

# LA PRAXIS VERTEBRAL

**Dr. Rubén Pistacchia. Dr. en Kinesiología y Fisiatría**

**Buenos Aires (Argentina)**

## **Qué es La Praxis Vertebral. Orígenes.**

La praxis vertebral es un método basado en una técnica oriental, originaria del Tíbet, que comenzó a utilizarse hace aprox 6500 años.

Yhom Thanm Mnegon Po (médico y sacerdote tibetano) tomó como una de sus bases la afirmación de Hipócrates, padre de la medicina, quien sostenía que “en la columna vertebral se encuentra la raíz de casi todas las enfermedades”. Además , replanteó un concepto fundamental para el arte de curar: “consideremos al paciente y la práctica médica como algo sagrado”.

Esta técnica avalada científicamente en América y Europa, encontró un desarrollo importante en la República Argentina

La columna en toda su longitud, desde la primera vértebra cervical, atlas , hasta la última coccígea, esta sembrada hacia ambos lados, por un manojito de vias reflejas. Por ello, cuando una o varias vértebras se desplazan debido a golpes, caídas, esfuerzos indebidos o traumatismos, se produce la compresión o lesión de los nervios que emergen de la columna, originando un número importante de dolencias articulares.

La praxis vertebral manual no agresiva trata de reubicar las vértebras en el lugar adecuado, buscando una respuesta orgánica y funcional auto-reparadora, para mejorar en un gran porcentaje las distintas patologías.

## **Fundamento científico de la Praxis vertebral**

Uno de los principios de la Praxis vertebralis es que la estructura medular vertebral participa, por vía refleja, de la regencia en las funciones del organismo. En base a esto, se considera que las alteraciones estructurales de la columna vertebral y sus repercusiones sobre las raíces nerviosas, constituyen la causa física de algunas enfermedades. Esto, no excluye que el ser humano, sea una entidad compleja, influenciada por factores ambientales, psicológicos y anímicos. En la Praxis Vertebralis, es posible no sólo comprender esos factores, sino relacionarlos con la dinámica del cuerpo. En otras palabras, se ve la causa de la dolencia reflejada en la columna vertebral, y allí se concentran el estudio y el tratamiento.

Para realizar un diagnóstico correcto y restituir la salud del paciente, no nos podemos restringir a tratar sus órganos; sino que es necesario también

concentrar la atención en su columna vertebral y en la distribución segmentaria de sus nervios y vasos sanguíneos. Actualmente, se acostumbra tratar cada dolencia por separado. En la Praxis, se consideran no sólo los procesos patológicos en su conjunto, sino también la relación que existe entre ellos. El conocimiento brindado por la Praxis sostiene, que las perturbaciones en órganos y tejidos son consecuencia de la pérdida del alineamiento de la vértebras. Es necesario tener en cuenta, lo delicado que son las estructuras nerviosas próximas a esa región y la importancia de los mecanismos del arco reflejo para el desempeño correcto de los órganos y de las glándulas.

## Los Alcances Terapéuticos

Este enfoque del tratamiento no es sólo una técnica para descomprimir un nervio, sino que sostenemos que cuando una vértebra está bloqueada o desplazada, la energía contenida en la médula espinal no circula adecuadamente, afectando no solo el cuerpo sino también la mente y el espíritu (opresión en el pecho, insomnio, decaimiento, desgano por vivir). Por ello, afirmamos que nuestra concepción es integral, lo físico, lo psíquico y lo espiritual se conjugan a favor o en contra del proceso de plenitud en la realización personal.

La praxis vertebral actúa eficazmente en el tratamiento de distintas patologías. Entre las más conocidas podemos mencionar : artrosis, lumbalgias, cialgias, hernias de disco, dolores cervicales y en otras articulaciones como hombros, codos, muñecas, caderas, rodillas y pies. También permite actuar ante otros síntomas y signos que avisan que “algo no anda bien en la columna”, por ejemplo, dolores de cabeza (cefaleas, migrañas), adormecimiento en los manos, zumbidos en los oídos, mareos, vértigos, calambres o ardores en las piernas, entre otros, y que es necesario descubrir las causas y tratarlos antes de que sea demasiado tarde. Lo menos conocido es el alcance que tiene éste método sobre problemas de constipación, bronquitis, asma, disfonías, esterilidad, trastornos digestivos, urinarios, quistes ováricos, fibromas, etc.

## Las Verdaderas Causas de las Enfermedades

a) Hereditarias: son afecciones o desviaciones de columna heredadas familiarmente. Las mismas deben ser detectadas por el médico, especialmente pediatra. Una rápida detección, permite prevenir futuras complicaciones que pueda tener el paciente, como por ejemplo las escoliosis y las cifosis (cuando un niño tiene un hombro más levantado que el otro, cuando un omóplato sobresale mas de un lado o con una joroba en la espalda).

b) Adquiridas: son aquellas afecciones producidas por distintas circunstancias a partir del nacimiento.

Entre estas podríamos diferenciar:

- 1) Las dolencias producidas por accidentes, traumas, por ejemplo, un parto dificultoso, una caída de la cuna, etc.
- 2) Las enfermedades vertebrales en las que el factor determinante de su aparición son los incorrectos hábitos posturales desarrollados en la Actividad de la Vida Diaria (AVD). Los ejemplos de este tipo son innumerables, la persona que en su trabajo no se sienta en forma recta y deja caer su columna sobre el escritorio ; la que desarrolla los quehaceres domésticos y realiza movimientos bruscos e intempestivos como levantar baldes pesados sin flexionar las rodillas o dar vuelta un colchón sin ayuda ; aquella que no adopta la postura correcta al sentarse frente a una computadora .
- 3) Las afecciones producidas a partir de trastornos emocionales de origen psíquico y espiritual. Las llamadas psicósomáticas nos plantean un cambio de vida interior y una nueva forma de pensar. Nuestra “rigidez mental” para cambiar actitudes frente a la vida puede transmitirse también hacia las articulaciones y viceversa.

### **Objetivos de la Praxis Vertebral**

- 1) Liberar de Adherencias.
- 2) Restaurar la función articular.
- 3) Normalizar el sistema vascular local.
- 4) Estiramiento dinámico de tejidos musculares y miofaciales del huso  
Huso neuromuscular y el órgano tendinoso de Golgi, localizados en la  
Musculatura espinal profunda.
- 5) Romper el arco reflejo patológico por estimulación de centros del Sistema Nervioso Central.
- 6) Dar alivio al paciente y activar la función autoreparadora del propio organismo.

**EN CONCLUSIÓN: AYUDA A DISMINUIR O DESAPARECER EL DOLOR  
TRATA DE ELIMINAR LA CAUSA DE LA ENFERMEDAD  
LIBERAR LAS ARTICULACIONES,  
MEJORA EL ESTADO ANÍMICO Y PSICOLÓGICO DEL  
PACIENTE.**

**RESTABLECE LA FUNCIÓN PERDIDA EN MENOR  
TIEMPO QUE OTRAS  
TERAPIAS TRADICIONALES Y TIENDE A DEVOLVER AL  
PACIENTE SU  
BIENESTAR ANTERIOR.**

## **Contraindicaciones**

Es importante señalar que enfermedades terminales como el cáncer, las llamadas autoinmunes y las lesiones cerebrales no pueden ser tratadas con éste método.

En general, la praxis vertebral puede realizarse en cualquier etapa de la vida, desde la infancia hasta la ancianidad. No presenta contraindicaciones importantes, aún en los casos de osteoporosis o hernias de disco.

Esta práctica manual abre también una posibilidad terapéutica, exenta de reacciones secundarias, en aquellos pacientes que por razones de intolerancia alérgica, digestiva o de cualquier otro origen no puedan realizar tratamiento farmacológico de sus afecciones articulares.

## **Consejos y Prevenciones**

Sin embargo, los pacientes deben tener muy en cuenta la necesidad de encontrar profesionales idóneos y responsables que sean capaces de realizar las manipulaciones adoptando todas las medidas dentro de un marco legal . Asimismo, es indispensable que un profesional médico realice un diagnóstico adecuado que sirva de base para la elección del tratamiento. La praxis vertebral permite tratar las enfermedades articulares, sin embargo, es muy importante que las personas adopten hábitos en su vida diaria que puedan ayudar a la prevención de las mismas como bien se explica en el libro escrito por el Dr Rubén Pistacchia: “Descubra el Poder de Su Columna”

## **El Método Praxis Vertebral en las distintas patologías**

### **La Praxis Vertebral en los niños y adolescentes.**

Los niños presentan ciertas afecciones desde su nacimiento que muchas de ellas pueden ser tratadas con praxis vertebral. Las parálisis braquiales obstétricas son muy comunes en los partos dificultosos y los resultados obtenidos son muy efectivos en un gran porcentaje de los pacientes atendidos. Aquí presentamos uno de los casos:

**Diagnóstico: Parálisis Braquial Obstétrica. Presentaba una parálisis casi completa del brazo derecho. No le podía dar uso**

**Nombre : Francisco Bacca. Río Negro. Argentina. Edad 1 año y 8 meses. Tratamiento con praxis Vertebral. En su primera sesión recuperó el 80% del mismo.**

Luego se lo atendió una vez al mes durante 12 sesiones. Recuperó totalmente el miembro. Su madre en agradecimiento me envió dos fotos donde está tomado de una barra. Otros casos tratados han tenido mejorías que fueron de un 40 a 90% de mejoría.



También son tratados niños con el pie “aductus”, (cuando caminan chuequitos y ambas rodillas se tocan) con resultados favorables en la primera etapa de la infancia, ya que la posición del sacro es vital para nivelar sus miembros inferiores.

Es importante detectar a temprana edad a los niños que presentan desviaciones de columna (un hombro más levantado que el otro o su posición encorvada) para no lamentarse en la pubertad por las malformaciones que en ciertos casos habremos hipotecado el futuro de los mismos. Las desviaciones de columna pueden traer trastornos respiratorios crónicos o trastornos en el control de los esfínteres que deben ser tratados oportunamente.

Tenemos el casos de niños que presentan trastornos gastrointestinales como el caso que presentamos a continuación:

**Diagnóstico: Píloro Estrecho. Paciente de 2 meses de edad que manifestaba vómitos a repetición, con pérdida constante del peso corporal y a dos días de ser intervenida quirúrgicamente. Tuvo una sola sesión con praxis vertebral. Desapareció la sintomatología y pudo comer normalmente. Esta foto me la regaló su abuela cuando ya tenía 9 meses**

### **La Praxis Vertebral en los pacientes con Artrosis**

En el adulto mayor se da una serie de cambios que inciden en la estructura anatómica-fisiológica, como también en el aspecto psicológico-social. Los huesos se vuelven más frágiles, las articulaciones se degeneran, hay una mayor rigidez de tendones y ligamentos, una atrofia de los discos intervertebrales, una disminución de la masa muscular, como así también se originan ciertas modificaciones sensoriales, respiratorias y neuropsicológicas, disminuyendo de esta manera también la autoestima e imagen corporal. Al

llegar a la vejez se tiende a adoptar estilos de vida cada vez más sedentarios y pasivos y el movimiento en el adulto mayor es el único medio para contrarrestar a veces ese envejecimiento prematuro que se da como producto de una menor actividad física y un círculo vicioso que se establece entre el dolor y el sedentarismo. Por este motivo el tratamiento con praxis vertebral es ideal y necesario para devolver a las articulaciones deterioradas una suerte de “inyección fisiológica” provocada por la manipulación manual ,esperando solamente la reacción del propio organismo.

Justamente en nuestra tesis presentada en la Universidad de San Martín, comprobamos que el 90 % de los casos tratados con artrosis de rodilla han mejorado notablemente habiendo realizado praxis vertebral en la zona de la cintura (zona clave para el buen funcionamiento e irrigación de las rodillas). Finalmente hemos visto en pacientes de edad muy avanzada, recuperaciones visiblemente exitosas

Este es el caso de un paciente de 70 años que presentaba una lesión crónica en su hombro derecho (artrosis, tendinitis del supraespinoso y bursitis escapulo humeral). En las dos primeras fotos se ve la imposibilidad de levantar su miembro debido a la fibrosis, la inflamación y su dolor invalidante. Luego de ser atendido con el método praxis vertebral, 10 minutos después, pudo lograr una recuperación sorprendente. Pasados tres meses mantenía su recuperación.. Vive en la localidad de Gral Acha. Pcia de La Pampa. República Argentina.

**ANTES DE LA PRAXIS**

**DESPUES DE LA PRAXIS**



## **BIBLIOGRAFÍA**

- 1- Campos J M , Coelho G D La medicina rescatada. Ed.Errepar 1º Edición (Bs As) 1996 pag.7
- 2- Le Corrè F, Rageot E, Manual de manipulaciones vertebrales. Ed. Masson,s.a.1º Edición.(Barcelona) 1990 pag.1 – 10
- 3- Campos J M , Coelho G D La medicina rescatada. Ed.Errepar . 1º Edición (Bs As) 1996 pag.10-11
4. Testut.L, Latarjet.A.Tratado de Anatomía Humana Tomo I Ed. Salvat (Barcelona) 1981.
5. Salter.R,B. Trastornos y lesiones del sistema musculo-esquelético Ed. Masson.3º Edición (Barcelona) 2000 Pag 280-281
6. Ricard.F.Tratamiento Osteopático de las lumbalgias y ciáticas Tomo I Ed.Mandala ediciones (Madrid) 1996 Pag.22-23
7. Bazerque P, Tessler J.; Métodos y técnicas de la investigación clínica.Editorial Toray Argentina SACI 1º Edición Bs As 1982.
8. Ricard.F.Tratamiento Osteopático de las lumbalgias y ciáticas Tomo I Ed.Mandala ediciones (Madrid) 1996 Pag.26-27
9. Ricard.F.Tratamiento Osteopático de las lumbalgias y ciáticas Tomo I Ed.Mandala ediciones (Madrid) 1996 Pag.28-29
10. Salter R. B. Trastornos y lesiones del sistema musculo-esquelético E. Masson 3º Ed. (Barcelona) 2000.
- 11 Ramos Vertiz,J.R., Ramos Vertiz, A J Traumatología y Ortopedia Ed. Atlante (Buenos Aires) 2000 Pag 996
- 12 Williams J.; Wirckins S. Anatomía de Gray Ed. Lippicot (Barcelona) 1992
- 13 Ricard.F.Tratamiento Osteopático de las lumbalgias y ciáticas Tomo I Ed.Mandala ediciones (Madrid) 1996 Pag.141-143.
- 14- Campos J M , Coelho G D La medicina rescatada. Ed.Errepar 1996 pag.9-.Buenos Aires
15. Campos J M , Coelho G D La medicina rescatada. Ed.Errepar 1996 pag. 98-100

Buenos Aires

16. Salter. R, B Trastornos y lesiones del sistema musculoesquelético Ed.Masson 3º Ed.  
Pag.305 Barcelona
17. Scott Gottlieb, Chiropractic treatment is of limited benefit.New BMJ Volume 317 17 October 1998 pag 1036 (Traducción: Los beneficios limitados del tratamiento quiropráctico).
18. New England Journal of Medicine 1998; 339: 1021-9.
19. New England Journal of Medicine 1998; 339: 1013-9.
- 20 Cailliet, R, Síndromes dolorosos. Dolor: mecanismos y manejo Ed.El Manual Moderno S.A México 1995 pag 189
- 21 Gutierrez, R; Prina R. Video de microdisectomía de columna lumbar, 2003 ,Bs As
- 22 Cyriax, J Ortopedia Clínica Ed Panamericana 1973 8ª edición Pag 230 Bs. As.
- 23 Rees, H., Sluka, K. A., Westlund, K.N., and Willis, W.d. Dorsal root reflexes in articular afferents occur bilaterally in a chronic model of arthritis in rats. J. Neurophysiol. 76: 4190-4193, 1996 (Traducción: Reflejos de la raíz dorsal en los ramos aferentes bilaterales en un modelo de artritis crónica de ratas.).
- 24 Qing Lin y cols Reflejos de la raíz dorsal e inflamación neurogénica cutánea después de inyección intradérmica de Capsaicina en ratas J.Neurophysiol. 82: 2602-2611.1999
- 25 Hiroaki Sameda, MD SPINE Neuronas sensitivas primarias con axones dicotomizados proyectando a la faceta articular y al nervio ciático en ratas. Volume 26, Number 10, pp 1105-1109, 2001.
26. Jun Ming Zhang Excitabilidad aumentada de neuronas sensitivas en ratas con hiperalgesia cutánea producida por compresión crónica del ganglio de la raíz dorsal. J Neurophysiol. 82: 3359-3366, 1999
- 27 Suseki kaoru, Revista Spine 1997; 22: 477-485
- 28 Anderson R. Spinal manipulation before chiropractic. In Haldeman S (ed)Principles and Practice of Chiropractic.. Norwalk, (Traducción: Manipulación espinal antes de la quiropraxia. Principios y práctica de la quiropraxia). CT: Appleton and Lange, 1992

- 29** Francois R. Tratado de Osteopatía Ed Mandala 2ª edición 1994 pag.17  
Madrid
- 30** Maccagno A Biblioteca de medicina IX reumatología Ed el Ateneo 1ª  
Edición  
1991 Pag.242 Buenos Aires
- 31** Valls Jorge Ortopedia y traumatología, 5ª edición ed. El Ateneo 1992 pag  
282  
Buenos Aires
- 32** Michans. J Patología quirúrgica tomo 2 Ed. El Ateneo 3ª edición 1994 pag  
283  
Buenos Aires
- 33** Xhardez.I. Vademecum de Kinesioterapia Ed. El Ateneo 1º edición 1984  
Pag.327  
330 Buenos Aires.
- 34** Pistacchia. R.A Descubra el poder de su columna Ed Homini 1º edición  
2001  
  
pag 140-141 Lima
- 35** Karason, A; Drysdale, I Jorurnal of manipulative and physiological  
therapeutic  
Respuesta somatovisceral seguida a una manipulación osteopática Mayo  
2003, volumen 26, número 4.

**Centro de Investigaciones y Estudio Praxis Vertebral**  
**[www.praxisvertebral.com.ar](http://www.praxisvertebral.com.ar)**