

Tratamiento de Shiatsu para los usuarios de silla de ruedas

Michael Rycroft.

Traducción Gill Hall y Antonio Baeza.



La silla de ruedas tiene un papel importante en la vida de muchos discapacitados, a la vez que proporciona independencia, movilidad y dignidad a los usuarios. Como terapeuta especializado en el trabajo con clientes discapacitados, es importante, en mi opinión, poder trabajar con eficacia con los usuarios de sillas de ruedas in situ.

Para algunos clientes que viven de manera independiente, bajarse de la silla de ruedas no presenta ningún problema. Para muchos hacen falta técnicas manuales y mecánicas para levantarles, llevadas a cabo por un trabajador preparado en cuidados especiales. Para este segundo grupo es para el que, un tratamiento de Shiatsu en la silla de ruedas, resulta una opción atractiva. Para algunos de este grupo es la mejor opción incluso. Para los clientes con severas deformaciones de columna, contracturas de articulaciones y musculares importantes, el bajar de la silla es una maniobra dificultosa. Y una vez trasladado el cliente surge la pregunta de si el futón en el suelo (o incluso una camilla) sea el mejor lugar para llevar a cabo un tratamiento. Conseguir una posición cómoda para el cliente en el futón puede ser difícil y además, que esta posición no sea muy útil para hacer Shiatsu. ¿Entonces deberíamos volver al principio, a la silla de ruedas y adaptar el tratamiento de Shiatsu?

El tratamiento de Shiatsu en una silla de ruedas no solo es posible sino que puede ser la mejor opción para el cliente y el terapeuta. Hace falta adaptar las técnicas a la situación y para mí personalmente, esto ha significado el desafío de desarrollar mi práctica, para incluir en ella técnicas efectivas para mis clientes. Mi experiencia al principio, me llevó a las siguientes conclusiones en un estudio de una serie de tratamientos: .las limitaciones de tratamiento únicamente en silla de ruedas fueron considerables para el diagnóstico en el Hara, la continuidad en el meridiano y en la práctica del tratamiento del Shiatsu. El programa del tratamiento progresó a la velocidad requerida por el cliente, mientras iban apareciendo el aumento de la fuerza y el efecto deseados. Incluyó mucho trabajo sobre puntos (acupresión), sobre los meridianos clásicos y un trabajo limitado sobre las extensiones de los meridianos. También incluyó bastante trabajo

sacro-craneal y algo de masaje profundo a los tendones y músculos. En vez de perder la consistencia del trabajo de Shiatsu, se combinaron un abanico de técnicas, para tratar los distintos niveles de necesidad del receptor dando máxima importancia la prioridad del tratamiento acordado.

La silla de ruedas y el cliente de silla de ruedas son un punto de partida para esta reforma en las técnicas de tratamiento.

Existe una variedad enorme de estilos de silla de ruedas; pero para los propósitos de Shiatsu, bloquean el tratamiento de los laterales y la espalda del cliente. En algunas se puede quitar el respaldo, mientras la mayoría son fijas y llegan hasta la mitad de la espalda (zona dorsal), incluso algunas suben para ofrecer soporte a la cabeza.

Las sillas de ruedas permiten tratar los pies y las piernas, las manos, muñecas, codos y la parte delantera de los hombros, la parte superior del pecho y la cabeza. Según el tipo de respaldo, se puede tratar a la zona superior de la espalda, hombros, cuello y cabeza. Se puede trabajar de pie o de rodillas principalmente; pero con este tipo de trabajo la clave está en la adaptabilidad y se recomienda el uso de cualquier apoyo por el bien del cliente y del terapeuta. Por lo general trabajar en colaboración con el cliente para encontrar posturas cómodas dentro de los límites de la silla de ruedas llega a formar una parte efectiva del tratamiento. En el caso de que las contracturas de las piernas no permitan levantarlas para conseguir una postura aceptable, entonces el trabajo en las articulaciones de las rodillas y de los tobillos puede ser la manera de progresar en el tratamiento. De la misma manera, las contracturas en los brazos, pueden requerir tratamiento previo, para permitir que se abra el brazo lo suficiente para tratar algún meridiano. Puede parecer que el tratamiento localizado no hace mucho; pero a menudo facilita el movimiento para trabajar en un meridiano o en los puntos.

El contacto ocular con el cliente es posible normalmente, dado que el terapeuta suele encontrarse cara a cara mientras trabaja y, de esta manera, ayuda a tener en cuenta como responde el cliente y la dirección que pueda tomar el tratamiento. Es posible entonces desarrollar el tratamiento trabajando con los puntos, meridianos, en el cráneo, estiramientos y técnicas de soltar, según sea necesario. Es este contacto ocular y una conciencia general del cliente, a la vez que las sensaciones recibidas en los puntos, lo que reemplaza el diagnóstico en el Hara.

Técnicas

El trabajo en los pies y las piernas es importante para los usuarios de sillas de ruedas, dado la falta de uso. Los clientes tienen muchos problemas de contracturas, edema y celulitis, y sufren de frío extremo. Es necesario ejercer un cuidado importante en el tratamiento de la retención de líquidos en piernas hinchadas y se debe emplear un contacto ligero, en el tratamiento de meridianos y puntos; puede ser difícil hacer conexiones energéticas por daño a los nervios y músculos atrofiados. A menudo, funciona el soporte o la manipulación suave de las articulaciones, mientras exploras posibles conexiones energéticas. Por lo general ayuda si subes las piernas mientras sea cómodo para el cliente. Y si se pueden apoyar en una silla, permite una postura de trabajo buena para cliente y terapeuta.

Normalmente es más fácil trabajar con los hombros y brazos. Los reposabrazos ofrecen un buen soporte para el trabajo con meridianos y se pueden mejorar con cojines y soportes. El terapeuta puede estar de pie, de rodillas o incluso, sentarse en una silla para trabajar. Se puede prestar una atención apropiada a los hombros, por la misma razón, desde las posturas típicas; con la ventaja de que el cliente y el terapeuta están sentados uno frente al otro cuando se abre el pecho a través del P1, y se puede combinar esto fácilmente con la apertura de los hombros, simplemente con coger el cliente por la mano mientras meces y abres.

El trabajo en el cuello y el cráneo puede ser satisfactorio para el cliente. Con una silla de respaldo bajo es posible para el terapeuta ponerse de rodillas en cojines detrás del cliente y abrirle el cuello y hombros. Después apoyándose en los codos en los reposabrazos permite mantener los dedos estáticos en los puntos mientras se desarrollan las conexiones. Los usuarios de sillas de ruedas tienen más sensibilidad corporal de las conexiones neuronales que las personas sanas y por lo tanto aprecian este tipo de trabajo mucho. Luego, si se requiere trabajo de meridianos en la cabeza, se puede emplear cojines para abrir fuertemente los meridianos de la Vesícula Biliar, Triple Calentador o el Intestino Delgado.

Un Tratamiento Estándar Completo en Silla de Ruedas.

Se ha desarrollado un tratamiento estándar con este trabajo. Se emplean los meridianos clásicos de Pulmón y Riñón. Los puntos en estos meridianos son especialmente buenos para la apertura de los tobillos, rodillas, muñecas, codos y hombros lo que permite conexiones a lo largo de los recorridos de los meridianos; que se pueden abrir suficientemente para un tratamiento efectivo.

El tratamiento sigue el esquema expuesto arriba del tratamiento de pies y piernas; pero con énfasis en los puntos R1 hasta R9. Luego se lleva la atención a los brazos y la parte anterior de los hombros, trabajando el meridiano completo del Pulmón en ambos brazos, si es posible. Después es posible trabajar la zona superior del pecho, mientras el terapeuta se sienta en una silla cara a cara con el cliente, trabajando por la clavícula entre P1 y R27. Una vez activado el R27, normalmente, es posible tener una apertura energética en la parte superior del pecho. Se pueden entonces, retomar conexiones a los puntos de Riñón, previamente activados en los pies y tobillos y, con el dedo, bajar o abrir energéticamente la parte delantera del pecho entre los puntos R27 y R23.

En términos de la Medicina Tradicional China y la relación entre los órganos Zang-Fu se puede interpretar este tratamiento concretamente, como una manera de alimentar el Ki Defensivo de los Pulmones con el Ki del Riñón que corresponde al Shen. Actúa como un buen tratamiento preventivo para usuarios de sillas de ruedas, ayudándoles a mantener las funciones esenciales de los pulmones y tener buena resistencia contra las infecciones de los pulmones. Este tratamiento ayuda también en casos de frío y retención de líquidos en las piernas, por el estímulo a las funciones del Riñón. La aplicación de Moxa puede ser una ayuda adicional en el fortalecimiento del Yang del Riñón.

La aplicación de moxa en el B6 ayuda con la retención de líquidos y beneficia a los Riñones. En el E36 puede fortalecer la deficiencia en general y en V60 fortalece la zona

lumbar. Moxa al R7 ayuda a eliminar además y en el R18 (punto de reanimación), es efectiva para calentar rápidamente las piernas frías.

Se puede combinar este tratamiento con ejercicios de respiración energética tipo Chi Kung para el meridiano del Pulmón. En el momento cuando el cliente y el terapeuta están cara a cara, se puede reforzar la apertura del pecho al cogerse de las manos, mientras trabajan juntos en dirigir la respiración en la parte superior del pecho y por el meridiano del Pulmón.

Éste puede ser un ejercicio poderoso por el contacto de la parte interna de los brazos y el torso superior del cliente y el terapeuta. Debido a la naturaleza de estar cara a cara, que tienen estos tratamientos, lo que ayuda a desarrollar una relación interactiva y de iguales durante los tratamientos terapéuticos.

Los comentarios de un cliente con deformaciones severas de la columna son especialmente relevantes: *-Me siento simplemente, más cómodo en mi silla que en cualquier otra posición (sin olvidar que también me siento relativamente independiente). -Mejor que si me cogen y me ponen encima de una camilla. También siento que los tratamientos consiguieron acceder a gran parte de mi cuerpo en la silla. En un intento estando tumbado, fue bastante difícil trabajar sobre mi columna y cuello; sin embargo, quitando el respaldo de la silla, se puede trabajar en esta zona de una manera que es, para mí, realmente efectiva. -Gané confianza al recibir en la silla. Se encontraron posiciones nuevas y llegaron a ser tratamientos más completos. Según seguimos encontramos ejercicios de respiración que ahora puedo hacer yo por mi cuenta.*

No es el propósito de este artículo sugerir que los tratamientos en sillas de ruedas sean preferibles, sino de indicar algunas de las maneras que les pueden llevar a ser tratamientos efectivos para el cliente. Los usuarios de sillas de ruedas siempre deben de tener la opción de recibir el tratamiento en sus sillas y los terapeutas somos los que tenemos la responsabilidad de crear esta posibilidad. El desafío de trabajar con alguien en silla de ruedas es algo que todos deberíamos probar.

Michael Rycroft estudió Shiatsu en el Shiatsu College en Inglaterra. Especializado en tratamientos para personas con discapacidad; ofrece tratamientos en un centro especializado en Andalucía donde está afincado gran parte del año. Para más información puedes consultar su página web www.shiatsu4disability.co.uk o contactarle en mrycroft@gmail.com.