

Quiropráctica

Cuidar la columna, esencial para la salud

INFINIDAD DE PERSONAS QUE SUFREN UNA GRAN VARIEDAD DE ENFERMEDADES HAN RECUPERADO SU SALUD A TRAVÉS DE LA QUIROPRÁCTICA. ESTE NUEVO ENFOQUE REAFIRMA EL DATO CIENTÍFICO DE QUE EL CUERPO HUMANO ES UN ORGANISMO AUTOCURATIVO Y DIRECTAMENTE CONTROLADO Y COORDINADO POR EL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL, QUE ESTA PROTEGIDO POR LA COLUMNA VERTEBRAL. [TEXTO: XABIER MENDIARAZ/QUIROPRÁCTICO]

El sistema nervioso es responsable de toda comunicación en el cuerpo, controla las emociones, vista, audición, equilibrio, respiración, latidos del corazón, presión arterial, digestión, tono muscular, postura, hormonas, glándulas y otras funciones. Este conocimiento explica por qué la irritación o presión al sistema nervioso interrumpe su comunicación con el cuerpo y causa una gran variedad de problemas en nuestra salud.

¿QUÉ ES EL CUIDADO QUIROPRÁCTICO?

El cuidado quiropráctico se ocupa de la íntima relación entre las vértebras de la columna y el sistema nervioso. Las 24 vértebras que componen la columna vertebral protegen partes vitales del sistema nervioso, llamados tallo cerebral y médula espinal. Ambos son responsables de la comunicación entre el cerebro y cada célula, órgano y sistema del cuerpo. Cada impulso nervioso entre el cerebro y el cuerpo debe pasar a través del tallo y la médula espinal. Las vértebras pueden perder su posición correcta por diferentes causas: estrés químico (alimentación, sobre medicación, tóxicos...), estrés físico (caídas, malas posturas...), o emocional (miedos, preocupaciones, problemas...).

Las desalineaciones vertebrales, llamadas subluxaciones vertebrales, pueden producir irritaciones nerviosas en el sistema nervioso y, a su vez, pueden afectar a casi todas las funciones vitales y siste-

mas de todo el cuerpo. Una subluxación que no se corrija puede llevarnos a que la columna se degenera de forma irreversible, a enfermedades crónicas y en definitiva a tener menor calidad de vida.

¿DE DÓNDE PROCEDE LA QUIROPRÁCTICA?

La quiropráctica fue descubierta en 1895 por Daniel David Palmer en Iowa. Empezó a investigar la relación entre la columna y el resto de nuestro cuerpo, después de que su asistente recuperara la audición tras corregir lo que él identificó como un pequeño bulto que sobresalía en su espalda. A partir de este momento empezó a estudiar la relación entre la columna y la sordera y empezó a entender que liberando las interferencias que crea una vértebra en un nervio se podían corregir y prevenir muchos problemas de salud. En Estados Unidos la quiropráctica es la tercera profesión más demandada de atención primaria en lo que respecta a popularidad, y existen 80.000 quiroprácticos.

La Organización Mundial de la Salud reconoce la quiropráctica como una profesión sanitaria de atención primaria mediante unas directrices que publica en 2005, y así lo hacen todos los países que la reconocen legalmente. Las implicaciones son enormes, ya que supone que el quiropráctico no es un técnico ni un especialista médico, sino un facultativo que puede servir de acceso al sistema sanitario.

Actualmente en España los profesionales de atención primaria son los médicos y odontólogos, según la Ley de Ordenación de Profesiones Sanitarias. En la actualidad se pueden cursar los estudios

en más de 40 facultades en 16 países, lo que demuestra que es una profesión en proceso de universalización.

¿EN QUÉ SE DIFERENCIA LA QUIROPRÁCTICA DEL RESTO DE PROFESIONES SANITARIAS?

Mientras que el cuidado médico ofrece los mejores beneficios en momentos de emergencia, estos problemas no son más que una pequeña parte de los problemas de salud de hoy en día.

Mucha gente vive con enfermedades crónicas que han ido avanzando incluso después de haber recibido cuidado tradicional médico. Muchas veces, las personas descubren el cuidado quiropráctico después de llevar años de medicina tradicional que solamente ha tratado los síntomas o efectos de sus enfermedades. Los cuidados prolongados que ignoran la causa pueden permitir que los problemas de salud aumenten hasta el punto de requerir cirugía. Es aquí donde el cuidado quiropráctico se diferencia de la medicina tradicional. El cuidado quiropráctico se concentra en corregir, sin el uso de cirugía o fármacos, una de las causas más importantes de la pérdida de la salud: la subluxación vertebral. Entre cinco y siete años de estudios universitarios avalan al doctor en quiropráctica como el único profesional cualificado para la detección y corrección de la subluxación vertebral.

La quiropráctica lidera un cambio global hacia un enfoque de la salud conservador y naturalista, y es el método más eficaz y seguro de restablecer la salud de forma natural desde 1895.

¿POR QUÉ UNA PERSONA CON SALUD Y APARENTEMENTE SIN NINGÚN PROBLEMA DEBERÍA ACUDIR A UN QUIROPRÁCTICO?

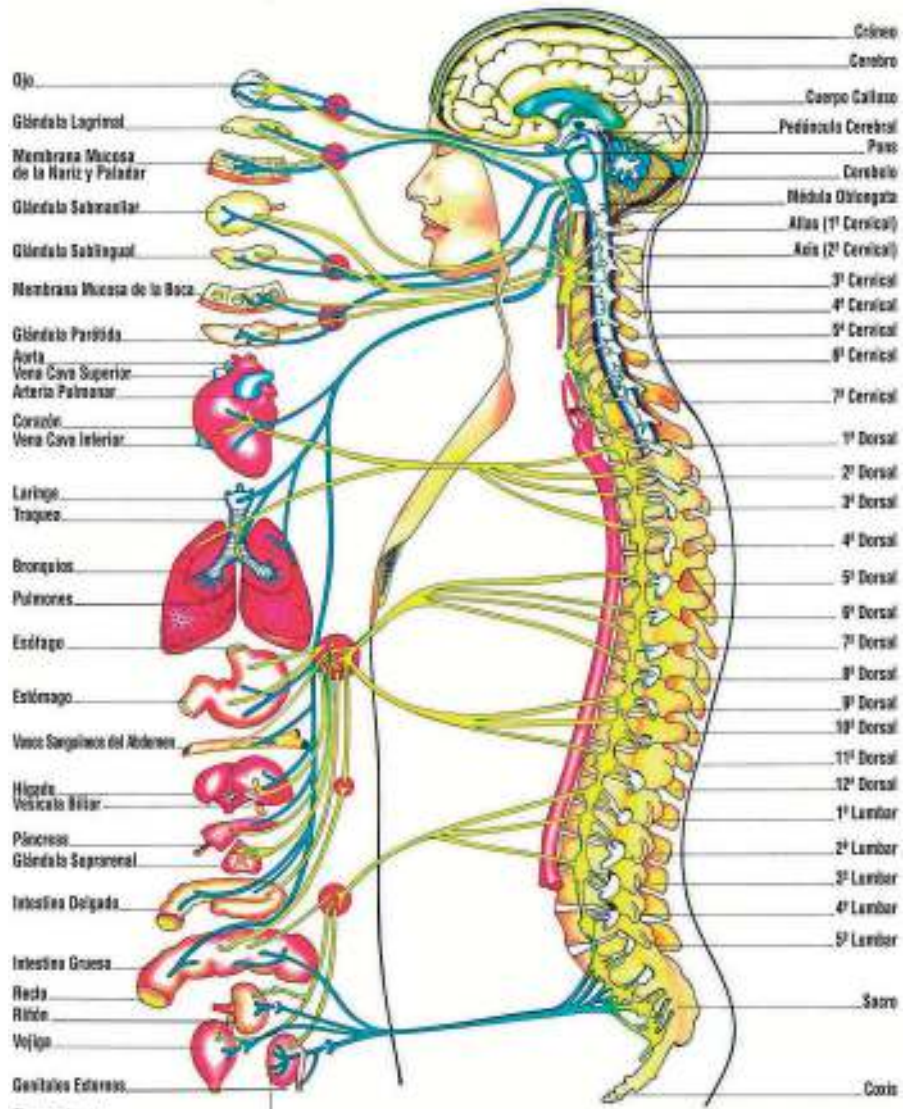
Porque una interferencia nerviosa no tiene porque doler y puede crear múltiples problemas en nuestra salud. En realidad le podemos plantear la misma pregunta a nuestro odontólogo cada vez que acudimos o llevamos a nuestros hijos desde pequeños. O también podemos plantearnos por qué una persona sana debería hacer ejercicio, ir al gimnasio o cuidar su alimentación. Las personas que ya han tomado esa decisión y acuden al quiropráctico, a pesar de haber superado o no tener ningún problema de salud, saben bien por qué lo hacen.

Generalmente nos encontramos con tres respuestas. La primera sería con el objetivo de mantenerse sano. El cuidado de la columna vertebral y su mecánica son esenciales para mantener la función del sistema nervioso, y como todos sabemos, el sistema nervioso es el sistema maestro que dirige nuestro cuerpo y nuestra mente. Mantenernos sanos significa un mejor rendimiento y una mejor calidad de vida. El rendimiento lo podemos medir en funciones fisiológicas como la respiración o la movilidad, en tareas cotidianas como atarse los cordones o descansar adecuadamente, y lo podemos medir también en actividades complejas, como es el caso del deporte de elite. Muchos deportistas de elite hacen uso y apología de la quiropráctica, como en su día Michael Jordan, Evander Holyfield, u hoy en día Tiger Woods o Usain Bolt. Pero por último, que suele ser el argumento más importante para los pacientes, mantenerse sano significa prevenir, curar o no recaer en lesiones, dolencias o enfermedades.

¿CUÁL ES LA SITUACIÓN LEGAL DE LOS QUIROPRÁCTICOS EN ESPAÑA Y EN OTROS PAÍSES?

Desgraciadamente, la quiropráctica está regulada en toda Europa menos en España, Grecia e Irlanda. Esto afecta negativamente tanto a nuestra profesión como a la población; nos damos cuenta de que la gente no sabe en qué consiste la quiropráctica ni qué puede hacer por su salud, y por otro lado, existe el riesgo de ponerse en manos de personas con un título de quiropráctica recibido en un curso de uno o dos meses. Para garanti-

EL SISTEMA NERVIOSO AUTÓNOMO



zar un buen cuidado se recomienda consultar la página de la Asociación Española de Quiropráctica.

¿QUIÉN PUEDE BENEFICIARSE DEL CUIDADO QUIROPRÁCTICO?

Toda la familia, desde los recién nacidos hasta la tercera edad, e incluimos embarazadas, deportistas, niños... A nuestro centro acuden personas con diferentes problemas de salud: trastornos digestivos (úlceras, cólicos...), trastornos del sueño, trastornos neurológicos, problemas res-

piratorios (asma, alergias...) migrañas, hernias discales, fibromialgia, etc.

¿DÓNDE PUEDE LA GENTE INFORMARSE MÁS?

Todos los miércoles a las 19:30 hay una cita informativa gratuita en el Centro Quiropráctico Mendiaraz (C/Zubieta 18-20, bajo, de Donostia) para todo el que quiera información. Además, próximamente hay una conferencia gratuita en Zumaia (Alondegia Kultur Etxea), el día 19 de noviembre a las 19:00 horas.