

OSTEOPATIA

Dr. Mariano José Bueno Cortés.

BIOSALUD-INSTITUTO DE MEDICINA BIOLÓGICA Y ANTIENVEJECIMIENTO

ANTECEDENTES HISTORICOS.

Como ocurre habitualmente con casi todas las técnicas, el inicio de la osteopatía es bastante impreciso. Se supone que la práctica de las manipulaciones se remonta a los tiempos del hombre primitivo. En el Corpus Hipocrático, hay dos capítulos que le hacen referencia: "Peri particulares" y "Mechlikon" (las palancas), donde podemos encontrar referencias a tipos de maniobras que se presupone son manipulaciones.

Ya nuestro precursor Hipócrates hacía referencia en sus escritos sobre el tratamiento de las cifosis lumbares. Apollonius de Cirus (año 80 a.C.), en sus comentarios de los escritos hipocráticos, refleja en sus dibujos combinaciones de tracciones y compresiones para la terapia de algunas patologías vertebrales. Ambrosio Paré (1550-1590), conocido como el cirujano renacentista más ilustre, describe la dislocación (luxación) vertebral y recomienda los métodos utilizados por Hipócrates.

Así podríamos ir citando a distintos autores hasta adentrarnos a los tiempos en que el Profesor Luis de Mercado, de la Facultad de Medicina de Valladolid, que en 1572 intenta formar a sus alumnos sobre las técnicas manuales e instrumentales necesarias para practicarla. De hecho, en 1599 publicó su libro: "Instituciones que su Majestad mandó hacer al doctor Mercado, su médico de Cámara y protomédico general, para el aprovechamiento y examen de los algebristas", donde se exponen las técnicas de reducción de fracturas y luxaciones. Seguramente le llama la atención la palabra algebristas. Pues bien, el término álgebra, que proviene del árabe, significa reducción. En castellano se le dieron dos sentidos: el matemático y el quirúrgico, o "arte de resistir a su lugar los huesos dislocados".

El libro publicado por el Profesor Mercado, respondió a los deseos de los poderes públicos de reglamentar las actividades profesionales de los algebristas, exigiéndoles un grado mínimo de formación y controlando su praxis, para lo cual pasaban un examen ante el Tribunal de Protomedicato, del cual él era el protomédico general.

Tal y como decía el doctor Mercado, algunas técnicas manipulativas no eran utilizadas por los médicos, sino por pastores, labradores rústicos o mujercillas. En dicho libro, en el capítulo XVI, se mencionan las luxaciones de la columna vertebral.

Desde siempre, se ha observado que la lumbalgia o la tortícolis aguda podían aliviarse e incluso resolverse a través de un súbito movimiento causando sorpresa de que a través de un tirón se podía "poner la espina en su sitio".

En todas las poblaciones del planeta utilizan la manipulación como tratamiento de algunas alteraciones vertebrales; incluso hoy, en la medicina popular podemos encontrar que se practican manipulaciones que en realidad son fricciones, estiramientos osteomusculares que se producen éxitos espectaculares. Incluso sabemos que en todos los países hispanoparlantes esta práctica terapéutica formó parte de una tradición popular, y el "huesero" o cirujano algebrista es un practicante de amplia experiencia con unas técnicas empíricas con frecuencia rodeadas de un halo de misterio entre las cuales ellos mismos diferencian mal cuáles son las realmente eficaces.

Estos curanderos que durante generaciones han practicado y practican las manipulaciones como incluso una tradición familiar son conocidos en Alemania como Gliedersetzen, en España como algebristas, en Italia como Renunctorts, en Francia como Reboyeurs, en Escandinavia como Spineknockers, y en Gran Bretaña como Bonesseters. Este "huesero" era un inculto campesino que aprendía su profesión a través de su padre, guardándose siempre los secretos dentro de la familia. Hacían el siguiente razonamiento: "un pequeño hueso está fuera de su sitio". La manipulación se utilizaba para aliviar el dolor, al restituir el hueso a su posición correcta.

Uno de los Bonesseters más famosos de Inglaterra, fue Sir Herbert Barker (1869-1950), que fue considerado noble por sus méritos alcanzados a base de tratar con gran éxito a miembros de la Familia Real, nobles, miembros del Parlamento, etc.

De siempre se había mirado a estas prácticas con un halo de misterio, hasta que el doctor Warton Hood publicó un tratado reconocido en la literatura científica, basado en las experiencias del famoso bonesseter Richard Hutton, paciente del padre de Hood, también médico, que le transmitió sus conocimientos sobre manipulaciones.

El renombrado cirujano inglés Sir James Paget (1814-1899), en 1867 escribió un importante artículo "Cases that Bonesseters cure", en el British Medical Journal, haciendo referencia a los casos que pueden responder a la técnica manipulativa. Recomendó encarecidamente a sus alumnos que "estudiaran el tema", y que aplicaran en su práctica diaria lo bueno que los bonesseters hacían, evitando lo malo. Incluso aseveró que el reposo por tiempo prolongado era la causa más frecuente de alargamiento en la recuperación de los traumatizados, así como de la alteración de las partes no afectadas que quedaban inmovilizadas por la proximidad de las partes lesionadas.

CONCEPTO.

Se reconoce como fundador de la Osteopatía a Andrew Taylor Still (1828-1917), nacido en Virginia, hijo de un predicador metodista, sin apenas conocimientos médicos ya que solamente estudió un curso en la School of Physician and Surgeons de Kansas City. Debido a la muerte de tres de sus hijos en una epidemia de meningitis cerebroespinal, sin ningún resultado por parte de los recursos terapéuticos empleados por los médicos, estableció una doctrina basada en que la salud de un hombre dependía de la estructura funcional del cuerpo, el equilibrio estructural del organismo iba a conseguir que la fuerza vital curativa restableciera la salud sin que importara la causa de la enfermedad. Su sistema medico doctrinal se sustentaba en el axioma "localiza, arregla y déjalo". Still afirmaba que el hombre era la Obra Maestra de la naturaleza, conteniendo en él todas las posibilidades de luchar contra la enfermedad y curar.

El raquis se entiende como la pieza maestra del organismo y que es a su nivel donde son más frecuentes las alteraciones y donde son más perjudiciales.

Estas alteraciones se deben a subluxaciones vertebrales. Se las llama lesiones osteopáticas, y su corrección lleva al enfermo a su curación. Still, en su libro básico "The Osteopathic Blue Book", afirma que la Osteopatía es un sistema terapéutico basado en el diagnóstico y tratamiento de las alteraciones morfológicas y mecánicas del organismo.

El mérito de este insigne osteópata fue el de recopilar e inventar a partir de 1874, una gran cantidad de técnicas geniales para poder manipular el raquis. Son la base de todas las maniobras que se practican hoy en día por miles de osteópatas de todo el mundo. Nos ofrecen unos magníficos resultados, a veces espectaculares, en afecciones dolorosas de la columna vertebral, de la estructura muscular y tendinosa. Incluso esto ha llevado a adentrarse en patologías viscerales, donde la osteopatía consigue resolver patologías especialmente crónicas que no curan otras técnicas más convencionales.

Fruto de su experiencia y con el afán de extender los beneficios de su método al mayor número de personas, en 1892 fundó la American School of Osteopathy en Missouri, que posteriormente se fue extendiendo a la fundación de otras escuelas en los Estados Unidos. En 1918, cuando Still murió, existían seis escuelas en EEUU de Cirugía y Medicina Osteopática. El título otorgado es el de Diplomado en Osteopatía (D.O.).

Con el transcurso de los años, las materias enseñadas en la Escuela, fueron incorporando las nuevas técnicas exploratorias y diagnósticas de la medicina académica, de modo que tal es el grado de preparación de dichos diplomados que se les reconoce la misma categoría en la actualidad que la de los doctores en Medicina.

La Osteopatía es una "técnica manual" que aplica una serie de maniobras y movilizaciones sobre estructuras tendinomusculares, articulares, vísceras y fascias con el fin de restablecer la funcionalidad de la estructura del aparato locomotor, corrigiendo la restricción de la movilidad.

La Osteopatía utiliza la unidad funcional como base de estudio del organismo, que a través de las líneas de la gravedad y simetrías, le orientan sobre las alteraciones de los sistemas que tienen una interdependencia, afectando al conjunto del organismo. Una vez que se ha valorado el o los sistemas afectados, se establece una pauta terapéutica comenzando desde lo más agudo a lo más crónico, y partiendo de lo que se denominan sistemas de compensación (cintura pélvica y escapular), yendo de las palancas más fuertes a las menos resistentes, hasta llegar al síntoma (articulación, víscera, tendón, etc.). Lo primero que se trata es la musculatura, luego las fascias (de las más resistentes a las más débiles), para terminar en la articulación u órgano afectado.

Antes de planificar el tratamiento, el osteópata debe conocer la biomecánica, fisiología articular y orgánica y demás concepciones teóricas, para poder tener una idea clara del funcionamiento fisiológico para poder valorar el tipo de lesión o sentido del movimiento restringido, pasando al tratamiento después de una extensa exploración física que ayude a diferenciar el problema funcional del estructural (inflamaciones, roturas, inestabilidad articular, etc.).

La osteopatía nos ayudará a resolver una gran cantidad de procesos, pero a veces sólo nos servirá para mejorarlos, especialmente cuando se trate de afecciones crónicas, como por ejemplo artrosis.

En las lesiones osteopáticas se pueden encontrar cuatro situaciones diferenciadas:

1. **Hipomovilidad:** toda lesión osteopática lleva implícita una disminución de la movilidad del lado afectado, encontrándose una hipermovilidad del lado contrario. Por ejemplo, en una lesión de columna cervical en flexión, lateralización derecha y rotación izquierda, el movimiento estará facilitado en el esquema de lesión mientras que en extensión, lateralización izquierda y rotación derecha estará limitado, ya que es el movimiento contrario.
2. **Implicación local del complejo nervioso, vascular, muscular y fascial.** La lesión osteopática afecta a la articulación a través de la contracción muscular mantenida que solicitan las estructuras ligamentosas y capsulares afectándose la circulación y la transmisión neurológica.
3. **Transtornos reflejos manifestados a distancia.** Con mucha frecuencia se afectan los troncos nerviosos, debido al atrapamiento muscular, compresión articular y reacciones inflamatorias que afectan al metabolismo del nervio, produciendo trastornos a distancia. Es lo que ocurre por ejemplo en una lesión osteopática en la columna lumbar, con afectación del nervio ciático, que alteraría la sensibilidad y motricidad de la cara externa del muslo y pierna hasta la cara externa del pie.
4. **Defectos posturales.** Se producen como consecuencia del desequilibrio producido por la lesión osteopática. De este modo, para compensar, el organismo adopta posturas anómalas para reducir el dolor. Es lo que llamamos postura antiálgica de compensación. Por ejemplo: en el caso anterior, sería una escoliosis postural producida para disminuir la compresión del nervio ciático y por tanto el dolor.

SITUACION ACTUAL.

La OSTEOPATIA fue la primera terapia complementaria regulada por las leyes inglesas; en 1993 fue aprobada el Acta de los Osteópatas, protegiendo a los pacientes de los practicantes inexpertos e ilegales. En Inglaterra existe el Concilio Osteopático General (GOsC), que regula las actividades de los osteópatas en la actualidad desde 1999. Para ser autorizado por el mismo, un osteópata debe cumplir unos requerimientos imprescindibles:

- Deben tener una titulación reconocida por el GOsC, en la actualidad Diplomado en Osteopatía.
- Tener contratado un seguro de responsabilidad civil.
- Realizar unas prácticas tuteladas en la fase de pre-registro.
- Sólo aquellos que cumplen estos requisitos, están autorizados por el Gobierno Británico para llamarse "Osteópatas".

Desde 1993, se ha experimentado un incremento muy importante de profesionales que ofrecen sus servicios dentro del Sistema Nacional de Salud británico (NHS). Es más, son reconocidos por la British Medical Association. Esto ha acarreado el que muchos médicos recomiendan a sus pacientes una colaboración en sus tratamientos por parte de estos profesionales. Incluso son muchos los médicos que, fruto de la evidencia de los buenos resultados que se logran, se han convertido en practicantes asiduos de esta técnica.

Por parte de los usuarios, son muchos los que muestran un alto nivel de satisfacción. Se estima que 100.000 personas en Inglaterra visitan un osteópata cada semana, de los cuales, el 28 % no habían tenido contacto anterior con ningún tipo de terapia complementaria.

En España, no existe ninguna regulación al respecto. Hay algunos médicos que la practican, algunos formados en Inglaterra y otros en Francia, donde también existe un buen nivel profesional. Por otro lado, son muchos los no licenciados en Medicina que realizan cursos y que se hacen llamar osteópatas. En España hay algunas escuelas que imparten unos cursos de formación que nada tienen que envidiar a los británicos, pero a su vez, también las hay que su nivel científico deja bastante que desear. El problema es que al no estar regulada en España, no hay ninguna titulación avalada por ningún organismo oficial que pueda ayudarnos a diferenciar los malos de los buenos profesionales. En general, al igual que con otras técnicas, recomiendo guiarse por los resultados que obtienen, el volumen de trabajo que podemos ver en las consultas, y el grado de profesionalidad y honestidad que apreciamos.

Por mi experiencia, es una técnica que lejos de resolver todo tipo de problemas, ya que ni con esta ni con ninguna existen panaceas, le aconsejo elija un buen profesional, ya que, si la indicación está bien prescrita, al menos tendrá que experimentar una clara mejoría de sus síntomas. De lo contrario, es más fácil que sea el profesional el que falla, que la técnica en sí.

PRACTICA.

El osteópata, tanto en lo referente al diagnóstico como al tratamiento, analiza al paciente en su totalidad, de manera que trata de inter-relacionar todas las alteraciones que detecta en el paciente teniendo en cuenta sobre todo las bases de la reflexología y las interconexiones nerviosas que existen entre unas zonas y otras. Se ocupan especialmente de la mecánica del organismo, intentando resolver los problemas encontrados a base de manipulaciones del sistema músculo-esquelético, manejando huesos, articulaciones, músculos, ligamentos y el tejido conectivo.

En nuestra primera visita a un osteópata se nos interrogará acerca de nuestro historial médico, nuestros dolores y demás alteraciones en la actualidad. Se nos realizará una exploración física, desnudos, para que el profesional pueda valorar nuestra movilidad. También nos preguntará acerca de nuestros hábitos de vida. A veces, nuestros problemas provendrán de un particular deporte que practiquemos, de una mala postura, etc. Así, nos planificarán un tratamiento a medida para nuestro caso en concreto. Se nos propondrán varias sesiones de terapia, incluso combinadas con otras técnicas terapéuticas. Nos trabajarán en la piel, músculos y tejido conectivo. Con las manipulaciones, a veces notaremos el clásico "chasquido", que es más una impresión que la realidad. Se produce por la liberación de burbujas de gas al efectuar la colocación de las estructuras en su sitio.

Cada sesión durará aproximadamente 30 minutos y normalmente nos bastarán de 3 a 6 sesiones.

Las manipulaciones se realizan después del tratamiento de los tejidos blandos. Se efectúan de modo funcional, es decir, aprovechando la respiración, primero en el sentido de la lesión y luego en el de corrección o con técnicas miotensivas. Otras veces se efectúan de modo estructural, mediante movilizaciones que van encaminadas a las articulaciones, mediante un movimiento rápido de corto recorrido, consiguiendo separar la faceta articular afectada, restableciendo el movimiento en la articulación. Se realizan buscando puntos de apoyo y de presión.

Se siguen una serie de indicaciones fundamentales para efectuar la manipulación:

TECNICA FUNCIONAL	TECNICA ESTRUCTURAL
1. – Colocar al paciente en la posición de máximo confort con relación a la zona a tratar.	1. – Puesta en posición.
2. – Puesta en posición.	2. – Puesta en tensión.
3. – Regla del “no dolor”.	3. – Regla del “no dolor”.
4. – Corrección.	4. – Tracción.

El hecho de colocar al paciente en la posición de máximo confort se hace para evitar la resistencia a la corrección por parte de los tejidos relacionados con la zona a tratar.

La puesta en posición consiste en colocar al paciente en aquella posición necesaria para efectuar el movimiento o manipulación buscando el punto de apoyo.

La puesta en tensión consiste en colocar la articulación a normalizar en la tensión miofascial máxima del músculo en reposo.

La regla del “no dolor” es que nunca se realiza una manipulación si la puesta en tensión o posición es dolorosa.

La tracción consiste en aplicar un movimiento rápido, de corto recorrido, con rebote o suspensión.

CONTRAINDICACIONES.

Como cualquier otra técnica, la Osteopatía tiene sus contraindicaciones. Algunas de ellas son relativas, pero en cualquier caso el profesional osteópata nos informará de si nuestro caso es susceptible de ser tratado mediante esta técnica tan efectiva.

En principio, no se realizará en los siguientes casos:

- Fracturas recientes.
- Osteoporosis.
- Embarazo (durante los tres primeros meses).
- Espondilitis anquilosante (Morbo de Betcherew).
- Mielopatía cervical o torácica.
- Artritis reumatoide.

COMPLICACIONES.

Las complicaciones más frecuentes, dentro de la rareza de las mismas son:

- Accidentes vasculares.
- Compresión medular.
- Aumento del dolor, con posterior disminución con respecto al dolor inicial antes de la manipulación.
- Contracturas musculares reflejas tras la manipulación.
- Mareo de unos minutos que se resuelve rápidamente. Ocasionado sobre todo en las manipulaciones cervicales con motivo del aumento instantáneo de riego al eliminar la mala colocación de los elementos de la zona. Se produce por el incremento de la tasa de oxígeno de forma inmediata.

De cualquiera de las maneras, aunque no existen estadísticas españolas, sí puedo informarle que en el Reino Unido se realizan anualmente más de 6 billones de manipulaciones y que las estadísticas de complicaciones sólo recogen 200 accidentes en total.

CONCLUSIONES.

Podemos considerar la Osteopatía como una de las técnicas más beneficiosas dentro de las que se practican en lo que definimos como Medicina Biológica. Sus grandes resultados y su ínfimo nivel de complicaciones de la terapia, hacen que la consideremos como una de las técnicas más importantes para el tratamiento de las afecciones del Aparato Locomotor, sin despreciar sus beneficios en algunas patologías orgánicas.

Le recomiendo que elija bien un buen profesional para que pueda disfrutar de los beneficios de esta técnica que por otra parte es totalmente compatible con otras, tanto de la Medicina Convencional como de la Medicina Biológica.

Esperemos que en los próximos años se legisle su formación y se establezca una diplomatura oficial, para que usted como consumidor pueda tener la seguridad que la persona que le va a tratar está lo suficientemente capacitada para hacerlo y que por tanto pueda tener un resultado óptimo.