



LA COLUMNA VERTEBRAL

Une la cabeza con la pelvis, formando un doble arco, está formada por 33 vértebras y cientos de músculos y ligamentos, protegen a la delicada médula espinal y nos brinda estabilidad y sujeción. Presenta en un 80% de los adultos posibilidades de estar dañada. La ciencia médica en general los trata con medicamentos sintomáticos, ibuprofeno, diclofenac, infiltraciones, métodos ortopédicos o con cirugía que en gran cantidad de casos es innecesaria, caso del túnel carpiano que en general el origen del mismo se halla en la columna cervical, como también las cefaleas que responden al mismo origen. Realmente es inmensa la cantidad de patologías de la columna que vemos a diario, pareciera un verdadera epidemia, ej: la pierna más corta una que la otra, cuando realmente es sola más corta posicionalmente,(salvo en casos de cirugía, accidentes o malformaciones congénitas en estos casos puede darse un verdadero acortamiento), comúnmente se le indica al paciente la colocación de un resalto en el taco de la pierna “acortada”, para nivelar ambas longitudes, pero lo único que se logra con este procedimiento es aumentar aún más la desestabilización de la cintura pelviana, produciéndose una mayor escoliosis de la columna lumbar y por compensación del equilibrio del centro de gravedad de la columna, se presenta una escoliosis dorsal y esta arrastra a una escoliosis cervical. En algunos casos puede ser el origen de toda esta patología un estado de bruxismo (personas que durante el sueño aprietan fuertemente los dientes, generalmente más de un lado que del otro, lo que lleva a una subluxación unilateral de la mandíbula y acá comienzan los desequilibrios compensatorios comentados recientemente. Antiguas civilizaciones como los chinos, hindúes, egipcios, ya sabían de la importancia

que tenía la columna en el origen de las enfermedades. La columna vertebral nos brinda estabilidad y sujeción y dado que todas las enfermedades presentan un componente emocional, es que al producirse un desánimo o estados depresivos, hacen que la columna presente dolores, las emociones provocan una disarmonía en la tensión muscular. Un dolor de espalda o una lumbalgia pueden ser la consecuencia de miedos, tristezas o estrés. Personas que se sienten abatidas, con desánimo, tristeza, depresión, sin tener metas inmediatas o mediatas, en una palabras que están agobiadas por el “peso de la vida”, tienen una tendencia a estar o caminar con la cabeza inclinada hacia el piso, como si buscaran algo allí, y el peso verdadero real de la cabeza lleva el centro de gravedad hacia adelante, teniendo la columna cervical que hacer un esfuerzo permanente e inconsciente, para buscar el reequilibrio postural necesario. También en mujeres con exceso de peso en las mamas ocurre el mismo proceso y hallamos frecuentemente cervicalgias.

También la columna tiende a disminuir su altura cuando el paciente tiene miedo a algo o alguien y trata de replegarse (acción fetal), como un intento de regresar al útero materno la que le brindaría seguridad y placer. Cada emoción de acuerdo a la regla china de los 5 elementos afecta determinados órganos: la cólera al hígado y vesícula, la alegría o emoción intensa al corazón-intestino delgado, la preocupación al estómago y bazo-páncreas, la tristeza al pulmón-intestino grueso y el miedo al riñón-vejiga. Al

desbloquear determinados sectores vertebrales se produce una mejoría notoria de los síntomas debido a que existe un mayor espacio para la salida de los nervios espinales simpáticos y parasimpáticos y por lo tanto la señales que corren por los mismos son correcta.

También es frecuente encontrar pacientes con constipación o colon irritable, los cuales tienen entre sus posibles causas un componente en la columna. Siempre busco en casos de alergia la posibilidad de encontrar la subluxación de la primera costilla. Puedo decirles que la columna vertebral es la gran olvidada de la medicina actual y en realidad es “el eje de la vida”. Con el solo hecho de colocar el paciente boca abajo con la cabeza recta sobre la camilla y ver si los dos maléolos internos del tobillo se hallan a la misma altura, pueden Uds. rápidamente comprobar se existe algún problema de escoliosis, que con una corrección, manual en el lugar donde se halla la escoliosis corregimos en forma instantánea este problema.

Las migrañas, bursitis, contracturas musculares, hernias de disco, dolores en los hombros, cervicalgias, lumbalgias y túnel carpiano entre muchas patologías más, son en realidad problemas de columna.

Algunos ejemplos de trastornos producidos por alteraciones en las 3 primeras vertebra cervicales y las dos últimas lumbares:

1ª Cervical: altera el suministro de sangre en la cabeza produciendo, cefaleas, nerviosismo, insomnio, hipertensión arterial, migrañas, crisis nerviosas, amnesia, cansancio crónico, vértigos.

2ª Cervical: puede afectar a los ojos, nervio óptico, nervio auditivo, senos maxilares, lengua y cara, siendo sus posibles síntomas: sinusitis, alergias, dolor alrededor de los ojos, dolor de oído y sordera.

3ª Cervical : mejillas, oído externo, huesos de la cara, dientes y nervio trigémino, neuralgias, neuritis, acné y eczemas.

4ª Lumbar: afecta a la próstata, músculos de la parte baja de la espalda y nervio ciático. Síntomas: lumbalgia, ciatalgia, dolores de espalda, micciones dolorosas o muy frecuentes.

5ª Lumbar: afecta la parte inferior de las piernas, tobillos y pies. Síntomas: insuficiencia circulatoria de miembros inferiores, debilidad en tobillos y arcos plantares y calambres.

Solo he dado el ejemplo del campo de acción de estas cinco vértebras de la columna, cada una de las restantes 28 tiene su influencia en el resto del organismo, de manera que ya van viendo la importancia de tratar de reubicar a éstas para corregir los síntomas que producen en el organismo.

Las neuralgias son casi siempre, por desalineación de la columna por fuera de su eje correcto, tanto si se dan en la espalda, nuca, hombros, extremidades y cara. Siendo realmente un problema enmascarar los síntomas tomando analgésicos sin corregir la causa que los produce.

La rotación, lateralización o desplazamiento anterior o posterior de una vértebra produce una reacción anormal del organismo por supuestas informaciones que proviene el plexo nervioso que es irritado por dichas anomalías posicionales. El sistema nervioso central interpreta que realmente que la información proviene de las terminaciones nerviosas viscerales, musculares, articulares o cutáneas respondiendo por lo tanto con respuestas que no corresponden en absoluto con la incorrecta disposición vertebral, por ejemplo en el asma bronquial, las subluxaciones articulares de algunas costillas

(primera, segunda y tercera) producen informaciones anormales, si se acuesta al paciente boca arriba se observa que la alguna costilla está ubicada más arriba que la otra y que la amplitud de la inspiración es muy diferente en uno y otro lado. De este tema voy a escribir un artículo especialmente dedicado a la mecánica de las estructuras en el asma y alergias cutáneas y su relación con el mal posicionamiento costovertebral, "lo estructural gobierna lo funcional". Si tenemos un problema en los ojos, vemos mal, si es en los oídos, escuchamos mal y si está en el tórax, respiramos mal. Espero que con estos pocos ejemplos hayan podido comprender la importancia que tiene la columna vertebral, EL EJE DE LA VIDA.

Dr. José López Ontiveros – Médico U.B.A –Tel. 4624-3476

Alvear 538 – Ituzaingó

ilopez@intramed.net

www.acupunturadrlopez.com