

**VI Conferencia Internacional
Científico Pedagógica de Educación Física y Deportes.
Pinar del Río '07.**

Título: Tratamiento de la cefalea con medicina bioenergética y natural.

Autores: Lic. Roberto Hernández Álvarez.

Lic. Dioslayde Crespo Cala.

Lic. Tania Calero Tamari

Institución: S.U.M. Sandino; F.C.F. "Nancy Uranga Romagoza", P. del Río.

RESUMEN

Presentamos un estudio experimental, prospectivo y transversal con pacientes afectados por cefalea que de una forma casual o a sugerencia de otros pacientes se presentaron al departamento de Fisioterapia del Policlínico Ernesto Guevara de la Serna del municipio Sandino, refiriendo que tenían los síntomas característicos de esta afección, generalmente pensaban que se trataban de los signos de hipertensión arterial, no siendo así en la mayoría de los casos. En más de la mitad de los pacientes no se conocía los factores desencadenantes de las crisis.

En este estudio contamos con 93 pacientes afectados por cefalea, a los cuales se les efectuó el tratamiento, realizándose tres repeticiones de masaje las que no podían sobrepasar de 5 a 7 minutos. Para este tratamiento el paciente deberá encontrarse debidamente sentado, con la cabeza algo reclinada en el espaldar de la silla, los músculos del rostro estarán relajados, para lo que se recomienda serrar los ojos, descender la mandíbula inferior y mantener la boca semiabierta. El masajista se encontrara de pie detrás del sujeto.

Se pudo comprobar que luego de la segunda repetición del tratamiento los pacientes comenzaron a sentir los primeros síntomas de mejoría, prescindiendo así de medicamentos y de otras consultas medicas.

No se utilizaron recursos y medios materiales, solo la manipulación del técnico.

“...Solo resulta posible el desarrollo humano con una salud enmarcado en un estilo de vida fundamentado en la armonía con la naturaleza respetando el entorno y empleando los medios al alcance de todos. ⁽¹⁾

La Medicina Natural, Tradicional y Bioenergética que muchos autores prefieren definir como medicina alternativa, es la medicina que sugiere una opción más

natural y menos agresiva a la extendida y más aceptada práctica de la medicina convencional occidental, ella no solo previene, cura y rehabilita al hombre sino también al planeta. ⁽¹⁾

Entre otras razones por que se basa en el óptimo aprovechamiento de los recursos disponibles en el entorno.

No hay falsos esoterismo, ni magia oscurantista, ni si quiera abandono precipitado de la medicina occidental, si no la adición a esa medicina de nuevo y sorprendentes ángulo del conocimiento humano derivadas de culturas validas por milenios y resultado también de modernísimas investigaciones que repito, que revelan deslumbrantemente nuevas concatenaciones y regularidades científica que deben ser conocidas por el medico del tercer mundo. ⁽¹⁾

Las experiencias acumuladas en el empleo de estas técnicas nos motiva a continuar explorando y buscar soluciones a otros problemas, como en este caso la cefalea.

Con este trabajo pretendemos demostrar la eficiencia terapéutica de la medicina natural, tradicional y bioenergética en el alivio de la cefalea, además de definir la distribución que toma la evolución relativa con respecto al numero mínimo de secciones requeridas para lograr una mejoría definida, a la vez que controlamos los resultados evolutivos del tratamiento, para evaluar la eficacia relativa de las técnicas naturales, tradicionales y bioenergéticas con respecto a otros procederes terapéuticos reconocidos.

La cefalea o dolor de cabeza es el síntoma neurológico más frecuente. Esta afección constituye un autentico quebradero de cabeza para los médicos, por la gran variedad de tipos de cefalea, la cronicidad o repetición de las mismas, el frecuente fracaso de los tratamientos y por la desesperación que provoca en los pacientes.

En la mayoría de los casos, los dolores de cabeza se inician antes de los treinta años.

La migraña o jaqueca, una especial manifestación de la cefalea que representa la mitad de las consultas por dolor de cabeza, se da preferentemente en los jóvenes .En las personas de mas edad, y sobre todo en los hombres, la cefalea

tensional es más frecuente, y representa una de cada tres consultas, migraña y cefalea tensional son, por tanto las formas más comunes de dolor de cabeza. ⁽²⁾

Las causas o factores desencadenantes son variados. Las crisis en muchas ocasiones se anuncian con alteraciones visuales; manchas negras, destellos luminosos, líneas brillantes en zig-zag o áreas de pérdida del campo visual, que constituye el “aura”. Un 30% de los ataques de migraña presenta aura, más o menos larga. Cuando el ataque es intenso o dura varias horas, el estado general del efecto se altera, surge la somnolencia, el abatimiento y el cansancio, el individuo busca tranquilidad y reposo.

El dolor se exagera con los movimientos bruscos de la cabeza, con la tos, los esfuerzos, la defecación y con los movimientos que aumentan la presión dentro del cráneo.

La migraña infantil puede comenzar en la edad preescolar, pero más frecuentemente aparecen en la escolar, adolescencia y juventud. En la edad prepuberal aparece por igual en niños y niñas. Sin embargo, en la adolescencia y adultez es más frecuente en el sexo femenino. No existen diferencias entre etnias. ⁽³⁾

El método rápido para aliviar la cefalea consiste en:

- 1- Fricción con los dedos pulgares desde el centro de la frente hasta las sienes un centímetro por detrás de los ojos, cubriendo toda la superficie frontal; en las sienes realizar masajeo circular con los pulpejos apretando firmemente hacia abajo (no sobrepasar los 7 segundos en cada repetición) ^(4, 5, 6)
- 2- Presionar con el pulgar de una mano el punto VG20 y con la otra mano realizar fricción desde la base de la nariz hasta unirse con VG20. ⁽⁷⁾
- 3- Dígito presión en las partes dolientes y también masajeo, utilizando los dos pulpejos. ⁽⁶⁾
- 4- Dígito presión en los puntos: ID3, TR5, y IG4. ⁽⁷⁾

Se debe utilizar eficientemente la respiración y crear un ambiente de

relajación. ⁽⁸⁾. Recordamos que estas manipulaciones las realizamos en la inspiración.

El resultado de este trabajo lo resumimos en estas simples tablas.

Tabla 1.

Pacientes atendidos:

Cantidad	Adultos	Niños	Masculino	Femenino
93	90	3	28	65

Tabla 2.

Sesiones de tratamientos:

Un tratamiento	Dos Tratamientos	Tres Tratamientos
91	1	1

Tabla 3.

Evaluación de los pacientes.

Bien	%	Regular	%	Mal	%
91	98	2	2	-----	0

Como se aprecia en las tablas mostradas, principalmente en la tabla 3, los resultados exitosos del método rápido para aliviar la cefalea, permiten validar la idoneidad del tratamiento empleado para este síndrome:

Estos pacientes fueron atendidos por el técnico y resolvieron su situación, no teniendo que presentarse a consulta medica posteriormente ni utilizar medicamentos.

Luego del análisis de los resultados anteriores y considerando también la experiencia acumulada podemos concluir planteando:

- 1 El tratamiento de la cefalea con la utilización del método empleado ofrece

una excelente respuesta clínica, que se obtiene rápidamente en comparación con el tratamiento convencional actual.

- 2 El tratamiento mediante el uso de técnicas de medicina natural, tradicional y bioenergética no solo resulta una alternativa viable para el tratamiento de la cefalea, si no una de las mas adecuadas por su inocuidad, efectividad y bajo costo.

Los resultados obtenidos permiten validar la idoneidad del tratamiento empleado para este síndrome, y la caracterización económica, social y medica del problema, y colocar en su justo lugar la aplicación de la medicina natural, tradicional y Bioenergética en la política futura de solución de esta afección, por lo que sugerimos su inmediata generalización de los consultorios del medico del a familia y demás centros de la red asistencial de nuestro municipio.

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- 1 Ávila Guethón, Jorge. Fonte Gonzalez. *Salud ecológica*. Editorial Ciencias Médicas. La Habana 2004.
- 2 "Un auténtico quebradero de cabeza". *Bohemia*. 6/2004.
- 3 De la Osa, José A. "Migraña infantil". Periódico *Granma*.15/2/2004.
- 4 Artur Castanyer. Revista *Cuerpamente*. Octubre 1997 .
- 5 Terapias Naturales.<http://www.webtrax.com.au/migraine/pages/aroma>
- 6 "La digito presión". Periódico *Trabajadores* 5/10/92.
- 7 Rigor, Orlando A. *Manual de acupuntura y dígitopuntura*. Editorial Ciencias Médicas. La Habana. 1992.
- 8 Pèrez Zaldivar, Dionisio F. "Cultive la respuesta de la relajación". Periódico *Trabajadores* 25/2/2002.