

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE
MÉXICO

FACULTAD DE MEDICINA
LICENCIATURA DE MÉDICO CIRUJANO
ANTROPOLOGÍA MÉDICA

Otros masajes

AUTOR: INÉS AIMME ITURBIDE PARDIÑAS



- Tuina (Tui Na) es una modalidad terapéutica de masaje chino, utilizada en China desde hace unos 2000 años. Se basa en la teoría de la Medicina Tradicional China, y el flujo de Qi a través de los meridianos que utiliza también la acupuntura. Mediante el masaje y técnicas de manipulación, se intenta establecer un flujo de Qi más equilibrado y armonioso, que promueva la salud y la curación de enfermedades.

- Esta técnica incluye el uso de las manos para masajear el tejido blando (músculos y tendones), técnicas de acupresión para afectar directamente el flujo de Qi y técnicas de manipulación para reestructurar las relaciones músculo-esqueléticas y ligamentosas. Para aumentar el beneficio terapéutico se utilizan cataplasmas herbales o bálsamos.

Beneficios, limitaciones y contraindicaciones

- El Tuina suele venir bien para el tratamiento de trastornos músculo-esqueléticos específicos y trastornos del sistema digestivo, respiratorio o inmunitario debidos a un estrés crónico. No es indicado para las personas que buscan un masaje sedante y relajante. No debe utilizarse cuando existen fracturas, flebitis, enfermedades infecciosas, heridas abiertas y lesiones.

Historia del Tuina

- Esta técnica terapéutica se remonta a la dinastía Shang de China, año 1700 a.C. Era utilizado para tratar enfermedades de los niños y trastornos digestivos en los adultos. Sobre el año 600 a.C. el Tuina se incluyó en la Universidad Médica Imperial como un departamento separado y floreció en toda China hasta la dinastía Qing, época en la que fue suprimido junto a otras prácticas de la cultura China. Tras la revolución comunista, el Tuina fue restituido, junto con otras tradiciones médicas, y se incluyó en la creación del actual sistema de universidades de medicina tradicional china.

- **La técnica del masaje oriental (An Mo Tui Na), cuya traducción literal es "presionar y frotar", es un sistema ancestral de masaje chino que utiliza la presión en ciertos puntos (correspondientes a los puntos de acupuntura), los estiramientos musculares, los desbloques articulares y la sensibilización y estimulación de la energía biológica llamada por los chinos "Qi".**

- En la segunda dinastía china, la dinastía "Shang", catorce siglos antes de la era cristiana, ya aparecen anotaciones acerca del "Anmo" en los caracteres tallados sobre conchas de tortugas. El nombre de la dinastía es un carácter en el que parece que una mano está dando masaje a una persona con un instrumento de masaje. En esta dinastía también aparece otro carácter que significa manosear, aparece como una persona masajeando a otra. Según las anotaciones realizadas, en aquel tiempo también hubo masajistas en la corte. Hasta ahora, las anotaciones encontradas que aluden al "Anmo" tienen una antigüedad de más de **34 siglos**.

- **"Anmo".** En la dinastía "Jin", del año 265-420, hubo un hombre de ciencia, que además era filósofo, llamado "Gehong". Escribió un libro sobre medicina china titulado "Zhou Hou Fang". Este libro es el primero en registrar un método de masaje chino muy importante: la digitopuntura . En este libro se anota un método de digitopuntura para reanimar a la gente que está en coma; dicho método consiste en pinchar el punto "Renzhong" con la uña del dedo. A su vez, anota otro método de digitopuntura, presionar el punto "Guan Yuan" con el dedo para eliminar el dolor abdominal

UTILIDADES

- Libera tensiones mentales
- Elimina estancamientos de sangre y energía, y mejora la circulación
- Mejora la circulación sanguínea periférica de las extremidades
- Estimula el sistema defensivo
- Combate el stress y la fatiga
- Desbloquea contracturas musculares y energéticas
- Mantiene el sistema nervioso sano y equilibrado
- Garantiza un organismo relajado y sano



- El Shiatsu es una ancestral terapia japonesa que tiene la finalidad de restaurar el equilibrio físico y energético del ser humano. Literalmente Shiatsu significa “presión con los dedos”, aunque el masaje se puede aplicar de diversas formas haciendo presión con los pulgares, con la palma extendida, los antebrazos, codos, rodillas y pies, haciéndolo una experiencia única para el receptor y para el practicante.



- El Shiatsu retoma las bases de la medicina tradicional china, la cual menciona que no existe realmente la enfermedad, sino que se trata de un desequilibrio de la energía de algún órgano que se manifiesta en exceso o en deficiencia. Este patrón desequilibrado altera también las emociones, el sueño, los músculos, huesos y articulaciones, y puede causar sintomatología muy diversa y difícil de entender desde el punto de vista occidental

- Es una terapia que se aplica en el suelo, sobre una colchoneta. El paciente viste con ropa cómoda, al igual que el practicante, y se entabla una sinergia entre paciente y terapeuta al trabajar con el ritmo de la respiración de ambos. El terapeuta Shiatsu utiliza el peso de su cuerpo y la energía de su Hara para realizar la presión, de una forma armoniosa y profunda; es como si penetrara el cuerpo físico del paciente para alcanzar sus emociones y su espíritu.



- El masaje sueco es el masaje tradicional europeo. Los masajes europeos usan los sistemas occidentales de anatomía y fisiología. Fue desarrollado por Henrik Ling en 1830 en Suecia. A finales siglo pasado el masaje sueco fue introducido en los USA y se ha popularizado enormemente.

Beneficios del masaje Sueco:



- **Relajamiento muscular Mejora la circulación Alivia el dolor debido a tensión muscular, desligamientos, ciática, y articulaciones duras. Ayuda a recuperarse mas rápido en caso de maltrato a los tejidos musculares. Estimula la piel y los nervios y relaja Reduce el estrés**

- **El** masaje sueco usa aceite para evitar la fricción con la piel. Idealmente este aceite debe ser calentado ligeramente antes de usarse. Tiene movimientos activos y pasivos. Usa varios movimientos y estos siempre son en contra de la circulación, dicho en otras palabras en dirección al corazón. Esto hace para estimular la circulación.



- Durante el masaje sueco pueden haber varias combinaciones de movimientos también los terapeutas algunas veces mueven los brazos, las piernas o la cabeza para mover las articulaciones. Los siguientes son movimientos clásicos de los masajes suecos:

1- Effleurage. Estos movimientos son a lo largo en la dirección del corazón. Ayudan a calmar el cuerpo, calentar y relajar los músculos. También ayuda distribuir el aceite en el cuerpo para los siguientes movimientos. Con este movimiento la persona que recibe el masaje se familiariza con el “toque” del masaje.

- 2- Petrissage.** Estos movimientos son similares al de amasar (como cuando se hacen tortillas o tortas). Esto aumenta la circulación y profundamente relajante.
- 3- Presión de puntos.** Esto se enfoca en puntos donde hay dolor cuando se presionan. El dolor al presionar indica estrés y tensión. Se usa principalmente el dedo pulgar para presionar.
- 4- Fricción profunda.** Son movimientos circulares que alivian la tensión.

5- Rodillos. La terapeuta tomo un área pequeña de la piel y la “pellisca” suavemente. Como enrollando la piel.

6- Tapotement (percusión o palmaditas). Con las palmas de las manos cerradas y enroscadas la terapeuta gentilmente da palmaditas en la espalda o en otros músculo. Esto ayuda a energizar el cuerpo. Normalmente es casi al final del masaje.

7- cepillado con los dedos. Estos movimientos son muy suaves y son usados al final de un masaje completo. La terapeuta usa las punta de los dedos y los desliza sobre el cuerpo con una presión suave. Esto ayuda a calmar los nervios y relajar los músculos.

- **El masaje sueco no se recomienda cuando se tiene fiebre, diarrea, vómitos, náusea, venas varicosas, o trombosis. En casos de alta presión o problemas en el corazón no se masajea el abdomen. Personas que sufren de fracturas o moretes también deben evitar el masaje.**



- Muy enérgico, es practicado en los baños de vapor. Un baño Turco combina cuatro elementos básicos, el calor seco, el calor húmedo, frío y el masaje. Estos elementos estimulan y limpian el cuerpo además de mejorar la salud. El baño turco tiene un efecto purificador que consiste en un baño de vapor que impregna todas las partes del cuerpo hidratando, limpiando y suavizando el tejido epitelial, para mantenerlo terso y elástico, para prevenir y atenuar la aparición de arrugas, además de ser un excelente aliado contra la celulitis. El vapor produce una equilibrada dilatación de los poros, procurando así una transpiración abundante que además de eliminar toxinas e impurezas, estimula la circulación sanguínea. El masaje turco Es un rito higiénico, un masaje que relaja, y se resume en un amasado enérgico del cuerpo. En los baños turcos, es la última etapa de un entero proceso cuyo objetivo es la higiene y la relajación. Después de ir al baño de vapor, usted será limpiado y masajead.



- Desde un vista terapéutico el baño turco ayuda a combatir la bronquitis, la sinusitis y otras afecciones de tipo respiratorio. También está comprobado, que la acción relajante sobre los músculos, de este tratamiento, le hace un remedio muy eficaz para reducir el estrés y la ansiedad. El masaje turco, su principal objetivo es la relajación y la búsqueda de frescura y de rejuvenecimiento. Los baños turcos están generalmente abiertos a los hombres como a las mujeres, quien están separados por supuesto.



- Los masajes linfáticos ayudan a la estimulación del sistema linfático, que es aquel que se hace cargo de la eliminación de las toxinas en el cuerpo y se encuentra constituido por vasos, por el tejido linfático y los ganglios, y son tres las funciones básicas que debe cumplir, las cuales contribuyen a la activación del sistema inmunológico.



- Específicamente, el sistema linfático se trata de un sistema de vasos que se encuentra paralelo a la circulación sanguínea; otra de sus funciones es llevar la tarea de actuar como sistema complementario para que el flujo correspondiente a los líquidos, para que estos sean reabsorbidos y la circulación sanguínea pueda pasar.

- Por ejemplo, resultan ser una excelente alternativa para la estética, especialmente si se trata de la celulitis, edemas, varices o hematomas, reduciendo esa sensación tan molesta de poseer las piernas cansadas. **Los masajes linfáticos son muy buenos también para ser llevados a cabo en el área facial**, para prevenir combatir problemas cutáneos tales como el acné, el eritema facial y la rosácea; además, como bien hemos dicho, estimulan y refuerzan al sistema inmunológico y ejercen un efecto sedante y relajante en la persona que lo está recibiendo.



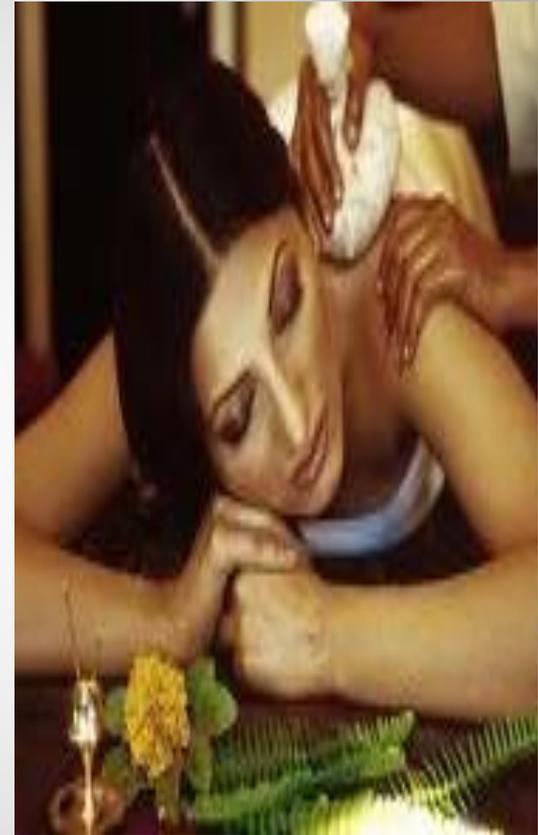
- La terapia del **Par Biomagnético** o **Biomagnetismo Médico** es un sistema que detecta y clasifica las alteraciones del pH de organismo, reequilibrándolas con la ayuda de pares de imanes.

Esta técnica es capaz de identificar el origen de un gran número de enfermedades, corrigiendo esas anomalías incluso antes de que empiecen a manifestarse sintomatológicamente. Esta característica preventiva y curativa le da especial valor y diferencia a la terapia del Par Biomagnético de otras técnicas magnetoterapéuticas que no usan pares de imanes, así como de multitud de artilugios magnéticos (pulseras, colchones, fajas, etc) que se comercializan en el mercado y que no suelen ser más que paliativos en el mejor de los casos



El Biomagnetismo Médico fué
descubierto por el doctor Mexicano
Isaac Goiz

Durán en 1988, cuando curó a un
paciente, enfermo de Sida, con la ayuda
de esta terapia eficiente, asequible,
limpia y sin efectos colaterales. Este
primer caso curado fue el primero de
una larga lista de varios millones de
pacientes que han sido atendidos con
éxito por los miles de terapeutas que ya
hay trabajando en varios países del
mundo con esta técnica, tanto médicos
como no.

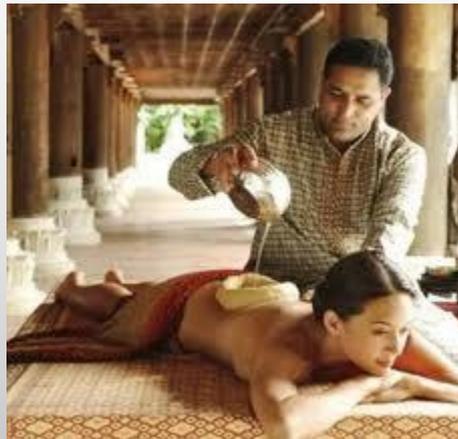


- El Biomagnetismo Médico logra identificar, sin pruebas de laboratorio (Ver artículo sobre el experimento con 200 pacientes), la etiopatogenia real de una dolencia, sin limitarse sólo a su sintomatología. Y es que muchas enfermedades, simples, complejas, crónicas, degenerativas, tumorales están relacionadas con alteraciones del pH en zonas concretas del organismo y con la presencia de patógenos como virus, bacterias, hongos, parásitos, o de disfunciones glandulares u otros factores perjudicial para la salud humana y animal.

- Al restaurar el equilibrio ácido-básico del organismo, un terapeuta de Biomagnetismo logrará anular y revertir las condiciones que propiciaban las causas de la enfermedad. Los síntomas y signos de ésta tenderán entonces a desaparecer paulatinamente y de manera natural, como un hielo fundiéndose en un vaso.

- La reflexiología es una técnica utilizada por los antiguos egipcios, chinos e indios, que consiste en aplicar masajes sobre ciertas zonas de las manos, oídos (auricular) y especialmente de los pies (podal), para aliviar algún dolor o síntoma que se tenga en cualquier parte del cuerpo. Con el devenir del tiempo, ese conocimiento fue ampliándose dándose lugar al desarrollo de nuevas técnicas curativas como la Acupuntura.

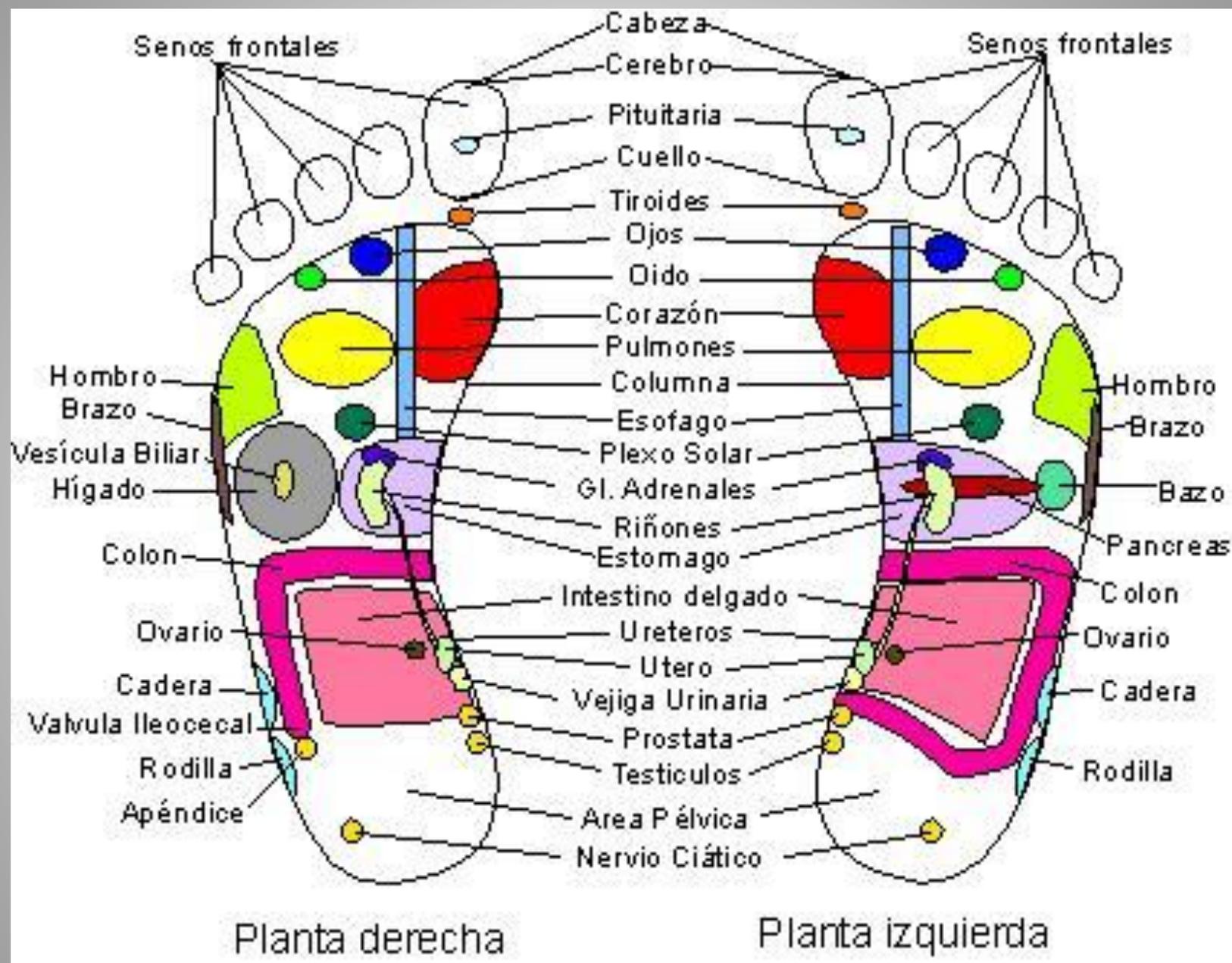
- La reflexología moderna nace esencialmente de los trabajos de principios del siglo XX llevados a cabo por dos americanos, los doctores William Fitzgerald y Eunice Ingham.



- Fue Fitzgerald quien propuso inicialmente la teoría de que el cuerpo humano se halla atravesado en sentido longitudinal, por diez meridianos, que lo dividen en otras tantas zonas; cada una de ellas ocupada por determinados órganos cuyo "reflejo" se encuentra en áreas perfectamente definidas de los pies y de las manos.

- El Dr. Riley entabló conversación con Eunice Ingham, una masajista americana que, a la postre, sería la creadora de la terapia reflexológica tal y como hoy la conocemos. Eunice Ingham profundizó en su estudio escribiendo varios libros, entre ellos "Historias que los pies podrían contar", y confeccionó el primer mapa reflexológico con las correspondencias entre los órganos y entrañas con las distintas zonas plantares. Eunice es considerada como la madre de la reflexología moderna.

- Para la reflexiología los pies se dividen en varias zonas que están conectadas(por medio del sistema nervioso) con otros puntos de nuestro cuerpo; y la razón del porque se alivian nuestros malestares con un simple masaje se debe a que en estos puntos se representan todos los órganos del cuerpo y el estimularlos manualmente podemos calmar el dolor, facilitar la eliminación de toxinas, prevenir ciertas enfermedades y disturbios de la salud.



- Puedes hacerlo tú mismo o pedir ayuda.
- Quítate zapatos y calcetines.
- Colócate en un posición cómoda, apoyando tu espalda sobre unas almohadas.
- Revisa que la iluminación sea suficiente y el ambiente tranquilo, para esto puedes ayudarte de algún tipo de música relajante.
- Quítate anillos y pulseras, así evitarás lastimarte.
- Lávate las manos.
- Puedes usar crema o algún aceite de aroma terapia para darte el masaje.
- Comienza con un masaje relajante en ambos pies incluyendo los dedos.



- Utiliza tu dedo pulgar para realizar movimientos lentos, profundos y circulares. Comienza en el centro de la planta del pie; después de unos segundos pasa a la zonas a tratar. Los masajes no deben causar dolor.
- La duración de cada masaje depende de su finalidad, si es para relajarte puede durar incluso una hora (medía hora cada pie). En este caso aprieta y da masaje en cada uno de los dedos, comenzando con el pequeño.
- Un masaje para deshacerse del estrés es con el dedo pulgar e índice, presiona los bordes exteriores de los pies, desde el talón hasta el dedo pequeño.

- Si la finalidad del masaje es terapéutica hay que evitar excesos de estimulación, no debería superar el cuarto de hora para cada pie. Es mejor masajear durante unos minutos una zona para luego volver a ella más tarde, en el curso de la misma sesión.
- Es importante trabajar varias zonas de acuerdo al problema, por ejemplo:
 - Si tienes gripe, masajea la zona de la cabeza, oídos, ojos y garganta.
 - Si tienes diarrea, masajea la zona del estómago y colón.
 - Para cólicos menstruales: Zona de útero y ovarios.
 - Infecciones urinarias:Uretra.
 - Dolor de espalda o cansancio: Columna.
 - Fiebre:Cabeza.

¿Qué es la Iridología?



- Los ojos son los órganos más expresivos de nuestro cuerpo, cuando nos comunicamos utilizamos nuestros ojos y podemos adivinar el estado de ánimo de nuestro interlocutor a través de la interpretación de sus miradas, a veces, mientras que los labios dicen "si"... los ojos dicen "no" y viceversa.



- La ciencia de la Iridología se basa en el análisis del color y de las delicadas estructuras del iris y no tiene relación alguna ni con la oftalmología (rama de la medicina alopática que estudia las disfunciones de los ojos) ni con la optometría que corrige los errores refractarios utilizando lentes ópticas.
- El iris es un mundo de diminutos detalles en sí mismo y está capacitado para almacenar información, de modo que en Iridología, el iris, simplemente, se convierte en el vehículo transmisor entre el cuerpo y el iridólogo para que éste último pueda reconocer el estado de los órganos mediante las señales que éstos proyectan en él.

¿En qué se basa la Iridología?

- En el iris pueden reconocerse tanto las tendencias patológicas, procesos agudos o crónicos, lesiones como los cambios favorables de enfermedades que remiten.
- Todos los órganos importantes del cuerpo tienen su correspondiente representación en una de las áreas del iris, de modo que mientras un órgano permanece estable, su área del iris también permanece estable; es decir sin cambio alguno.

- Para localizarlos existen las topografías del iris datando la más antigua hacia el año 1850.
- La Iridología tiene fundamentos científicos y fue utilizada y promocionada por los médicos alópatas hasta que, en la segunda mitad del siglo XX, las técnicas diagnósticas de nueva generación se adaptaron mejor a las necesidades de su manera de tratar la enfermedad.

- Topográficamente el iris está dividido en 12 sectores radiales (como la esfera de un reloj) y en 7 anillos concéntricos.
- A parte del estudio de la pupila y de la corona, los diferentes signos a reconocer son:
 - Densidad iridiana.
 - Manchas tóxicas.
 - Manchas residuales.
 - Coloraciones anormales.
 - Signos orgánicos.

Entre los signos más importantes se pueden destacar:

- Rosario Linfático.
- Anillos nerviosos.
- Lesiones cerradas.
- Rayos solares.
- Manchas psóricas.
- Anillo costroso.
- Anillo de sodio.
- Arco senil.
- Irritaciones.

En qué nos puede ayudar la Iridología

- Utilizada correctamente, la Iridología es una herramienta de diagnóstico de las posibles patologías que el individuo puede desarrollar a lo largo de su vida y como existe un paralelismo entre la densidad de las fibras del iris y la respuesta o resistencia a las enfermedades que presenta una persona, se puede pronosticar de que modo va a responder ante ellas.

Origen e historia de la Iridología

- La Iridología empieza con los egipcios para quienes el ojo y la vista eran tremendamente importantes ya que formaban parte de las características propias del alma. Se fijaban sobretodo en los cambios que se producen en la coloración del iris, especialmente con las emociones y aunque no mencionan áreas, ya nos hablan de ellos con sus jeroglíficos.

- Una fecha importante para la Iridología es 1836 cuando un niño de Egervar, cerca de Budapest, Hungría, Ignaz Von Peczely, a quien le encantaban las plantas y los animales, en un intento de capturar a un búho, le fracturó la pata.
- En ese preciso momento Ignaz pudo observar como en el ojo del búho aparecía un cambio y empezó a pensar que los cambios que se manifestaban en el organismo también lo hacían en el ojo.

- A partir de esa experiencia, continuó investigando y creó la primera topografía (interpretación) aproximada en 1850.
- Desde la primera topografía hasta la última, han pasado, muchos años (1850 - 1980) y durante ese tiempo, la Iridología ha ido evolucionando y adquiriendo más datos, de modo que se ha ampliado de tal manera que, en este momento existen una gran cantidad de datos y ejemplos que manifiestan aquello que ya en un principio Ignaz Von Peczely observó en el iris.



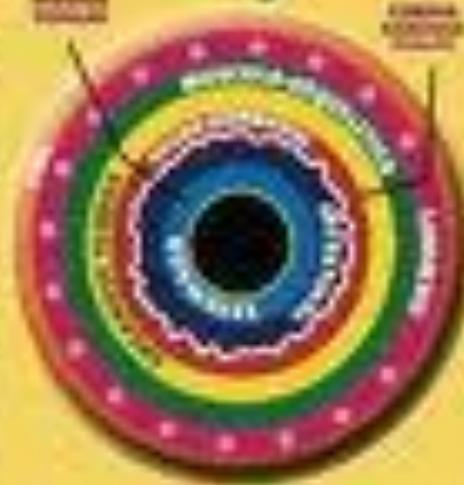
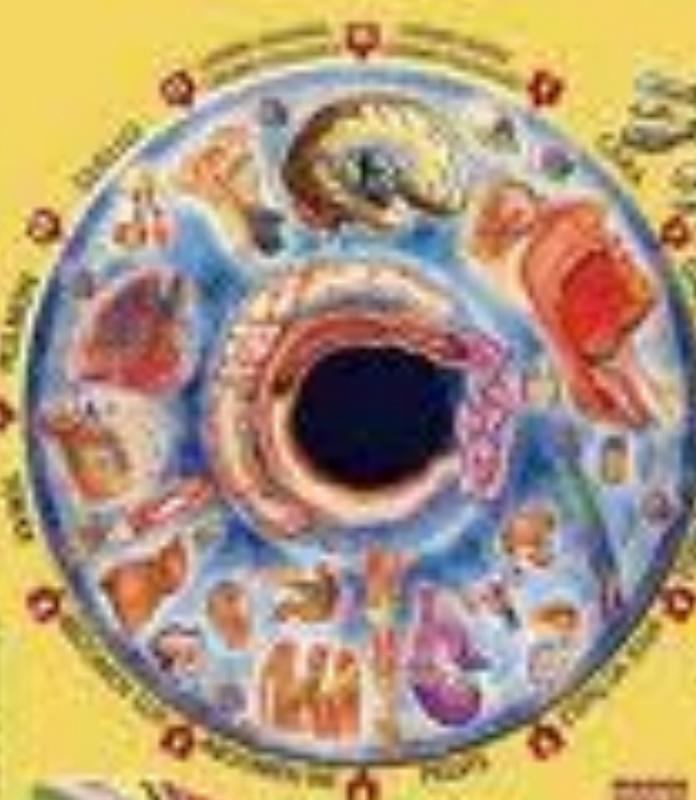
IRIDOLOGIA PRACTICA

Completó el desarrollo a través del 1er. año de vida



ESTRUCTURA DEL OJO

ESCLERA: Tejido fibroso que protege al ojo.
CORNEA: Membrana transparente que cubre la parte anterior del ojo.
IRIS: Membrana que regula la cantidad de luz que entra en el ojo.
CRISTALINO: Lente que enfoca la luz en la retina.
RETINA: Membrana que recibe la luz y la convierte en señales eléctricas.
OPTICO: Nervio que transmite las señales al cerebro.



SENSACION



