

Prólogo

Hace ya algunos años que conozco a Gabriel Monedero. La casualidad hizo que fuera yo el encargado de presidir la mesa y hacer de moderador cuando él presentó una ponencia sobre el “Masaje con piedras calientes” durante la celebración de una edición de Expo-Masaje. Lo novedoso del tema, lo interesante que resultó la presentación de la ponencia, “el buen hacer” de Gabriel a lo largo de la parte práctica y lo oportuno de sus respuestas a las cuestiones planteadas por muchos de los asistentes me impresionaron sobremanera, por lo que, una vez acabado el acto, me quedé un buen rato charlando con Gabriel. Puedo decir que desde ese día somos amigos.

Hoy mi amigo Gabriel me pide una colaboración que sirva de introducción al libro que está escribiendo en torno a al Método SHEN-HO como terapia corporal destinada a “armonizar el espíritu” y ello me da ocasión de exponer, de manera más detallada, algo íntimamente relacionado con algunas de las cosas que hablamos el día que nos conocimos: *“el mundo de los reflejos”*, mundo por el que también se ha visto obligado a transitar Gabriel a lo largo del desarrollo de su trabajo.

El “reflejo” es una respuesta rápida de estructuras biológicas a un estímulo determinado, específico, localizado con precisión, fuera del control de la voluntad.

Hablando de manera científica, *“el “reflejo” es la respuesta involuntaria a un estímulo, o más concretamente la reacción refleja de un órgano, de un músculo, de una arteria o de una glándula, a quien acaba de alcanzar la corriente energética nacida de un estímulo”*. (R.D. Bourdiol, “Reflexothérapie Somatique”, Maisonneuve, 1983.)

Se trata, pues, de la transmisión a través de las vías nerviosas, de una señal que parte de un punto concreto del organismo y determina una reacción de respuesta en otro punto. Para ello hacen falta un estímulo, un receptor, unas vías de transmisión y un “realizador “ de la respuesta, que puede ser una célula, un músculo, una glándula endocrina o exocrina o un órgano completo determinado, etc.

Los reflejos, siempre misteriosos a nuestra observación, pueden ir de lo más simple a lo más complicado según su mecanismo de producción, dado que en este mecanismo pueden participar una serie de componentes, tanto de estimulación, como de transmisión y de respuesta. Así, el más simple será el reflejo “miotáctico”, en el que sólo participan dos neuronas, la aferente, que es la estimulada, y que transmite la información del estímulo, y la eferente, que transmite la respuesta. Pero pueden existir otros mecanismos reflejos tremendamente complicados porque en ellos participan diferentes estímulos, varias vías aferentes y también varias o muchas vías eferentes, que pueden dar variadas y complicadas respuestas en diversas zonas del cuerpo. Incluso, en un mismo reflejo pueden participar neuronas superiores que, de manera involuntaria, hagan que desde el propio cerebro se module, se matice o se complique más todavía esa respuesta final, dependiendo del estado de ánimo del sujeto.

Por último, nosotros podemos buscar esos reflejos de manera “intencionada”, estimulando algunas zonas del cuerpo, de las que ya conocemos de antemano la capacidad de generar determinadas respuestas reflejas con valor diagnóstico para el estudio de un determinado trastorno o enfermedad, o con valor terapéutico en el que basar un tratamiento. De ahí el concepto de “Reflexoterapia”.

En el campo de los masajes corporales, la aplicación de determinadas manipulaciones en zonas “elegidas” de la piel, del tejido conectivo infradérmico o del tejido muscular generarán en éstos, estímulos que serán transmitidos por las vías nerviosas al Sistema Nervioso Central, desde el que provendrán como “respuesta” una serie de reacciones en los propios tejidos estimulados o en órganos y sistemas a distancia, ligados a ellos por mecanismos de correspondencia o de analogía, muchos de los cuales todavía no son bien conocidos por la Ciencia Médica.

El hombre siempre ha utilizado maniobras reflejas en el tratamiento de muchas de sus dolencias, sin tener clara conciencia de ello. Así, el aplicar un objeto frío en la nuca para detener una hemorragia nasal y el palmear la espalda para aliviar la tos o cuando uno se atraganta, son maniobras reflejas. Como lo son también el presionar las muñecas de una persona alterada por el miedo o dominada por la ira, buscando con ello un apaciguamiento rápido de estas situaciones o el aplicar una caricia en una zona erógena para obtener una respuesta rápida en la esfera de las sensaciones sexuales.

Hasta no hace mucho, las explicaciones que la Ciencia daba de estos fenómenos, no iban más allá de la mera comprobación de los hechos, pero

hoy, con el avance de las Neurociencias, se trabaja ya con hipótesis que, además de basarse en dicha comprobación, lo hacen también en la reproducción experimental de los mismos hechos a voluntad, mediante investigaciones con trabajos de campo y de laboratorio y con los criterios exigidos en la moderna investigación científica.

Pensemos por ejemplo en el masaje, como disciplina más interesante para nosotros en estos tipos de Terapia. Basta aplicar un masaje, presionar, frotar, amasar o percutir determinada zona del cuerpo, para curar o mejorar – por procedimiento reflejo - una dolencia de una zona corporal o de un órgano, a veces muy distantes de la zona masajeadada.

Por la “Ley de la Analogía” podemos encontrar en diversas zonas del cuerpo humano el reflejo de sus órganos. El principio en que se basa esta aseveración es filosófico y viene de antiguo, pues no hay que olvidar que, durante milenios, la Medicina estuvo vinculada a la Religión, y que los médicos eran sacerdotes. Pero su aplicación, desde luego, es científica y no se puede poner en duda, aunque les pueda parecer extraño a nuestras mentes cartesianas que exista un vínculo entre un punto concreto de la oreja y el hígado, entre el iris y el pie, entre un punto de la espalda y la rodilla o bien entre el primer dedo del pie y la masa cerebral.

Las principales zonas reflejas en el hombre, se encuentran en las plantas de los pies, en las palmas de las manos, en el pabellón de las orejas, en el iris de los ojos, en la mucosa de las cavidades nasales, en el “cavum” faríngeo, en la lengua, en la cara, en la columna vertebral, en el pecho, en el abdomen y en toda la superficie de la espalda, tan abordable en las maniobras del masaje.

Además de ello, a lo largo y ancho de nuestra superficie corporal, se distribuyen numerosos puntos energéticos, conocidos como puntos de acupuntura, situados a lo largo de los meridianos, que son los caminos o trayectos de distribución de las energías del cuerpo. Pues bien, las Terapias Energéticas se ocupan de usar estas vías de transmisión para conseguir la mejoría y la curación de los trastornos que sufre nuestro cuerpo, tratando las causas reales de los mismos, no a base de tratar solamente los síntomas sino yendo a tratar las causas fundamentales de la enfermedad.

¿Quién no conoce en nuestros días que un simple resfriado nasal es causado con más frecuencia por una constipación del tubo digestivo que por una corriente de aire? Y los dolores de garganta, ¿no son acaso con frecuencia una señal de alteraciones intestinales? Pues bien, en ambos casos, el no tratar más que el síntoma aparente, sería desconocer las “señales de alarma” que,

representadas por esos síntomas, nos muestra la propia naturaleza y exponer al paciente a peligros mayores.

El estudio de las zonas reflejas permite, pues, una detección precoz y en profundidad, de los lugares más frágiles del organismo y facilita su tratamiento. Tanto el estudio de las técnicas, como de los distintos métodos de tratamiento desarrollados hasta ahora, se encuentran hoy al alcance de todos, y cada cual lo puede aplicar sobre sí mismo o sobre los demás, sin otro instrumento que sus manos, su sensibilidad y su espíritu de observación. Y así, resulta sumamente sugestivo saber que en un cuarto de hora de masaje de un punto situado, por ejemplo, en la planta del pie derecho, es posible llegar a curar una crisis de hígado o un dolor cólico procedente del riñón.

El estudio de las “áreas de correspondencia refleja” nos ha permitido determinar que, mientras los puntos de la espalda y de la columna vertebral actúan en sentido horizontal o transversal al eje del cuerpo siguiendo los trayectos de las raíces espinales a lo largo y ancho de las llamadas “metámeras”, otros puntos de excitación o de estímulo no lo hacen de la misma manera. Así, por poner un ejemplo, los puntos de las plantas de los pies actúan a lo largo de zonas verticales a todo lo largo del cuerpo, alcanzando en su respuesta a los órganos que tienen la misma lateralidad, de tal manera que los puntos del pie derecho influyen sobre el lado derecho del cuerpo, y no sobre el izquierdo. En este caso los estímulos, en su transmisión, no pasan por la médula espinal. Las neuronas los transmiten directamente al órgano correspondiente según mecanismos complejos, que no podemos detallar aquí, pero que pueden consultar los estudiosos en las modernas obras de Anatomía y de Fisiología del Sistema Nervioso.

¿Cuáles son, pues, estas zonas del cuerpo?

La experiencia parece confirmar lo que enseña la tradición, es decir, que la cabeza y los pies representan dos puntos “clave”, dos polos entre los que circulan diez corrientes energéticas separadas unas de otras, cinco por el lado derecho y cinco por el lado izquierdo, según representa el esquema propuesto por W. Fitzgerald.

Estas corrientes verticales van desde la cabeza a las extremidades de los pies y de las manos determinando las zonas correspondientes en el cuerpo. Así, los pulgares de las manos y los dedos gordos de los pies representan la zona 1 que recorre la zona central del cuerpo, mientras los meñiques de las manos y los dedos pequeños de los pies representan la zona 5 en ambos lados del cuerpo. Entre ellas y de manera equidistante, se situarían las otras zonas restantes, siempre ordenadas de dentro a fuera en cada lado.

Hay que decir que las palmas de las manos se corresponden con las plantas de los pies, ambas especialmente ricas en zonas reflejas para aplicar el trabajo de estimulación. Cada zona incluye en sí misma los diversos órganos, músculos, vasos y glándulas situadas a lo largo del recorrido de la línea de correspondencia, sobre los que se puede actuar a distancia, mediante estímulos locales, y estos estímulos se pueden aplicar mediante distintas técnicas de masaje (presiones, fricciones, amasamientos, aplicación de calor y magnetismo, etc.) según las diferentes escuelas. Además, es de destacar el predominio que tiene el masaje de los pies sobre la actuación en otras zonas corporales, quizá por su mejor accesibilidad y manejo, siguiéndole en importancia el masaje de las manos entre otros distintos métodos de tratamiento reflejo (como podría ser el tratamiento reflejo auricular, nasal o faríngeo.) Los tratamientos de tronco, abdomen, así como los de brazos y piernas son más propios del masaje terapéutico general. Y mucho más delicado es el masaje reflejo de la cabeza, que por sus especiales características es hoy considerado materia de la Osteopatía Craneo-Sacral.

Aparte de las ya citadas, existen también otras correspondencias entre la mano y el pie, el codo y la rodilla, la pierna y el antebrazo, el brazo y el muslo, el hombro y la cadera, la muñeca y el tobillo, etc., lo que hace posible utilizar estas correspondencias con gran ventaja, en caso de que existan impedimentos (vendajes, yesos, fracturas, heridas, quemaduras etc.) que hagan impracticables las zonas clásicas más receptivas de estimulación ya descritas anteriormente.

Entre los diferentes reflejos que produce la estimulación de una zona receptiva, el más útil en la respuesta que buscamos es el reflejo autónomo, pues su característica principal estriba en que los impulsos aferentes, en vez de recorrer el Sistema Nervioso Central, son dirigidos hacia los ganglios pre-vertebrales, desde donde las neuronas eferentes dirigen la respuesta hacia la zona orgánica, muscular, vascular o glandular correspondiente, sin efecto cruzado.

Los reflejos de este tipo son de una gran complejidad y hasta ahora, desde la perspectiva de las Neurociencias, sólo llegamos a comprender su mecanismo de manera incompleta. Sin embargo, el valor de sus efectos está sobradamente demostrado y son precisamente estos reflejos autónomos los que se ponen en juego en las distintas modalidades terapéuticas designadas como "Reflexoterapias", entre ellas la terapia del Método SHEN-HO, ya que cumple con todas las condiciones y requisitos para poder ser considerada como tal.

El método SHEN-HO es una terapia corporal y por tanto de aplicación “física”, pero con numerosas interacciones con la parte anímica del individuo receptor, que se enriquece también a su vez con las influencias moduladoras procedentes de la intencionalidad sanadora del terapeuta que la aplica. Representa, junto con la imposición de manos, la máxima expresión de las llamadas “transferencias de energía”, sin que por ello deje de conseguir en el paciente todos aquellos efectos terapéuticos reconocidos hasta hoy tras la aplicación de cualquier terapia refleja, entre los que destacan de manera principal los siguientes:

- 1) Mejorar la circulación sanguínea, tanto de la zona directamente tratada, como en la zona de correspondencia, que es aquella en la que buscamos influir.
- 2) Hacer que se disuelvan los sedimentos y residuos catabólicos o tóxicos en el punto de origen de los bloqueos energéticos.
- 3) Liberar la energía a través del conjunto del organismo
- 4) Normalizar el funcionamiento orgánico y glandular, estimulándolo o inhibiéndolo, de acuerdo con las necesidades de la zona y del momento.
- 5) Obtener una tranquilidad y una relajación física y mental, indispensables para el buen equilibrio general y la recuperación de la salud.

En el nuevo libro de Gabriel Monedero, todos estos conceptos surgen en numerosas ocasiones, mezclándose con otros conceptos de cosecha propia derivados de sus estudios y avalados por los resultados de sus experiencias, conformando la doctrina del método que él defiende y que es la base firme en la que asientan los mecanismos íntimos que hacen de esta terapia un método efectivo de tratamiento para aquellos casos en que puede estar indicada su aplicación.

Dr. Josep María Gil Vicent (GBMOIM)

Presidente del “Grup Barcelona de Medicina Ortopèdica i Manual”