MISAEL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

“EL ENFOQUE HOLÍSTICO EN EL AVANCE DE LA TERAPIA MANUAL EN EL DIAGNÓSTICO Y SANACIÓN DEL SISTEMA MUSCULO ESQUELÉTICO”

Trabajo de Titulación Previo a la Obtención del Título de Tecnólogo en Naturopatía

Autor:

Jorge Roberto Rosario Granda

Tutor:

Tnlga. Evelyn Michelle Guijarro Barona

RIOBAMBA, 2025

MISAEL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Jorge Roberto Rosario Granda, autor de la presente investigación, con cédula de ciudadanía N° 0704173533, libre y voluntariamente declaro que el trabajo de titulación: "El enfoque holístico en el avance de la terapia manual en el diagnóstico y sanación del sistema musculo esquelético"; es de mi plena autoría, original y no es producto de plagio o copia alguna, constituyéndose en documento único, de acuerdo a los principios de la investigación científica. El patrimonio intelectual del trabajo investigativo pertenece al Instituto Superior Tecnológico Dr. Misael Acosta Solís.

Es todo cuanto puedo decir en honor a la verdad.

Riobamba, 15 de febrero de 2025

_____

Jorge Roberto Rosario Granda

C.I. 0704173533

AUTOR

MISAEL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Riobamba, ____ de _____ de _____

Yo, Tnlga. Evelyn Guijarro Barona, en mi calidad de tutora, certifico que la estudiante Jorge Roberto Rosario Granda del año lectivo 2024-2025, ha trabajado conmigo en el desarrollo del Trabajo de Titulación: Masaje terapéutico como tratamiento del estrés en pacientes mayores, certifico que el mencionado trabajo cumple con todos los requisitos legales y tecnológicos; en virtud de ello le asigno la calificación de ___/10, con ___% de plagio, revisado a través del sistema de anti plagio que maneja la institución, particular que pongo a consideración para los fines pertinentes.

Atentamente,

CI: 0605184183

Tnlga. Evelyn Michelle Guijarro Barona

ACTA DE EVALUACIÓN

Riobamba, ____ de _____ de _____.

El tribunal de Evaluación del Trabajo de Titulación, previa la obtención del título de

TECNÓLOGO EN NATUROPATÍA

POR CONSENSO ADJUNTA LA CALIFICACIÓN DE:……..

Al Trabajo de Titulación: "El enfoque holístico en el avance de la terapia manual en el diagnóstico y sanación del sistema musculoesquelético"

AUTOR: Jorge Roberto Rosario Granda

TUTOR: Tnlga. Evelyn Guijarro Barona

Código de proyecto N.º……

Por el TRIBUNAL.

f…….

Por el DEPARTAMENTO DE INVESTIGACIÓN.

f…….

DEDICATORIA

Dedico este arduo trabajo a mi Madre querida quien me sostuvo, día a día en este camino apoyándome en cada decisión con su amor infinito e incondicional que solo una madre lo puede hacer gracias Madre mía te amo tanto.

AGRADECIMIENTO

Le agradezco una vez más a mi madre, quien me dio aliento día a día y a mi hermana Allison quien creyó en mi desde siempre, y con su apoyo incondicional estuvo siempre presente si soy lo que soy es gracias a ustedes, a los profesores del Misael Acosta que sus enseñanzas me hicieron conocer este hermoso camino en esta carrera de Naturopatía gracias a todos.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTORÍA II
ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN III
ACTA DE EVALUACIÓN IV
DEDICATORIA V
AGRADECIMIENTO VI
ÍNDICE DE CONTENIDOS VII
ÍNDICE DE FIGURAS IX
ÍNDICE DE ANEXOS X
RESUMEN 1
ABSTRACT 2
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN 3
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN 4
1.2 JUSTIFICACIÓN 6
1.3 OBJETIVOS 7
1.3.1 Objetivo General 7
1.3.2 Objetivos específicos 8
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO 9
2.1 HISTORIA 9
2.2 TERAPIA MANUAL 10
2.3 SISTEMA MUSCOESQUELÉTICO 11
2.4 HOLISMO EN LA MEDICINA 13
2.5 DIAGNÓSTICO HOLÍSTICO 13
2.6 BIENESTAR FÍSICO 13
2.7 BIENESTAR MENTAL 14
2.8 BIENESTAR EMOCIONAL 15
2.9 EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE LA TERAPIA MANUAL 15
2.10 INTEGRACIÓN CON OTRAS DISCIPLINAS 17

2.11 LIMITACIONES DE LOS ENFOQUES TRADICIONALES 17
2.12 IMPLICACIONES TEÓRICAS Y PRÁCTICAS 18
2.13 ENFOQUE HOLÍSTICO EN LA TERAPIA MANUAL 19
2.14 ESQUELETO AXIAL 20
2.15 FUNCIONES DEL ESQUELETO AXIAL 21
2.16 ESQUELETO APENDICULAR 21
2.17 APLICACIONES CLÍNICAS ACTUALES 27
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA 29
3.1 DISEÑO METODOLÓGICO 29
3.2 POBLACIÓN Y MUESTRAS 29
3.3 VARIABLES E INDICADORES 30
3.3.1 Variable independiente: 30
3.3.2 Variable dependiente: 30
3.4 MÉTODOS DE OBTENCIÓN DE DATOS Y CUMPLIMIENTOS DE OBJETIVOS 30
CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN 32
4.1 ANÁLISIS COMPARATIVO 32
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 39
BIBLIOGRAFÍA 41
ANEXOS 1

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Bienestar físico 14

Figura 2: Bienestar mental 14

Figura 3: Bienestar emocional 15

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexos 1: Historias clínicas 1

Anexos 2: Evidencias fotográficas 2

RESUMEN

El enfoque holístico en la terapia manual para el diagnóstico y la sanación del sistema musculoesquelético busca tratar al individuo de manera integral, considerando tanto los aspectos físicos como emocionales y mentales. En lugar de centrarse únicamente en los síntomas locales o la patología específica, este enfoque aborda la conexión entre el cuerpo, la mente y el entorno, reconociendo que el dolor las disfunciones musculoesqueléticas pueden ser consecuencia de factores multifactoriales.

La terapia manual no solo incluye técnicas físicas como el masaje, las manipulaciones y las movilizaciones articulares, sino que incorpora principios de autocuidado, la promoción de hábitos saludables y la atención a la postura y el movimiento. se enfoca en la personalización del tratamiento, adaptándolo a las necesidades específicas del paciente. El objetivo de este enfoque es restaurar el equilibrio y la armonía en el sistema musculoesquelético, optimizar la función corporal y reducir el dolor a largo plazo. También promueve la prevención porque se centra en educar a los pacientes sobre cómo evitar daños futuros y mejorar su calidad de vida.

Destacar la importancia de adaptar el tratamiento a las necesidades individuales de cada paciente, teniendo en cuenta el historial médico, el estilo de vida y los factores emocionales que puedan afectar su salud. Se basa en un enfoque holístico del paciente, teniendo en cuenta sus aspectos físicos, emocionales, psicológicos y sociales. Este enfoque va más allá de simplemente corregir los síntomas locales y reconoce que el dolor y la disfunción musculoesquelética pueden ser causados por múltiples factores interrelacionados.

PALABRAS CLAVE:

Musculoesquelético, Terapia manual, Holístico, Emociones, Mialgia, Inflamación.

ABSTRACT

The holistic approach in manual therapy for the diagnosis and healing of the musculoskeletal system seeks to treat the individual holistically, considering both physical and emotional and mental aspects. Rather than focusing solely on local symptoms or specific pathology, this approach addresses the connection between body, mind and environment, recognizing that pain and musculoskeletal dysfunction can be a consequence of multifactorial factors.

Manual therapy not only includes physical techniques such as massage, joint manipulations and mobilizations, but incorporates principles of self-care, the promotion of healthy habits and attention to posture and movement. It focuses on personalizing treatment, adapting it to the specific needs of the patient. The goal of this approach is to restore balance and harmony to the musculoskeletal system, optimize body function and reduce pain in the long term. It also promotes prevention because it focuses on educating patients on how to avoid future damage and improve their quality of life.

To highlight the importance of adapting treatment to the individual needs of each patient, taking into account medical history, lifestyle and emotional factors that may affect their health. It is based on a holistic approach to the patient, taking into account their physical, emotional, psychological and social aspects. This approach goes beyond simply correcting local symptoms and recognises that pain and musculoskeletal dysfunction can be caused by multiple interrelated factors.

KEYWORDS:

Musculoskeletal, Manual therapy, Holistic, Emotions, Myalgia, Inflammation.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

El aparato musculoesquelético, que incluye huesos, músculos, articulaciones, ligamentos y tendones, es esencial para el movimiento, la posición y la firmeza del cuerpo humano. Con el paso del tiempo, las formas de atender problemas musculoesqueléticos han cambiado, al igual que los enfoques terapéuticos. En este marco, la metodología integral ha cobrado importancia al proporcionar una visión completa y variada en la identificación y tratamiento de estas condiciones. Históricamente, la medicina tradicional se ha concentrado en tratar los indicadores físicos de las enfermedades musculoesqueléticas de manera separada.

No obstante, la terapia manipulativa, al aplicar un enfoque integral, comprende que el organismo humano es un sistema vinculado donde los problemas en una región pueden impactar en otras partes. Este método no solo se enfoca en el dolor o en las lesiones evidentes, sino que también toma en cuenta los aspectos emocionales, mentales y energéticos que pueden influir en la aparición de problemas musculoesqueléticos. La terapia manual, que abarca métodos como el masaje curativo, la manipulación quiropráctica y la osteopatía, ha avanzado notablemente al integrar una perspectiva más integral y personalizada del paciente.

Al reconocer que el bienestar físico depende de una relación armoniosa entre cuerpo y mente, el enfoque integral intenta restaurar dicho equilibrio. Mediante un diagnóstico detallado que evalúa tanto los factores internos como los externos, el tratamiento se ajusta a las necesidades particulares del individuo, facilitando una recuperación más efectiva y sostenible. Este método no se enfoca únicamente en reducir los síntomas, sino que también promueve la prevención de lesiones futuras y el cuidado general de la salud del paciente. En este contexto, la terapia manual holística se presenta como un enfoque integral que supera las prácticas tradicionales, brindando una opción adicional y eficaz en el tratamiento del sistema musculoesquelético.

La perspectiva integral en la terapia manual que se enfoca en el aparato musculoesquelético se extiende más allá de abordar solamente los síntomas de manera física, integrando una comprensión completa del cuerpo y la mente. Su objetivo es no solo mitigar el malestar y

optimizar la movilidad, sino también restablecer el equilibrio total, fomentar la prevención y estimular el bienestar. La intención de la terapia manual en un enfoque integral es devolver la sincronía y la estabilidad entre los diversos sistemas del organismo, favoreciendo no solo la curación física, sino también el bienestar total de la persona.

Por lo tanto, la terapia manual actúa como un recurso para restablecer la interacción óptima entre los músculos, las articulaciones, los nervios y otras partes del cuerpo, y, en última instancia, para facilitar una recuperación más total y duradera. Es esencial combinar diferentes métodos y enfoques terapéuticos que tomen en cuenta no solo las alteraciones musculoesqueléticas, sino también la salud general del individuo.

1.1PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

Unas de las ramas de la medicina convencional es la fisioterapia que es la que se enfoca en la recuperación del cuerpo musculoesquelético esta rama afirma que la epicondilitis (comúnmente conocida como" codo de tenista) es una inflamación de las inserciones de los músculos epicondíleos en el epicóndilo (zona lateral de codo) debida a una sobre exigencia mecánica. El tratamiento indicado según la fisioterapia convencional, consiste en intentar desinflamar la zona a través de ultrasonido, frio en la fase aguda, calor en la etapa más crónica y se suele recetar medicación antinflamatoria.

Incluso, en cuadros más rebeldes, se propone la inflamación de corticoides en cualquier caso se asume que en la única causa de esta patología es la inflamación de dichos tendones. Dicha visión es incompleta ya que hay multitud de casos en los que el paciente no tiene sobre uso del brazo, también hay otra visión de la medicina convencional que comprende que se debe tratar más allá del epicóndilo, intentando equilibrar las tenciones musculares implicadas en este problema a través de estiramiento de un conjunto de músculos implicadas en brazo afectado.

A pesar de los avances en tratamientos convencionales, muchas intervenciones se centran exclusivamente en el alivio sintomático como hemos puesto en este ejemplo de la epicondilitis, dejando de lado factores subyacentes como las emociones, desequilibrios

nerviosos, pero sobre todo afectaciones de otros órganos como pueden ser los viscerales. La terapia manual ha demostrado ser eficaz en la mejora de la funcionalidad musco esquelética mediante masajes digito puntura quiropraxia etc. pero estas terapias sin un diagnóstico más disolutivo junto al enfoque tradicional convencional solo se enfocan en la superficialidad del problema, sin considerar al individuo de manera integral.

El enfoque holístico propone una visión integral del cuerpo humano, considerando al individuo como un sistema interconectado en el que factores físicos, emocionales y energéticos desempeñan un papel crucial en la aparición y resolución de las disfunciones musculoesqueléticas, sin embargo, a pesar de su potencial, este enfoque carece de validación científica suficiente que respalde su efectividad y promueva su aplicación masiva en el ámbito clínico.

En años recientes, los problemas relacionados con el sistema musculoesquelético, incluyendo dolores persistentes, lesiones por deporte y problemas de postura, han emergido como una de las fuentes más prevalentes de discapacidad y limitaciones funcionales en todo el mundo. Históricamente, el manejo de estos problemas ha sido principalmente en tratar los síntomas físicos mediante métodos específicos, como la terapia física, medicamentos y procedimientos quirúrgicos.

No obstante, este método puede no ser suficiente para abordar de forma completa las múltiples causas que están detrás de estas afecciones, tales como el estrés emocional, la presión mental y los desajustes en otros sistemas del cuerpo que influyen en el bienestar en general. En este contexto, se presenta la necesidad de investigar un método más integral que vaya más allá de abordar únicamente los síntomas relacionados con los músculos y huesos, y que también tome en cuenta la relación entre factores físicos, emocionales y sociales que afectan la salud del individuo. La manipulación manual, que abarca prácticas como la quiropraxia, la osteopatía, el masaje terapéutico y otras técnicas, ha demostrado ser efectiva en el tratamiento de diferentes problemas musculoesqueléticos. No obstante, su capacidad para incorporar un enfoque completo y holístico en el diagnóstico y tratamiento sigue siendo un campo con poca investigación.

Es fundamental analizar de qué manera se pueden integrar los principios holísticos en la terapia manual, así como su influencia en la efectividad de los tratamientos y en la mejora del bienestar de los pacientes. Aunque hay una creciente inclinación hacia un enfoque más integral, no hay un acuerdo claro sobre cómo llevar a cabo este método de manera eficiente y qué beneficios tangibles ofrece en la curación del sistema musculoesquelético.

¿Cómo puede el enfoque holístico en la terapia manual mejorar el diagnóstico y la sanación de los trastornos del sistema musculoesquelético, y qué impacto tiene en la eficacia de los tratamientos y el bienestar general de los pacientes?

1.2 JUSTIFICACIÓN

La terapia manual es una herramienta fundamental en el manejo de las afecciones musculoesqueléticas. Sin embargo, su eficacia puede potenciarse al adoptar un enfoque holístico que considera al paciente como una unidad física, emocional y energética. Este enfoque no solo busca aliviar los síntomas inmediatos, si no también abordar las causas profundas de las dimensiones removiendo una sanación más duradera y sostenible. A diferencia del enfoque convencional el enfoque holístico busca encontrar la raíz del problema, pongamos un ejemplo más claro si en nuestro baño encontramos en el piso un charco de agua en una zona donde no tendría que estar y nos damos cuenta que esta agua viene de debajo de las baldosas podríamos intuir que debajo de esta en algún lugar hay un tuvo roto podremos secar esa agua que es lo que hace la medicina convencional pero en cuestión de minutos horas esta agua vuelve a salir entonces quiere decir que tenemos que ir a profundidad para encontrar él tuvo roto y cambiarlo, este es el enfoque holístico.

El aumento en la necesidad de tratamientos terapéuticos más eficaces y adaptados en el área de la salud musculoesquelética ha generado la urgencia de implementar métodos integrales que analicen no solamente los síntomas físicos, sino también factores emocionales, mentales y energéticos que impactan de manera directa en la salud general del cuerpo. La razón de integrar un enfoque global en la terapia manual utilizada para el diagnóstico y la curación del sistema musculoesquelético se fundamenta en varios aspectos, que van desde las limitaciones

de las metodologías convencionales hasta los progresos en la comprensión del vínculo entre mente y cuerpo, reconocimiento de la relación cuerpo-mente**.**

- **Impacto clínico:** La integración del enfoque holístico puede optimizar el diagnóstico y el tratamiento, identificando factores que los métodos convencionales podrían pasar por alto, sobre todo en momentos que se hace uso de medicamentos que pueden ser a largo plazo muy nocivos para el organismo.
- **Innovación terapéutica:** La combinación de la terapia manual con principios holísticos ofrecen una visión innovadora y personalizada, adaptándose a las necesidades de cada paciente. Para la medicina convencional es algo innovador, pero en realidad este enfoque holístico en algunas culturas es milenaria como es el caso de la MTC y aunque también en nuestra cultura americana como son los mayas o incas así también en la medicina ayurveda en todas estas culturas siempre habido un enfoque integral entre cuerpo mente y espíritu.
- **Impacto en la salud pública:** Validar científicamente el enfoque holístico podría contribuir a reducir la incidencia de recaídas y mejorar la calidad de vida de los pacientes.
- **Sostenibilidad en el tratamiento:** Al abordar las causas subyacentes este enfoque holístico puede mejorar la calidad de vida a largo plazo. Explorar y valorar este enfoque es fundamental basta observar en las centenas de mejorías de pacientes.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo General

Integrar y aplicar un enfoque terapéutico global que considere la interacción entre los sistemas musculoesquelético, nervioso, emocional y metabólico, con el fin de diagnosticar, tratar y prevenir disfunciones del sistema musculoesquelético, promoviendo

la sanación integral del paciente a través de técnicas manuales y un acompañamiento personalizado que favorezca su bienestar físico y emocional.

1.3.2 Objetivos específicos

1. Evaluar la interacción entre los componentes musculoesqueléticos, neurológicos, emocionales y metabólicos del paciente para identificar las causas subyacentes de las disfunciones y desarrollar un diagnóstico integral.
2. Evaluar la eficacia del enfoque holístico en la terapia manual mediante la revisión de estudios y casos clínicos relacionados con el diagnóstico y la sanación del sistema musculoesquelético.
3. Determinar el impacto del enfoque holístico en la calidad de vida de los pacientes con afecciones musculoesqueléticas a través de encuestas y estudios de caso.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 HISTORIA

El enfoque holístico en la terapia manual ha ganado relevancia en los últimos años por que tiene una visión, muy diferente al tratar a un paciente pero esta visión aunque si en occidente es relativamente nueva en, otras culturas tiene una antigüedad de miles de años como es el caso de la medicina china y ayurveda y sin ir tan lejos, nuestra propia medicina andina que han tratado la enfermedad como un resultado de un desequilibrio emocional, espiritual y energético con resultados, resolutivos pero que la época moderna son muy ajenas al mundo medico actual. La aplicación de este enfoque permite un diagnóstico muy preciso y terapias con tratamientos individuales con un aumento de sanación integral.

La perspectiva integral en la medicina y la terapia manual se fundamenta en la creencia de que el ser humano no debe ser entendido como un conjunto de componentes separados, sino como una unidad interrelacionada donde cada parte afecta la condición general del individuo. Esta visión acepta la conexión entre el cuerpo, la mente y el contexto social, indicando que la recuperación solo es posible si se tiene en cuenta el bienestar total de la persona.

No cabe duda de que en muchas ocasiones se tratará de una visión complementaria, pero en otras tantas se vislumbrará una perspectiva opuesta a la medicina oficial. Indudablemente, estas versiones opuestas crean contradicciones y desosiego como “a quien creer “.

Esta actitud beneficiara nuestra autoestima, nuestra salud y solo perjudicara a quien prefiere que estemos siempre medio enfermos, cuanto más mejor de unos medicamentos y de la industria que los fabrica, no se trata de una posición extremista en contra de los medicamentos, pero sí de que, por ejemplo, los antinflamatorios no esteroideos se usen deforma inconveniente, incluso perjudicial en la gran mayoría de las ocasiones.

El método holístico se basa en la idea de que estar sano no se limita a no padecer enfermedades, sino que implica un equilibrio total entre los sistemas físicos, emocionales, mentales y sociales. De acuerdo con el enfoque biopsicosocial introducido por George Engel

en mil novecientos setenta y siete, tanto la salud como la enfermedad resultan de la interacción entre elementos biológicos, psicológicos y sociales. Este enfoque ha sido ampliamente adoptado en la medicina contemporánea y, sobre todo, en áreas como la terapia manual, donde los terapeutas tienen en cuenta estos factores al diagnosticar y atender problemas musculoesqueléticos.

2.2 TERAPIA MANUAL

Las técnicas de Terapia Manual son técnicas específicas para el tratamiento del dolor y otros síntomas de disfunción neuro-músculo-esquelética de la columna vertebral y de las extremidades, que se caracterizan por ser aplicadas manualmente y/o de forma instrumental.

Las técnicas tienen como principales objetivos recuperar el movimiento cuando las articulaciones presentan una restricción en el mismo, aliviar el dolor articular, muscular y de forma inmediata mejorar la funcionalidad del individuo. (1)

La terapia manual es una práctica clínica que utiliza las manos como herramienta principal para tratar disfunciones musco esqueléticas y tejidos blandos. Incluye técnicas como movilización articular, manipulaciones, estiramientos masaje terapéuticos, liberación miofascial. Este enfoque busca restaurar la función, reducir el dolor y mejora la calidad de vida del paciente.

La terapia manual se realiza de forma individualizada, teniendo en cuenta el estado y las necesidades del paciente. Evaluar cuidadosamente la mecánica y las funciones corporales del paciente para determinar y el tratamiento más adecuado. (2)

La terapia manual con un enfoque integral constituye un progreso importante en la atención de los problemas musculoesqueléticos, al combinar aspectos físicos, emocionales y psicológicos en el diagnóstico y la recuperación. Esta metodología no simplemente trata los síntomas de forma momentánea, sino que busca resolver las causas fundamentales que impactan la salud total del individuo. Al implementar este modelo completo, la terapia manual puede proporcionar respuestas más abarcadoras y efectivas, elevando la calidad de vida y fomentando el bienestar a largo plazo.

Este enfoque se caracteriza por un alto grado de personalización y de la capacidad de adaptarse a las necesidades específicas de cada paciente La personalización de la terapia manual comienza con una evaluación exhaustiva, que incluye la historia clínica del paciente, sus síntomas actuales, y sus metas de tratamiento. Este proceso también puede incluir pruebas diagnósticas específicas, como evaluaciones de la postura, pruebas de movilidad, flexibilidad y análisis de la marcha. Esta evaluación inicial es muy importante para establecer un inicio y posteriormente un final verificando los cambios. Es muy importante saber que los cambios de mejoría son completamente diferentes y varían en tiempo de cada persona porque cada uno reacciona de un modo diferente, sobre todo cuando es aguda o crónica. (3)

2.3 SISTEMA MUSCOESQUELÉTICO

El sistema musco esquelético está compuesto por tendones, articulaciones, tendones, músculos y huesos, formando una estructura que permite el movimiento, estabilidad y protección de órganos vitales. Su buen funcionamiento está muy relacionado de la integración con el sistema nervioso, sistema circulatorio y órganos vitales. Cualquier alteración o una disfunción, en cualquiera de estos sistemas se manifestará como una disfunción en el sistema muscoesquelético que podría ser de dolor como también como una deformación física, y de consecuencia desequilibrios emocionales y de bienestar general. Pero hay un factor que diría yo que es el comienzo y la principal causa de cualquier disfunción o patología muscoesquelético salvo que no sea un trauma o una patología genética y se trata de la parte emocional.

El sistema muscoesquelético este compuesto por huesos, músculos, tendones, ligamentos, fascias, cartílagos y estructuras asociadas que trabajan en conjunto para permitir el movimiento y mantener la estabilidad del cuerpo, vamos a explicar sus divisiones del cuerpo muscoesquelético, subrayando lo más importante.

El sistema músculo-esquelético, un componente integral del cuerpo humano, es un sistema orgánico que incluye huesos, músculos, cartílagos, tendones, ligamentos, articulaciones y otros tejidos conectivos. Se encarga de proporcionar forma, soporte y estabilidad al cuerpo, permitiendo el movimiento y protegiendo los órganos internos vitales. (4)

Los huesos son tejidos rígidos que componen el esqueleto humano, la estructura de soporte del cuerpo. Cada hueso es un órgano complejo compuesto por diferentes tipos de tejidos, incluyendo tejido óseo, cartílago, tejido conectivo denso, vasos sanguíneos y nervios. Los huesos proporcionan una serie de funciones esenciales, incluyendo el soporte para el cuerpo, la facilitación del movimiento, la protección de los órganos internos, la producción de células sanguíneas y el almacenamiento de minerales.

Los músculos, que están unidos a los huesos por tendones, son tejidos suaves que tienen la capacidad de contraerse y producir movimiento. Los músculos también contribuyen a la postura y la estabilidad del cuerpo y generan calor. Se pueden clasificar en tres tipos principales: músculo esquelético, músculo cardíaco y músculo liso. El músculo esquelético es el tipo de tejido muscular que forma la mayor parte del sistema músculo-esquelético y está bajo control voluntario. (4)

En la medicina tradicional china se dice que la parte energética y la emocional desequilibra o altera un órgano o también llamada víscera, y está a su vez afecta al sistema muscoesquelético pongamos un ejemplo claro. Una mujer con lumbalgia crónica si se hace una anamnesis sabremos que durante la menstruación, la persona percibe un dolor en la zona lumbar baja pero en los días de no menstruación también, solo que durante el periodo de menstruación se exacerba más esto nos da un indicador de que su dolor muscoesquelético lumbar se debe a un desequilibrio uterino, a la hora de explorar a un paciente, los siguientes datos nos pueden hacer sospechar que un determinado dolor musculo esquelético es en realidad la manifestación de un desarreglo visceral, a continuación vamos a dar unas recomendaciones que duranta la exploración tenemos que tomar en cuenta y sospechar que un problema muscoesquelético es de origen visceral.

- La edad del paciente
- Ausencia de traumatismo
- Ausencia de micro traumatismo
- Exacerbación de síntomas en reposo
- Fracaso de tratamientos convencionales

Si una persona ha sufrido constantes y repetidos fracasos con los tratamientos convencionales, el problema no termina de curarse o sufre de constantes recaídas es el momento de cambiar la forma de analizar el problema y buscar las verdaderas causas subyacentes en la patología del sistema muscoesquelético con una visión holística.

2.4 HOLISMO EN LA MEDICINA

El concepto de holismo proviene del griego "holos", que significa "todo". En el ámbito médico, implica considerar al individuo como un todo integrado, donde los aspectos físico, mental, emocional, social y espiritual están interconectados. Este enfoque permite identificar la causa raíz de las disfunciones y no solo tratar los síntomas. Por este motivo es muy importante que el terapeuta tenga una preparación muy ardua porque el enfoque holístico abarca algunos aspectos como hemos mencionado, a diferencia de la medicina convencional no trata la enfermedad si no al enfermo "lo que la boca calla lo habla el cuerpo" esta expresión es la síntesis lo que es el holismo. (5)

2.5 DIAGNÓSTICO HOLÍSTICO

El diagnostico holístico utiliza una combinación de herramientas como la observación clínica, análisis del historial del paciente palpación etc. Además, considera otros factores antes mencionados como el psicológico social que puedan influir en la condición musco esquelética. Vamos a mencionar algunos de estos factores que son muy importantes para realizar un buen diagnóstico.

2.6 BIENESTAR FÍSICO

El bienestar físico es el que se ha considerado por la medicina convencional como el único elemento valido a la hora de diagnosticar a una persona como enferma o saludable. El diagnostico holístico no quita importancia a este aspecto porque si forma parte del estado de salud de un paciente. De hecho, el estado de salud de la forma física del ser humano es la que permite vivir, por lo que hay que hacer ciertas prácticas para cuidarla.

Un estado físico saludable con fuerza, y vitalidad y ausencia de enfermedad es obligatorio llevar una alimentación sana que cumpla las necesidades del cuerpo. Así mismo el ejercicio que produce dopamina que es algo fundamental en el cuerpo humano, dormir las horas correctas, evitar sustancias toxicas como el tabaco el alcohol y ciertas drogas no farmacéuticas que absolutamente provocan un mal funcionamiento del cuerpo físico.



Figura 1: Bienestar físico

2.7 BIENESTAR MENTAL

En el concepto holístico el bienestar mental ocupa un puesto muy relevante, a diferencia a lo convencional en el que ocupa un plano secundario. Al igual que la salud física la salud mental cambia constantemente y no puede permanecer igual, es un proceso dinámico y nunca estático, además la salud mental es relativa dependiendo de la persona, de la cultura y de la sociedad. Mas allá de todo esto, con salud mental no se hace referencia únicamente a nuestras creencias y formas de pensar si no también como sentimos y como nos comportamos con nosotros mismos y con la sociedad. (6)

En la siguiente imagen vamos a observar como el aspecto mental puede influir en el cuerpo musco esquelético cambiando su estructura.



Figura 2: Bienestar mental

2.8 BIENESTAR EMOCIONAL

La salud emocional está estrechamente vinculada a la salud mental. Es fundamental gestionar las emociones correctamente para que no afecten al bienestar mental, es recomendable y necesario hablar de lo que se siente y no guardarse dentro ciertas emociones como la ira, la tristeza y pedir ayuda a un profesional si es necesario, hay un factor que es también emocional pero que muchas veces no sé lo toma en cuenta como emocional que es el estrés que se lo tendría que tomar en cuenta estrictamente como un mal emocional, porque alteran ciertos órganos y estos a su vez afectan al sistema muscoesquelético. Se recomienda hacer meditación y hacer cosas que a uno lo hagan estar en un mejor estado emocional. En la siguiente imagen podremos observar como un estado emocional depresivo, afectara a nuestro sistema muscoesquelético como una hipercifosis, si la postura se llegara a cronificar.



Figura 3: Bienestar emocional

2.9 EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE LA TERAPIA MANUAL

Desde las civilizaciones más antiguas, como Egipto, China, Grecia e India, la terapia manual ha sido utilizada como un medio de sanación. En el siglo XX, disciplinas como la osteopatía y la quiropráctica formalizaron estas prácticas mediante bases científicas. Actualmente, la terapia manual es una herramienta clave en la fisioterapia moderna que es una parte en la que se divide la medicina convencional.

El estudio de las terapias manuales y medicina en las civilizaciones primitivas tienen interés por varias razones. Se explica que los orígenes de la lucha del hombre desde la más remota antigüedad sobre el padecimiento de gran número de enfermedades, por lo que abuza su

ingenio, para buscar remedios en su entorno y utilizaba bien lo que la naturaleza podía ofrecerle.

- **El Antiguo Egipto**

Aquí aparecen las primeras referencias de la utilización de la terapia manual, probablemente aplicada por un sanador laico o un Sinú, y del uso de agentes físicos.

- **En la antigua India**

La mayor aportación de este periodo es el yoga que se divide en varias partes y actualmente se asocia a la propia técnica de terapia del movimiento.

- **En china**

En china, el emperador Amarillo Huang Ti, escribió el Nei-Ching, que es el primer texto medico conocido. Se remonta probablemente al siglo IV a C., y está relacionado con la especulación taoísta. Considera la salud y la enfermedad como un equilibrio entre el Yin y el Yan. Además, el masaje también es una de las opciones de tratamiento.

- **En Grecia**

Es conocido el triste destino de aquellos que nacían deformes en Esparta, los cuales eran arrojados por una roca. Tampoco obtenían la ciudadanía los que más tarde se convertían en débiles o contra hechos.

- **Hipócrates**

Conocido como el padre de la medicina, publico textos detallados en los que ya alertaba de dolencias de la columna vertebral, y ofreciendo recomendaciones para que la gente adquiera más conocimientos de esta región del cuerpo, ya que era la fuente de muchos problemas.

Heródoto un contemporáneo de Hipócrates, gano la fama a causa de curar enfermedades mediante la corrección de anomalías de la columna a través de ejercicios terapéuticos. Si el paciente estaba demasiado débil para hacer ejercicio, Heródoto, manipulaba la columna

vertebral de los pacientes; todo esto nos demuestra la importancia que ya tenía desde hace años atrás la terapia manual. (3)

2.10 INTEGRACIÓN CON OTRAS DISCIPLINAS

La terapia manual no actúa de manera aislada, si no que frecuentemente se combina con otras intervenciones, como la acupuntura, el yoga terapéutico y el mindfulness. Esta integración amplia su alcance terapéutico y potencia los resultados. (4)

Hay algunas combinaciones de tipos de terapia manual, ejemplo: quiropraxia con masaje, fisioterapia con osteopatía, masaje tailandés con yoga etc.

2.11 LIMITACIONES DE LOS ENFOQUES TRADICIONALES

Los modelos reduccionistas que se centran exclusivamente en la región afectada han demostrado ser insuficientes para abordar condiciones muscoesqueléticas complejas. El enfoque holístico, al considerar el contexto biopsicosocial del paciente, ofrece una solución más integral que es el tema de este proyecto.

A continuación, vamos a poner un ejemplo de la limitación del enfoque tradicional e intentara poner de relieve la diferencia fundamental.

En un desgaste avanzado de cadera de una persona mayor, la medicina moderna no buscara la causa, si no que la sustituye por una prótesis con grandes resultados en la mayoría de casos.

El éxito es innegable, ya que, aunque no cura al paciente (puesto que en absoluto se ha actuado sobre el factor causal), se ha "parcheado" tan bien que resulta innecesaria cualquier otra consideración. Pero, ¿Qué pasa si aplicamos si aplicamos esta filosofía paliativa a otros procesos, en ocasiones no tan graves o urgentes, pero si muy molesto e incapacitantes, que tienen una causa concreta esta sea imperceptible o intangible?

El resultado, en muchas ocasiones, es que acaba siendo peor el remedio que la enfermedad.

Es en estos procesos menos graves, también conocidos como disfunciones patológicas funcionales, cuando podemos intervenir con un tipo de medicina que no trate de tapar los

síntomas, si no de ayudar al organismo a completar un proceso de autorregulación y de retorno a la homeostasis.

La medicina natural entiende que los síntomas tienen un origen que hay que conocer y abordar y además considera que taparlos resulta contraproducente a corto, medio y largo plazo.

Lastimosamente las enseñanzas de la medicina moderna a los estudiantes de medicina, y fisioterapeutas ensenaron (o mejor dicho dictaron) que los músculos, fascias y articulaciones poco o nada tienen que ver con la forma de ser, de pensar, de actuar, con el estado de ánimo, con lo que comemos, y a los que nos inculcaron que somos maquinas sofisticadas que únicamente nos averiamos por golpes o traumatismos.

2.12 IMPLICACIONES TEÓRICAS Y PRÁCTICAS

El enfoque holístico en la terapia manual representa un avance significativo tanto en la práctica clínica como en la formación profesional. La adopción de este modelo implica.

- **Relevancia clínica:** Tratamientos más efectivos y personalizados realizar no solo radiografías, resonancias o ecografías, si no también hacer observaciones y pruebas físicas direccionada más a la persona a su modo de comportamiento.
- **Proyecciones futuras:** Desarrollo de herramientas tecnológicas que complementen el diagnóstico y tratamiento.
- **Impacto en la educación:** Reformulación de los planes de estudio para incorporar una visión holística desde la formación inicial de terapeutas manuales. Esto es fundamental ya que la medicina moderna convencional en sus universidades no emplea estudios más allá, de lo que les ha estado ensenado y muchas veces el estudiante se queda con lo aprendido. Hay algo que hay que tomar muy en cuenta que algunas empresas farmacéuticas, financian algunas universidades de medicina. (2)

Concepto de terapia manual

La terapia manual se define como un conjunto de terapias terapéuticas basada en el uso de las manos para evaluar, diagnosticar y tratar disfunciones musco esqueléticas. Según la

American Academy of Orthopaedic Manual Physical Therapist (AAOMPT), esta práctica incluye movilizaciones articulares, manipulaciones, estiramientos y masajes entre otras técnicas, cuyo objetivo principal es restaurar la funcionalidad, reducir el dolor y mejorar la vida y calidad de los pacientes.

Métodos de terapia manual

LA OSTEOPATIA: Cronológicamente este fue el primer método de manipulaciones elaborado y organizado. Se debió a las reflexiones de un antiguo médico militar, el Dr. Andrew Taylor Still, quien empezó a dudar de la medicina oficial en 1864, al perder a tres de sus hijos en el curso de una epidemia de meningitis cerebroespinal.

LA QUIROPRAXIA: Esta terapia de la medicina manual fue inventada y desarrollada por un no médico, el Sr Daniel David Palmer en 1.894 (veinte años después de la Osteopatía) Después de diez años de investigación y estudio de la columna vertebral y los nervios, se concluyó que la causa de estas enfermedades es la subluxación espinal.

Podemos también agregar el masaje, a este capítulo la única diferencia es que el masaje propiamente dicho trabaja solo en los músculos blandos, pero no por esto es menos importante.

El masaje es tan antiguo como el hombre, probablemente más si consideramos fricción, frotación, como técnicas que utilizaban los animales para auto curarse, ante un golpe nos frotamos, friccionamos sobre una zona contusionada inconscientemente para disminuir el dolor, sabemos por ciencia y por conciencia que el masaje cura, entro sus limitaciones y nuestros antepasados también lo sabían.

Las terapias manuales existen desde hace cientos años atrás, como hemos hecho referencia en capítulos anteriores, pienso que el ser humano la ha tenido en su inteligencia innata

2.13 ENFOQUE HOLÍSTICO EN LA TERAPIA MANUAL

El enfoque holístico considera al ser humano como una unidad indivisible en la que aspectos físicos, emocionales, mentales y energéticos están interconectados. En el contexto de la terapia manual, este enfoque enfatiza que las disfunciones muscoesqueléticas pueden estar

relacionadas con factores no físicos como el estrés, las emociones reprimidas o desequilibrios energéticos.

La medicina tradicional china, la osteopatía, la kinesiología, la antigua América donde se encontraban los aztecas, Incas etc. Y la medicina ayurveda son ejemplos de diciplinas que incorporan principios holísticos en sus abordajes terapéuticos. (7)

Estas diciplinas argumentan que, al abordar las causas subyacentes de las afecciones musco esqueléticas, se pueden lograr una sanación más profunda y duradera.

Nuestra salud y nuestra enfermedad, genética aparte, dependen en el ámbito músculo esquelético de tres pilares.

- Equilibrio Físico
- Equilibrio nutricional
- Equilibrio emocional
- Equilibrio mental
- Equilibrio espiritual

Es cierto que esta visión de terapias manuales holísticas de afrontar nuestras dolencias muscoesqueléticas suponen un camino contra corriente, contra los intereses de empresas farmacéuticas y otros poderes.

Esta forma de ver nuestras dolencias tiene la gran recompensa de ofrecer explicaciones y soluciones a pacientes desconectados por el fracaso de la medicina "oficial" a la que otorgaban toda su fe.

2.14 ESQUELETO AXIAL

El esqueleto axial es la parte del esqueleto que está formada por los huesos de la cabeza y el tronco de los vertebrados. El esqueleto humano consta de 80 huesos diferentes, y se compone de seis partes; los huesos del cráneo. El esqueleto axial junto con el esqueleto apendicular forma el esqueleto completo, conecta la pelvis con el cuerpo donde se une el esqueleto apéndice. A medida que el esqueleto envejece, los huesos se vuelven más débiles a excepción del cráneo. El cráneo permanece fuerte para proteger al cerebro de lesiones. (8)

2.15 FUNCIONES DEL ESQUELETO AXIAL

El esqueleto axial cumple con funciones esenciales, que incluyen:

- **Protección:** Protege órganos vitales como el cerebro (cervicales y cráneo), la médula espinal (columna vertebral), y el corazón y pulmones (caja torácica).
- **Soporte:** Proporciona el eje estructural para el cuerpo y el soporte del peso corporal.
- **Movilidad:** Sirve de punto de anclaje para los músculos que permiten el movimiento de la cabeza, cuello y torso.
- **Producción de células sanguíneas:** Algunas de las cavidades del cráneo y la caja torácica contienen médula ósea, que es responsable de la producción de glóbulos rojos y otras células sanguíneas.

El esqueleto axial consta de 80 huesos:

- El cráneo, que contiene 22 huesos, de los cuales 8 son craneales y 14 son fasciales.
- 26 huesos de la columna vertebral
- 1 hueso del tórax (esternón) y
- 24 costillas (12 pares)

2.16 ESQUELETO APENDICULAR

El esqueleto apendicular es la porción del esqueleto de los vertebrados que consiste en los huesos que sostienen los apéndices. Los apéndices aparecieron como aletas en los primeros peces, el esqueleto apendicular incluye los elementos esqueléticos dentro de las extremidades.

El esqueleto apendicular se divide en 6 regiones principales:

1. Cinturas pectorales (4 huesos)
2. Brazos y ante brazos (6 huesos)
3. Manos (54 huesos)
4. Pelvis (2 huesos)
5. Muslos y piernas (8huesos)
6. Pies y tobillos (52 huesos)

Es importante saber de qué atreves de la variación anatómica es común que el esqueleto tenga muchos accesorios (huesos sutúrales en el cráneo, costillas cervicales, costillas lumbares e incluso vértebras lumbares adicionales). (1)

El esqueleto apendicular de 126 huesos y el esqueleto axial de 80 huesos juntos forman el esqueleto completo de 206 huesos en el cuerpo humano.

Pero a diferencia del esqueleto axial y el esqueleto apendicular que no está fusionado Esto permite un rango de movimiento mucho mayor.

Junto al esqueleto los músculos, tendones, ligamentos y todos los componentes antes mencionados, forman una unidad que es el cuerpo humano.

A continuación, vamos a mencionar algunas de las disfunciones más comunes, que en este sistema incluye.

- Dolor lumbar agudo y crónico.
- Lesiones por sobreuso.
- Contracturas musculares.
- Desequilibrios posturales
- Hernias discales
- Pinzamiento en las vertebras
- Esguinces tanto en las extremidades musculares superiores, como en las inferiores.
- Sobre estiramiento muscular (fascitis plantar, pata de ganso etc.)
- Síndrome del túnel carpiano
- Desviación de la columna vertebral
- Escoliosis
- Epicondilitis etc.

Estas disfunciones pueden ser causadas por una combinación de factores físicos como lesiones o malos hábitos posturales, alimenticios y también, como los no físicos que pueden ser estrés, tensión emocional etc.

Bases teóricas del enfoque holístico

EL enfoque holístico en la terapia manual está sustentado en varias teorías

- **Teorías del campo energético:** Propuesta por investigadores como Harold Sax ton Burr, en la década de 1940, profesor de anatomía de la universidad de Yale estudio la forma de los campos de energía en las plantas y animales vivos. Esta teoría sostiene que el cuerpo humano genera campos energéticos que influyen en su salud y funcionalidad.

  Pero esto no es de este siglo, esto ya es muy antiguo; La medicina tradicional China que aborda la curación desde los puntos energéticos que hay en el cuerpo, que es ahí donde aplica la acupuntura o cuando hay un desbalance del Yin o del Yan. También en la medicina ayurveda que dice que cuando hay un desequilibrio en los chacras produce una enfermedad, también en la medicina Germánica en la cual dice que cuando hay un conflicto emocional energético que puede ser, aunque de otras vidas, se produce una enfermedad. Y sin ir demasiado lejos en nuestra cultura pre colombina (7)

  Nuestros antepasados indios, también usaban estas curaciones a nivel energético por medio de plantas animales etc. Asiendo sí que estos elementos absorbieran esas malas energías que estaban enfermando al paciente, y la persona se curaba, hasta el día de hoy y es muy conocido que se usa la limpieza del huevo para curar del susto.

  La medicina china Oriental considera que estamos hechos de energía, toda la materia que nos rodea, nuestro organismo, es puramente energía. Estamos compuestos en gran parte de electrones, y las emociones, tan intangibles como la luz o las ondas de radio y tan reales a la vez, están también hechas de energía, por tanto, pueden interactuar tan rápida y fácilmente con nuestro organismo, con nuestras vísceras, con nuestros músculos.

- **Modelo Biopsicosocial:** Desarrollado por George L Engel en 1977, este modelo propone que los factores biológicos, psicológicos y sociales interactúan para determinar la salud y la enfermedad.

El cual limitaba la comprensión de las afecciones y trastornos físicos y psicológicos asociados con la presencia de factores orgánicos, tales como lesiones y anomalías a la hora de explicar, comprender y responder a condiciones de salud, enfermedades discapacidades o impedimentos específicos. (7)

Este modelo biopsicosocial es uno de los modelos que encontramos en el ámbito de la psicología y también en la psicoterapia. Se trata de un enfoque que dice que son diferentes los factores que influyen en el desarrollo y bienestar de un ser humano, en el contexto de una enfermedad, trastorno o alguna discapacidad.

- **Psicosomática:** Relaciona las emociones y el estado mental con la aparición y la evolución de las enfermedades físicas.

  El termino psicosomático es un adjetivo que denota una enfermedad de la mente (alma o actividad mental) y una enfermedad somática (enfermedad natural o física), por lo que puede definirse como un trastorno psicológico que se origina en la mente y luego se manifiesta en el cuerpo, causando así enfermedades en el cuerpo.

  Las situaciones de estrés frecuentes suelen desencadenar una cantidad importante de enfermedades y síntomas que afectan al organismo, desde la parte física con la presencia de contracturas musculares hasta con afecciones psicológicas como la depresión y la ansiedad, muchas de ellas asociadas a enfermedades denominadas psicosomáticas que se producen en la mente o psiquis generando dolor, fatiga, debilidad muscular entre otras.

  El dolor es el síntoma principal de los trastornos psicosomáticos y puede aparecer en cualquier parte del cuerpo. Así mismo generalmente los trastornos psicosomáticos están vinculados a síndromes físicos como la fibromialgia, el síndrome de fatiga crónica, la migraña, colon irritable, trastornos depresivos y de ansiedad.

Investigaciones previas sobre la terapia Manual

Estudios clínicos han demostrado la eficacia de la terapia manual en el tratamiento del sistema musco esqueléticos.

La manipulación física y las terapias manuales tienen miles de años. La interacción más popular en el mundo occidental de estas terapias es administrada por fisioterapeutas, osteópatas, quiroprácticos, kinesiólogos, y algunos tipos de masajes, como el tailandés.

Se puede argumentar que el beneficio colectivo de salud pública para el dolor ha sido muy importante, sin embargo, a medida que las terapias manuales han pasado de profesión en profesión, ha encontrado muchas maquinaciones impulsadas interna y externamente que han retrasado su progreso hacia una profesión aliada totalmente aceptada. A continuación, vamos a poner unos ejemplos. (8)

- **Manipulaciones y movilizaciones articulares:** Investigaciones realizadas por Fritz et al. (7)) indican que las manipulaciones espinales reducen significativamente el dolor lumbar en pacientes con lumbalgia aguda.

Obviamente, la manipulación espinal tiene un valor limitado y es solo uno de los tratamientos que pueden ser útiles para el tratamiento del dolor lumbar, lo que se requiere que se incluya en un arsenal de tratamientos físicos como una opción entre una variedad de métodos de tratamiento.

- **Masoterapia:** El masaje terapéutico mejora la circulación, reduce el estrés y alivia la tensión muscular. (1)

El masaje terapéutico consiste en una serie de movimientos ejecutado por las manos del masajista o terapeuta sobre la superficie corporal del paciente. Es una manipulación de tejidos blandos que tiene como finalidad aliviar molestias en distintas partes del cuerpo, provocadas por diversos factores como golpes, estrés, malas posturas, entre otro.

A continuación, vamos a numerar 10 beneficios principales del masaje terapéutico.

- ✓ Aumenta la función inmune
- ✓ Mejora la calidad del sueño
- ✓ Mejora la movilidad de las articulaciones
- ✓ Estimula movimiento linfático
- ✓ Reduce el dolor muscular

- ✓ Mejora la actividad mental
- ✓ Acelerar la curación de lesiones de tejidos blandos.
- ✓ Alivia el estrés
- ✓ Mejora la circulación
- ✓ Reduce la tensión muscular

Sin embargo, estos estudios y tipos de terapias se centran principalmente en el alivio de síntomas y no en la integración de factores holísticos en el tratamiento de las terapias.

Estudio sobre enfoques holísticos

Algunas terapias manuales y la medicina biorreguladora entienden que se enferma el SER, y hay que tratar el Ser. Las terapias alternativas a través del sistema nervioso vegetativo integra a la totalidad del ser. (7)

El sistema nervioso vegetativo (SNV) forma parte de todos los circuitos que regulan el organismo, estos sistemas de regulación (humoral, hormonal, neural y celular), están interconectados, en sí mismos en uno solo. Se interconectan mediante los mediadores de información (neurotransmisores, neuropéptidos, interleucinas, neurohormonas, citoquinas) y gracias a estas múltiples conexiones; entre córtex cerebral, los pares craneales, los nervios periféricos y viscerales y por sus fibras ganglios propios, van a regular cualquier alteración de las funciones del organismo.

Se comprende que quien se enferma es el ser y el sistema nervioso es una pieza clave en la integración de la totalidad del individuo, y que por sus infinitas conexiones participan en los procesos mentales, emocionales, e inclusive: sociales y culturales de este ser.

Esto se ha comprobado con observaciones e investigaciones clínicas, donde se demuestra que los factores sociales, psicológicos y emocionales influyen en el eje neuro-endocrino-inmunológico, y por ello repercuten en todas las partes y funciones del organismo. (5)

Las investigaciones sugieren que las experiencias estresantes, la ansiedad y la depresión pueden suprimir ciertos aspectos de la respuesta inmunitaria. Por lo tanto, científicamente se demuestra que la Psico-neuro-inmunología nos presenta a las terapias alternativas, como las

terapias manuales al ser terapias Biorreguladoras dentro de una visión más holística del ser humano. A continuación, algunos ejemplos de terapias manuales que incluyen este enfoque holístico.

- **Acupuntura:** Estudios como el de Vickers (8) (2018) respaldan la eficacia de la acupuntura en el manejo del dolor crónico. La acupuntura describe una serie de procedimientos que estimulan diferentes puntos del cuerpo utilizando una variedad de técnicas. La técnica de la acupuntura que se estudia científicamente con mayor frecuencia consiste en colocar agujas metálicas sólidas, delgados estériles en puntos clave de la piel y manipularlas.
- **Mindfulness y terapia manual:** Las prácticas de atención plena pueden complementar la terapia manual al reducir el estrés y mejorar la percepción corporal, y esto es comprensible ya que el mindfulness, también llamado atención plena o conciencia plena, consiste en estar atento de manera intencional a lo que hacemos sin juzgar, apegarse, o rechazar en alguna forma la experiencia; es una práctica basada en la meditación desapasionadamente de pensamientos y emociones, y esto va muy acorde a un enfoque holístico de una alteración muscoesquelético. (9)

2.17 APLICACIONES CLÍNICAS ACTUALES

Algunos centros clínicos y terapeutas han comenzado a incorporar el enfoque holístico en sus prácticas, integrando algunos tipos de técnicas.

- **Manipulación osteopática:** Implica el uso de las manos en los músculos blandos y articulaciones, para diagnosticar, tratar y prevenir lesiones o enfermedades.
- **Kinesiología holística:** Es un tipo de terapia manual que realiza la evaluación de la respuesta de los músculos para así detectar, y tratar desequilibrios en un paciente.
- **Terapia miofascial con atención a factores emocionales:** Conocida también como inducción mío fascial, permite conectar con nuestros tejidos más profundos que pueden enmascarar lesiones por la que el paciente acude a consulta.
- **Quiropraxia:** Trata la interferencia de nuestro sistema nervioso, al resto de nuestros órganos a través de las manipulaciones vertebrales.

- **Acupuntura:** Se cree que esta técnica equilibra la energía vital “Qi” o “Chi” y puede ser efectiva para tratar una variedad de dolencias.
- **Praxis vertebral tibetana:** Aunque si es muy antigua actualmente se lo practica en ciertos países, se enfoca en las manipulaciones vertebrales.
- **Reflexología:** Trata puntos claves en la planta de los pies, en la cual tiene reflejos de todos nuestros órganos, y cuerpo muscoesquelético.
- **Masaje tailandés:** Significa literalmente tocar para sanar.
- **Masajes descontracturantes:** Se utilizan las manos, pero también en la actualidad se usan, diferentes tipos de maquinarias, sirve para relajar nuestros músculos debido a traumas y lesiones.

Hay más terapias manuales holísticas solo hemos descrito las más comunes, usados en la actualidad en los centros de terapias alternativos clínicos. Estos abordajes han mostrado resultados prometedores, aunque se necesita más investigación para validar sus beneficios a gran escala.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 DISEÑO METODOLÓGICO

El diseño metodológico del diagnóstico holístico de una terapia manual, implica estructurar un enfoque como en capítulos anteriores hemos mencionado, de un enfoque integral que combine diversas técnicas manuales con un entendimiento global de la salud y el bienestar físico, emocional y energético de una persona Para realizar una metodología de investigación, como es nuestro caso existen 3 enfoques principales que son: Cuantitativo, cualitativo y mixto y esto depende de los objetivos que nos hemos propuesto. En este proyecto nos vamos a enfocar en lo cualitativo, aunque si vamos a exponer de igual manera algunos datos que son relevantes en este estudio.

3.2 POBLACIÓN Y MUESTRAS

Población:

En la población que vamos hacer énfasis en este proyecto, es en Ecuador específicamente en las ciudades de Manta, Guayaquil y Machala, aunque si las afecciones muscoesqueléticas son a nivel mundial, pero en este proyecto nos vamos a enfocar en estas 3 ciudades, ya que aquí es que se han hecho pruebas concisas, en la valoración holística que es el tema de este proyecto.

Muestras:

En las diferentes etapas y experiencia de lo que es la terapia manual, he podido constatar y experimentar, decenas de afecciones muscoesqueléticas, seguramente más de 30 pacientes, con una variedad de género y de edades muy amplia, y de diferentes tipos de afecciones muscoesqueléticas, desde dolores de cuello, dolores, de espalda alta y baja, dolores de rodilla etc. Y he podido notar que hay una gran diferencia y de variación entre hombres y mujeres en lo que respecta en dolores muscoesqueléticas, ya que la mujer tiende a somatizar más una afección.

No siempre, pero por lo general, la mujer tiende a somatizar más los dolores, en las extremidades inferiores, y el hombre en las extremidades superiores, el porqué de esto lo vamos aclarar en los próximos capítulos.

3.3 VARIABLES E INDICADORES

3.3.1 Variable independiente:

Terapia Manual (el tipo de terapia que se va a ejecutar en el paciente, duración de tiempo de la terapia dependiendo el tipo de patología que tenga, frecuencia de las sesiones, esto dependerá como su cuerpo valla respondiendo, a las terapias, esta variable es independiente porque el mejoramiento del paciente depende mucho, del tipo de terapia manual que se va a ejecutar, hay una gran diferencia que sea una terapia manual de masajes, a que sea unas manipulaciones quiroprácticas.

3.3.2 Variable dependiente:

Mejoría, poca, media, alta o nada de la terapia, que se haya aplicado en la afección muscoesquelético, evaluando su fuerza muscular, escala del dolor, rango de movimiento, ya que esto es muy variado de paciente a paciente

3.4 MÉTODOS DE OBTENCIÓN DE DATOS Y CUMPLIMIENTOS DE OBJETIVOS

- **Terapia manual especifica:** El diseño de tratamiento depende de las técnicas manuales que se utilizaran como, por ejemplo. La osteopatía, quiropraxia, masajes terapéuticos, reflexología, masaje tailandés, praxis tibetana entre otros. Si el paciente está recibiendo otro tipo de terapias también (fisioterapia, psicoterapia, etc.), es importante integrarlo para un enfoque coherente e integral.
- **Técnicas holísticas complementaria:** Consideran incluir métodos que trabajen no solo con el cuerpo físico, sino también en el aspecto energético o emocional, como el reiki, la acupresión, el trabajo con los chacras entre otros.
- **Método 1:** Realización, de una encuesta inicial, mediante una historia clínica, sobre la percepción de su dolor, inicio de su afección, mediante que mecanismo comenzó el grado de dolor, y que tiempo tiene con esa afección.

- **Método 2**: Realización, de preguntas sobre patologías y traumas, previos y actuales.
- **Método 3:** Mediciones clínicas, con pruebas y análisis físicos, mediante movimiento, y desplazamiento corporal, y pruebas de fuerza muscular.
- **Método 4:** Observación de las cadenas musculares, donde esta perpetuado el dolor. Esto es muy importante, porque sea el lugar que sea, donde se sienta el dolor; siempre están involucrados los músculos que están alrededor de la zona afectada, ejemplo (en una epicondilitis, que es una alteración en la zona del codo, podremos observar, que en la zona cervical esta tenso).
- **Método 5:** Preguntar al paciente si ha tenido algún trauma previo, en la zona afectada.
- **Método 6:** Si no ha tenido un trauma previo, en la zona afectada, preguntar como esta con sus órganos, hepatobiliares, en este caso específico de la epicondilitis, pero no es necesario tener una enfermedad en dichos órganos, simplemente es suficiente una alteración.
- **Método 7:** En este paso, preguntamos al paciente si momentos previos al dolor muscoesquelético tuvo algún acontecimiento particular que le causara algún síntoma de molestia emocional, o si ya ha estado atravesando desde hace algún tiempo atrás algún momento particular personal en su vida
- **Método 8:** La ejecución minuciosa de todos estos métodos paso a paso, ayudara al terapeuta a realizar un diagnóstico lo más cercano posible, a la causa de su dolor. Tomando en cuenta todos estos factores, emocional, física y psíquica.
- **Método 9:** Hay que realizar un seguimiento después de cada sesión para verificar los avances, y si es necesario, ajustar el tratamiento si se ha verificado algún malestar en el paciente, se puede incluir sesiones de retroalimentación para que el paciente comparta sus sensaciones y evolución.
- **Método 10:** Después de la sesión, ofrecer al paciente consejos sobre ejercicios, hábitos o prácticas para mantener el bienestar entre sesiones.
- **Método 11.** Es importante que el paciente se sienta capacitado para mantener el equilibrio logrado durante la terapia a través de la modificación de ciertos hábitos diarios.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 ANÁLISIS COMPARATIVO

El diagnostico holístico en la terapia manual aporta una perspectiva amplia en la salud y una visión holística en la persona, y se basa principalmente en la medicina oriental, ayurveda, en la andina, bioenergética y algunas otras. En este capítulo describiremos las diferencias con la medicina tradicional y la holística.

Nunca debemos olvidar que la recuperación del paciente es primordial y debemos tener este objeto presente al momento de elegir un tratamiento o enfoque. Por lo tanto, siempre se debe tener presente que la visión holística no siempre es aplicable, en todas las presentaciones clínicas y en algunos casos es necesario aplicar métodos y razonamientos típicos, de la medicina convencional.

Todos tenemos la capacidad de mantener la homeostasis (la capacidad de cualquier organismo vivo de mantener el equilibrio). Estas son cosas básicas que aprendemos el primer día de estudio en cualquier profesión de la salud, pero la mayoría de nosotros la olvidamos.

El conocimiento holístico es a menudo intangible y difícil de probar, ¿pero se puede medir el miedo y la ira? Este conocimiento es esencial para comprender como y por qué surgen diversas patologías del sistema muscoesquelético.

Esta forma de ver la enfermedad tiene grandes ventajas, ya que aporta explicaciones y soluciones a unos pacientes confundidos por las carencias de la medicina “oficial” en la que confían.

Este camino no tiene fin y comienza con la comprensión de que nuestros cuerpos tienen sus propios códigos y lógicas de comunicación y que se expresan con inquietud y veracidad, con obstinación y sutiliza. A continuación, vamos a ser un análisis comparativo entre una patología con reflejo muscoesquelético muy común y que es consecuencia de una hernia discal pero que están relacionados con la próstata.

Datos cualitativos: A través de muchas entrevistas, y pruebas físicas post terapia se ha logrado constatar, notables mejorías y resultados intangibles en el paciente, no solamente en el plano (estructural) físico, sino también en el bienestar emocional, espiritual y hubo datos cualitativos que ahora los vamos a exponer.

Percepción de alivio: Los pacientes pueden expresar como sienten una mejora en su dolor o malestar. Por ejemplo, "Al final de la sesión, sentí una sensación de ligereza que no había experimentado antes."

Niveles de estrés y ansiedad: Muchos pacientes reportan como disminuyen sus niveles de estrés y ansiedad después de las sesiones. "Sentí que mi mente estaba mucho más tranquila, como si todo el estrés se hubiera resuelto."

Relajación: Los pacientes a menudo describen como experimentan una relajación profunda durante y después de la terapia, como "Mi cuerpo se sintió relajado y casi flotante."

Liberación Emocional: En terapias, manuales que abordan el cuerpo y las emociones, los pacientes pueden expresar como liberan emociones reprimidas. Ejemplo: "Al tocar esa área, sentí una emoción fuerte, como si algo se desbloqueara en mi interior."

Sentimientos de bienestar: Tras la terapia, los pacientes a menudo relatan una sensación general de bienestar o balance. "Me sentí más en paz y con energía renovada. Es como si algo que estaba en desequilibrio se hubiera armonizado."

Impacto en la energía y equilibrio corporal: Los pacientes pueden describir una sensación de mayor flujo de energía en su cuerpo o una armonización entre cuerpo y mente." Durante la sesión, sentí que mi energía fluía libremente en todo mi cuerpo."

Sensación de desbloqueo de áreas específicas: Pueden mencionar la sensación de que se desbloquearon tensiones o bloqueos energéticos en partes específicas del cuerpo. "Después de la terapia, sentí que mis hombros y cuello, que siempre estaban tensos, se liberaron."

Respuestas a técnicas específicas: Los pacientes pueden tener comentarios sobre como recibieron distintas técnicas de terapia manual (masajes, presiones, manipulaciones)." El

masaje en la espalda fue muy profundo y sentí que las tensiones se deshacían, me ayudó mucho más que otras veces, o también dicen, la presión que me hiso en tal punto sentí liberación."

Preferencias personales: Algunos pacientes pueden compartir que ciertas técnicas les resultaron más efectivas o agradables "Me gustó mucho la parte de la terapia energética. Me sentí." más conectado y relajado."

Mejoras en la postura: Los pacientes notan una mejor postura tras las terapias. "Me di cuenta de que caminé más erguido después de las sesiones."

Conciencia corporal: Algunos pacientes experimentan un aumento en la conciencia corporal y comentan que comenzaron a notar más aspectos de su cuerpo "Ahora siento que cuando mi cuerpo esta tenso y puedo corregirlo antes de que me duela."

Confianza y seguridad: Muchos pacientes reportan como se sienten cuidados y seguros durante la terapia. "El terapeuta me hizo sentir en un ambiente seguro, lo que me permitió liberar tensiones tanto físicas como emocionales."

Empatía y apoyo emocional: Algunos pacientes pueden destacar como la interacción con el terapeuta fue importante para su proceso de sanación "Sentí que mi terapeuta no solo estaba trabajando mi cuerpo, sino también mi alma."

Beneficios a largo plazo: Los pacientes describen como los efectos de la terapia continúan después de la sesión, como una sensación prolongada de bienestar "Después de la sesión por varios días sentí que mi cuerpo y mi mente estaban mucho más tranquilos y equilibrados."

Persistencia de alivio: Algunos pacientes mencionan que experimentan alivio en sus dolores o tensiones durante un tiempo largo después de la sesión. "Mi dolor en la espalda ha desaparecido durante varios días después de la terapia."

- **Análisis de una hernia discal desde la medicina convencional en un paciente hombre de 40 años:** El diagnostico medico de una hernia discal se realiza mediante imagines por resonancia magnética (IRM). Es un trauma que puede causar una gran confusión. El médico le aconsejo un tratamiento invasivo de cirugía que realmente no son necesarias, al menos que sea extremadamente grave, pero que no era el caso de este paciente, pero el medico específicamente los traumatólogos, recomiendan esta operación invasiva. por dos razones
- **Primera razón:** Dado que los síntomas del paciente eran similares a la de otras enfermedades, esto puede llevar a un sobre diagnóstico, es decir, dichos síntomas pueden atribuirse rápidamente a una hernia discal. Esta afirmación no fue objeto de un análisis en profundidad y se basó únicamente en hallazgos radiológicos, como una hernia de disco. Desafortunadamente, no siempre es tan simple y no todo dolor que se irradia hacia la pierna es ciático.
- **Segunda razón:** Por otro lado, se ofrece un tratamiento que esta específicamente dirigido a aliviar el síntoma. Muchas veces tenemos que acudir al quirófano por falta de resultados de tratamiento, porque las causas que dicen los médicos convencionales, que contribuyen al desarrollo de una hernia discal son las siguientes:
    - Genética, determinada por ciertas condiciones, como la curvatura de la columna vertebral, los músculos, o la altura del paciente.
    - Postura, como estar sentado durante demasiado tiempo.
    - Microtraumatismos, movimientos repetitivos, carga pesada prolongada.
    - Accidentes de tráfico, accidentes deportivos, lesiones etc.

Análisis de la hernia discal desde el punto de vista holístico: Desde el análisis holístico la hipótesis a tratar y el reto a superar es siempre la base para saber ¿Por qué se produjo esa hernia esa hernia? Esto aun es más importante si estas observando a una persona joven sin lesiones. Para descubrir el origen se debe tomar en cuenta varios factores, que no se toman en cuenta. Aquí dominan las explicaciones de las disfunciones viscerales, (órganos) que son el foco de esta terapia integral holística. Estas afecciones o alteraciones son causadas por factores dietéticos, estrés, trastornos emocionales e incluso carácter personal. Todo esto

puede provocar cierto desequilibrio. Como se analizó anteriormente en los capítulos anteriores de este proyecto de tesis, generalmente se observa que cada órgano y víscera reflejara un aumento de tono muscular en un área específica de la columna vertebral. Se ha podido observar en algunos pacientes y en específico en este paciente, del cual estamos redactando que, la disfunción renal a menudo causa hernia discal izquierda L4, L5 y L5, S1. Y lado derecho como en el caso de nuestro paciente en particular se debe a una alteración prostática o uterina.

En el caso de nuestro paciente, en particular tenía una hernia discal entre L5, S1 tenía mucho dolor en la espalda baja, particularmente en la zona derecha, el paciente me comento que el médico le había recetado unas pastillas y unas inyecciones, por un mes; el paciente cumplió con lo recetado, el cual percibió alivio pero después de 2 meses el dolor volvió, y después su médico lo mando donde un fisioterapeuta, el cual estuvo un mes y medio en tratamiento, pero solo percibía un ligero alivio, y por ultimo acudió donde un traumatólogo, el cual le propuso una operación quirúrgica.

Cuando acudió conmigo a la consulta, mediante un diagnóstico holístico pude observar que había una alteración prostática.

La principal diferencia entre hombres y mujeres radica en su sistema reproductor: las mujeres tienen útero y ovarios, mientras que los hombres tienen testículos, epidídimo, pene, escroto y próstata. Entre estos órganos, queremos destacar la importancia de la próstata, ya que su mal funcionamiento altera nuestro sistema musco esquelético.

Para que la próstata llegue a alterar una zona específica del cuerpo muscoesquelético, no necesariamente quiere decir que tenga alguna enfermedad, es más que suficiente que tenga solo una alteración, una disfunción, que muchas veces proviene también del plano emocional.

En lo que respecta a la emoción de la glándula prostática y su disfunción. Se puede dar un ejemplo muy típico (aunque hay que comprender que la complejidad y variedad de los casos son infinitas) pero en este caso particular del paciente, hace un año atrás tubo una situación, que se trató de un matrimonio, que termino en divorcio porque la mujer opto por establecer

vínculos amorosos con un hombre más joven. En tales situaciones, los hombres a menudo sienten que se trata de un ataque de autoestima, mientras que el conflicto emocional basado en perdida de autoestima, puede conducir a una alteración de la próstata, que fue el caso de nuestro paciente, (otra situación que altera el funcionamiento de este órgano es cuando el hombre experimenta cambios importantes en su trabajo.

Terapia manual que se aplicó con el paciente de hernia discal: A diferencia de la medicina convencional, al paciente se le aplico una terapia holística, que consistió, en quiropraxia, masajes relajantes y descontracturantes, terapia miofascial, y reflexología, y más que todo haciéndole entender que su problema venia de un conflicto emocional y que tenía que superarlo, para que de este modo su afección muscoesquelético se pueda superar, después de un mes de terapias el paciente tubo una mejoría notable.

Después de seis meses regreso para un control, y el paciente refirió que el dolor no le había vuelto, y prácticamente ya no tenía dolor en la zona lumbar baja.

Terapias holísticas y el sistema nervioso:

- Estudio de Cumming et al. (2010): En este estudio se analizó el impacto de diversas terapias manuales en la modulación del sistema nervioso autónomo. Los resultados indicaron que las terapias como el masaje o la manipulación de tejidos blandos pueden afectar tanto el sistema simpático como el parasimpático, promoviendo un estado de relajación general y disminuyendo la respuesta de estrés en los pacientes.

Posibles líneas de investigación:

Comparar la eficacia de la terapia manual holística con otros enfoques terapéuticos, como la fisioterapia convencional, medicamentos o intervenciones quirúrgicas.

Investigar la comparación de enfoques integrales, como la terapia manual holística combinada con otras modalidades de tratamiento (psicoterapia, ejercicio, cambios de estilo de vida), frente a tratamientos aislados.

1. **Evaluación de los Efectos Psicológicos y Emocionales**

Objetivo: Investigar los efectos psicológicos y emocionales de la terapia manual holística, además de sus beneficios físicos.

Justificación: Una de las características distintivas de la terapia manual holística es su enfoque en la conexión entre cuerpo y mente. Sin embargo, la mayoría de los estudios existentes se centran en los resultados físicos (dolor y movilidad). Es necesario evaluar cómo los tratamientos afectan aspectos como el estrés, la ansiedad, la depresión y la calidad de vida emocional de los pacientes.

Posibles líneas de investigación:

Medir la reducción del estrés y la mejora del bienestar emocional a través de herramientas de evaluación psicológica (cuestionarios de estrés, ansiedad y depresión).

Evaluar la relación entre el alivio físico y la mejora en la salud emocional utilizando medidas tanto subjetivas como objetivas (encuestas, biomarcadores de estrés). Examinar el efecto placebo en la mejora emocional y su interacción con los tratamientos físicos. (2)

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

Un enfoque holístico de la terapia manual busca tratar a los pacientes de manera holística, teniendo en cuenta no sólo los síntomas físicos, sino también los aspectos emocionales, psicológicos y sociales que pueden afectar su salud. Este enfoque está adquiriendo cada vez más importancia en el ámbito médico, especialmente en la terapia manual para el tratamiento del sistema muscoesquelético.

1. Las técnicas de terapia manual con un enfoque holístico han demostrado ser efectivas en la recuperación de disfunciones muscoesqueléticas**,** al facilitar la autorregulación del cuerpo y estimular los mecanismos naturales de sanación. Métodos como la osteopatía, quiropraxia, liberación miofascial y reflexología se han consolidado como herramientas fundamentales en este modelo terapéutico.
2. La combinación de la terapia manual con otros enfoques complementarios, como la medicina tradicional, la naturopatía y la terapia energética, potencia los efectos del tratamiento**,** al abordar la salud muscoesquelética desde múltiples dimensiones y promover una recuperación más profunda y duradera.
3. Los pacientes que reciben terapia manual bajo un enfoque holístico muestran mejoras significativas en su calidad de vida, reflejadas en la reducción del dolor, aumento de la movilidad, mejora del bienestar emocional y mayor consciencia corporal, lo que reafirma la necesidad de seguir promoviendo este modelo en la práctica clínica.
4. El enfoque holístico en la terapia manual representa una evolución en la comprensión y tratamiento del sistema muscoesquelético**,** ya que considera al paciente como un ser integral, abordando no solo los síntomas físicos, sino también los factores emocionales, energéticos y ambientales que pueden influir en su estado de salud.

RECOMENDACIONES

El presente estudio ha demostrado que el enfoque holístico en la terapia manual ofrece múltiples beneficios en el diagnóstico y tratamiento de las disfunciones del sistema muscoesquelético. Al considerar al paciente de manera integral, este enfoque permite no solo aliviar los síntomas físicos, sino también abordar los factores emocionales, energéticos y posturales que pueden influir en su salud.

- Fortalecer la formación profesional en terapia manual holística**,** promoviendo programas de capacitación que incluyan conocimientos sobre anatomía, biomecánica, terapias complementarias y enfoques integrativos en el tratamiento musculoesquelético.
- Promover la educación del paciente sobre el enfoque holístico en la terapia manual**,** para que comprendan su importancia, adopten hábitos saludables y participen activamente en su proceso de sanación.
- Ampliar el acceso a la terapia manual holística en centros de salud y clínicas especializadas**,** promoviendo políticas que permitan su integración en los sistemas de atención primaria y rehabilitación.
- Incorporar el enfoque holístico en los planes de tratamiento convencionales, combinando la terapia manual con estrategias complementarias como la nutrición, la gestión del estrés y la actividad física para obtener mejores resultados en los pacientes.

BIBLIOGRAFÍA

1. Antonio J. MVCLINIC. [Online].; 2020. Acceso 5 de Enero de 2025. Disponible en: https://www.mvclinic.es/tratamientos/terapia-manual.

2. Júnior JPB. Scielo. [Online].; 2021. Acceso 15 de Diciembre de 2024. Disponible en: https://www.scielosp.org/article/scol/2021.v17/e3709/.

3. Baptista MN. Scielo. [Online].; 2014. Acceso 28 de Noviembre de 2024. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572006000200005.

4. Navarra. Clínica Universidad de Navarra. [Online].; 2023. Acceso 15 de Diciembre de 2024. Disponible en: https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/sistema-musculo-esqueletico.

5. Enferm I. Scielo. [Online].; 2022. Acceso 6 de Diciembre de 2024. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962021000100016.

6. Santiago. Revista chilena de neuro-psiquiatría. [Online].; 2009. Acceso 9 de Enero de 2025. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272009000200008.

7. Reyes AE. Comunidad y Salud. [Online].; 2008. Acceso 8 de Enero de 2025. Disponible en: https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1690-32932008000200005.

8. Olivares R. Scielo. [Online].; 2013. Acceso 1 de Febrero de 2025. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v31n2/art03.pdf.

9. Aguado Barahona MC. Sociedad Valenciana de Geriatría y Gerontología. [Online].; 2024. Acceso 18 de enero de 2025. Disponible en: https://www.svgg.org/el-estres-en-los-adultos-mayores/.

10. Narváez M, Morillo J, Alonso O, Guerrón S. Estrés y cuidados de enfermería en adultos mayores de Imbabura. Estrés y cuidados de enfermería en adultos mayores de Imbabura: caso de parroquia esperanza, 2023. 2024; 43.

11. Organización Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2023. Acceso 27 de enero de 2025. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults.

12. Álvares i, Velis L, Yela J, Escobar K. Afrontamiento al estrés y autoestima de adultos mayores. UNIANDES Cienc Salud. 2019; 2(30-40).

13. Alomoto M, Calero S, Vaca M. Intervención con actividad físico-recreativa para la ansiedad y la depresión en el adulto mayor. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas. 2018; 37(1).

14. Medline Plus. Medline plus. [Online].; 2024. Acceso 27 de enero de 2025. Disponible en: https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm.

15. Instituto Nacional de Geriatría. Envejecimiento y salud: una propuesta para un plan de acción. 3rd ed. México : Instituto Nacional de Geriatía ; 2015.

16. González R, Cardentey J. El envejecimiento poblacional: un desafío para los health in Cuba. Revista Habanera de Ciencias Médicas. 2015; 14(6).

17. Organización Mundial de la Salud (OMS). Estrategia de la OMS para la medicina tradicional. Estrategia. Organización Mundial de la Salud (OMS).

18. Gonzalez M. Beneficios del masaje terapéutico en la salud de los ancianos. Tesis para la ontención del título de tecnóloga en estética y cosmetología. Bogotá : CORPORACIÓN UNIVERSITARIA RAFAEL NÚÑEZ, Investigación.

19. Rodríguez J, Bustos j. El masaje terapéutico en lesiones musculares producidas por traumas de tejidos blandos. Revista Médica Risaralda. 2002; 8(2).

20. Generalitad de Catalunya Departamentpoo de Salud. Generalitad de Catalunya Departamentpoo de Salud. [Online].; 2023. Acceso 6 de febrero de 2025. Disponible en: https://tratamientosadomicilio.com/como-es-el-masaje-terapeutico-en-fisioterapia.

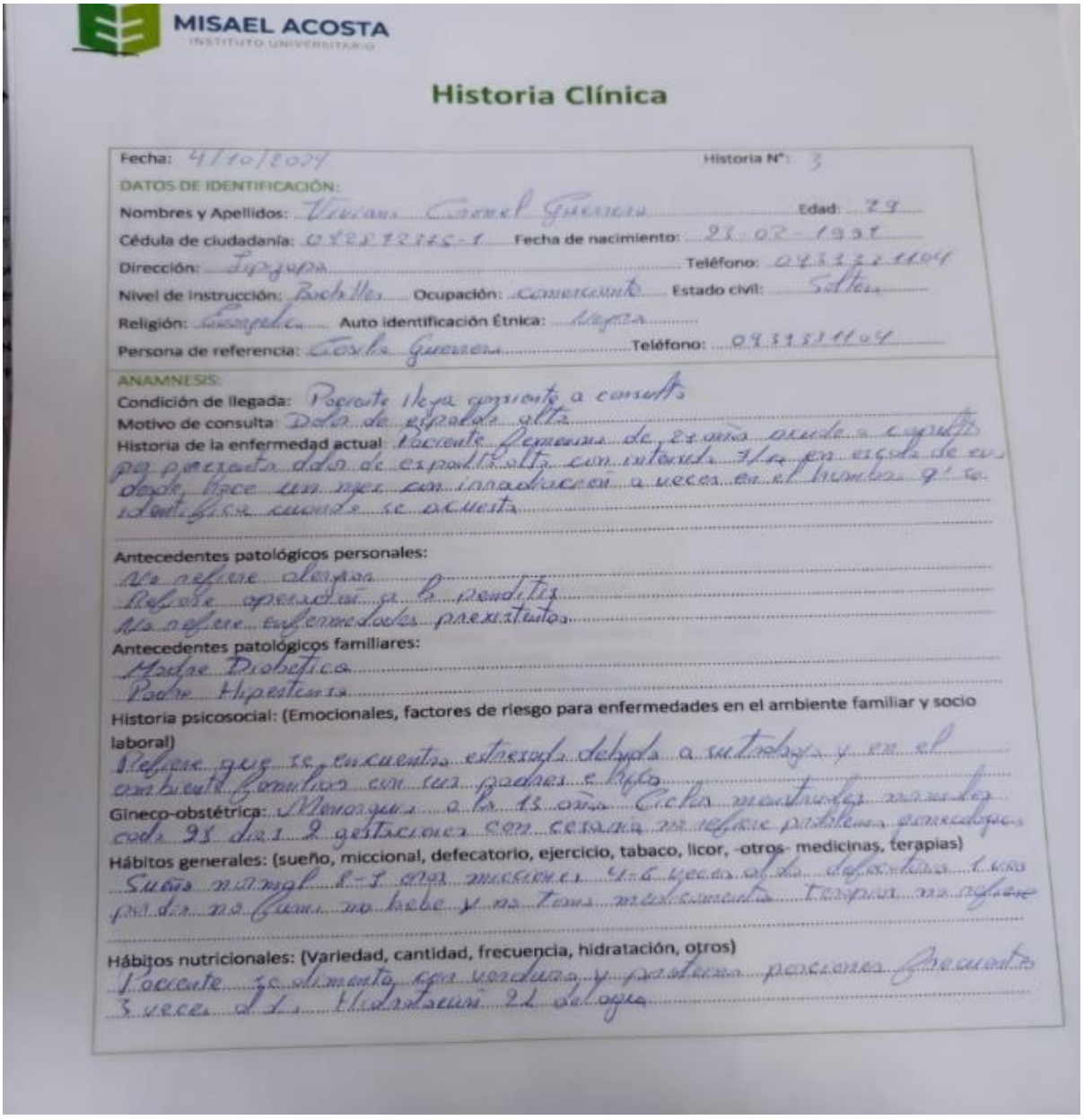
21. Faster capitral. Faster capitral. [Online].; 2024. Acceso 28 de enero de 2025. Disponible en: https://fastercapital.com/es/contenido/Masaje-terapeutico-para-personas-mayores--como-relajarse-y-aliviar-el-dolor-con-masaje-terapeutico-para-personas-mayores.html.

22. Atienza salud. Atienza. [Online].; 2022. Acceso 27 de enero de 2025. Disponible en: https://teleasistencia.es/es/blog/informacion/estres-en-personas-mayores.

23. Vásquez ER. Scielo. [Online].; 2016. Acceso 10 de Enero de 2025. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972016000100006.

ANEXOS

Anexos 1: Historias clínicas



MISAEL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

Historia Clínica

Fecha: 4/10/2024 Historia N°: 3

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Nombres y Apellidos: Viviana Coronel Guerrero Edad: 29

Cédula de ciudadanía: 0928723[illegible]-1 Fecha de nacimiento: 23-02-1991

Dirección: Tipijapa Teléfono: 0933331104

Nivel de instrucción: Bachiller Ocupación: comerciante Estado civil: Soltera

Religión: Evangélica Auto identificación Étnica: Negra

Persona de referencia: Cecilia Guerrero Teléfono: 0933331104

ANAMNESIS:

Condición de llegada: Paciente llega consiente a consulta

Motivo de consulta: Dolor de espalda alta

Historia de la enfermedad actual: Paciente femenino de 29 años acude a consulta por presentar dolor de espalda alta con intensidad 7/10 en escala de eva desde hace un mes con irradiación a veces en el hombro q' se identifica cuando se acuesta

Antecedentes patológicos personales:

No refiere alergias

Refiere operación a la pendiltis

No refiere enfermedades preexistentes

Antecedentes patológicos familiares:

Madre Diabetica

Padre Hipertensa

Historia psicosocial: (Emocionales, factores de riesgo para enfermedades en el ambiente familiar y socio laboral)

Refiere que se encuentra estresada debido a su trabajo y en el ambiente familiar con sus padres e hijo

Gineco-obstétrica: Menarquia a la 13 años Ciclos menstruales normales cada 28 días 2 gestaciones con cesaria no refiere problema ginecologico

Hábitos generales: (sueño, miccional, defecatorio, ejercicio, tabaco, licor, -otros- medicinas, terapias)

Sueño normal 8-7 oras micciones 4-6 veces al dia defecatorio 1 vez por dia no fuma no bebe y no toma medicamentos terapias no refiere

Hábitos nutricionales: (Variedad, cantidad, frecuencia, hidratación, otros)

Paciente se alimenta con verduras y proteinas porciones frecuentes 3 veces al dia Hidratación 2L de agua

ISAEL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

REVISIÓN POR APARATOS Y SISTEMAS (lo referido en la enfermedad actual)

1. S. Tegumentario: S.P.A Sin patología Aparente
2. S. Cardiovascular: S.P.A Sin patología Aparente
3. S. Respiratorio: S.P.A Sin patología Aparente
4. S. Digestivo: Sin patología aparente
5. S. Genitourinario: S.P.A
6. S. Osteomioarticular (SOMA): Extremidades normal Extra cupones dolores al mover
7. S. Linfático: S.P.A Sin patología Aparente
8. S. Nervioso: S.P.A Sin patología Aparente
9. S. Endocrino: S.P.A Sin patología Aparente

EXAMEN FÍSICO GENERAL

Signos vitales:

Peso: 68 Kg Talla: 162 IMC: 29 Sobre peso

F.C.: ___/min F.R.: ___/min T.A.: ___/___mmHg T°: ___ Sat.O2___%

% de grasa: _____ % de músculo: _____ % de agua: _____ Grasa visceral: _____

Biotipo: Normolíneo ✓ Longilíneo___ Brevilíneo___

Facies: Normal ✓ Álgica___ Ansiosa___ Colérica___ Triste___

Actitud y postura: Bipedestación ✓ Sedestación ___

Piel y mucosa: Hidratada ✓ Deshidratada ___ Normocoloreadas___ Palidez___ Cianosis___ Turgencia conservada___

Pelo y uñas: Quebradizo ✓ Implantación normal___ Llenado capilar___

Cabeza: Normocefálica ✓ Otros:

Cuello: No adenopatías ✓ Otros:

Ojos: Pupilas isocóricas ✓ Normoreactivas a la luz y acomodación___ Otros.

Nariz: Fosas nasales permeables___ Secreción ✓

Boca: Piezas orales completas___ Buen estado___ Mucosa hidratada___ Deshidratada___

Orofaringe: Congestiva ✓ Eritematosa___ Hiperémica___ Amígdalas hipertróficas___ Criptas___ Purulentas___

Corazón: R1 y R2 rítmicos con el pulso ✓ Ruidos sobreañadidos:

Pulmones: Murmullo vesicular: Normal ✓ Aumentado___ Disminuido___

Ruidos sobreañadidos: Movilización de secreciones___ Sibilancias___ Estertores___ Roncus___

Abdomen: rígida

Región inguinogenital: No valorado ✓ Valorada:

Región lumbar: Sin patología aparente

Extremidades Superiores: Tono conservado ✓ Fuerza conservada___ Movilidad conservada___

Edemas___ limitación funcional:

Extremidades Inferiores: Tono conservado ✓ Fuerza conservada___ Movilidad conservada___

Edemas___ limitación funcional:

DATOS DE EXÁMENES COMPLEMENTARIOS

No refiere

VALORACIÓN NATUROPÁTICA: (Reflexología, Radiestesia, Floral, Pre-test, Iridología)

Reflexología

...AEL ACOSTA
...STITUTO UNIVERSITARIO

VALORACIÓN TRADICIONAL: (Medicina Oriental, Ayurveda, Medicina Andina)
Medicina Oriental, Ventosas

VALORACIÓN PRESUNTIVA NATUROPÁTICA:
masajes descontracturantes con ventosa para el estres muscular

VALORACIÓN DEFINITIVA:
Constructura debido al estres laboral

PLAN TERAPÉUTICO:
Masajes con ventosa 2 veces por semana

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

He facilitado la información completa que conozco sobre mis antecedentes personales, familiares y estado de salud que me ha sido solicitada. Soy consciente de que omitir estos datos puede afectar los resultados del tratamiento. He sido informado sobre el procedimiento naturopático propuesto, con el cual estoy de acuerdo.

He tomado la decisión de autorizar dicho procedimiento.

Vicente Coronel Greco 092872375-1 [signature]

Nombre del paciente: Cédula de ciudadanía: Firma del paciente:

Nombre del terapeuta: _____

INSTITUTO UNIVERSITARIO

Historia Clínica

Fecha: 12/09/2024

Historia N°: 1

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Nombres y Apellidos: Evelin Bravo Edad: 30

Cédula de ciudadanía: 0404152034 Fecha de nacimiento: 27/09/1995

Dirección: Ciudadela la Pradera Teléfono: 0907654321

Nivel de instrucción: Bachiller Ocupación: Desocupada Estado civil: Soltera

Religión: Católica Auto identificación Étnica: Mestiza

Persona de referencia: Jose Bravo Teléfono: 0907654321

ANAMNESIS:

Condición de llegada: Paciente acude por sus propios medios con expresión de dolor

Motivo de consulta: Dolor lumbar persistente en la parte derecha hace 3 meses

Historia de la enfermedad actual: Paciente refiere el comienzo del dolor lumbar tras levantar una carga pesada, Describe como constante, de intensidad severa en posición de reposo disminuy pero a la actividad aumenta mucho, no a presentado fiebre ni perdida de peso, ha utilizado analgesicos sin resultado

Antecedentes patológicos personales:

no refiere A.P.P.:

no refiere P.P. Quirurgicos

no refiere Alergia Medicamentosa:

Antecedentes patológicos familiares:

Padre no refiere

Madre con artritis reumatoide

Historia psicosocial: (Emocionales, factores de riesgo para enfermedades en el ambiente familiar y socio laboral)

La paciente refiere que se encuentra muy estresada debido a que no trabaja

Gineco-obstétrica: Menarquia a los 12 años Ciclos menstruales normales cada 28 dias una gestación parto normal no refiere problemas ginecol

Hábitos generales: (sueño, miccional, defecatorio, ejercicio, tabaco, licor, -otros- medicinas, terapias)

Sueño normal de 7 a 8 oras, miccional y defecatorio normal ejercicio Sedentario tabaco no fuma, no bebe medicina levotiroxina 100 mcg/dia terapias ninguna hasta la fecha

Hábitos nutricionales: (Variedad, cantidad, frecuencia, hidratación, otros)

Dieta baja en frutas y verduras y consumo elevado de alimento procesado, Hidratación 1 LT de agua al dia

MISAEL ACOSTA
INSTITUTO UNIVERSITARIO

REVISIÓN POR APARATOS Y SISTEMAS (lo referido en la enfermedad actual)

1. S. Tegumentario: Sin lesiones visibles
2. S. Cardiovascular: Pulsos periféricos presentes y simétricos
3. S. Respiratorio: murmullo vesicular presente
4. S. Digestivo: Abdomen Blando no doloroso
5. S. Genitourinario: Sin disuria ni poliquiuria
6. S. Osteomioarticular (SOMA): Dolor lumbar derecho a la palpación vertebral
7. S. Linfático: No se palpan adenopatías
8. S. Nervioso: Orientado en Tiempo, espacio y persona
9. S. Endocrino: Sin alteraciones visibles

EXAMEN FÍSICO GENERAL

Signos vitales:

Peso: 60 Kg Talla: 1.50 IMC: 26 pre obeso

F.C.: 70/min F.R.: 17/min T.A.: 129 80 mmHg T°: 37 Sat.O2 82 %

% de grasa: _____ % de músculo: _____ % de agua: _____ Grasa visceral: ____

Biotipo: Normolíneo ___ Longilíneo ___ Brevilíneo ___

Facies: Normal ✓ Álgica ___ Ansiosa ___ Colérica ___ Triste ___

Actitud y postura: Bipedestación ✓ Sedestación ___

Piel y mucosa: Hidratada ___ Deshidratada ___ Normocoloreadas ___ Palidez ✓ Cianosis ___ Turgencia conservada ___

Pelo y uñas: Quebradizo ___ Implantación normal ✓ Llenado capilar ___

Cabeza: Normocefálica ✓ Otros: ...

Cuello: No adenopatías ✓ Otros: ...

Ojos: Pupilas isocóricas ✓ Normoreactivas a la luz y acomodación ___ Otros ...

Nariz: Fosas nasales permeables ✓ Secreción ___

Boca: Piezas orales completas ✓ Buen estado ___ Mucosa hidratada ___ Deshidratada ___

Orofaringe: Congestiva ✓ Eritematosa ___ Hiperémica ___ Amígdalas hipertróficas ___ Criptas ___ Purulentas ___

Corazón: R1 y R2 rítmicos con el pulso ✓ Ruidos sobreañadidos: _____

Pulmones: Murmullo vesicular: Normal ✓ Aumentado ___ Disminuido ___

Ruidos sobreañadidos: Movilización de secreciones ___ Sibilancias ___ Estertores ___ Roncus ___

Abdomen: Blando, no doloroso

Región inguinogenital: No valorado ✓ Valorada: ...

Región lumbar: Dolor a la palpación derecho

Extremidades Superiores: Tono conservado ✓ Fuerza conservada ___ Movilidad conservada ___

Edemas ___ limitación funcional: ...

Extremidades Inferiores: Tono conservado ✓ Fuerza conservada ___ Movilidad conservada ___

Edemas ___ limitación funcional: ...

DATOS DE EXÁMENES COMPLEMENTARIOS

Radiografía Lumbar = Presencia de pienzamiento L4 - L5

VALORACIÓN NATUROPÁTICA: (Reflexología, Radiestesia, Floral, Pre-test, Iridología)

Pre-Test plano psicologico

VALORACIÓN TRADICIONAL: (Medicina Oriental, Ayurveda, Medicina Andina)

Medicina Oriental Terapia convencional

VALORACIÓN PRESUNTIVA NATUROPÁTICA:

Desequilibrio Energetico Lumbar

VALORACIÓN DEFINITIVA:

Lumbalgia Cronica

PLAN TERAPÉUTICO:

Fisioterapia, Masajes, y ventosas

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

He facilitado la información completa que conozco sobre mis antecedentes personales, familiares y estado de salud qu
me ha sido solicitada. Soy consciente de que omitir estos datos puede afectar los resultados del tratamiento. He sid
informado sobre el procedimiento naturopático propuesto, con el cual estoy de acuerdo.

He tomado la decisión de autorizar dicho procedimiento.

Evelin Bravo	0404152034	
Nombre del paciente:	**Cédula de ciudadanía:**	**Firma del paciente:**

Nombre del terapeuta: Jorge Rosario Granda

Anexos 2: Evidencias fotográficas

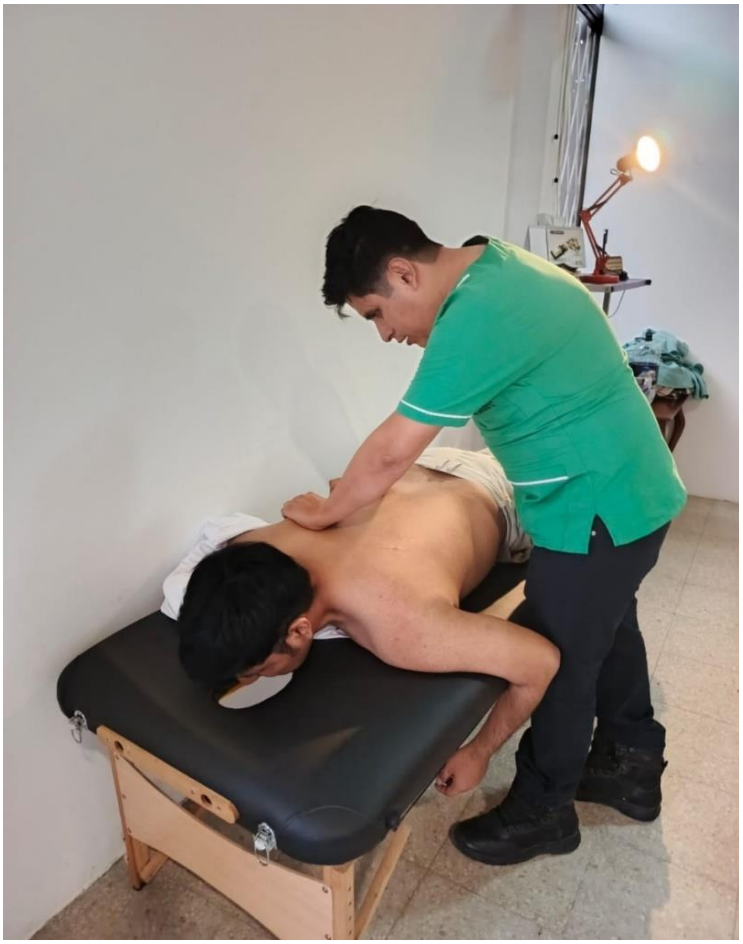



















90
80
70