



Vivir Bien

Fascículo 1 Noviembre 2008

“Valor terapéutico de la terapia Cráneo-Sacra”

Por: Pedro Fleitas González

Mientras que la validez de los ritmos cardiovascular y respiratorio es indiscutible hoy en día, durante mucho tiempo atrás la existencia de estos sistemas fue muy discutida por la comunidad médica de todo el mundo.

Ahora en los últimos 40 años, el médico osteopatía e investigador John E. Upledger, D.O., O.M., ha propuesto la utilización del ritmo de otro sistema del cuerpo, el sistema cráneo-sacral, para mejorar las funciones corporales y ayudar a aliviar el dolor y el malestar.

El sistema cráneo-sacral consiste en las membranas (meninges) y el líquido cefalorraquídeo que rodean y protegen al encéfalo y la médula espinal. Esto se extiende hacia los huesos del cráneo, la cara y la boca, y desde el cráneo llega a su extremo inferior que es el sacro-coxis (el hueso final de la columna).

Ya que este sistema vital influye en el desarrollo y funcionamiento del cerebro y la médula espinal, un desequilibrio o restricción en él puede ser la causa potencial de numerosas alteraciones sensitivas, motoras o neurológicas. Estos problemas incluyen dolor crónico, dificultades visuales, escoliosis, desequilibrios motóricos y de coordinación, trastornos en el aprendizaje y otros desafíos a la salud.

La Terapia Cráneo-Sacral es un método suave de detección y corrección que refuerza los propios mecanismos naturales de autocuración para disipar estos efectos negativos del estrés en nuestro sistema nervioso central. Además, la Terapia Cráneo-Sacral beneficia la salud general y la resistencia a las enfermedades.

Debido a los efectos positivos en tantas funciones corporales, la Terapia Cráneo-Sacral es practicada en la actualidad por una gran variedad de profesionales

Sanitarios, médicos, quiroprácticos, fisioterapeutas, naturópatas, enfermeros, quiromasajistas, psicólogos, dentistas, acupuntores, etc.

La Creación de La Terapia Cráneo-Sacral

La historia de la Terapia Cráneo-Sacral data de principios del siglo XX, cuando el osteópata William Sutherland se enfrentó a la inusual idea de que los huesos del cráneo estaban diseñados para permitir el movimiento. Durante más de 20 años

estuvo investigando sobre este concepto, y finalmente desarrolló un sistema de examinación y tratamiento conocido como Osteopatía Craneal.

En 1970, el Dr. John E. Upledger observó de primera mano el movimiento rítmico del sistema cráneo-sacral durante una intervención quirúrgica. Entonces ninguno de sus colegas ni tampoco ninguna publicación médica podía darle una explicación a su descubrimiento. Dos años después asistió a un seminario en el que exponían las ideas de Sutherland, así como algunas de sus técnicas de evaluación y tratamiento.

Reuniendo documentación científica referente a la sensibilidad táctil, el Dr. Upledger llegó rápidamente a entender la existencia de un sistema hidráulico en el que el líquido cefalorraquídeo fluye dentro de un saco membranoso que reviste por dentro el cráneo y el canal vertebral. El Dr. Upledger incorpora y refina con éxito las técnicas del Dr. Sutherland.

John E. Upledger se propuso confirmar científicamente la existencia del sistema cráneo-sacral. En 1975 le pidieron que se uniera al Osteopathic College de la Universidad de Michigan como investigador clínico y profesor de biomecánica. Allí dirigió a un equipo de anatomistas, fisiólogos, biofísicos y bioingenieros para investigar y documentar la influencia del tratamiento en el sistema cráneo-sacral.

También demostraron cómo este sistema podría ser usado para evaluar y tratar disfunciones que afectan al cerebro y la médula espinal, así como una gran variedad de problemas de salud que antes eran incomprensibles.

El Dr. Upledger sigue trabajando en el desarrollo profundo y científico de la Terapia Cráneo-Sacral. En la década en la que inició sus investigaciones, el Dr. Upledger escribió tres libros que detallan el funcionamiento del sistema cráneo-sacral También ha escrito dos libros que explican la Terapia Cráneo-Sacral al público: "Tu Médico Interno y Tú" (editado en español) y "El Cerebro Nace: Explorando el Nacimiento y Desarrollo del Sistema Nervioso Central" (en inglés).

En 1985, el Dr. Upledger estableció The Upledger Institute Inc., una clínica y centro de formación creado para enseñar al público y a los terapeutas sobre los beneficios de la Terapia Cráneo-Sacral.

En la actualidad, The Upledger Institute ha formado más de 39.000 terapeutas en el uso de la Terapia Cráneo-Sacral en todo el mundo.

El Instituto Upledger España (cuya única sede está en Granada), imparte los cursos del Dr. Upledger desde 1998 por diferentes ciudades de España, contando ya con más de 800 alumnos repartidos por todo el país.

¿Cómo Actúa La Terapia Cráneo-Sacral?

Los terapeutas cráneo-sacral usan un tacto muy suave (generalmente no superior al peso de una moneda de 10 céntimos) para evaluar las restricciones en el sistema cráneo-sacral. Esto es posible monitorizando el ritmo del líquido cefalorraquídeo al fluir por el sistema.

Si bien los terapeutas experimentados pueden detectar este movimiento en cualquier parte del cuerpo, se siente más fácilmente en el cráneo, sacro y coxis. Estos huesos están unidos a las membranas que contienen el líquido cefalorraquídeo.

Los efectos positivos de la Terapia Cráneo-Sacral se deben en su gran mayoría a la capacidad de autocorrección natural del cuerpo. El terapeuta con suavidad emplea sus manos simplemente para asistir al médico interno del cuerpo y fortalecer las propias capacidades del autocuración.

¿En Qué Casos Está Indicada La Terapia Cráneo-Sacral?

La Terapia Cráneo-Sacral potencia las propias capacidades del cuerpo para autorregularse. Ayuda a aliviar y/o paliar un gran número de enfermedades, dolores y disfunciones, incluyendo:

- Migrañas, Cefaleas.
- Dolor Crónico de Cuello y Espalda.
- Alteraciones Motoras y de Coordinación.
- Problemas de Estrés y relacionados con Tensión.
- Desórdenes Infantiles.
- Lesiones Traumáticas Cerebrales y Medulares.
- Fatiga Crónica.
- Escoliosis.
- Desórdenes del Sistema Nervioso Central.
- Trastornos Emocionales.
- Síndrome de Articulación Temporo-Mandibular (ATM).
- Trastornos de Aprendizaje.
- Síndrome de Estrés Post-Traumático.
- Problemas Ortopédicos.
- Y muchas otras condiciones.