas agudo después de un viaje a Buenos Aires en su auto volviendo en el mismo día, trabajamos en profundidad y en la parte correspondiente a la zona lumbar no había indicios de dolor, en la cadera, sacro, inserción del piramidal, fascia lata el dolor era intenso, el dolor remitió en la primera sesión y desapareció totalmente en la segunda visita.

Caso 30: Lucia F., mujer de 68 años, derivada por su hermano Leandro F. quiropráctico, tiene de una severa escoliosis con un omoplato sobresalido y con muchos dolores, trabajamos con shiatsu y en la zona de la espalda con una mayor intensidad, se sigue el trayecto de la columna y la contractura muscular empieza a ceder dando lugar a poder despegar los omoplatos y liberar la zona de la cintura escapular y el cuello, cede casi un 70% el dolor, debido a su cronicidad la atención es cada 15 días, no volvió a ingerir medicamentos para clamar el dolor y tiene un descanso mas placentero y mejoro bastante su postura. Sus músculos están tomando un tono idóneo lo que le permite movilizarse con menor esfuerzo y más eficacia.

Caso 31: Alicia R. mujer de 62 años, Medica y Psicóloga, atendida con shiatsu desde el año 1976 por contracturas y dolores debido a su trabajo y posturas y además por la situación generada a partir de el diagnostico de un cáncer de mama, en la operación le extirparon los dos pechos, pero con evolución y pronostico favorable, luego de la operación se siguió aplicando shiatsu y se logro un mejor descanso, una respuesta favorable en los tratamientos oncológicos al esta mas receptiva y disminución del dolor y mayor movilidad corporal. Las

sesiones se continuaron hasta lograr que pudiera hacer natación y volviera a tener una movilidad natural y completa. Durante los años siguientes seguimos el tratamiento cada 15 días y cuando era necesario se hace una sesión extra, además incorporo otras actividades corporales lo que mejoraron aun más su estado físico y emocional.

Caso 32: Pedro H., hombre de 65 años internado en sala de terapia del Sanatorio Parque, paciente con una enfermedad grave contraída en Villa Constitución y transmitida por orina de ratas, la hija que es paciente me solicita que lo trate, aunque solo como un paliativo se trabajo con shiatsu en la sala de terapia intensiva con el paciente con suero y conectado a otros aparatos que lo controlaban, el dolor cedía y podía descansar, fue atendido hasta su fallecimiento.

Caso 33: Graciela O., mujer de 46 años derivada por el doctor Francisco Queralt, oncólogo, con dolores corporales debido a una operación de cáncer y tratada con quimioterapia y radioterapia, trabaje con shiatsu en sesiones semanales con el descenso del nivel de dolor, recuperación de movimientos y posturas corporales, además de un menor nivel de estrés.

Caso 34: Pedro G, cura párroco, hombre de 63 años, debido a un accidente automovilístico sufre la amputación de la parte inferior de pierna derecha, perdiendo desde rodilla hasta el pie, mientras estaba el proceso de cicatrización le aplique shiatsu para acelerar el proceso y además para paliar el dolor del miembro fantasma logrando disminuir considerablemente el mismo, después de la cicatrización el otro problema fue disminuir el dolor de la adaptación de la prótesis la cual provocaba dolor que cedía después de la aplicación del shiatsu, hasta que pudo colocarla sin molestias y el dolor del miembro fantasma no se volvió a repetir.

CAPITULO

XI

Avales



**CENTRO DE MEDICINA INTEGRAL
ESPECIALIDADES MEDICAS**

- LABORATORIO
- PARTICULARES
- OBRAS SOCIALES

AV. FRANCIA 1590

TURNOS TEL.: 305989

2000 ROSARIO

ANATOMOPATOLOGIA:
Dra. Rosalía CASA

CARDIOLOGIA:
Dra. Mónica FERRERA

CLINICA MEDICA Y GERIATRICA:
Dr. Carlos CAVINA

CIRUGIA PLASTICA:
Dr. Juan R. DIGNANI

CIRUGIA GENERAL - VARICES Y
DERRAMES:
Dr. Osvaldo TIBERI

CIRUGIA GASTROENTEROLOGICA -
ENDOSCOPIA - VIAS BILIARES:
Dr. Norberto PEREZ GRASSANO

ECOGRAFIA:
Dr. Augusto FERNANDEZ

FONOAUDILOGIA
Dra. Marcela VIDAL

GASTROENTEROLOGIA:
Dr. Oscar ARIAS

GINECOLOGIA Y PAPANICOLAOU:
Dr. Emidio BERGHELLA

LABORATORIO DE ANALISIS:
Dra. Olga M. MORENO

KINESIOLOGIA:
Dr. Rubén J. LANSKY

OFTALMOLOGIA:
Dr. Juan J. SAN MARTINO

O.R., LARINGOLOGIA:
Dr. Jorge D. PINZONE

PEDIATRIA:
Dra. María S. HEIL

PSICOLOGIA:
Dra. Angela SANCHEZ

TRAUMATOLOGIA:
Dr. Armando RONDELLI

Rp./

**Certifico que el señor
Eduardo Claudio Colazo, Documen-
to Nacional de Identidad N° ///
6.078.078, ejerce la profesión
de masajista con mi conocimiento
desde el 12/07/80.-**

**Rosario, 02 de Agosto
de 1.988.-**



[Handwritten Signature]
**Dr. FIDEL BERGHELLA
MEDICO
MAT. 6898**



CENTRO DE MEDICINA INTEGRAL
ESPECIALIDADES MEDICAS

- LABORATORIO
- PARTICULARES
- OBRAS SOCIALES

AV. FRANCIA 1590

TURNOS TEL.: 305989

2000 ROSARIO

ANATOMOPATOLOGIA:
Dra. Rosalía CASA

CARDIOLOGIA:
Dra. Mónica FERRERA

CLINICA MEDICA Y GERIATRICA:
Dr. Carlos CAVINA

CIRUGIA PLASTICA:
Dr. Juan R. DIGNANI

CIRUGIA GENERAL - VARICES Y
DERRAMES:
Dr. Osvaldo TIBERI

CIRUGIA GASTROENTEROLOGICA -
ENDOSCOPIA - VIAS BILIARES:
Dr. Norberto PEREZ GRASSANO

ECOGRAFIA:
Dr. Augusto FERNANDEZ

FONOAUDIOLOGIA
Dra. Marcela VIDAL

GASTROENTEROLOGIA:
Dr. Oscar ARIAS

GINECOLOGIA Y PAPANICOLAOU:
Dr. Emidio BERGHELLA

LABORATORIO DE ANALISIS:
Dra. Olga M. MORENO

KINESIOLOGIA:
Dr. Rubén J. LANSKY

OFTALMOLOGIA:
Dr. Juan J. SAN MARTINO

O.R., LARINGOLOGIA:
Dr. Jorge D. PINZONE

PEDIATRIA:
Dra. María S. HEIL

PSICOLOGIA:
Dra. Angela SANCHEZ

TRAUMATOLOGIA:
Dr. Armando RONDELLI

Rp./

Dejo constancia de la eficacia terapéutica del Sr. // EDUARDO CLAUDIO COLAZO en el empleo del SHIATSU, técnica practicada con solvencia de conocimientos en mis pacientes con una evolución ampliamente favorable. Esta terapia es un auxiliar valioso como complemento de la medicina. Agradezco al Sr. COLAZO su colaboración con este Centro.-



Fidel BergHELLA
Dr. FIDEL BERGHELLA
MEDICO
MAT. 6898



CIRCULO ARGENTINO DE TERAPEUTICAS ALTERNATIVAS

- - - Los abajo firmantes; Dr. Isidro Tadeo Solórzano, como Director Médico de Consultorios Privados, y Dr. Ruben Alberto Foresto/ como Director del Círculo Argentino de Terapéuticas Alternativas, dejan EXPRESA CONSTANCIA de la solvencia profesional del Sr. EDUARDO COLAZZO como auxiliar de terapia especialista en Shiatsu.- - -

- - - La actividad del Sr. Eduardo Colazzo tanto en el campo netamente terapéutico (donde sus logros fueron seguidos con atención / por el equipo médico), como en el arte de la divulgación de Shiatsu merece nuestro respeto al par que nuestra gratitud.- - - - -

- - - En Rosario, Provincia de Santa Fe, República Argentina, extendemos la presente a los cinco días del mes de noviembre de mil novecientos ochenta y nueve.- - - - -


DR. RUBEN FORESTO
DIRECTOR




ISIDRO T. SOLORZANO
MEDICO
M. P. 10560

ROSARIO, 6 DE JUNIO DE 1994.-

POR LA PRESENTE, DESEO DEJAR CONSTANCIA DE HABER TRATADO EN FORMA INTERDISCIPLINARIA CON EL SEÑOR EDUARDO CLAUDIO COLAZO, D.N.I. 6.078.078, DIVERSOS PACIENTES CON RESULTADOS TERAPEUTICOS SATISFACTORIOS.

MENCIONO COMO EJEMPLOS VARIOS CASOS DE LESIONES CRONICAS (ARTRO-SIS, NEURALGIAS, INVASIONES NEOPLASICAS), EN DONDE HEMOS OBSERVADO NO SOLO MEJORIA SUBJETIVA, SINO MAYOR MOVILIDAD DE LAS ZONAS AFECTADAS, DISMINUCION DEL EDEMA LOCAL Y MAYOR CONFIANZA EN EL MANEJO DE LOS UMBRALES DOLOROSOS.

A SU VEZ, LAS LESIONES AGUDAS, HAN CEDIDO EN MENOS TIEMPO Y SIN EL USO DE MEDICACION.

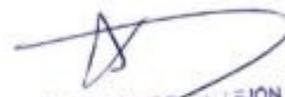
HA DEMOSTRADO SER DE GRAN AYUDA EN LOS TRANSTORNOS NEUROVEGETATIVOS, MENCIONANDO VARIOS CASOS TRATADOS DE INSOMNIO Y CANSANCIO CRONICO.

LA TECNICA UTILIZADA POR EL SEÑOR COLAZO ES ELABORADA EN BASE A TECNICAS TRADICIONALES AMPLIAMENTE RECONOCIDAS Y PROBADAMENTE UTILES QUE EL HA ADAPTADO DE ACUERDO A SU EXPERIENCIA Y A SUS ESTUDIOS REALIZADOS.

EN MI CARACTER DE MEDICO CLINICO CON FORMACION DE POST-GRADO EN LA SOCIEDAD ARGENTINA DE ACUPUNTURA Y DEDICANDOME ESPECIFICAMENTE AL TRATAMIENTO DEL DOLOR, HE COMPROBADO LA UTILIDAD DE LA TERAPIA QUE EL SEÑOR COLAZO REALIZA UNICAMENTE CON SUS MANOS, SIN NINGUN TIPO DE AGRESION AL PACIENTE.

POR LO EXPUESTO, DEJO CONSTANCIA DE MI AGRADECIMIENTO A SU TRABAJO EN EL DURO CAMINO EMPRENDIDO POR EL, EN EL VERDADERO ARTE DE CURAR.




Dr. FERNANDO LEJÓN
Médico
Matrícula 7540

DRA. ELIDA NOCETI

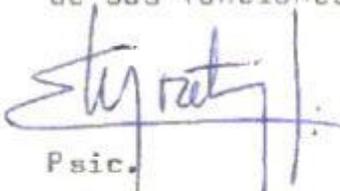
PSICÓLOGA

En mi carácter de Psicóloga especializada en Técnicas Psicodiagnósticas (especialmente el test de Rorschach, implementando la técnica de J. Exner y en Terapias Cognitivas Comportamentales, deseo informar que el Sr Eduardo Colaso, practicó la técnica del SHIATSU, en pacientes femeninas con cáncer de mama, de evolución y pronóstico favorable, no-terminales.

El shiatsu como terapia alternativa resulta de gran utilidad y valor terapéutico, para el control de la ansiedad, regulación del estado de ánimo y rehabilitación corporal. De gran ayuda durante el tratamiento de radioterapia posterior a la cirugía.

La actividad del Sr EDUARDO COLASO fue realizada con idoneidad y solvencia de conocimientos teóricos e implementación práctica.

Esta técnica es un auxiliar valioso como complemento de la especialidad médico-psicológica por su carácter de reconstituyente corporal, así como de sus funciones.



Psic.

Elida R. Noceti

Mat 059

DRA. ELIDA NOCETI
PSICÓLOGA

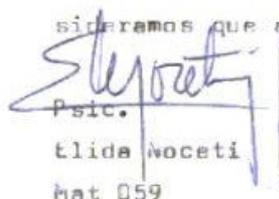
El diagnóstico de tumor suele producir una seria desestabilización de la personalidad, ya que compromete la vida, la integridad de la persona y afecta seriamente la imagen corporal.

Como Psicóloga consideré que una terapia alternativa (shiatsu), podría ser muy útil en el proceso de reubicación corporal.

Trasmito algunas observaciones que a mi entender son valiosas, para pensar en un programa organizado de asistencia institucional.

- Regulación de los niveles de ansiedad.
- Moderación de la autoestima. Las crisis depresivas son frecuentes en estos casos por la realidad del diagnóstico y también por el impacto estético. Estos factores comprometen la autoimagen y el sentimiento de desvalorización.
- En esta dirección (psicoterapia y trabajo corporal), simultáneos en el tiempo, permitieron reubicar "ideas negativas" expresadas en "pensamientos negros", restableciéndose lentamente la autoconfianza y el pensar más optimista.
- Se logró la recuperación y movilidad del brazo afectado.
- Se cumplió sin perturbaciones emocionales la terapia radiante, con ajuste de tolerancia a la situación. Hubo control del stress.
- Los análisis bioquímicos mantenidos en los límites normales, a lo largo del proceso.
- Considero que el SHIATSU como técnica alternativa, es útil también en ciertas afecciones cardiovasculares, hipertensión, stress y otros.

En esta dirección estamos interesados en el trabajo complementario. Consideramos que aporta a la calidad de vida.


Psic.
Elida Noceti
Mat 059

ROSARIO 3-10-90
SANTA FE
REPUBLICA ARGENTINA

De mi consideración:

El que suscribe Esteban Alberto Butticcé, médico, especialista en pediatría, matrícula profesional n°6119, domiciliado en ésta ciudad, deja constancia por la presente de los óptimos resultados obtenidos por el Sr Eduardo Colazo mediante técnica SHIATSU como alternativa para afecciones que implican patología del sistema músculo esquelético, éxtasis venoso con insuficiencia arterial y todas aquellas que requieran una estimulación psicofísica incluyendo rehabilitación de niños espásticos y dañados cerebrales.




Dr. BUTTICÉ ESTEBAN ALBERTO
PEDIATRA
MAT. 6119

Rosario, 5-10-90
Santa Fe
República Argentina

Los que suscribe, María Delia Laporta, médica geriatra y clínica, mat. 7697, deja constancia de los excelentes resultados logrados en el empleo del Shiatsu en pacientes con diversas afecciones psíquicas y somáticas, estados depresivos e excitatorios y múltiples cuadros de patología mixta esquelética central y periférica.



Dra. MARIA DELIA LAPORTA
Mat. 7697





CIRCULO ARGENTINO DE TERAPEUTICAS ALTERNATIVAS

Rosario, 13 de diciembre de 1989.

C.I.A.T.A.

Círculo Argentino de Terapéuticas Alternativas

Dejo constancia de la eficacia terapéutica del Sr. Eduardo Colazo en el empleo del Shiatsu.

He seguido su desempeño muy de cerca y me he sorprendido de sus logros. Baste mencionar una paciente portadora de una atrofia olivopontocerebelosa, en estado de caquexia debido a su rigidez y totalmente postrada. A los quince días de iniciado el tratamiento ya caminaba. Al mes pudo volver a comer por sus propios medios y a los seis meses había recuperado diez kilogramos. Es de notar que antes de comenzar el tratamiento se le había dado una expectativa de vida de días.

Habiendo presenciado las sesiones solo me cabe entender esta espectacular respuesta si el Sr. Colazo emplea "Ki".

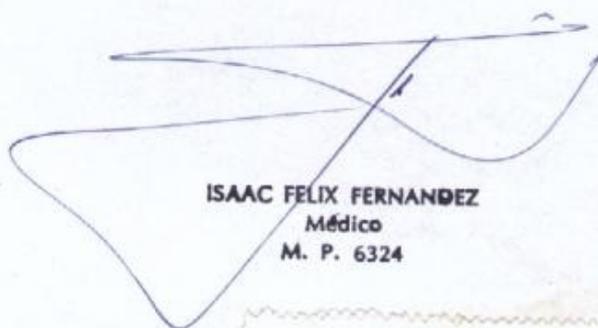


Carles Alberto Giménez Molinillo
Dr. CARLES ALBERTO
GIMÉNEZ MOLINILLO
MÉDICO - MAT. - 10.289

El abajo firmante, ISAAC FELIX FERNÁNDEZ, Médico, matrícula profesional N° 6324, domiciliado en la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe, deja constancia por la presente, de la eficacia en la aplicación de la técnica del SHIATSU efectuada por el Sr. EDUARDO COLAZO en los pacientes derivados por mí en distintas patologías.

Los resultados obtenidos merecen mi aprobación: es una terapia que logra una mejor y mayor distribución energética, reconstituyente corporal y funcional, reguladora del nivel de ansiedad, eficaz en afecciones cardiovasculares, hipertensión y otros.

El Sr. EDUARDO COLAZO realiza esta terapia con idoneidad y solvencia de conocimientos, siendo un valioso auxiliar de la especialidad médica.



ISAAC FELIX FERNANDEZ
Médico
M. P. 6324





UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO
FACULTAD DE CIENCIA POLITICA Y RELACIONES INTERNACIONALES
Riobamba y Berutti - Monoblock N° 1 - C.U.R.
2000 Rosario - República Argentina

Escuela de Comunicación Social

ANTEPROYECTO DE INVESTIGACION SOBRE COMUNICACION INSTITUCIONAL EN EL AREA DE SALUD

Como Directora del Departamento de Ciencias de la Comunicación de la Escuela de Comunicación Social de la Universidad Nacional de Rosario, y Profesora Adjunta de "Introducción a los lenguajes", estoy proyectando un Trabajo de Campo sobre Comunicación Institucional, en una zona delimitada de las prácticas en el Area de Salud.

El trabajo tendrá como primer objetivo el relevamiento de datos, para luego realizar una investigación sobre determinadas terapias llamadas "alternativas", que resultan de gran eficiencia y tienen un importante valor terapéutico para los pacientes que pueden acudir a ellas. Sobre esta base se realizará una propuesta comunicacional que ayude a la mejor información y diferenciación entre prácticas valiosas y otras que no lo son.

Esta inquietud nace de mi experiencia personal, a partir de mi tratamiento con el Sr Eduardo Colaso, quien practica la técnica del SHIATSU.

En mi caso particular, fui y estoy siendo tratada por él, luego de haber sido operada de cáncer de mama, con posterior tratamiento de quimioterapia y radioterapia.

El trabajo con el Sr Colaso me permitió y permire:

- Ayuda valiosa en el tratamiento del dolor, elemento que actúa de manera directa en la recuperación psíquica y física.
- * Recuperación de movimientos y posturas del cuerpo, que colaboran en el mejoramiento de la percepción de la imagen corporal, y por lo tanto ayudan a vencer la depresión, típica en procesos de estas características, en las que el paciente, además de sentir comprometida su vida, siente su cuerpo mutilado y agredido. En este sentido la técnica del SHIATSU cumple una importante función reparadora.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO
FACULTAD DE CIENCIA POLITICA Y RELACIONES INTERNACIONALES
Riobamba y Berutti - Monoblock N° 1 - C.U.R.
2000 Rosario - República Argentina

Escuela de Comunicación Social

*Apoyo durante el tratamiento de quimioterapia para el mantenimiento de las defensas orgánicas.

*Colaboración, mediante el logro de un "Cuerpo relajado" y en mejores condiciones, para enfrentar mejor las situaciones de stress.

*Es importante señalar además, que en mi caso particular, este trabajo se hace con el conocimiento del Oncólogo a cargo de mi tratamiento, quien en tabla relación e intercambia opiniones, a partir de los mejores resultados que el Dr. Queralt observa en las pacientes que están siendo atendidas por el Sr Colaso.

Enumeré sólo algunos de los elementos que a mi entender dan pruebas de la seriedad, idoneidad, y conocimientos teóricos que dan valor científico a la práctica comentada.

Por todo lo expresado y dado que en el campo de la comunicación existe en la actualidad un importante debate acerca de diversas prácticas de curación, me parece importante, más allá de posturas "Interesadas", colaborar en el conocimiento y difusión de los trabajos que se realizan con un alto nivel de seriedad y eficacia, y despejarlos de otras prácticas que resultan de dudosa aceptabilidad.

Considero que todo lo que contribuye a un mejor desarrollo del sujeto integral, y ayuda a mejorar la calidad de vida, tiene una importante función social y debe ser comunicado.

LIC. GRACIELA ORTÍZ
Dra. Dpto. Cs.



Ministerio de Educación y Justicia
Secretaría de Educación
ESCUELA NACIONAL NORMAL SUPERIOR Nº 1
"CON INTENSIFICACION DE LENGUAS VIVAS"
"Dr. NICOLÁS AVELLANEDA"
ROSARIO - SANTA FE

Rosario, 16 de octubre de 1992

Dr. Eduardo Colazo
Presente

La Rectora de la Escuela Normal N°1 "Dr. Nicolás Avellaneda" Prof. María Carrillo en nombre del personal del establecimiento y en el suyo propio agradece a Ud. su valiosa participación por brindar a nuestros alumnos la disertación sobre "Tratamientos alternativos en medicina."

Atentamente


STELLA MARIS PITETTI
SECRETARIA

ESCUELA NORMAL N° 1
"Dr. NICOLÁS AVELLANEDA"
ROSARIO


MARIA CARRILLO
RECTORA



O.M.M.A.
Organización Mundial de Medicinas Alternativas

O.M.M.A.

Organización Mundial de Medicinas Alternativas

Aprobada por el Ministerio del Interior (España) N° 97.088



CERTIFICADO DE AFILIACION

A FAVOR DE:

EDUARDO CLAUDIO COLAZO

Registro N°: **OAR.0003**

Años 2002 a 2007

La persona arriba indicada se la considera **MIEMBRO DE LA ORGANIZACION MUNDIAL DE MEDICINAS ALTERNATIVAS**, con todos los derechos y obligaciones que de su persona deriven.

The above named person is considered **MEMBER OF THE ORGANIZACION MUNDIAL DE MEDICINAS ALTERNATIVAS**, with all privileges and obligations it become of his personality



Maria de los Angeles Dineiro
SECRETARÍA GENERAL
CONTINENTAL



Este certificado es propiedad de la O.M.M.A.

Puede ser retirado por baja en la Organización o por incumplimiento de los estatutos de la misma

Certificados de algunos Cursos de capacitación

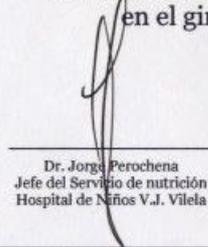
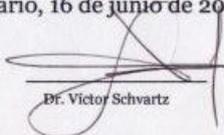
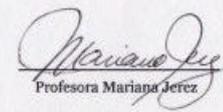

Dirección de Educación Física
Universidad Nacional de Rosario

Por la presente certificamos que..... Colazo, Eduardo.....
DNI...6.078.078.....ha asistido a la conferencia

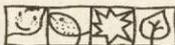
“ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA.”

desarrollada el día 16 de junio de 2005
en el gimnasio de la UNR.

Rosario, 16 de junio de 2005.

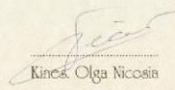
 Sr. José María Catena Director	 Dr. Jorge Perochena Jefe del Servicio de nutrición Hospital de Niños V.J. Vilela	 Dr. Victor Schwartz	 Profesora Mariana Jerez
---	--	--	---


Dirección de Educación Física


Municipalidad de Rosario
Dirección General de Recreación y Deportes

CERTIFICADO DE ASISTENCIA

Certificamos que el Sr/a. **EDUARDO COLAZO**
D.N.I. Nº **6.078.078** ha asistido al curso “Posibilidades psicomotrices en el envejecimiento satisfactorio”. Una aproximación al trabajo corporal con adultos mayores, dictado por la Profesora Gabriela Morales, la Kinesióloga Olga Nicosia y la Doctora Marta Orlando; desarrollado en la ciudad de Rosario, durante los días 17, 18 y 19 de septiembre de 1999.

 Prof. Gabriela Morales	 Kinesióloga Olga Nicosia	 Dra. Marta Orlando
---	---	---

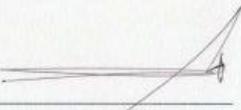
1er. Simposio Latinoamericano "PÉPTIDOS Y TERAPIAS NATURALES"

Se certifica que Eduardo Claudio COLAZO ha participado en carácter de asistente del curso sobre QUIROPRACTIA dictado como complemento de este Simposio con una carga horaria de 6 horas cátedra, el cual tuvo lugar el día 2 de abril, en el Centro Cultural Bernardino Rivadavia, Ciudad de Rosario, República Argentina.

Rosario, 2 de Abril 2000



PIERINA P. de VILLAR SAENZ PEÑA
PRESIDENTA



Dr. RAUL FERNÁNDEZ MILANI
SECRETARIO



Dr. ELICIO PEÑA FÉLIX



Dr. JUAN GUERRA MIRANDA



SOCIEDAD DE USADOTERAPIA
ARGENTINA
"Dr. Carlos L. Villar"



FACULTAD DE Cs. MÉDICAS
"MARIANA GRAJALES COELLO"
HOLGUIN, CUBA



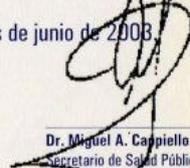
Certificamos que

Eduardo Colazo

Ha recibido la capacitación como **VOLUNTARIOS EN EMERGENCIA SANITARIA**,
y está acreditado para intervenir solidariamente en situaciones de emergencias.

Se extiende el presente certificado en Rosario, en el mes de junio de 2003.


Dr. Jorge Stettler
Director SIES


Dr. Miguel A. Capiello
Secretario de Salud Pública



Secretaría de Salud Pública Municipalidad de Rosario

6ta. Feria de Educación para la Salud y Calidad de Vida.

“Juntos por un mejor vivir”

Certificamos que el grupo ...TERAPIA SHIATSU.....
ha participado con la presentación de ...UN STAND.....
en la 6ta. Feria de Educación para la Salud y Calidad de Vida, realizada el 20
de Noviembre de 1999, en la Glorieta del Centro de Expresiones
Contemporáneas, organizada por la Red de Educadores y el Departamento
de Educación para la Salud de la Secretaría de Salud Pública Municipal.

Rosario, Noviembre 1999.-


Dado Olea
Red de Educadores para la Salud


Dra. Mónica Fein
Secretaría de Salud Pública
Municipalidad de Rosario

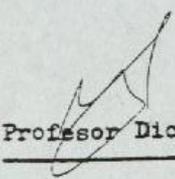
C. A. T. E. C.
Cursos de Actualización
en Técnicas Corporales

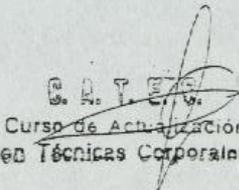
CERTIFICADO de ASISTENCIA

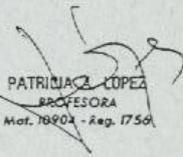
Se certifica que **Eduardo C. Colazo**
ha asistido al curso teórico - práctico dictado del 2 al 4 de setiembre
1988 en la ciudad de ROSARIO Pcia. de Santa Fé

Carácter del curso : **Gimnasia Oriental**

Profesional dictante : **SHIRO MATSUDA**


Profesor Dictante


C. A. T. E. C.
Curso de Actualización
en Técnicas Corporales


PATRICIA LÓPEZ
PROFESORA
Mot. 16904 - Reg. 1750

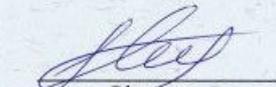


Por la presente certificamos que... Eduardo C. Colazo.....
DNI... 6.079.078.....ha asistido a la conferencia organizada por
la Dirección de Educación Física de la Universidad Nacional de Rosario

“CARDIOLOGÍA DEL EJERCICIO”

A cargo del Dr. Gustavo Ferro

Rosario 14 de octubre de 2005


Director
Sr. José María Catena


Sec. de Relaciones Estud.
Dr. Mario Romano


Dr. Gustavo Ferro

SECRETARIA DE CULTURA
CENTRO DE ESTUDIANTES DE CS. MEDICAS
FUR FUA

UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO
FACULTAD DE CIENCIAS MEDICAS
SANTA FE 3100 - 2000 ROSARIO
REPUBLICA ARGENTINA

CURSO sobre “MEDICINA DEL DEPORTE”

CERTIFICAMOS que COLAZO, EDUARDO
ha participado como asistente, en el mencionado curso, realizado durante los días 8, 15 y 22
de Junio de 1988 en la Facultad de Cs. Médicas de la Universidad Nacional de Rosario.


PABLO TRUCCO
Sec. de Cultura del C.E.C.M.




Dr. DANIEL BATTILANA
Director



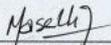
Por la presente certificamos que..... *Colazo Eduardo*.....

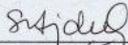
DNI..... *6.078.078*.....ha asistido al seminario :

“STRECHING Y POSTURA”

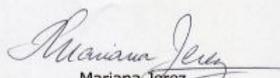
desarrollado el día viernes 18 de mayo
a cargo del Doctor en Ciencias Motoras Carlos Alberto Maselli
organizado por la Dirección de Educación Física de la U.N.R

Rosario, 18 de mayo de 2007

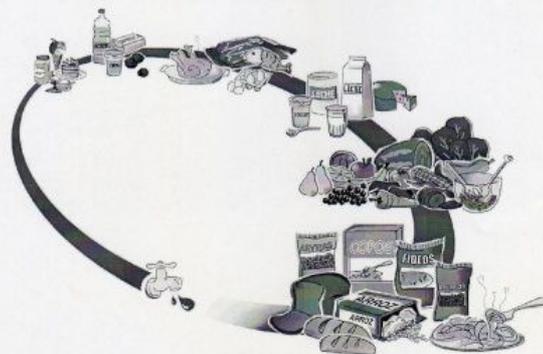

Dr. Carlos A. Maselli
Disertante


Lic. Silvia Hickmarín
Coord. Area de Capacitación

Certificamos que el Prof. *Eduardo Colasso* ha participado en carácter de Asistente de la capacitación “**Alimentación, Salud y Actividad física**”, organizada por la Dirección de Educación Física de la U.N.R.- La misma tuvo una duración de 10 horas cátedra durante los meses de octubre y noviembre del corriente año. Se extiende el presente a los 2 días del mes de diciembre de 2004.-


Mariana Jerez
Servicio de Nutrición
Hospital de niños V. J. Vilela


Víctor Schwártz
Adolescencia
Hospital J. B. Alberdi



CAPITULO

XII

Currículum (abreviado)

Eduardo Claudio Colazo



Información Personal

- Nacionalidad: Argentino
- Lugar de Nacimiento: Rosario – Prov. de Santa Fe
- Teléfono Celular: 156 – 182560
- Correo electrónico: colazoe@yahoo.com.ar
- Pág. www.rosarioshiatsu.com.ar
- Pág. www.aikirosario.com.ar

Formación

1967 – El inicio

Para que se pueda comprender que me motivo a introducirme en esto de las terapias, debo hacer una referencia histórica, buscaba un arte marcial, encontré el Tae Kwon Do, en ese entonces era Karate Koreano, nuestro instructor Young Whang Kim, no hablaba castellano y los practicantes no éramos mas de 10 o 12, cuando alguien llegaba y no tenía intenciones de practicar por alguna molestia en particular, dolor de cabeza, de muelas, contracturas, le indicaban por señas que ese día no podían hacer la clase por la molestia, el miraba y después tocaba algunos puntos y con cara de sorpresa en todos nosotros, **el dolor no estaba mas**, de verlo me propuse la idea de entender como podía hacer para averiguar de que se trataba lo que hacía, en esa época no había libros sobre el tema, entonces, le señalaba que me dolía algo y el me tocaba y yo lo anotaba, cuando se dio cuenta que buscaba aprender me dio algunos dibujos con lo que después supe eran puntos de acupuntura, cuando mas o menos empezó a balbucear el castellano pude tener un contacto mas pleno y profundizar un poco mas, ese fue el comienzo y hoy, aunque la experiencia de tantos años de trabajo interdisciplinario puso a mi alcance mucho conocimiento, continuo siendo un principiante ávido de mas aprendizaje.

1976-1986

Continuó la formación como masajista con diversos profesionales de la ciudad de Rosario y del extranjero (Profesionales médicos de Japón y China)

1983-1986

Clases particulares en Rosario de Acupuntura, Moxibustión, Ventosas, Digitopresión con el Dr. Guang Yung Li, médico formado en la universidad de Bieijing (China)
1986

Me incorporo a la Asociación de Masajistas Diplomados del Litoral con Matrícula Nro. 171.

Formo parte del Circulo Argentino de Terapias Alternativas C.I.A.T.A. como miembro co-fundador del mismo, donde desarrollo mi trabajo de masaje Shiatsu, acupuntura, ventosas, moxibustión, etc., aplicado a las diferentes patologías en forma interdisciplinaria. Dispongo de los avales de: Centro Medico Ciata, Centro de Medicina Integral, Dr. Giménez Molinillo, Dr. Esteban Buticce, Dra. María Delia Laporta, Dr. Fernando Callejón, Dr. Isaac Fernández, entre otros.

1991

Compartimos Técnicas de Shiatsu y manipulación con el Dr. Eiji Mino – medico con formación en medicina Japonesa, en su consultorio en Buenos Aires.

1993

Clases personales de Tratamiento de columna vertebral, dictadas por el Naturópata Leandro Fernández Vázquez, Quiropráctico ampliamente reconocido radicado en España.

CURSOS y SEMINARIOS DE PERFECCIONAMIENTO

1987 - La masoterapia como atención primaria de la salud, en el dolor articular e hipertensión arterial en la Asociación de Masajistas Diplomados del Interior, dictado por el Dr. Cloque Arias.

Curso de Medicina del Deporte, dictado por el Dr. J. Batilana, medico deportólogo realizado en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Rosario.

1988 - Curso teórico práctico sobre “Gimnasia Oriental” dictado por el Profesor Shiro Masuda, del 2 al 4 de Septiembre en el Club Gimnasia y Esgrima de Rosario.

1990 - Seminario sobre la conducta legal y límites en la actividad del profesional en Técnicas Alternativas en Asociación Mundial de Profesionales Psicólogos de la República Argentina, y auspiciado por la Secretaría de Prensa y Difusión de la Presidencia de la Nación. Buenos Aires.

Curso de Auriculoterapia, dictado por el Dr. Daniel Asís. Con orientación al sistema de P. Nogier realizado en el Círculo Argentino de Terapéuticas Alternativas, Rosario.

Curso de Anatomía de cara y cuello, dictado por el Dr. José Luís Cortiñas, dictado en la Asociación de Masajistas Diplomados del Litoral, Rosario.

1998 - Jornada Master Just, realizado por la empresa sobre los beneficios de esta línea suiza de productos terapéuticos naturales, Rosario.

1999 - Curso de digitopresión y acupuntura craneana, dictado en la Asociación Argentina de Acupuntura de la ciudad de Buenos Aires.

Curso de Posibilidades psicomotrices en el envejecimiento una aproximación al trabajo corporal con adultos mayores, Dictado por la Profesora Gabriela Morales, la Kinesióloga Olga Nicosia y la Dra. Marta Orlando organizado por el Departamento de Educación Física, Universidad Nacional de Rosario.

2000 - Curso de Quiropraxia, dictado por el Dr. J. Guen, miembro de la Fac. De Ciencias Médicas de Holguín, Cuba, Primer Simposio Latinoamericano “Péptidos y Terapias Naturales”, organizado por laboratorios Villar, en el Centro Cultural Bernardino Rivadavia, ciudad de Rosario.

Curso de Primeros auxilios – dictante G. Rainone realizado en escuelas Amici de 16 has. de duración.

Seminario de Técnicas del método Feldenkrais - dictante Nely Ortiz, en escuelas Amici durante cuatro sábados de 2,30 has. por clase.(total 10 has.)

Seminario Hidroterapia termal usos y aplicaciones – dictante M. A. Ficoseco, realizado en el Instituto Gral. San Martín, duración 2 Viernes de 3 has, cada clase, (total 6 has.)

Seminario de 8 has. Técnicas de Moxibustion – Centro de Terapias Complementarias, dictado por N. Mizobe.

2003 - Diciembre 9, curso de primeros auxilios destinado a los profesores del Gimnasio de la Universidad Nacional de Rosario, dictado por el Sies, (Servicio de Emergencia de Salud Publica Municipal) desarrollado en los salones del mismo gimnasio.

2004 - En los meses de Octubre y Noviembre, participo del curso de capacitación “Alimentación, Salud y Actividad Física” organizado por la dirección de Educación Física de la Universidad Nacional de Rosario – U.N.R. de 10 horas cátedra.

2005 - Conferencia sobre “cardiología del Ejercicio” a cargo del Dr. Gustavo Ferro, organizado por la dirección de Educación Física de la Universidad Nacional de Rosario – U.N.R.

Conferencia sobre “Alimentación, Nutricion y actividad física”, desarrollada el 16 de junio y organizado por la dirección de Educación Física de la Universidad Nacional de Rosario – U.N.R.

2007 - Seminario “Streching y postura” a cargo del Dr. En Ciencias Motoras Carlos Alberto Maselli, organizado por la dirección de Educación Física de la Universidad Nacional de Rosario – U.N.R.

ACTIVIDAD PROFESIONAL

1976 - Comienzo a ejercer la profesión de masajista terapéutico especialista en Shiatsu y otras Terapias Alternativas en distintos consultorios privados, centros de salud e instituciones:

Círculo Argentino de Terapéuticas Alternativas -CIATA- Rosario.

Mutual de Empleados de Bancos, Rosario.

Asociación Mutual Judicial, Rosario.

Instituto Scholl, Rosario.

Emerger Salud, (emergencias médicas ambulatorias) Rosario.

Trabajo en forma interdisciplinaria con Profesionales Médicos y Psicólogos en el tratamiento de distintos pacientes, aplicando terapias naturales, con resultados ampliamente satisfactorios, contando con los avales correspondientes.

Citado por CAN - Confederación Argentina de Natación y la C.S.N- Confederación Sudamericana de Natación- como masajista del equipo argentino de nado sincronizado para el torneo realizado en el club Gimnasia y Esgrima de Rosario.1991-1992

1993 - Interdisciplinariamente atiendo pacientes derivados por él Dr. Jorge O. Durante, médico con especialidad en Homeopatía, Acupuntura y Medicina Estética, de diversas patologías y con resultados satisfactorios.

1994-1995 - Resido temporalmente en Uruguay, desarrollando mi actividad en la aplicación de Terapias Alternativas, y dictando diversos cursos sobre mi especialidad, en las ciudades de Salto y Montevideo.

1998-1998 - Instituto Integral de Geriátría S.A.(Jardín del Centro) Gimnasia para la salud y masaje Shiatsu a los pacientes de la tercera edad trabajando en forma interdisciplinaria junto al medico del geriátrico, Dr. M.A. Marino. (Rosario)

En el Geriátrico Barnett S.R.L. dicto Gimnasia para salud y masaje Shiatsu, aplicado a los internados en dicha institución trabajando interdisciplinariamente con el medico y el fisioterapeuta de la institución.

2000 - Firmo convenios como masajista terapéutico, especialista en Shiatsu con la Asociación Mutual de Empleados del Ministerio de Economía y Servicios Públicos y con la Red de Comercios BECOM, Asociación Bancaria, Asociación Mutual de Empleados de Tribunales Provinciales.

2002 - Ingreso como miembro de la Organización Mundial de Medicinas Alternativas, OMMA, con sede para América Latina en Ecuador, y sede central en España.

Comienzo en Linfaclinic con el Dr. Alberto Gersman, Director de la clínica de Flebotomía, para tratamientos interdisciplinarios con los pacientes en tratamiento con edemas, Celulitis, obesidad, y otras patologías.

Convención Anual, fitness, salud y estética organizada en los congresos de movimiento, agua, fuerza, dirección, armonía y belleza realizado durante los días 9 y 10 de Noviembre del 2002 en la ciudad de Rosario, en las instalaciones del Club Atlético Central Córdoba.

SEMINARIOS Y CURSOS DICTADOS

1988 - Seminario de Auriculoestimulación, dictado conjuntamente con el Dr. Isidro Solórzano en Círculo Argentino de Terapéuticas Alternativas, Rosario.

1990 - Curso de Shiatsu en el Centro Medico Ciata, dentro del programa anual destinado a profesionales de la salud

Cursos de Digitopresión en escuelas Daylo - Plast, curso anual, en la ciudad de Rosario.

1995 - Seminario La respiración en el crecimiento y desarrollo humano, realizado en el Círculo Argentino de Terapéuticas Alternativas, Rosario.

1996 - Seminario sobre Respiración, utilizando técnicas de visualización y ejercicios isométricos dictado en conjunto con la Sra. Nely Ortiz Profesora de Feldenkrais y Musicoterapia en el Instituto de la Prof. Nely Ortiz, Rosario.

Curso de Automasaje, con técnicas basadas en el Aikido y en la antigimnasia, en el instituto de la Prof. Nely Ortiz, Rosario.

Curso de Shiatsu en el Instituto Scholl, dirigido a podólogos de la asociación Rosario.

1998 - Seminario de Masaje sacro - craneal, en el Instituto de Gimnasia de Paula Costa, para profesores de yoga, instructores de gimnasia y prof. de educación física, Rosario.

Jornada de Acu-yoga con movimientos del aikido y técnicas de Do in dirigido a profesores de Yoga realizado en el Instituto de Gimnasia de Paula Costa, Rosario.

Curso de Shiatsu en el Gimnasio Top, Rosario, dirigido a profesores de yoga y educación física.

Jornada de Digitopresión craneal: sistema Yamamoto. En el Gimnasio Top, Rosario.

Curso de auriculoestimulación: los diferentes sistemas y su aplicación práctica en dolores y otras patologías, en el Instituto Scholl, Rosario.

Curso de Shiatsu para alumnos de la escuela de Yoga de Ada Lamboy dictado en la Escuela de Danzas Municipal Ernesto de Larrechea de Rosario.

6ta. Feria de Educación para la Salud y Calidad de Vida, en la glorieta del Centro de Expresiones Contemporáneas, organizada por la Red de Educadores para la Salud y el Departamento de Educación para la Salud de la Secretaria de Salud Publica Municipal.

2000 - Seminarios y talleres de Shiatsu en las Escuelas AMICI, para alumnos y ex - alumnos de la escuela, Rosario.

Seminario de AIKIDO dictado en el Polideportivo del Profesorado de Educación física Gral. San Martín, Su aporte a las distintas disciplinas del movimiento y destinado a prof. de educación física, kinesiólogos, fisioterapeutas, prof. de danza, teatro, expresión corporal, psicólogos, musicoterapeutas, masajistas, prof. de yoga, etc.

Junto al Profesor Teodoro Amici y el Profesor Raúl Rainone un curso de Primeros Auxilios para las Artes marciales, con un amplio programa, puntos débiles del cuerpo, efectos de golpes en los puntos débiles, sistema de resucitación oriental, etc.

Jornada de Digitopresión craneal: sistema Yamamoto. En las escuelas Amici, Rosario.

Técnicas de Aikido a la escuela de socorrismo del Instituto Gral. San Martín, las caídas como técnica para evitar un accidente alejándose del lugar con el rodamiento sobre el piso, desplazamiento de rodillas y con esta técnica trasladar una camilla sobre los hombros con un accidentado, para actuar en caso de derrumbe.

Junio, invitado a participar de las Jornadas Científicas por la Organización Mundial de Medicinas Alternativas a realizarse en la Ciudad de Quito, Ecuador, del 18 al 22 del corriente mes, para, el dictado de un curso sobre Biomecánica Articular (Shiatsu) y el día 22 una conferencia sobre el Shiatsu como Auxiliar Valioso de la Medicina (enfermedades, psiquiatría y psicología, estética y deportología), este evento que contaba con el aval del gobierno de Ecuador, por razones internas de la organización no se llevan a cabo, quedando a confirmar otra fecha para su realización.

Jornada sobre técnicas naturales complementarias y su aplicación en salud, en escuelas Amici realizado en el polideportivo de la institución.

Curso de Masaje Japonés Shiatsu (nivel inicial), duración 4 meses, dictado en la EGB de escuelas Amici.

Curso de Masaje sacro-craneal, dictado en Centro de Terapias Complementarias con una duración de dos (2) sábados en total.

Manipulación Japonesa, (creada a partir de retenciones del Aikido y osteopatía) jornada en escuelas Amici a masajistas, instructores de elongación y kinesiólogos.

Meridianos y aceites esenciales usos y aplicaciones, jornada para masajistas, profesores de yoga, cosmetólogos, kinesiólogos, etc.

Taller de Aikido (manipulaciones) a alumnos de Carlos Cashasha (profesor de guitarra y Músico) para la movilización corporal y liberación de la cintura escapular, miembros superiores y manos en, calle Sargento Cabral 67 – Rosario.

Gimnasio Eurogym, del método Manipulación - M.A.R. Movimiento Articular Regenerador desarrollado por Eduardo Colazo a partir de una combinación de técnicas basadas en aikido y osteopatía, en la ciudad de Rosario, año 2002.

Auriculoestimulación sistemas varios, jornada, dictándolo en escuelas Amici, introducción al tema.

Curso básico de Acupresión Craneana (sistema Dr. Yamamoto) en escuelas Amici.

Clase abierta de elongación pasiva (método propio basado en técnicas de manipulación del aikido) en parejas Gimnasio Eurogym, Rosario.

Curso a masajistas diplomados, de masaje en el agua con método propio realizado en pileta privada en la localidad de Funes con 25 asistentes.

En los días 11 y 13 de mayo de 2005, en el Gimnasio de la Universidad Nacional de Rosario, Moreno 460 y dentro de las actividades programadas por el Área de Capacitación, dicto el primer módulo del Seminario: "Técnicas de flexibilización para la prevención de la salud en el movimiento", desarrollando mi sistema M.A.R® (Movimiento Articular Regenerador creado a partir de retenciones y elongaciones del Aikido y osteopatía) a los profesores de la institución y participo y colabore en los dos siguientes módulos, Taller de elongación "activa", a cargo de Miguel Ángel Llull y el otro Taller de sensopercepción y: Resonancia y articulación teórica de las vivencias del encuentro, a cargo de la Prof. Araceli Mosich.

En los días 22 al 25 de Septiembre participo en el marco de las jornadas dedicadas a técnicas y terapias alternativas y complementarias en el Centro de Convenciones Patio de la Madera en el cual dicto un curso de mi sistema Mar® (movimiento articular regenerador creado a partir de retenciones y elongaciones del Aikido y osteopatía) a profesores de educación física, instructores de yoga, prof. de gimnasia para embarazadas y adultos mayores, y doy una conferencia con proyección de diapositivas sobre la terapia Shiatsu.

"10° Congreso Internacional de Medicina Interdisciplinaria", "1° Congreso Internacional de Medicina Natural y Bioenergética" en Aula Magna de la Facultad de Medicina de la U.B.A. los días 5, 6, y 7 de agosto de 2005 de 9 a 21hs. Calle Paraguay 2155, Ciudad Autónoma de Buenos Aires – República Argentina, con la presentación de una diapositiva sobre "SHIATSU: AUXILIAR VALIOSO DE LA MEDICINA".

En el gimnasio de la universidad, en los talleres destinados a todo público desde el área de Capacitación del Depto. de Educación Física, realizamos un taller de elongación pasiva a mi cargo y elongación activa a cargo del prof. De yoga del gimnasio de la UNR Mohan Llull, con la participación de 80 asistentes, siendo en la mayoría estudiantes de medicina, kinesiología, estudiantes y profesores de educación física.

Eventos Internacionales

En los días 21 al 23 de Octubre participo en el 2° Encuentro Nacional de Masaje Terapéutico y Áreas Afines, denominado Ecuamasaje 2005, en la ciudad de Quito (Ecuador) dando una conferencia y proyección de diapositivas sobre "Shiatsu, auxiliar valioso de la medicina", y una demostración de mi metodología sobre el escenario del lugar, que se realizó en el Auditorium de la Cámara de Comercio de esa ciudad, Organizado por Ecuaventos con el aval de Fundación Fundhae, con la participación de varios países, entre ellos Cuba y Estados Unidos, con la asistencia de 300 personas de diferentes países.

Curso Post-congreso de masaje Shiatsu con metodología propia del 24 al 26 de Octubre con una carga horaria total de 24 has. , en las Termas de Papallacta al equipo de masajistas del plantel de termas, además de técnicas de masaje en piscinas, cambio en la aplicación de chorro de agua y duchas para mejoramiento de la prestación de los servicios con una visión propia sobre la aplicación de los mismos, y taller de expresión corporal y movimiento para mejor funcionamiento y organización corporal de los terapeutas.

Curso post-congreso en Quito en el Instituto Hispania sobre Masaje Shiatsu con metodología propia de dos días de duración a masajistas y fisioterapeutas con posturas en piso y camillas para mejor organización corporal, avalado por Fundación Fundhae, presidente de la misma Joel Diñeiro Franco, Directora general del Centro Hispania, Dra. María de los Ángeles Diñeiro, director del Área de masajes del Centro, Dr. Wirmark Báez

Participación en medios de difusión, escuelas y Asociaciones

Programa que se transmite por Cablehogar en el canal 4– emisora de cable independiente invitado por el Sr. Guillermo Strazza para hacer una nota sobre Masaje Shiatsu.

Programa de Maria Elena Álvarez en radio FM AZ93, en dos oportunidades, para hacer referencia a las terapias complementarias.

Programa dirigido por Estela Portalet en la radio FM Latina en dos oportunidades dedicados a los “Efectos benéficos de la correcta respiración”.

Invitado en varias oportunidades al programa de radio en It3 radio cerealista de rosario – 1,30Hs/ e-mail al corazón con la conducción de luz María. Los dolores y las dificultades de expresión corporal y emocional.

Disertación “Tratamientos Alternativos en Medicina” en la Escuela Normal N° 1 “Nicolás Avellaneda” invitado por la rectora del establecimiento profesora Maria Carrillo.

Programa de radio FM Latina, dirigido por el Arq. Horacio Roberto en varias oportunidades junto al equipo interdisciplinario de la Clínica C.I.A.T.A.

Invitado en el programa de radio de FM Latina de los días martes a las 22 Has. “El Viaje del Loco”, dedicado a mejorar la calidad de vida brindando información de distintas terapias y dirigido por Ramia, profesor de numerología.

Programa de Radio en FM. Latina, “El viaje del Loco” difundiendo temas sobre medicina tradicional japonesa.

Participo en varias disertaciones junto a los profesionales del Centro C.I.A.T.A., en Asociación Encuentro y en diferentes radioemisoras locales, siempre en la difusión de las terapias complementarias.

Conferencia y taller de introducción al masaje japonés Shiatsu, en la Asociación Cristiana de dirigentes de empresa.

Disertación sobre Tratamientos Alternativos en Medicina en Escuela Normal N°1, Rosario

Disertación Shiatsu, auxiliar valioso de la medicina, para todo publico en el marco de la difusión de las terapias complementarias y a beneficio de la institución (hogarcito de niños) en la Asociación Civil Encuentro, Rosario.

Radio del Plata de Rosario, en el Programa Paradigma dirigido por Claudio Fandiño prof. De filosofía y director de la revista Do, dando a conocer en varios programas tanto la Terapia Shiatsu como el aikido

PUBLICACIONES

Diario La Capital de Rosario en Diciembre 1995, en la página de profesionales sobre los “Efectos benéficos de la correcta respiración”.

Septiembre 2002, en la pagina de Internet, en plenitud.com se publica una nota mía sobre el tema “El Shiatsu como auxiliar valioso de la medicina”.

Nota sobre el tema “El Shiatsu” un estado de armonía en la revista Cuenta Conmigo y sale la misma nota en el portal de Internet de la misma revista.

Agosto del 2003, el diario La Capital publica una nota mía titulada “Shiatsu, energía que fluye sin bloqueos, en el suplemento Mujer.

Octubre 2003. En La Capital se publica una nota mía con el titulo “Aikido, conciencia del movimiento”, en el suplemento Mujer.

Mayo 2004, La Capital publica una nota sobre el sistema de defensa creado junto a Miguel A. Nasini con el título "Bioautodefensa, control físico", en el suplemento Mujer.

Febrero del 2005, en el portal Femme edición extra en Internet, publica la nota sobre "El Shiatsu como auxiliar valioso de la medicina".

En el portal de Internet armonizandorosario.com.ar, se publican dos notas, un artículo sobre Shiatsu y otro sobre Aikido.

Octubre 2004, se publica una nota sobre Bioautodefensa en la revista Judo Karate con una foto junto a las autoridades municipales integrantes del área administrativa y la directoría de la GUM, Guardia Urbana Municipal, y otra junto con el grupo de instructores y un grupo de agentes de la repartición.

Junio de 2005, se publica en La Capital una nota titulada "Contracturas: Perdida de elasticidad" en el suplemento mujer.

Publico en la revista Do, que dirige Claudio Fandiño, dos paginas una en la sección Paradigma sobre Shiatsu y en la sección de Artes Marciales sobre Aikido

"El único modo de superar una prueba es realizarla"

BIBLIOGRAFIA

- Sussman David, Acupuntura Teoría y Practica, Kier 2da. Edicion
Namikoshi, T., The Complete Book of Shiatsu Therapy, Japan Publications, 1981.
Kushi, M., How to see your Health, Japan Publications, 1980.
Masunaga, Zen Imagery Exercises, Japan Publications, 1987.
Masunaga., Zen Shiatsu, Japan Publications, 1977.
Técnicas de Relajación, Rosemary A Payne, 3ra Edición
Serizawa, K., Effective Tsubo Therapy, Japan Publications, 1984.
Netter, Frank H. - Atlas de anatomía humana (2ed, 2001 Masson)
Busquet, Léopold - Las cadenas musculares, tomos 1, 2, 3 y 4 (6ed, Paidotribo)
Serizawa, K., Tsubo: Vital Points for Oriental Therapy, Japan Publications, 1976.
Tohei, K., Ki in Daily Life, Japan Publications, 1978.
Yamamoto, S., Barefoot Shiatsu, Japan Publications, 1979.
Juan Plaja, Analgesia por Medios Físicos, Edigrafos, Primera edición 2003
Ohashi, W., Do it Yourself Shiatsu, Unwin Paperbacks, 1977.
Rodrigo Miralles Marrero, Misericordia Puig Cunillera, Biomecanica clinica del aparato locomotor, España 1998
Chaltow, L., Soft Manipulation, Thorsons, 1980.
Sagrera Ferrandiz, Dolor Muscular, España 1979
Tratado de Acupuntura, Versión Española de Recopilación Dr. Padilla Corral Presidente de la Escuela Neijing de Madrid
Carlos Nogueira, Acupuntura III Rinofaciopuntura, España
Serge Tixa, Atlas de Anatomía Palpatoria, Tomo I y 2, Barcelona
Barbara Ann Brennan, Manos que Curan, 1987
La Linfa y su Drenaje Manual, Dr. Frederic Vinyes
Drenaje Linfatico Manual, Dra Adora Fernández Domene
Luís Chiozza, Cuerpo, afecto y lenguaje, Alianza Editorial, 2da Edición
Wayne W. Dyer, Tus Zonas Erróneas, 1ra Edición
Kendall's, Músculos, pruebas y funciones, Tomos I y 2, 4ta Edición, Marban
Ediciones en lenguas extranjeras Beijing, 101 enfermedades tratadas con Acupuntura y Moxibustion
Errores de fondo en la Acupuntura, Paulino María Iñigo, Centro Alfeon
Blandine Calais-Germain, Anatomía para el movimiento, tomos 1 y 2, 7ma reimpresión 1999
James Allen, Como el Hombre Piensa, Traducido al Español por: Lincol Claudio
Carlos María Menegazzo, El Significado de la Enfermedad y el Sentido de la Cura, Ediciones Fundación Vínculos.
Gilbert Ryle, El Concepto de lo Mental, Editorial Paidós
Lic. E. Jorge Antognazza, ¿Qué hacer con la vida?, Editado por Beas Ediciones, en 1993

Ver links a páginas de interés

<http://www.aisistema.com.ar>

<http://www.espalda.org/>

<http://www.filosofiaparalavida.com.ar/index.htm>

<http://kinelogia.es.tl/Archivos-s-Utilidades.htm>

<http://fisioterapiauautonoma.blogspot.com/>

<http://www.iqb.es/diccio/diccio1.htm>

<http://portaldeclau.blogspot.com/>

<http://www.danielvallejo.blogspot.com/>

<http://www.ciata.com.ar/>

<http://www.ensulaberinto.com.ar/2006/10/omsp-organizacin-mundial-de-la-mentira.html>

<http://www.alternativarosario.com.ar/>

http://www.femalt.com/fundacion_fundacion.shtml

<http://www.quedelibros.com/Medicina/2/Medicina-Alternativa/1.html>

<http://www.fotomusica.net/>

<http://www.bibliotheka.org>

Asesoramiento y Capacitación

A Empresas, Institutos, Escuelas, Centros de Enseñanza,
Capacitación individual y grupal, charlas, cursos, talleres,
seminarios, jornadas.

Página: www.rosarioshiatsu.com.ar

Si desea hacer una consulta o contacto

email: colazoe@gmail.com.ar Celular: 0341-156182560

Santa Fe - Rosario - Argentina