

Sobre la osteopatía

En francés

- Issartel L. et M., *L'Ostéopathie exactement*, Laffont, 1983.
- Reibaud P., *Difficultés scolaires et dyslexie*, Atman, 1986.
- Roulier G., *L'Ostéopathie. Deux mains pour vous guérir*, Dangles, 1987.
- Roulier G., *Rapport d'Enquête sur le rôle socio-économique des ostéopathes dans le système de santé français*, Unión fédérale des ostéopathes de France, 1987.
- Roulier G., *L'Ostéopathie et le coût de la santé*, Institut français d'ostéopathie, 1984.
- Still A.T., *Autobiographie*, Sully, 1998.
- Sueur G., *L'Ostéopathie*, Livre de Poche.

En inglés

- Still A.T., *Autobiography*, American Academy of Osteopathy, 1981.
- Still A.T., *Osteopathy, Research and Practice*, American Academy of Osteopathy, 1980.
- Still A.T., *Philosophy of Osteopathy*, American Academy of Osteopathy, 1986.

Los elementos activos de la verticalización de la columna vertebral

Evidentemente, se trata del músculo.

La musculatura vertebral

La musculatura de la columna es muy compleja. A este nivel existen numerosos músculos, de los cuales algunos están situados entre dos vértebras y otros muchos están insertados a varios niveles. El músculo es el motor de la columna vertebral.

Ajuste automático

Los músculos de la columna vertebral poseen, como todo músculo, receptores sensibles al estiramiento. Llamamos a estos receptores husos neuromusculares. Están organizados de modo que, cuando el músculo está estirado, envían impulsos nerviosos al sistema nervioso central, que provoca la contracción automática del músculo elongado. Este fenómeno es reflejo y está destinado a mantener constante automáticamente la longitud del músculo, a pesar de las variaciones de tensión que se aplican en él.

A nivel de la columna vertebral, es el estiramiento o elongación de los músculos lo que provoca su contracción, con la finalidad de mantener en su lugar los segmentos vertebrales.

Control dinámico

Los músculos de la columna vertebral no mantienen ésta de forma pasiva por una tensión constante, sino de manera dinámica, proporcionalmente a las tracciones que se aplican sobre ella.

Por otro lado, estos mecanismos reflejos son modificados por órdenes que parten del sistema nervioso central.

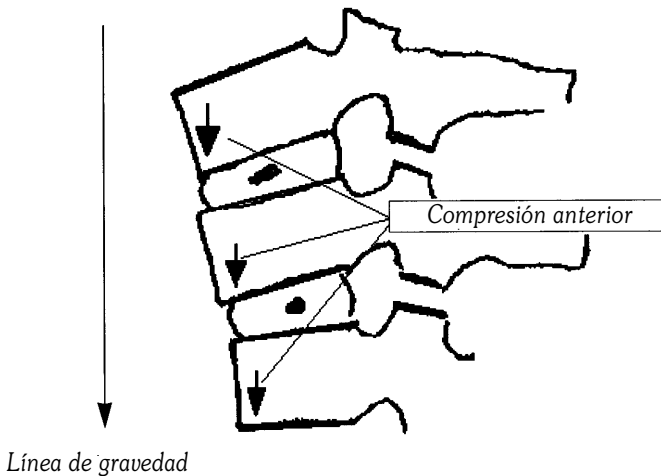
La primera consecuencia de este cambio de posición es el desplazamiento de la línea de gravedad del cuerpo que se desplaza hacia delante y pasa muy por delante de la columna lumbar, lo que aumenta considerablemente las fuerzas mecánicas impuestas a la zona lumbar, pero también a los niveles superiores, pues cuanto más lejos de su punto de apoyo se aplica una fuerza, mayor tiene que ser la contrafuerza para equilibrarla.

En este sistema mecánico, hemos cambiado el punto de aplicación de la gravedad, pero no hemos cambiado la naturaleza de la palanca vertebral, ni la longitud de los brazos de palanca representados por las apófisis espinosas y transversas.

La posición sentado altera, muy a menudo, la mecánica lumbar, lo que no favorece tampoco la modificación de las curvaturas vertebrales.

La desaparición de la posibilidad de apoyo sobre las apófisis articulares vertebrales

La modificación de la curvatura vertebral lumbar provoca una modificación completa de los puntos de apoyo de la región. Las vértebras repo-



Presión sobre los cuerpos vertebrales en posición de sentado

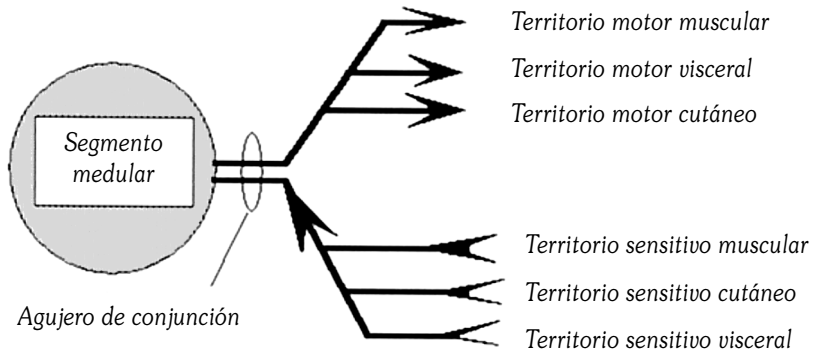
10. No hay causa sin efecto, ni efecto sin causa. Por otra parte, un efecto creado tiende a persistir. Así pues, no siempre es suficiente suprimir la causa para que desaparezca el efecto.
11. La circulación de una sangre sana es fundamental para la salud.
12. La estructura del cuerpo está organizada por el tejido fibroso o fascias.
13. La estructura fibrosa fundamental es la duramadre craneal y vertebral.
14. La duramadre ayuda y mantiene la superestructura que llamamos “mecanismo respiratorio primario”.
15. El mecanismo respiratorio primario está constituido por los siguientes elementos:
 - las membranas de tensión recíprocas,
 - la movilidad inherente del cerebro y de la médula espinal,
 - la movilidad de los huesos del cráneo,
 - la movilidad involuntaria del sacro entre los ilíacos,
 - la fluctuación del líquido cefalorraquídeo.
16. La estructura fascial obedece a las leyes de la mecánica.
17. La estructura fascial está sometida a las leyes de la energía.
18. Los desequilibrios mecánicos en las estructuras fasciales siempre están relacionados con sobrecargas de energía, más o menos localizadas, en estos tejidos. Las sobrecargas de energía se crean para disminuir la comunicación del organismo en un momento en el que el entorno es considerado como peligroso. Pero su persistencia compromete la comunicación tanto en el interior del organismo como entre el organismo y su medio, lo que provoca una reducción de sus posibilidades de supervivencia.
19. Las técnicas de osteopatía tienen como meta fundamental liberar los tejidos de las sobrecargas de energía que los perturban.

respondiente. Cada nivel de médula espinal está de este modo en relación con diferentes territorios:

90

- Vertebral, que comprende las vértebras correspondientes, sus articulaciones y su disco.
- Muscular, que comprende los músculos controlados por estas fibras nerviosas.
- Cutáneo, que comprende el territorio cutáneo bajo el control de estas fibras.
- Viscerales, que comprenden los órganos inervados por este segmento. Esto sólo para la columna dorsal.

Esta segmentación concierne a las actividades sensitivas y motoras. Las fibras nerviosas que inervan los diferentes territorios transitan por el orificio intervertebral, que es, por tanto, una vía de paso muy importante.



Vulnerabilidad del agujero de conjunción

El agujero de conjunción, constituido por diferentes partes, de las cuales algunas son móviles y deformables, es vulnerable. Las partes móviles son el disco por delante y las articulaciones intervertebrales por detrás. Como, por otro lado, este orificio está organizado entre dos vértebras y estas dos vértebras son móviles, se encuentra deformado por los movi-

tos o conservantes y su empobrecimiento por la refinación hacen que sea cada vez más difícil, incluso a veces imposible, aportar al cuerpo los elementos brutos a partir de los cuales podrá elaborar las sustancias necesarias para su funcionamiento equilibrado.

Como Still era granjero, cabe suponer que habría llevado a cabo una campaña para reformar estos aspectos de la producción y la preparación de los alimentos. Su afirmación debe ser situada en su contexto, el de una época que no asiste todavía a una industrialización preocupante de la agricultura.

En este caso, el restablecimiento del cuerpo en su equilibrio anatómico y fisiológico con la ayuda de un tratamiento osteopático bien realizado basta generalmente para permitirle recobrar la salud.

El cuerpo tiene el poder de superar la enfermedad

Ningún terapeuta ha curado nunca a ningún paciente. Lo único que ha hecho es permitir eventualmente al organismo del paciente encontrar los recursos necesarios para crear de nuevo un equilibrio. Es verdad que esa forma de expresar las cosas puede parecer hoy en día anticuada. Pero la idea, ¿lo es verdaderamente?

Como dice Viola Frymann, “no puedo curar la más sencilla de las heridas, pero puedo limpiarla y quitar los residuos, juntar los bordes e impedir la contaminación. No puedo curar la fractura, pero restableciendo una relación anatómica normal y protegiéndola de los movimientos traumáticos, proporciono a la fractura las condiciones necesarias para su consolidación. Puede ser necesario quitar un tumor o un cálculo o cualquier entidad patológica, pero una vez que la operación se ha realizado, el cirujano debe confiar en su invisible aliado en el interior del paciente para que se desencadenen los procesos de curación.”¹¹

¹¹ Viola Frymann, *The Philosophy of Osteopathy*.

vida y los organismos vivos y cuya meta es la de restaurar y mantener el equilibrio del cuerpo de forma óptima, a fin de permitirle recuperar y conservar su capacidad para autorregularse.

La técnica osteopática se basa en un conocimiento profundo de la anatomía y de la fisiología del cuerpo, pero sobre todo en un cierto número de reglas fundamentales que conciernen a la vida y al funcionamiento de los organismos vivos.

70

Los fundamentos de la osteopatía

La mayoría de estos fundamentos se han expuesto en los capítulos precedentes. Otros serán objeto de desarrollo en las partes que siguen.

1. El cuerpo es una estructura material creada y animada por la vida.
2. El cuerpo es un organismo bio-mecánico y bio-químico.
3. El objetivo fundamental de todo organismo vivo es la supervivencia. El organismo humano tiene, pues, el poder de superar la enfermedad y de mantenerse en estado de equilibrio.
4. El cuerpo es un sistema de comunicación, que permite al ser comunicarse con otras personas y con el entorno físico.
5. La supervivencia depende directamente de la aptitud para comunicarse con el entorno.
6. La meta de las técnicas osteopáticas es devolver al cuerpo su aptitud para comunicar.
7. La osteopatía se interesa por el aspecto mecánico del cuerpo.
8. El cuerpo humano funciona como un todo.
9. La estructura y las funciones del cuerpo son indisociables:
 - una estructura alterada no permite que la función actúe normalmente;
 - una función alterada puede, por su parte, alterar una o varias estructuras, las cuales alteran, a su vez, diferentes funciones del cuerpo.

Cuando el cuerpo cambia bruscamente de posición, se produce en los líquidos internos el mismo fenómeno que cuando desplazamos demasiado rápido una palangana llena de agua. Ésta se mueve con más rapidez que el líquido que se encuentra en su interior.

Esto es lo que ocurre en un accidente de coche. La fluctuación de los líquidos del cuerpo se altera y tiende a interrumpirse o incluso a orientarse en la dirección opuesta a la del traumatismo. Este fenómeno afecta mucho a la salud de la víctima que se siente cansada sin saber por qué, cuando a nivel de las exploraciones clásicas nada justifica esta perturbación.

Hay una saturación de energía en todo el cuerpo

El cuerpo por entero ha recibido una gran cantidad de energía y no ha podido diluirla. Así que está estancada y provoca problemas de retención amplia y difusamente en el cuerpo. La persona se siente tensa, rígida, sin poder definir de dónde le viene esa sensación. Todas las actividades metabólicas normales del cuerpo están enlentecidas. Como las exploraciones médicas son normales, se califica a la persona de “siniestrósica³⁵” y va de terapeuta en terapeuta en busca de una solución a su problema.

Ciertas zonas del cuerpo están más saturadas

Algunas veces la televisión nos muestra las imágenes de simulaciones de accidentes de coche efectuadas con maniqués a bordo. En ellas podemos ver las grandes fuerzas mecánicas que tiene que soportar el cuerpo en los accidentes de circulación. Todas las partes del cuerpo que no es-

³⁵ *La siniestrosis es un término médico que permite designar un síndrome psíquico observado en los accidentados del trabajo, estando el herido convencido de que toda herida debe valerle daños e intereses. Sin lesión somática ni trastornos nerviosos, consigue persuadirse de que está enfermo y es incapaz de todo trabajo.*

Conclusión

197

La relativa simplicidad del concepto osteopático no impide una notable eficacia y una gran amplitud de sus posibilidades terapéuticas. Este concepto todavía hoy es revolucionario y ésta es una de las principales razones que obstaculizan su difusión.

Un ser humano es algo más que la unión de huesos y carne cuya esperanza de vida está limitada a unas decenas de años. Still hace cien años y después Sutherland y sus alumnos sacaron a la luz la naturaleza esencialmente espiritual del ser humano. La forma en que la expresaron en su época puede no convenirnos hoy en día. Ello no significa que se equivocasen.

Las incomodidades que siente el paciente son la manifestación de las dificultades que encuentra la vida para expresarse a través del cuerpo físico. Cada vez que los problemas desaparecen, es que la vida se expresa de nuevo normalmente, libremente.

La osteopatía constituye sin ninguna duda un aporte decisivo en la elaboración de la práctica terapéutica del mañana. Los resultados obtenidos por la osteopatía son la prueba más sólida de ello.

Nuestra responsabilidad es continuar trabajando para defender e ilustrar el principio osteopático, sin negar todo lo que el avance del ser humano puede aportarle como enriquecimiento y mejora.

Nuestra ilegalidad es una suerte. En Europa, y en España en particular, la osteopatía es extremadamente viva y evoluciona sin cesar. La oposición que encuentra es por sí misma fuente de un dinamismo extraordinario.

Un reconocimiento oficial, aun presentando aspectos positivos, quizás

y la vida, y estos dos elementos sólo tienen sentido cuando están asociados. El cuerpo sin vida ya no tiene ningún poder. Está totalmente inerte y reducido a su estado de simple elemento material. En estas condiciones, ¿debemos sólo curar el cuerpo o interesarnos más globalmente por la vida? Trataremos de aportar a esta pregunta algunas respuestas.

32

La vida

¿Qué es la vida entonces? La ciencia no aporta a esta pregunta precisa ninguna respuesta: se limita a la observación, a la cualificación y a la cuantificación de fenómenos que existen en presencia de la vida.

El diccionario Larousse sólo da de la vida la siguiente definición: “Resultado del funcionamiento de los órganos que contribuyen al desarrollo y a la conservación del individuo”.

Tenemos derecho a pensar que ahí falta, entre otras cosas, la idea de una finalidad que ya estaba en la definición del cuerpo “...para permitir al ser comunicarse con el entorno físico y con otros seres”.

Dicho de otra manera, antes que todo, el cuerpo permite al ser comunicarse con el mundo, es decir, establecer con él intercambios. Lo constatamos, por ejemplo, cuando debemos alimentarnos.

Así, la vida está condicionada por esta relación de dependencia con el mundo.

La osteopatía, ocupándose del cuerpo y mejorando sus aptitudes para comunicarse, tiende a mejorar esta interfaz y a procurar así un mejor instrumento al ser para participar en el juego de la vida.

- Sutherland W.G., *The Cranial Bowl*, the Free Press, 1948.
- Sutherland W.G., *With Thinking fingers*, A.O.A. Journal, 1954.

Temas complementarios

- Brazelton T.B., *T. Berry Brazelton vous parle de vos enfants*, Stock-Laurence Pernoud, 1988.
- Berthou F., *L'Alimentation de l'enfant*, Ed. Soleil.
- Clergeaud C. et L., *L'Alimentation naturelle du nourrisson de 0 à 2 ans*, Ed. Équilibres Aujourd'hui, 1989.
- Doman G., *Enfant. Le droit au génie*, Ed. Hommes et Groupes, 1986.
- Janov A., *Le Cri primal*, Flammarion, 1974.
- Kaplan M., Bondil A., *Votre alimentation selon l'enseignement du Dr Kousmine*, Laffont, 1989.
- Kousmine C., *Soyez bien dans votre assiette*, Sand, 1980.
- Kousmine C., *Sauvez votre corps*, Laffont, 1987.
- Kousmine C., *La sclérose en plaques est guérissable*, Ed. Delachaux & Niestlé.
- Leboyer F., *Pour une naissance sans violence*, Le Seuil, 1974.
- Le Berre N., *Le Lait, une sacrée vacherie?*, Ed. Équilibres Aujourd'hui, 1990.
- Martino B., *Le Bébé est une personne*, Balland, 1985.
- Tomatis A., *L'Oreille et la vie*, Laffont, 1977.
- Veldman F., *Haptonomie, science de l'affectivité*, Ed. PUF.

Las traducciones del inglés son del autor.

Nota del traductor:

Quisiera agradecer a Angel Bañuls Tornal,
Luis Ignacio Mateo Rodera, Francisco Rocher
Muñoz y Patricia Torres por su preciosa ayuda.

timo. Este punto es muy importante para un terapeuta, que debe ayudar al cuerpo a reencontrar y mantener su armonía.

Mientras el organismo es capaz de mantener una cierta armonía, no se manifiesta ningún síntoma de incomodidad. Llamamos a ese estado “el estado de salud”, que no es sinónimo de ausencia total de una anomalía corporal. Sólo significa que el organismo conserva la posibilidad de funcionar en armonía. Es el estado que todos buscamos, pensando muchas veces que depende más de la suerte que de nuestro buen hacer.

El fisiólogo americano Cannon ha empleado una palabra para expresar este estado. Habla de “homeostasia”. Esta palabra describe el estado del cuerpo que funciona en equilibrio entre todas sus constantes fisiológicas. Como todo estado de equilibrio, es por definición inestable.

Señalemos también que la medicina no trata, hablando con propiedad, el estado. La medicina sólo se ocupa de la enfermedad. De mi experiencia de terapeuta he aprendido que es muy importante guiarse por la idea de salud, de armonía, más que por la de desaparición de los síntomas. “Encontrar la salud debería ser el objetivo del doctor. Cualquiera puede encontrar la enfermedad.”²⁴

²⁴ A.T. Still, *Philosophy of osteopathy*.

agudos, rápidamente encubiertos con la ayuda de los medicamentos. Si los medicamentos suprimen el síntoma, no tratan la causa, de modo que el organismo termina acumulando las retenciones e intenta compensarlas como puede. Su poder de adaptación puede un día encontrarse sobrepasado, y es en este momento cuando se declara la enfermedad grave.

La osteopatía es un método preventivo de elección. Consultar de vez en cuando a un osteópata, incluso sin sentirse enfermo, o incluso simplemente en ciertas situaciones difíciles de la vida, es probablemente un buen medio para dejar al organismo en los mejores equilibrio y armonía posibles.

¿En qué campos la osteopatía da buenos resultados?

Se puede hacer una lista general de los problemas de salud en los que la osteopatía da buenos resultados. Sin embargo, una vez más, hay que ser prudente y no generalizar. Lo que es cierto para uno no lo es forzosa-mente para otro.

Los problemas de la esfera musculoesquelética

El campo es amplio y comporta muchas posibilidades. La osteopatía es bastante eficaz para todos los problemas de la columna vertebral (cervicalgias, dorsalgias, lumbalgias, desequilibrios de la pelvis, escoliosis, dolores ciáticos o crurales, etc.). También aporta una ayuda nada despreciable en problemas más periféricos como los dolores de los miembros, secuelas de esguince o de fractura (después del tratamiento ortopédico si éste es necesario), periartritis del hombro, epicondilitis, problemas de cadera, de rodillas, de tobillos y de pies.

Para todas estas afecciones, es conveniente descartar mediante un examen médico y eventuales exámenes complementarios los riesgos de patologías más graves.

Los trastornos orgánicos corresponden a una lesión del mismo órgano. La anomalía funcional, en este caso, es el testimonio de la destrucción más o menos importante del órgano. Puede haber diferentes grados de gravedad, desde el ligero, como un traumatismo sin lesión importante, hasta el más grave, como un cáncer o un infarto de miocardio, pasando por una hernia discal.

La osteopatía se revela muy eficaz para tratar trastornos orgánicos que no han provocado alteraciones demasiado importantes, por ejemplo ciertas hernias de hiato⁴², algunas hernias discales y ciertos esguinces.

Incluso cuando el trastorno ya es muy grave y necesita un tratamiento muy severo, como una intervención quirúrgica, la osteopatía también puede aportar una ayuda nada desdeñable que permite al organismo reequilibrarse después de ese tratamiento.

Un trastorno funcional persistente, a veces degenera y afecta a los órganos. Un trastorno orgánico ligero puede, si no es tratado, degenerar y provocar patologías mucho más serias. Nunca hay que despreciar los trastornos llamados funcionales u orgánicos menores, sino simplemente hacer lo que es mejor y lo menos nocivo para tratarlos.

Entonces, la osteopatía ¿se ocupa de las personas que no están enfermas?

Seguramente es más fácil tratar trastornos menores que todavía no han evolucionado hacia alteraciones graves que tratar un organismo que está desde hace años agotado y en estado de descompensación crónica.

Podemos afirmar que casi todas las enfermedades orgánicas son el resultado de trastornos funcionales que han empeorado con los años. Esta evolución con frecuencia ha sido insensible, a veces con episodios

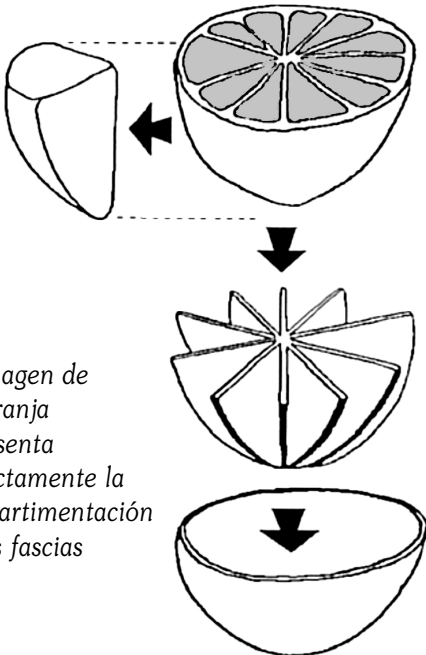
⁴² *Bloqueo del estómago en su paso a través del diafragma.*

veles del cuerpo. Lo llamamos también “fascia”. Gracias a él, la organización mecánica del cuerpo se hace un poco como la de una telaraña. De este modo, todos los tejidos del cuerpo están unidos unos a otros y constituyen una unidad mecánica. Una retracción situada en una parte del sistema altera por tanto el conjunto.

52

La organización mecánica del cuerpo

El cuerpo está organizado a partir de las estructuras más duras, es decir, los huesos. Éstos sirven de armadura, de puntos de sujeción para los otros tejidos y órganos. Clásicamente, consideramos que la armadura de base está constituida por la columna vertebral. Sobre esta columna se sitúa la cabeza, después la cintura escapular (los hombros), raíz de los miembros superiores, y abajo la pelvis (cintura pélvica), relacionada con los miembros inferiores. A esta armadura ósea se unen todas las otras estructuras del cuerpo, los ligamentos y tendones, los músculos, las vísceras.



La imagen de la naranja representa correctamente la compartimentación de las fascias

A esta armadura ósea se unen todas las otras estructuras del cuerpo, los ligamentos y tendones, los músculos, las vísceras.

Como una naranja

La disposición de los tejidos sobre esta armadura se hace de tal forma que están unidos unos a otros, en continuidad desde la cabeza a los pies.

Se estructura así una unidad mecánica, desde la cima a la base del cuerpo. Existe también un sistema de tabicación que crea compartimentos que sirven de emplazamiento para los músculos o los órganos. La cons-

El cuerpo y la vida

El cuerpo

¿Qué es el cuerpo? Ésta es una pregunta bastante anodina a la cual no es fácil contestar. Nunca nos han llevado a reflexionar sobre estas preguntas aunque tengamos todos un cuerpo que utilizamos cotidianamente. Sin embargo, para los terapeutas, esta pregunta es fundamental.

Una definición del cuerpo

El cuerpo es una estructura física animada por la vida, cuya meta es permitir al ser comunicarse con el entorno y con otros seres. Está constituido por un conjunto de órganos, de ahí su nombre de organismo. Es un organismo a la vez biomecánico y bioquímico.

Una interfaz

La vida es por naturaleza no material. Para jugar el juego de la vida, el ser necesita un vehículo, una estructura que le procure a la vez un soporte material y una identidad.

En informática, podríamos hablar de interfaz, un dispositivo colocado entre dos sistemas que de otra forma no podrían comunicar. La interfaz está destinada a permitir esta comunicación.

Still decía: “El cuerpo humano es una máquina animada por una fuerza invisible llamada vida.”²². Tenemos aquí dos elementos diferentes, el cuerpo

²² A. T. Still, *Philosophy and Mechanical Principles of Osteopathy*.

jar crecer de forma natural y vender el producto de origen en su estado completo y natural.

Excesos, carencias, intoxicaciones

128

Examinemos ahora otros problemas relacionados con nuestra alimentación. Comemos demasiado, comemos mal.

A menudo las comidas son demasiado ricas, demasiado pesadas con respecto a nuestra actividad física real y esto sólo puede perjudicar al organismo, que se encuentra obstruido. Hay obstrucción debido al aporte demasiado abundante de sustancias que el organismo no puede metabolizar. Así que almacena lo que no puede utilizar, lo que nos hace aumentar de peso.

Además, podemos preguntarnos si la mala calidad de los alimentos no es responsable en parte de esta situación. El cuerpo, por falta de sustancias primordiales, ¿no busca desesperadamente conseguir las por todos los medios aun a riesgo de absorber demasiadas?

Concretamente ingerimos demasiados azúcares. Muchas veces los absorbemos sin saberlo, ya que estos azúcares están “escondidos”. Son los azúcares contenidos en productos como las sodas, los yogures azucarados, los pasteles, etc.

Pese a lo que podamos pensar, las situaciones de carencia son por otra parte frecuentes e importantes debido no a los hábitos del consumidor, sino a la calidad de los productos. Es una paradoja constatar de este modo que podemos a la vez comer demasiado y ser víctimas de carencias alimentarias.

Hay un factor no alimentario también causante de dificultades en la asimilación de los alimentos por el organismo. Se trata del estrés, del que sabemos que tiene repercusiones nefastas sobre todos los sistemas del cuerpo, principalmente a causa de la sobreestimulación del sistema simpático.

Así pues, la digestión y la asimilación se encuentran también alteradas por el estrés.