

# Kinesiología: tu cuerpo responde

MARÍA MARTRAT HUCUÉ

Profesora de Masaje y Directora de la escuela Vipassana

934 592 766 · www.vipassana.name

estudiosprofesionales@vipassana.name



Aplicada a las terapias manuales permite al terapeuta saber si hay una correcta comunicación en nuestro cuerpo y qué músculos pueden tener problemas. Una técnica que, cuando se domina, permite realizar tratamientos ajustados a la patología que cada paciente presenta.

Como terapeutas, sabemos tratar muchas de las patologías y desequilibrios más comunes, así como otros que no lo son tanto. Muchos de vosotros conoceréis diversas terapias, algunas pueden formar parte de las técnicas manuales, como el quiromasaje, y otras de terapias energéticas, como las Flores de Bach, pero en cualquier caso, lo realmente difícil como terapeuta no es tratar una

determinada enfermedad o disfunción, sino que la clave de la cuestión está en detectarla, es decir, en saber exactamente qué es lo que le pasa a nuestro paciente.

Y aquí es donde la Kinesiología cobra protagonismo y se convierte en una técnica esencial para un terapeuta competente, pues gracias a ella conoceremos qué desequilibrios sufre nuestro paciente y nuestros conocimientos nos permitirán aplicar el tratamiento más adecuado.

Ahora bien, la Kinesiología es muy compleja y su dominio requiere años y años de experiencia. A continuación explicamos de forma general qué es y cómo funciona dentro del contexto de las terapias manuales.

## Definición y tipología

La Kinesiología es la terapia a base de movimientos, que pueden ser practicados de diferentes maneras, ya sea por masajes, por posiciones o por ejercicios particulares. Permite tratar todo tipo de bloqueos porque consigue la comunicación entre lo físico y lo energético que hay en nuestro cuerpo. Esto es posible gracias a unos tests musculares que evalúan nuestro estado general en cuatro niveles: químico, mental, estructural y emocional.

Esta terapia se divide en tres ramas:

- **La Kinesiología Holística:** trabaja todo el cuerpo y sus partes. Utiliza la técnica del Arm Reflex.
- **La Kinesiología Específica:** trabaja de forma concreta un músculo.
- **La Kinesiología Aplicada:** funciona gracias a diferentes pruebas musculares.

La Kinesiología aplicada a las técnicas manuales es una herramienta de análisis y corrección de un trabajo terapéutico, ya que facilita los medios para integrar el test muscular de precisión como valoración de la estructura y funcionamiento del cuerpo humano. El test muscular funciona como sistema de detección y comprobación del estrés para buscar soluciones, a través de terapias manuales, la psicología, la visualización creativa y la reprogramación positiva para viejos patrones, el equilibrio energético mediante el restablecimiento del flujo de los meridianos de la acupuntura, y otras muchas técnicas más.

## Kinesiología Aplicada: El Test Muscular de precisión

Para trabajar la Kinesiología Aplicada es absolutamente imprescindible tener amplios conocimientos de anatomía y de cómo funciona el cuerpo humano, pues como se indica en las primeras líneas, esta técnica se basa en la comunicación entre lo físico y lo energético del cuerpo y lo hace a través de los músculos.

Los músculos no pueden responder de igual forma cuando están sometidos a una situación de estrés que cuando no es así. En condiciones normales, bajo el estrés los músculos

no pueden mantener su contracción y se debilitan. También sucede lo contrario, que en situaciones de estrés, el músculo se tensa más, de forma que posteriormente difícilmente se relajará. Funciones tan básicas como la respiración, la deglución o la circulación sanguínea, se realizan gracias a los músculos. Cualquier "estrés" va a afectar su funcionamiento de una u otra.

En un test muscular de kinesiología solicitamos que la persona contraiga un músculo determinado de forma consciente. De esta manera comprobamos si el músculo tiene una buena respuesta o no, es decir, si es capaz de mantener un nivel medio de fuerza.

Cuando el cuerpo funciona con todo su sistema de compensaciones intacto, la lentitud en la activación de un músculo, o el que no rinda al 100%, es compensado por el resto y esa pequeña deficiencia no es algo consciente.

Con el test aislamos los músculos y les preguntamos si tienen una buena comunicación neurológica, linfática, energética, etc. En la mayoría de los casos hay algún músculo que muestra deficiencia en eso. Y es así debido a que siempre estamos sometidos a situaciones de estrés y, como hemos dicho antes, nuestra capacidad de absorción de éste refleja en los músculos.

## Aplicación

Uno de los sistemas que pueden utilizarse es poner en contacto el músculo al que hacemos el test con diversos desequilibrios posibles y ver cómo reacciona. Es lo que conocemos como un "músculo indicador", ya que puede informarnos del estrés que nos causa casi cualquier cosa con la que le relacionemos.

Hay personas que a partir de esto han intentado elaborar métodos diagnósticos, pero no se han dado cuenta de que difícilmente podremos controlar todas las circunstancias que influyen en un individuo, como para ser capaces de afirmar que aquello que hemos aislado y separado de su contexto y que parece generar un cierto estrés indica la existencia de una cierta patología.

Es importante resaltar que el test muscular es una colaboración. La persona que efectúa el test tiene que realizar siempre la misma presión y vigilar que la persona a la que se le hace no compense con otros músculos o partes de su cuerpo. Tampoco debe ser nada doloroso. Realmente el test muscular de kinesiología es en calidad y en cantidad diferente del que se utiliza, por ejemplo, en fisioterapia.

“

**Al realizar el test de los 14 músculos, se nos muestra cómo está la energía de la persona en ese momento.”**

Para que, por ejemplo, podamos mover un brazo, no basta con que cada músculo esté fuerte en sí. Debe de estar emitiendo una correcta información respecto a su posición y estado y debe de recibir una correcta información neurológica que le indique las fibras que debe activar y las que relajar. Además, debe tener un correcto aporte sanguíneo, drenaje linfático, etc. Es la calidad de toda esta bio-comunicación lo que se valora.

Los músculos, por sí solos, también están asociados a diversas funciones, órganos y meridianos. Podemos hacer el test a estos músculos y ver si alguno de ellos no responde adecuadamente. Esto nos dará una idea del nivel energético de su órgano-función asociado. Por esta razón los denominamos ‘músculos asociados’.

En definitiva, gracias a la información que ofrecen los músculos indicadores y los asociados y, sobre todo, gracias a los conocimientos y experiencia del terapeuta, se podrán conocer aquellos órganos o partes del cuerpo que no funcionan correctamente.

### Recomendaciones

A continuación, se listan una serie de consejos o recomendaciones que hay que tener en cuenta si vamos a realizar un test de precisión muscular:

- Realizarlo de forma bilateral para activar ambos hemisferios.
- La persona a quien se le aplica el test debe ser, siempre, consciente de todo.
- Debe realizarse en un mínimo de cuatro posiciones para asegurarse la correcta información neurológica.
- Cuanta más práctica tenga el terapeuta mejores resultados podrá obtener.
- Hay que respetar siempre el ritmo de la persona a la que se realiza el Test.

### La Rueda Muscular o el Touch for Health

El Dr. Thie diseñó esto como un programa básico para la autorregeneración física a través de la energía. En un primer nivel se enseñan 14 músculos que corresponden a los 12 meridianos bilaterales de la acupuntura, más el Vaso concepción y el vaso gobernador.

Cuando realizamos el test a un músculo, estamos comprobando el nivel de energía de ese meridiano. Por ejemplo, si el músculo dorsal ancho nos da débil en el test de TFH, quiere decir que el meridiano del Bazo páncreas está en déficit de energía, pero también nos indica que la función del órgano asociado - el páncreas- es deficiente a nivel energético. Por supuesto, el problema puede estar localizado en el músculo y también es tenido en cuenta.

Al realizar el test de los 14 músculos, se nos muestra cómo está la energía de la persona en ese momento. El test muscular también nos muestra cuál es el sistema de corrección más indicado. Algunas de las formas básicas de equilibrar son:

- **Puntos Neurolinfáticos:** favorecen el drenaje del órgano asociado y aumentan la energía disponible para el músculo.
- **Puntos Neurovasculares:** fomentan la circulación sanguínea en áreas determinadas. Con frecuencia su utilización está ligada a bloqueos emotivos/mentales.
- **Meridiano de Acupuntura:** ayuda a que la circulación de la energía sea directamente en el meridiano, lo cual repercute en más energía disponible para el músculo.
- **Origen e Inserción del Músculo:** liberamos los bloqueos propioceptivos a ese nivel, así como posibles contracturas.
- **Nutrición:** la carencia de determinadas vitaminas y minerales puede incidir en una disfunción del órgano asociado y en una pérdida de calidad de la respuesta del músculo.

A modo de resumen, la Kinesiología Aplicada requiere de estudio y experiencia, de un conocimiento profundo del Cuerpo Humano y de saber cómo se relacionan las diferentes partes del cuerpo. Ahora bien, una vez adquiridos estos conocimientos, el terapeuta dispone de una herramienta muy eficaz que le permitirá realizar tratamientos totalmente ajustados a la patología o desequilibrio de su paciente. ■