

BENEFICIOS DEL MASAJE

La columna vertebral tiene curvaturas anteroposteriores que son normales. Estas curvaturas varían en sus dimensiones según las personas (las edades, el sexo).

Así en la mujer, la curvatura lumbar está siempre más desarrollada que en el hombre. En estado patológico, las modificaciones que se producen en estas curvaturas son: la cifosis (exageración de la curvatura dorsal) la lordosis (exageración de la columna lumbar) y la escoliosis (que es la desviación lateral). Siempre que existe una exageración de una de las curvaturas de la columna vertebral, las otras curvaturas sufren una modificación para compensar el trastorno del equilibrio que se produce. De esta forma en la cifosis, la curvatura cervical se exagera, mientras que, por el contrario, se endereza la curvatura lumbar.

Consideradas en su conjunto, las formaciones musculares constituyen una masa que llena el canal costovertebral. Presenta su mayor espesor (6 cm por término medio) hacia la línea media. La zona más delgada está situada en el ángulo de las costillas. A menudo la grasa se acumula en los límites entre la región dorsal y la región costal. Se combate mediante masaje profundo practicado en la forma clásica.

El segmento lumbar de la columna vertebral es después del segmento cervical la porción más móvil del raquis; por ello es por lo que se producen a este nivel la mayoría de las fracturas indirectas de la columna vertebral.

Cuando el masaje precede al ejercicio dispone los músculos para la acción atrayendo la máxima cantidad posible de sangre y calentándola ligeramente, después del ejercicio favorece el éxodo de los desechos musculares y previene las rigideces y contracturas dolorosas.

Las alteraciones viscerales de los órganos profundos no siempre se acusan in situ. Por el contrario, a menudo se acompañan de una sensación dolorosa de las paredes torácica o abdominal y que a veces, se irradia a los miembros. En ciertos casos se acusan únicamente como dolores cutáneos.

De esta manera se explica que a las úlceras gástricas y duodenales corresponda el dolor epigástrico y dorsal en cinturón; a las afecciones hepáticas corresponde el dolor irradiado al omóplato o al punto vesicular; a la neumonía corresponde la punta de costado; a los cólicos nefríticos corresponde la irradiación a las costillas o al pene; a las neuralgias anéxales corresponde el dolor inguinal irradiado al miembro inferior; la angina de pecho se acompaña de dolor en el brazo derecho. Muchos dolores viscerales se acusan en ciertos territorios cutáneos, a veces con una exactitud topográfica tan precisa que constituyen en ocasiones un buen elemento de diagnóstico.

Head ha establecido la topografía de las zonas metaméricas cutáneas o dermatomas correspondientes a los dolores de las diferentes vísceras.

Así para el estómago, el dermatoma comprende una gran banda que se extiende, en forma de media cincha, sobre la parte inferior del tórax y la parte superior del abdomen. Para el hígado y las vías biliares, el dermatoma se halla a la derecha y comprende la zona situada entre el séptimo y noveno segmentos medulares dorsales.

Por otra parte las zonas metaméricas pueden variar según las personas en su asiento y en su intensidad.

Son diversas las reacciones individuales de la excitabilidad nerviosa. Cada vez que existe una lesión visceral profunda, se produce una excitación del sistema nervioso de la vida vegetativa propio del órgano lesionado. La excitación se transmite al centro axial. Desde aquí se refleja a la periferia cutánea a nivel de metámera y en el dermatoma que en la superficie del cuerpo, corresponde a la zona cutánea del órgano lesionado.

Fué Th. Lewis quien primeramente demostró que toda excitación de la piel liberaría una hormona tisular indeterminada, la “sustancia H” que como la histamina, provocaría una vasodilatación de los capilares.

Según Walter Ruhmann, la sustancia activa liberada en la piel bajo la influencia del masaje es muy semejante a la colina. Esta estimularía muy particularmente el parasimpático.

Dale había afirmado ya que toda excitación nerviosa cutánea haría aparecer la acetilcolina que produce vasodilatación.

El masaje puede intervenir para ayudar a la reabsorción de los líquidos de interposición, practicado con mesura y suavidad para que no se produzca ninguna alteración o ruptura en la red de tabiques conjuntivos.

El agua lacunar, presionada por el masajista, puede pasar de los tejidos a la sangre. Es corriente observar la desaparición de los edemas mecánicos de las paredes abdominales y de los miembros inferiores después de una sesión de masaje; ésta va seguida habitualmente de una abundante descarga urinaria. Del conjunto de estas acciones resulta una mejoría de las condiciones circulatorias y

un alivio del trabajo del corazón que tiene menos masa de líquido que movilizar.

El masaje puede ayudar también a favorecer la reabsorción de los edemas y de los derrames.

El masaje influye en el funcionamiento de los grandes troncos nerviosos. Un nervio motor, fuertemente comprimido pierde su excitabilidad, pero manipulándolo de forma ligera y suave aumenta notablemente su excitabilidad y su facilidad de conducción.

Un masaje continuo, practicado sobre un tronco nervioso sensitivo, ejerce una acción anestésica.

Es bien conocida la acción del masaje sobre los nervios vasomotores, cuando se aplica una presión sobre una superficie vasta de piel se excita un considerable número de terminaciones nerviosas. Los reflejos se mezclan, se implica el sistema raquídeo y el sistema neurovegetativo, las reacciones vasculares subcutáneas son más o menos intensas. Se sabe que los vasos cutáneos y subcutáneos contienen más de la cuarta parte de la cantidad total de sangre. A los impulsos vasoconstrictores de origen simpático suceden, sin tregua, los impulsos vasodilatadores, producidos por reflejos. La piel es un verdadero órgano reservorio que repercute en la circulación profunda.

Un equilibrio reflejo vascular entre las circulaciones profunda y superficial es, en efecto de observación corriente: la vasodilatación de los vasos dérmicos entraña una vasoconstricción profunda. De esta forma, el masaje prolongado de la región hepática provoca una descongestión del hígado y una disminución de su volumen.

La piel es un aparato sensorial. Es el asiento del sentido del tacto, el más extenso de todos. Representa una inmensa terminación nerviosa puesta en contacto con el mundo exterior.

En ella se originan los reflejos profundos, cuya importancia es considerable. Cada persona tiene su individualidad tegumentaria propia.

Será preciso tener muy en cuenta este hecho en el momento de realizar la sesión de masaje, ya que así se puede explicar que un mismo masaje practicado en diferentes personas tiene efectos diferentes.