

¿Qué es un ajuste?

Los vientos de gracia no cesan de soplar.

Solo nos falta desplegar nuestras velas.

Ramakrishna.

Que es un ajuste de la columna vertebral?

Un ajuste de la columna vertebral es un procedimiento especial que los quiroprácticos usan para corregir o eliminar el complejo de de subluxación vertebral.

Los quiroprácticos pasan varios años especializándose en este procedimiento puede haber muchas subluxaciones en su espina dorsal y por consiguiente, es posible que requiera de muchos ajustes, puede ser que haya días en que no presente subluxaciones y por ende no se le tenga que hacer ajuste alguno.

Un arte y una ciencia

Una vez que su quiropráctico le haya determinado el área afectada por el complejo de subluxación vertebral, se formulara las siguientes preguntas:

- En qué dirección se encuentran las vertebras que están delineadas?
- Cuál es la fuerza mínima necesaria para volver a alinearlas?
- Cuál será la mejor técnica para corregir el problema?
- Existen ciertos factores que pudieran contraindicar el ajuste?

-Se encuentra el paciente lo suficientemente relajado como para hacerle el ajuste?

Los quiroprácticos se pasan varios años especializándose en este procedimiento.

Una lista mental.

Un quiropráctico experimentado puede hacer rápidamente una lista mental. Muchos quiroprácticos se guían un poco por su intuición, cuando el ajuste se va sintiendo bien. Esta intuición es difícil de describir, pero cuando uno está al cuidado de un quiropráctico, hay una cierta intuición que entra en juego. Quizá podámosle llamar simplemente “experiencia”.

Diferencias físicas

El ajuste de un quiropráctico puede sentirse distinto si este es proporcionado por otro quiropráctico. Esto se debe a que la fisionomía de cada quiropráctico es distinta. Los hay altos, los hay bajos...algunos tienen manos grandes, otros manos pequeñas, y cada uno emplea diferentes técnicas para ajustar la columna. Estas diferencias son naturales cuando se trata de un ajuste, ya que como se menciono anteriormente, este es un proceso que es tanto un arte como una ciencia.

Una meta común

Sea como sea, todos los quiroprácticos tienen una meta en común- la eliminación o la reducción de las subluxaciones vertebrales.

¿Reacomodarle los huesos?

Cuando su quiropráctico le aplica presión sobre la columna vertebral, realmente no lo hace para reacomodarle los huesos, lo que pasa es que el ajuste ayuda a desatorar las vertebrae que se han ido bloqueado o atascado, permitiéndoles desplazarse al sitio que su cuerpo requiera, solo nuestro cuerpo sabe el lugar exacto que le corresponde a cada vertebra. No obstante con la ayuda de los rayos x: por el palpado de movimientos: mediante estudios de la calidad de transmisión eléctrica de los músculos (s. EMG en ingles) o mediante el uso de aparatos que funcionan a base de imágenes (MRI) en ingles⁹ y mediante otros procedimientos el quiropráctico puede determinar de una forma racional la dirección del desplazamiento de las vertebrae.

El cuerpo siempre está tratando

Su cuerpo siempre está tratando de re alinear o ajustar la espina dorsal de su columna vertebral.

Los músculos de la espalda trabajan constantemente para regresar las vertebrae a su lugar correspondiente. El médico quiropráctico no reacomoda las vertebrae sino que más bien les suministra cuidadosamente el mínimo de fuerza que necesitan para desatascarse. De manera que el cuerpo las pueda re alinear.

¿Por que no preguntarle a su quiropráctico que tipo de técnica de ajuste le aplica y por qué?

¿Como un auto que se atasca?

Imagínese que su auto se le atasca en el fango y las llantas giran y giran sin resultado alguno.

Entonces pasa un amigo que le ayuda a empujar el vehículo, las llantas se afianzan al piso y el vehículo puede continuar. Ahora bien? Es que acaso su amigo empujo solito, su auto de dos toneladas. Para sacarlo del fango? Claro que no! tan solo suministro la fuerza necesaria en la dirección correcta para que el auto pudiera desatascarse a sí mismo.

¿Deben ser fuertes los quiroprácticos?

¿Hay que ser fuerte para hacer un ajuste de la columna?

No, no es cuestión de fuerza sino de técnica. Un ajuste no tiene mucho que ver con la fuerza física, ya que el cuerpo siempre está tratando de re alinear las vertebras a su lugar correspondiente.

Mucha de la fuerza necesaria ya está allí. Tan solo la presión necesaria en la dirección indicada debe ser la fuerza aplicada en el ajuste. Una doctora quiropráctica menudita, de complexión ligera, puede con la técnica de presión adecuada sino de, mover montañas humanas.

Técnicas de ajuste quiropráctico

No todos los quiroprácticos trabajan igual. La profesión quiropráctica ha desarrollado casi cien métodos distintos para detectar subluxaciones vertebrales en la espina dorsal. A estos

métodos se les conoce como técnicas “. La mayoría de los quiroprácticos están familiarizados con por lo menos algunas de las técnicas usadas. Por lo general cada quiropráctico tiene su método favorito, lo utiliza con la mayoría de sus pacientes.

¿Por qué no le pregunta a su quiropráctico que tipo de técnica de ajuste emplea con usted?

Posdata

No importa de qué enfermedad o padecimiento se trate, usted puede gozar de una espina dorsal saludable. La salud de su espina dorsal puede ser tan importante para su salud general como lo es una nutrición adecuada .¿será que usted y su familia lleva a cuestas , en su espina dorsal, al asesino silencioso, conocido como complejo de subluxación vertebral? Solamente un examen de la columna vertebral se lo puede decir.

De entre los muchos factores que contribuyen a su salud, la calidad del aire, la comida, y el agua que uno ingiere, como maneja las tensiones emocionales, sus debilidades y sus cualidades hereditarias, el uso que haga de los medicamentos, el ejercicio y la relajación – una espina dorsal saludable es absolutamente esencial. Para algunas personas es un factor fundamental, y puede hacer la diferencia entre una vida saludable, llena de vigor y vitalidad o una vida de enfermedad, debilidad e invalidez.

Una espina dorsal saludable puede mejorar su calidad de vida,- consulte a su quiropráctico para que le haga exámenes periódicos de la columna vertebral.