

Mantén sana tu mandíbula

Empodérate

LA
COMPLEMENTARIEDAD,
LA SINERGIA
Y EL TRABAJO
MULTIDISCIPLINAR,
SON LOS PILARES
BÁSICOS PARA LOS
BUENOS RESULTADOS
EN CUALQUIER
SITUACIÓN
PATOLÓGICA.

*Una mandíbula
sana transmite
emoción*

La mandíbula y su articulación dan lugar a una estructura de gran importancia en cuanto a la funcionalidad que ésta realiza para el ser humano. Gracias a ella podemos hablar, morder, besar, silbar, cantar, reír, gritar, quejar, comer, beber,... Así pues, está ligada a multitud de funciones básicas y también relacionadas con nuestra manera de ser y sentir.

Cada vez consultan más pacientes por problemas relacionados con la mandíbula, ya sea por dolor muscular, clic articular, dificultad de apertura, dolor no odontogénico, asociado a otros problemas como cervicalgia, cefaleas, vértigos, acúfenos, neuralgia o parálisis.

Las técnicas y terapias para tratar la diversidad de problemas que se manifiestan en la esfera craneomandibular y orofacial es muy variada y su aplicación depende en cada caso específico de realizar una buena evaluación se-

gún diagnóstico etiológico, funcional y energético, de modo que no se de una receta ni se realice un protocolo en el tratamiento. Este modo de ver los problemas de salud parte de una visión transversal de la medicina en donde ningún profesional tiene más importancia que otro. La complementariedad, la sinergia y el trabajo multidisciplinar, son los pilares básicos para los buenos resultados en cualquier situación patológica.

A día de hoy este tipo de abordar los problemas de salud lo han bautizado como medicina Integrativa, una manera moderna de nombrar lo que durante años han estado predicando la Medicina Naturista o la Medicina Tradicional China entre algunas otras. Sin embargo este concepto va más allá de la simple visión holística del ser humano y su entorno, dando lugar a la parte activa de la persona, pues sin su implicación, voluntad, y ganas de cambio, nada de esto llegaría a concluir en unos buenos resultados.

Después de realizar una valoración, un diagnóstico y posterior tratamiento, hemos de conseguir mantener este estado de bienestar y equilibrio de la mandíbula. Para ello la educación sanitaria es fundamental si queremos que nuestros tratamientos o propuestas perduren en el tiempo.

Una manera eficaz es “empoderar” a las personas dándoles conocimiento, saber, información, que en cada caso será procesada de forma distinta, pero no por ello dejará de ser eficiente. La singularidad y el momento que se esté viviendo harán que cada uno adquiera este conocimiento y lo adapte a sus necesidades y deseos. Para ello siempre es importante una práctica y una repetición del conocimiento, integrarlo en un hábito más en la vida de las personas.



Medicina Integrativa

Partiendo de la visión que tienen las medicinas más respetuosas con el ser humano, como sería un ejemplo la Medicina Tradicional China (MTC), nos llega el conocimiento del saber desde la prevención y de la capacidad de autogestión. Para ello dar poder a las personas es fundamental. Este hecho ha sido llevado a cabo por la MTC a través del arte de prevenir. Los antiguos médicos chinos eran considerados artesanos de la salud. Así pues, su función residía en cuidar a la población y para ello utilizaban todos sus recursos y conocimientos. La prevención en los distintos aspectos de las personas era una práctica considerada habitual. Se daba conocimiento y saber en distintos aspectos para el cuidado de la salud; como sería la alimentación, el ejercicio, los hábitos y así potenciar el autocuidado para minimizar la aparición de la enfermedad.

La mandíbula es una estructura que sustenta parte del área orofacial. En ella encontramos una articulación importante para su función (articulación Temporomandibular). El desequilibrio de esta articulación, así como de músculos, tendones, paquetes vasculonerviosos, dientes y encías, de esta zona oral y facial, es debido a multitud de causas y factores, sin embargo, el desequilibrio energético subyacente que encontramos en los pacientes siempre es un bloqueo de la energía en sus meridianos que incluso afecta a los órganos a los cuales se deben las distintas estructuras de la mandíbula.

Órganos como los Riñones que controlan el estado de los dientes, el Bazo que nutre dientes y encías, el Estómago que dirige la arcada dental y encías inferiores, el triple recalentador que permite la entrada correcta de la energía al cráneo a través del oído, la Vesícula Biliar y el Hígado que controla músculos, tendones y la tensión muscular, el Corazón y el Pericardio que se encargan de mantener una mente en calma, serían los órganos más destacados y las funciones que dirigen esta zona.

Casos Clínicos

Los problemas de la mandíbula por los que acuden los pacientes para ser tratados en nuestra consulta son de naturaleza muy diversa. No obstante hay en ellos una raíz común que desemboca en algunos aspectos fundamentales como sería el "exceso de tensión mandibular".

Utilizamos el término **Bruxismo** para sintetizar y describir la tensión que recibe esta zona por el hecho de estar apretando, ya sea de día o de noche, y como consecuencia presentar un bloqueo en los meridianos a su



Integral

Medicina Integrativa i Escola de Salut

Servicios profesionales



Medicina naturista y medicina antroposófica del adulto y la infancia.
Medicina homeopática y medicina ayurvédica.
Medicina tradicional china. Acupuntura.



Psicología infantil, juvenil y del adulto.
Desarrollo personal.
Atención y mejora en aprendizaje.



Dietética y nutrición. PNI. Terapia neural.
Bioinmunogenética.
Psiconeuroinmunoendocrinología.
Fisioterapia global activa, oncológica, cráneo-mandibular y neuromusculoesquelética.
Osteopatía, quiromasaje, drenaje linfático, shiatsu, reiki.
Tratamiento con fango sulphaterm, estética natural.
Sofrología. Método Tomatis.



Área de tratamiento del dolor.
Área de rehabilitación auditiva.
Área del tratamiento físico del linfedema.
Área de acompañamiento al paciente oncológico.

Talleres de Integral

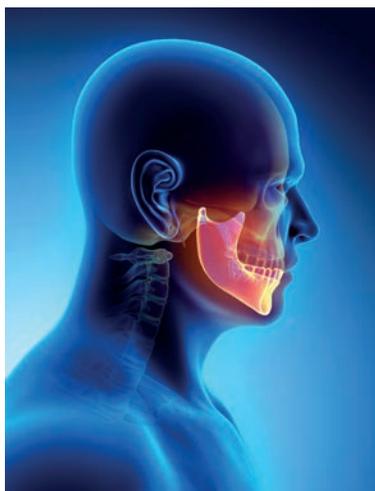
Además de atender en la consulta **ofrecemos talleres prácticos** orientados a acompañar a la persona en su autoconocimiento y empoderamiento, permitiendo un crecimiento más autónomo y el desarrollo consciente de su proyecto vital.

Infórmate en la web y llámanos

www.integralcentremedic.com

Teléfono: 934 677 420

C/ Diputación, 321, 1º 1º. 08009 Barcelona
info@integralcentremedic.com



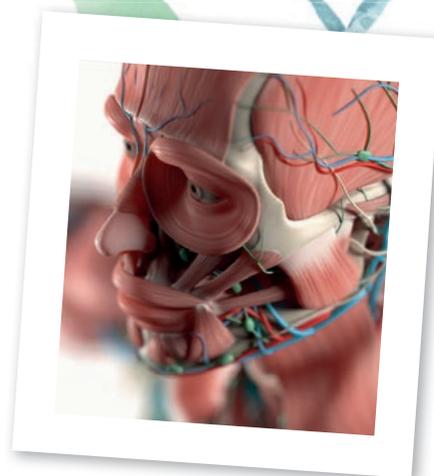
LA EDUCACIÓN
SANITARIA ES
FUNDAMENTAL
SI QUEREMOS
QUE NUESTROS
TRATAMIENTOS
O PROPUESTAS
PERDUREN
EN EL TIEMPO

paso por la zona craneal, mandibular y cervical, que genera una disminución del flujo de sangre y nutrición en la zona, imposibilitando un correcto drenaje, lo que conlleva a un estado de irritabilidad y opresión que se puede traducir en síntomas diversos. No obstante siempre existe un desequilibrio previo de base, fruto de los malos hábitos.

Taller Práctico. "Empoderate"

Era importante para nuestros pacientes con problemas craneomandibulares y orofaciales, enseñarles distintas técnicas para poder mantener un buen estado de salud de su mandíbula una vez que el tratamiento conseguía una mejora y estabilización de los síntomas por los que nos consultaban.

En este "Taller Práctico" se quiso Empoderar a los pacientes y mostrarles la llave de la puerta, de un buen estado de salud de su mandíbula. Para ello se realizó un aprendizaje de reconocimiento de las distintas partes del cráneo, cara, cuello y mandíbula junto a su articulación, de modo que pudieran identificar, reconocer, su estado para autotratamiento. Esta fue la pauta a seguir en el taller:



1. Toma de contacto con la postura.
2. Estiramientos globales.
3. Percepción de área facial, craneal, mandibular y cervical.
4. Control de la respiración.
5. Importancia de los pensamientos. Estado de quietud.
6. Automasaje de músculos faciales, mandibulares y cervicales.
7. Ejercicios de control motor de la mandíbula.
8. Ejercicio de expresión y canto.
9. Relajación y vuelta a la calma

Este taller ha permitido que los pacientes adquieran una herramienta para que sean ellos mismos los que mediante una pequeña rutina se gestionen aquellos factores que pueden influir en sus problemas de mandíbula.

Conclusión

Cada vez es más necesario ofertar a nuestros pacientes, talleres prácticos orientados a acompañar a las personas en su autoconocimiento y empoderamiento, que permita un crecimiento más autónomo y su desarrollo consciente para tener un estado de buena salud. Aprendemos cuando hacemos, y sobre todo cuando en este hacer hay emoción que nos permite experimentar con nosotros mismos.

JOSEP M. CHARLES.

FISIOTERAPEUTA-ACUPUNTOR ESPECIALIZADO EN DISFUNCIONES CRANEOMANDIBULARES Y DOLOR OROFACIAL DE "INTEGRAL. MEDICINA INTEGRATIVA. ESCUELA DE SALUD".

