

Terapia en masaje tradicional



Nombre de la materia:

Antropología medica II

2° semestre Unidad 1

Nombre del profesor: Dr. Manuel

Eduardo Gómez López

Nombre de la licenciatura: Medicina
Humana

Nombre de alumno: Jennifer González Santiz

Introducción

Hablar de masaje mexicano, es hablar de un conjunto de técnicas manuales y con complementos, empleados por la medicina tradicional para tratar enfermedades y lesiones físicas, emocionales y espirituales.

Es probable que el masaje fuera el primer método terapéutico empleado por el hombre, o dicho de otra manera, “la sobada” sería la primera expresión de la medicina, fue y ha sido desde siempre un recurso natural “de primera mano” para tratar el dolor. Las grandes culturas como China, Egipto, Mesopotamia, India y por supuesto el Anáhuac (territorio de lo que hoy es México y parte Sudamérica) desarrollaron sus propios sistemas de masaje. Incluso, no se llamaba masaje, ya que esta palabra es prácticamente nueva (se uso a partir del siglo XVIII).

Durante años multitud de estudiosos, científicos y médicos se han interesado por la investigación del masaje y sus técnicas. Desde la Antigüedad hasta nuestros días hemos descubierto las múltiples ventajas que ofrece el masaje para la salud y el tratamiento de enfermedades tanto a nivel preventivo como terapéutico.

Desarrollo

- Historia del masaje: En el imperio árabe

Fue en la antigua Mesopotamia donde se introdujo el uso de una amplia variedad de ungüentos en los masajes. Debido a su amplio mestizaje, ya que en Arabia se localizaron entre el 3.500 a.C. y 539 a.C. las culturas sumeria, asiria y babilónica. La coexistencia de tan diversas culturas propició el aumento de los conocimientos tanto técnicos como a nivel cultural, llegando a influir a pueblos de otras zonas europeas y asiáticas. En cuanto a medicina, una tablilla encontrada en Nippur es considerada para muchos el primer manual de medicina del mundo. En esta época encontramos a Avicena Abu Alí Al-Hussayn Ibn Siná (979 – 1037 d.C.), que fue el médico más importante del Imperio Árabe. Es el autor del libro Canon de la Medicina, en el que recoge la técnica del masaje como método para conseguir diferentes efectos.

- Historia del masaje: Antigua china

En el año 2.698 a.C., en la China, los monjes exponen en el libro del Kong Fou sus concepciones relativas a la higiene del cuerpo: el masaje figura, aquí, en un buen lugar, asociado a los ejercicios físicos. Las ilustraciones señalan la importancia dada al pie en el desencadenamiento de los reflejos neurovegetativos.

- Historia del masaje: La Grecia clásica

Durante la época de la antigua Grecia es de sobra conocido que se mantenía una considerable preocupación por la belleza y la estética. El ejercicio físico jugaba un papel principal para mantenerse en forma y mostrar los cuerpos esculturales. No debemos olvidar que fueron ellos quienes comenzaron la práctica de los Juegos

Olímpicos. Es por ello que prácticamente todas las clases sociales practicaban el masaje de una u otra forma: desde los gladiadores después de sus combates hasta los atletas para la preparación y el mantenimiento saludable de sus cuerpos.

- **Historia del masaje: En el imperio romano**

Asclepiades de Bitinia (125-56 a.C.), un médico de origen griego, recomendaba el masaje junto a la dieta, la hidroterapia, el ejercicio, medicamentos naturales y el reposo como técnicas terapéuticas para la prevención y el tratamiento de diferentes dolencias. Durante esta época cobraron especial importancia las termas, un lugar de descanso por excelencia, pero muy limitado a las clases pudientes. En ellas, los tacladores eran los encargados de realizar los masajes e indicar los ejercicios de recuperación. Entre los autores que destacaron en esta época podemos citar a Areteo, uno de los seguidores de Asclepiades que, al igual que su maestro, también recetaba el masaje como terapia física.

Sobadas

Los masajes tradicionales mexicanos se han utilizado para tratar problemas digestivos, el dolor musculoesquelético causado por problemas de tendones o nervios, infertilidad y para tratar los efectos del trauma en el cuerpo, la mente y el espíritu. Durante una sobada, el practicante probablemente usará aceite o un ungüento hecho con materia vegetal. Si bien hay muchas curanderas/os mexicanas/os (sanadoras, mujeres y hombres respectivamente) que tienen entrenamiento quiropráctico o han aprendido con una curandera/o, también hay muchas que han tenido poco o ningún entrenamiento formal. Para algunos, la habilidad de sobar (masaje) es un don que se va aprendiendo y requiere intuición y fe.

Una sobada es diferente de un masaje en varias maneras; en primer lugar, una sobada se hace cuando algo está mal, mientras que los masajes son a menudo preventivos y para la relajación de la tensión muscular. Otra diferencia es que las sobadas se centran en el área lesionada, mientras que los masajes son típicamente para todo el cuerpo. Los masajes a menudo se sienten maravillosos y son muy relajantes. Las sobadas no son relajantes; de hecho, pueden ser bastante incómodas y dolorosas. Cada curandera/o tiene su propia técnica; no hay una forma única de sobar.

Clasificación de las técnicas de masaje

Las diferentes técnicas son amplias y variadas, todos buscan re establecer el equilibrio integral (cuerpo, alma y espíritu), no obstante, también es cierto que todos buscan un objetivo prioritario, sea físico (corporal), anímico (alma o psicológico) o espiritual (energético); aunque resulta difícil identificar la intención principal, lo que resulta a veces imposible, en aras de simplificar las técnicas se podrían clasificar de la siguiente manera:

Masaje corporal: atiende la parte física del cuerpo humano

- **Técnicas manuales:** terapia manual de zonas (lo que hoy conocemos como reflexoterapia)

- Técnicas de los hueseros tradicionales que tratan esguinces, torceduras, fracturas: justes quiroprácticos, osteopáticos y de presopuntura.
- Técnicas de los sobadores tradicionales: tronada de anginas, sobada de empacho y masaje para embarazadas

Masaje anímico: atienden un padecimiento del alma (emociones y de la mente)

- Técnicas manuales acompañadas de rituales para tratar: nerviosismo, vergüenza, angustia.
- Incluye armonizaciones del chimaltonalli (Aura): frotamiento con plantas y hierbas, huevo, limón, friega, restregada, soplado, rociados de bebidas, aplicación de aceites, incienso, copal, humo de cigarro.
- Temazcalli: ingestión de brebajes, musicoterapia, termoterapia, cromoterapia, técnicas de psicoterapia.
- Masaje espiritual: atiende un padecimiento de la energía vital, de los centros anímicos, del espíritu. Incluye todas las manipulaciones corporales acompañadas o no de actos rituales para atender un padecimiento energético o espiritual,

Técnicas para tratar curada de espanto, levantamiento de mollera, mal de ojo.

- Tratamiento para sangre gruesa, sangre delgada, aires, enfriamientos, golpes de calor, fiebres internas, decaimientos físicos

Tratamiento para daños espirituales

- Técnicas terapéuticas pueden ser: levantada de sombra, sobada energética, sudada, paladeada, ajuste de Tonalli, entonación de pulso.

Conclusión

Este tipo de método ácido muy utilizado hoy en día está respaldado por un método científico diseñado para brindar relajación, estimulación o rehabilitación a diferentes partes del cuerpo y gracias estas investigaciones se ha demostrado que los masajes benefician a la piel, como los músculos, el aparato digestivo, el sistema nervioso, y respiratorio, producción y normalización de hormonas además promueve una mejor circulación. Mas sin embargo en México u otros países se cree que esta técnica también puede ser utilizada para curar enfermedades y comúnmente lo conocen como sobada, según su cosmovisión cura el empacho, vergüenza, el levantamiento de mollera entre otras cosas, pero no se ha confirmado ninguna de estas enfermedades traccionales como y tal.

Bibliografía

- Mtra. Mónica Nava Jiménez
Especialista en Medicina Tradicional Mexicana y Terapeuta tradicional.
info@medicinatradicional.mx
- Laura De Los Santos April 22, 2020. <https://southsideweekly.com/remedios-caseros-la-curacion-tradicional-significa-plantas-rezos-y-manos-para-sanar>