

DESCRIPCIÓN DEL ENFOQUE TERAPÉUTICO DE LA TÉCNICA ROLFING PARA MEJORAR EL EQUILIBRIO CORPORAL Y EMOCIONAL

Autores:

Lenny Carolina Morales Lara. Estudiantes X semestre del Programa de Fisioterapia de la Fundación Universitaria Maria Cano con Diplomado en Fisioterapia en Rehabilitación en Columna y Pelvis

David Antonio Cardona Bravo.

Resumen

Objetivo Conocer la técnica de rolfing como medio de promoción, prevención y rehabilitación para influir en el estado óptimo de equilibrio emocional y corporal. Con esta investigación se pretende implementar la técnica del Rolfing como una herramienta integral en el escenario del fisioterapeuta en la ciudad de Medellín, específicamente en la Fundación Universitaria Maria Cano. Su finalidad es la corrección de la postura, mejorar el equilibrio corporal y emocional.

Metodología Para la elaboración de este estudio se realizó una encuesta. La muestra para efectos de la recolección de información, se tomó de 50 personas entre docentes y estudiantes del área de fisioterapia de la Fundación Universitaria Maria Cano de la ciudad de Medellín, con el fin de saber el conocimiento que se tenía sobre la técnica a tratar. Además se empleó información consignada en los libros: “ROLFING. Integración de las estructuras del cuerpo Humano” por la autora Ida P. Rolf; hallado en la Universidad de Antioquia y “Plenitud corporal con el ROLFING” del autor

Meter Schwind. Se acudió, también, a otras fuentes como Internet y a las encuestas para investigar el conocimiento que se tiene acerca de esta técnica. Se indagó sobre los rolfers con experiencia en Medellín, concluyendo que hay escasez de profesionales en esta novedosa terapia, en el medio fisioterapéutico.

Resultados

El Rolfing es un método de manipulación del tejido conjuntivo del cuerpo que busca realzar, alinear e integrar la estructura corporal, mejorando la amplitud del movimiento, calmando las tensiones miofaciales y restableciendo el equilibrio. Produciendo alivio de las dolencias estructurales, crónicas y un fomento de la propia capacidad de curación, además de efectos psicológicos beneficiosos y una completa transformación del aspecto físico del cuerpo.

El Rolfing es una técnica muy compleja que actúa sobre todo el conjunto del cuerpo y su interactividad con la gravedad. La manipulación y algunas técnicas de masaje son parte de un tratamiento de Rolfing. Su precursora, la doctora Ida Rolf, tuvo la inquietud de saber cómo era posible organizar el cuerpo para que funcione, más eficazmente, frente al peso de la gravedad. Sabiendo que la adecuada movilidad de las articulaciones y la armonía del esqueleto en su conjunto favorecían el correcto funcionamiento del cuerpo como un todo, comenzó a desarrollar un sistema que permitiera corregir las influencias de la gravedad en el cuerpo y que trabajara sobre todos los niveles del ser humano como conjunto material y espiritual.

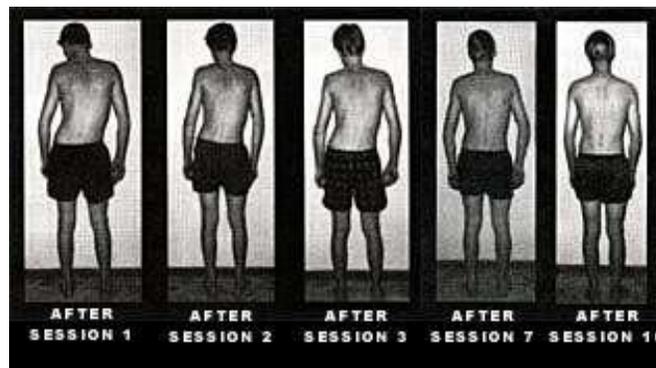
El cuerpo humano está recorrido en su totalidad por la fascia, o tejido que recubre vasos sanguíneos y órganos, que une los músculos a los huesos y las fibras musculares entre sí. La fascia es sensible a las malas posturas, a

los golpes y a los traumas emocionales. Se puede deformar, espesándose e influyendo en los movimientos, haciendo que estos sean más lentos, dolorosos y que requieran más energía.

Con el Rolfing se revierten las irregularidades de las fascias, devolviendo elasticidad y equilibrio al paciente. El Rolfing actúa sobre el dolor descubriendo anomalías en la fascia con técnicas de tacto sensible y con la observación de las posturas y disposiciones de la columna, el cuello, las rodillas, etc. Rolfista conoce los mecanismos fasciales que se encuentran distorsionados y la adecuada forma de reconducirlos.

Una vez que se conoce la capacidad del paciente, para asimilar un tratamiento de Rolfing, por sus condiciones generales de salud, se debe trabajar minuciosamente para que el cuerpo asimile el tratamiento. En caso contrario, las afecciones pueden reaparecer en poco tiempo en el mismo lugar o afectando otras partes del cuerpo.

Se suele fotografiar a los pacientes para que vean claramente la diferencia entre el "antes y el después" del tratamiento, junto con un registro gráfico de los cambios que suceden en el paciente, ver imagen:



El cambio se induce mediante la integración estructural ordenada, mediante un ciclo básico de tratamiento de 10 sesiones para equilibrar las relaciones miofasciales .Cada sesión dura aproximadamente una hora.

El componente miofascial determina la adecuación de la articulación, de modo que al cambiar las miofascias y normalizarlas, el terapeuta de integración estructural suscita un movimiento más normal expresado en las articulaciones. La clave de toda experiencia vital en los humanos es el movimiento.

Aunque las fascias y la piel que lo envuelven crean una ilusión de unidad, un cuerpo humano es, de hecho, una compleja consolidación de diversos segmentos, cuya piedra angular es la pelvis. Las percepciones, respuestas y comportamiento de este complejo integrado no dependen de las unidades individuales que hay dentro de la envoltura, sino de su relación. Una integración lograda y con sentido depende de las relaciones espaciales apropiadas entre los componentes del cuerpo.

De todas las fuerzas que afectan el cuerpo humano, la gravedad es el de mayor alcance. El desalineamiento del cuerpo en gravedad da lugar a la tensión crónica, a la vitalidad baja al funcionamiento biológico y psicológico deteriorado.

Por medio del Rolfing el cuerpo esta mejor equilibrado, hay menos gasto de energía vital para vencer la fuerza de gravedad. Esta energía se experimenta a menudo como nivel más alto de vigilancia y de vitalidad. El movimiento llega a ser más fácil y el funcionamiento personal total tiende a mejorar.

Con base La necesidad de implantar técnicas para el tratamiento de diversas patologías del sistema músculo esquelético, se da a conocer el Rolfing. Técnica que presenta bases teóricas y de fácil aplicación en pocos períodos de atención, con resultados de mediano a largo plazo, con influencia psicofísica estructural adecuada.

El método hace una retroalimentación corporal para el óptimo desarrollo postural y armonía en los movimientos, manejando factores como la gravedad, el alineamiento y el comportamiento humano.

La técnica del Rolfing como método de integración estructural corporal es poco conocida en el medio Fisioterapéutico de la Fundación Universitaria Maria Cano.

Bibliografía

- ROLF, Ida Pauline. Rolfing. Integración del cuerpo humano. Ed. Urano. Barcelona. 1994.
- BOND, Mary. Técnica Rolfing-Movimiento. Ediciones Urano. Barcelona. 1996.
- SCHWIND, Peter. Plenitud Corporal con el Rolfing. Ed. Los libros de Integral. Barcelona. 1989.