

## El Mensajero Naturista

### Abordaje Holístico de los Ajustes y Manipulaciones Articulares, Ejercicios y Masaje

SEPTIEMBRE—DICIEMBRE  
2007

Edición I Volumen 3

Desde la antigüedad la práctica de manipulaciones articulares, el masaje, y el ejercicio buscaba esencialmente el cuidado de la estética corporal y el bienestar físico, la práctica del Taiji, del Yoga y otras técnicas de ejercicios conocidas hasta hoy; demuestran que los chinos y los indúes consideraban que la expresión corporal y la actividad de los órganos internos eran reflejos cada uno del otro.

Actualmente la rehabilitación física se aleja de aquel enfoque dirigido a desarrollar músculos, despreocupados de la influencia de estos en la actividad funcional, acercándose más al abordaje integral que requiere el cuidado y restablecimiento de la salud.

El estudio de la anatomía y la fisiología humana ha creado nuevas líneas que consolidan esta visión integral, por ejemplo parece cobrar fuerza una idea que sugiere la existencia de

una estrecha relación entre las fascias musculares y el sistema nervioso. Etimológicamente, fascia es un término latino que significa banda, Celso que fue el primero en utilizar esta palabra en su obra "De re médica", la aplicó a la terapéutica al señalar que funcionan como fajas o vendas de tejido para las heridas, porque estas cubren la superficie corporal en toda su extensión. Teniendo en cuenta que en las fascias se encuentran integrados ganglios autónomos del sistema nervioso, varios estudios proponen que la tensión en los planos faciales, puede afectar la circulación sanguínea y por tanto la nutrición de esos ganglios autónomos, de lo cual resultan trastornos como la fibromialgia o la neuropatía periférica.

Técnicas como la Quiropráctica, la Osteopatía, la Medicina China o la práctica de ejercicios: Taishi, Qi gong y

Yoga, ha permitido con sus respectivos enfoques, disminuir la percepción de que existe una línea divisoria aparente, entre las manipulaciones las diversas técnicas de masajes y los ajustes articulares, luego entre estas y el ejercicio. En nuestro centro, CUMIC, hemos estado trabajando y estudiando estas líneas aparentemente inconexas con vistas a incrementar la eficacia del tratamiento. Tenemos la convicción de que el masaje puede preparar el camino hacia los ajustes articulares, de igual modo el ejercicio puede consolidar lo que logramos con las primeras.

Con esto justifico la pretensión de mostrar un camino unificador en el ejercicio de estas técnicas, utilizando lo mejor de cada una, un enfoque integral para el diagnóstico y la terapéutica fruto además de la experiencia práctica.

por Dr. Lázaro Rodríguez

#### En ésta edición

La Quiropráctica en PR	2
Elementos de Biomecánica	3
Cadenas Musculares	4

#### En la próxima Edición

#### MASAJE

### Historia de la Quiropráctica

El Dr. Daniel David Palmer con la ayuda del Reverendo Cristiano Samuel Weed, crean la palabra quiropráctica derivada del griego donde quiro significa (manos) y praxia (práctica) quiere decir ("hecho a mano"). El objetivo de Palmer era encontrar una curación para las enfermedades sin emplear medicamentos. Para esto,

estudió la estructura de la columna vertebral y el arte antiguo de la manipulación. En 1895, Palmer trató a un conserje local que se lamentaba de su sordera, luego de realizar un fuerte trabajo en una posición encorvada. En el examen físico, Palmer notó una protuberancia en la región cervical alta, a lo que atribuyó un desplazamiento

vertebral. Poco después de la manipulación sobre esta área el conserje, recuperó su audición. Palmer afirmó haber tratado, también, a otro paciente con problemas cardíacos empleando manipulaciones vertebrales. Teniendo en cuenta el éxito obtenido con estos dos casos concluyó que la mayoría

de las enfermedades eran el resultado de una mala posición vertebral y afirmó que muchas dolencias eran causadas por la compresión de las raíces nerviosas a su salida de la columna vertebral. Palmer denominó tal interferencia a la transmisión nerviosa normal "subluxaciones". Afirmaba que luego de las manipulaciones o los ajustes para corregir el alineamiento vertebral

adecuado se restablecían las transmisiones nerviosas, normalizaba la actividad cerebral y el organismo recobra su

capacidad innata para combatir la enfermedad. Su hijo, B.J. Palmer (Bartlett Joshua Palmer 1881 — 1961), continuó su obra organizando y expandiendo la escuela quiropráctica.

Por Dr. Rafael Fabián

## La Quiropráctica en

El Dr. Ralph Sierra (Diciembre 6, 1904- Noviembre 10, 1982), fue el primer quiropráctico licenciado en PR y el precursor de la ley que regula la práctica de esta disciplina en la Isla en mayo del 1952. El Dr. Sierra fue ingeniero eléctrico, innovador y experto reconocido mundialmente en la ciencia de los magnetos, fue terapeuta físico en Nueva York (Bellevue and Kings County Hospital) por 14 años, para muchos fue catalogado un genio.

Estudió quiropráctica en Atlantic School of Chiropractic y allí enseñó neurología y micología por seis años. Fue el Quiropráctico de los Boston Red Sox en el 1954, también ajusto el pelotero #1 Roberto Clemente, Luis Muñoz Marin y un sinnúmero de contribuciones más. Según relata su hija Dra. Irma Sierra "era una persona humilde, no le cobraba al que no tenía dinero, fue siempre servicial y un gran padre".

En el 1954 le diagnosticaron el síndrome de meniere, sufría de vértigo para tratar ese problema visitó los mejores Médicos de E.U. incluyendo Puerto Rico y no pudo ser ayudado. En el 1965 empieza a investigar la magneto terapia para introducir la técnica de sanación a su condición y con eso logra parar su avance. Dio cientos de cursos en E.U,



Sto. Domingo, Canadá y Centro América. Era Presidente de la Asociación y Presidente de la Junta Examinadora, hizo una contribución mundial en la investigación de la sanación con los Magnetos. Su laboratorio fue visitado por científicos de Japón, Europa, E.U., China, etc. A los 75 años de edad haciendo una investigación con los magnetos se sube a un árbol de mango, magnetiza un clavo de acero y lo clava en el árbol, se cayó de espalda mientras bajaba. El 10 de noviembre del 1982 falleció lo cual constituyó una pérdida irreparable para la quiropráctica.

Otro de los pioneros en la introducción de la quiropráctica en Puerto Rico fue el Dr. Loveland, que actualmente a los 74 años de edad ajusta el área cervical una o dos veces a la semana. El Dr. Loveland, gran maestro de la quiropráctica, se casó en la Isla el 29 de junio de 1946 con Inocencia Camacho "Ginger" viajan a la ciudad natal Peacon, Illinois. Visita un médico amigo de él buscando ayuda

## Puerto Rico

para los dolores que sufría, allí le diagnosticaron problemas neurológicos y le recomendaron un Quiropráctico. Luego del primer ajuste "Toggle Recoil" en el área cervical, se recupera poco a poco, vuelve a Puerto Rico en el 1947 y como no habían quiroprácticos, entonces decide estudiar Quiropráctica en Palmer College. Según sus relatos allí tuvo el honor de conocer a B.J. Palmer (hijo del creador de la quiropráctica D.D. Palmer) a quien reconoce como un excelente maestro y genio. Mientras estudiaba supo que se estaba gestando una Ley que regulaba la práctica de la quiropráctica en PR con La ICA (Internacional Chiropractic Association). Con su asesoría y la ayuda de su esposa, Ginger, colaboran en la traducción de la misma. En el 1950 se graduó y para aquella época ya había en la isla, varios quiroprácticos entre los cuales estaban el Dr. Sierra, Dr. Mulero, Dr. Genaro Fernández. En los últimos años otros quiroprácticos han contribuido al desarrollo de la quiropráctica en Puerto Rico cabe mencionar al Dr. Carrasquillo, Dr. Kaplan, Dr. Reina, entre otros.

Por Dr. Rafael Fabián

## Elementos de Biomecánica

En el último siglo el desarrollo de la osteopatía y la quiropráctica revolucionó el modo de ver la mecánica articular. El esqueleto dejó de ser solo un conjunto de huesos y músculos para convertirse en un sistema que actúa bajo las riendas de ciertas leyes físicas.

El engranaje entre articulaciones huesos y músculos depende de si predominan las funciones protectora o de sostén del hueso. Donde hay poca movilidad como en el cráneo, predomina la función protectora, las articulaciones son semi-rígidas, los músculos son anchos no son tan móviles ni contráctiles, en cambio donde hay mayor movilidad, los huesos y músculos son alargados,

## Cadenas Musculares

El dolor es como un grito emitido por el organismo cuando busca ayuda, por eso es el motivo de consulta más frecuente. Su aparición sin embargo puede indicar lo mismo una disfunción articular u orgánica. Como no siempre su localización se corresponde con su origen, esa suele ser una razón para estudiarlo.

Los chinos lo definían como un estancamiento de energía o sangre y asociaban la pérdida de continuidad en su distribución entre otras, a la presencia de algún obstáculo mecánico, una articulación desalineada por ejemplo, que provoca cuando menos espasmo muscular y a partir de este, reducción del flujo sanguíneo.

Basándose en la idea de que los músculos se relevan entre sí como eslabones de una cadena se introdujo, el pasado siglo las cadenas musculares, estas fueron definidas por Leopold Busquet “**como circuitos en continuidad de dirección y de planos, a través de los cuales se propagan las fuerzas organizadoras del cuerpo**”.

Esta visión nos permite explicar por qué los dolores se reflejan en áreas

por lo cual las articulaciones tienen mayor maniobrabilidad.

La expresión corporal es resultado de la armonía entre los músculos, las articulaciones, el esqueleto en general y la actividad visceral en conjunto. Las posturas adoptadas por el hombre son un reto constante a esa armonía, según señala Leopold Busquet, reflejan la búsqueda de la economía funcional.

Si observáramos a un niño que intenta aprender a caminar, veríamos que utiliza casi todo el cuerpo para dar un paso. Una vez que aprende olvida o simplemente no toma en cuenta todos los músculos que participan en esa actividad porque no necesita pensarlo para

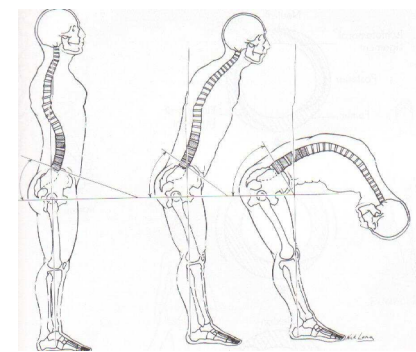
distantes a su origen y constituye la piedra angular del análisis clínico que hacen los osteópatas, los masajistas y los quiroprácticos, en cada una de las regiones anatómicas, tomando por base su biomecánica, por ejemplo una molestia en las rodillas puede originarse por una disfunción de las caderas o una molestia lumbar puede tener origen cervical.

Adicionalmente, la probabilidad de que los meridianos descritos en la medicina china, se ubiquen también en las fascias, se sustenta por una parte en que las fascias van desde la superficie del cuerpo hacia el interior de cualquier órgano y luego en que el sistema de las fascias se compone además de otras variedades de tejido conectivo capaces de transmitir, energía en forma de protones o electrones. Sus propiedades termoeléctricas y las respuestas a la presión, provocan cambios tisulares que derivan en cambios funcionales, esto explica por qué los meridianos, pueden distribuir nutrientes y la energía necesaria entre la superficie y el interior del organismo.

En Shaolin los artistas marciales describieron zonas similares a las

lograr su propósito. La necesidad de sentirnos cómodos al pararnos o al sentarnos, es otra de esas premisas, podemos constatarlo al observar que cualquier persona luego de estar un rato de pie, adopta posiciones increíbles, la pregunta ¿cómo puede? se responde con el hecho de que esa persona se siente más cómoda, además nos muestra sin hablar, cómo se organiza el equilibrio entre distintos pares de fuerzas que forman nuestros músculos, he ahí la importancia de revisar integralmente estos elementos.

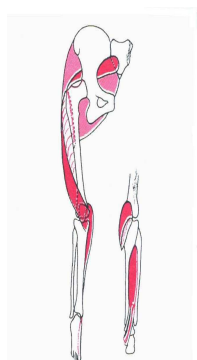
por Dr. Lázaro Rodríguez

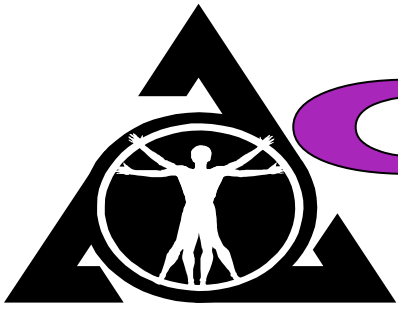


fascias musculares e identificaron ejercicios con los cuales se puede influir el medio interno, actuando sobre los músculos localizados en el recorrido de los meridianos, sobre esta base los chinos aprendieron a ejercitar determinados músculos para influir en los órganos, con el taiji, lo mismo que los indúes con el Yoga. Estas zonas que llamaron **Musculares** tienen un uso similar al descrito por osteópatas y quiroprácticos con la kinesiología aplicada; porque usan los músculos y su tono como reflejo del medio interno, por ejemplo puede inferirse un trastorno vesicular en un dolor de ciático que va hacia la parte externa de la pierna o digestiones lentas en alguien con el abdomen redondo y blando.

Por:

Dr. Lázaro Rodríguez





# CUMIC

CENTRO UNIVERSITARIO DE MEDICINA INTEGRAL Y  
COMPLEMENTARIA DE PUERTO RICO



Estamos localizados en los  
predios del  
Hospital Regional de Bayamón  
Ave. Laurel, Santa Juanita,

Para concertar citas u obtener más  
información puede llamar a los teléfonos  
787-798-3001 o

787-269-0988 Ext 2600, 2604, 3600, 3604

CUMIC pretende reenfozar el cuidado del paciente desde una perspectiva integral y desarrollar un modelo de servicio, que incluye la ejecución de investigaciones científicas tendientes a resolver aquellos problemas que más comúnmente afectan a la población y la elaboración de programas docentes que ayuden a promover el conocimiento de esta medicina.

Bajo el lema de **CUMIC, donde la Medicina cobra un nuevo significado**, la Universidad Central del Caribe (UCC), Escuela de Medicina de Bayamón, inauguró el primer centro de servicios médicos que integra varias modalidades de la Medicina Alternativa y Complementaria bajo un mismo techo.

El paciente que asiste a CUMIC es evaluado por un medico que diseña la estrategia de tratamiento a seguir en su caso, eso permite un tratamiento personalizado e integral y especialmente mayor efectividad en el menor tiempo posible. Todos los servicios son ofrecidos por profesionales de la salud con las más altas calificaciones, egresados de prestigiosas instituciones académicas.

## Ofrecemos servicios de

- *Acupuntura*
- *Masaje Terapéutico*
- *Quiropráctica*
- *Homeopatía*
- *Pediatría*
- *Terapias de apoyo psicológico y estimulación biofísica*
  - ◆ *Curación Pránica*
  - ◆ *Cromoterapia*
  - ◆ *Musicoterapia*
  - ◆ *Gematerpia*

Los pacientes no necesitan ser referidos a nuestra institución para ser vistos, aceptamos entre otros Planes Médicos MSCA, MCS, MCSC, SSSN y Salud Dorada.