Published on *Ciencia Puerto Rico* (https://www.cienciapr.org)

El doctor del futuro [1]

Enviado el 12 marzo 2010 - 5:11pm

Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.

Calificación:

Por: Samuel O. Clavell De: Especial para Diálogo [2] Cuando nos preguntan que es lo más preciado para nosotros los boricuas, dos cosas vienen a la mente: la familia y la buena salud. La mayoría de nosotros cultivamos las relaciones de familia, visitando a nuestros seres queridos en fechas especiales, días feriados y a veces los no feriados; nos alegramos de los éxitos de nuestros parientes y nos preocupamos cuando alguno tiene una enfermedad o dolama. Entonces, ¿porqué no preocuparnos de igual manera por nuestra salud? Siempre esperamos a que “nos duela algo” para visitar al médico; esperamos a la cercanía del verano para comer más saludable y “ponernos en forma”; y queremos el medicamento que más rápido remedie nuestros síntomas, a veces sin corregir el origen del problema. Este tipo de negligencia hacia nuestra salud nos ha convertido en una de las generaciones más enfermizas de todos los tiempos. ¿No sería más inteligente evitar el sobrepeso, la diabetes y la alta presión antes que nos receten 5 distintos medicamentos? Para lograr una buena salud, tenemos que mantener nuestros cuerpos funcionando de manera óptima. Además de una dieta apropiada y el ejercicio regular, hay una disciplina del cuidado de la salud que nos puede ayudar a lograr esta meta: la quiropráctica. La quiropráctica es una ciencia de la salud que se encarga del diagnóstico, tratamiento y prevención de desórdenes del sistema musculo-esqueletal y nervioso, y los efectos de estos desórdenes en la salud general. La quiropráctica sirve para tratar dolencias óseas y musculares mediante la manipulación manual de la zona afectada. El sistema nervioso es el centro de mando que controla lo que ocurre en tu cuerpo. Desde que nos despertamos y decidimos darle al botón de “snooze” en nuestra alarma para dormir un ratito más, hasta cuantas veces por minuto nuestro corazón late, todo esta controlado por el sistema nervioso. Este sistema nervioso está guardado

por la columna vertebral y de entre esas vértebras salen los nervios hacia los órganos, músculos y diferentes partes del cuerpo. Eso significa que cuando un nervio esta “pillado” por esas vértebras no puede funcionar correctamente, por lo cual el órgano o músculo sobre el que actua ese nervio tampoco va a funcionar de manera óptima. Pero ¿y de dónde salen estas subluxaciones o nervios pillados? Cualquier tipo de estrés al cuerpo puede crear subluxaciones. Aquella caída jugando pelota, el accidente de carro, y hasta el estar sentando en una mala postura para leer este artículo. Partiendo de la premisa que la buena salud depende de un sistema nervioso en óptimas condiciones, el quiropráctico utiliza ajustes manuales de fuerza y dirección precisa, el quiropráctico corrige las subluxaciones - ese hueso que está en una posición incorrecta e interfiere con el sistema nervioso. La eliminación de estas subluxaciones puede ayudarnos con ese dolorcito de espalda que hace años nos molesta, desviaciones en la columna vertebral (escoliosis), migrañas, insomnia,entre muchas otras condiciones. Por ejemplo, ¿sabías que la quiropráctica puede ayudar a reducir la alta presión? En un estudio realizado en el 2007, un grupo de médicos y quiroprácticos hallaron que ajustar la primera vértebra que conecta la cabeza y el cuello – llamada Átlas – reduce la hipertensión significativamente en algunos pacientes. Esta vértebra se encuentra cerca del tallo cerebral, el área del sistema nervioso que controla la presión arterial, por lo que los expertos piensan que eliminar subluxaciones en esa área ayuda a reducir la presión arterial. Como dijo el gran inventor y científico estadounidense Tomás Alva Edison: “El doctor del futuro no dará medicamentos, sino despertará el interés de sus pacientes en el cuidado de la estructura humana, en una dieta saludable y en la causa y prevención de las enfermedades”. Adoptando una dieta saludable, ejercitándonos regularmente y manteniendo nuestro cuerpo funcionando en óptimas condiciones con ayuda de la quiropráctica podemos prevenir enfermedades y disfrutar de una vida más plena. El autor es doctor en quiropráctica y miembro de www.CienciaPR.org [3]

Source URL:https://www.cienciapr.org/es/external-news/el-doctor-del-futuro?language=es&page=7

Links
[1] https://www.cienciapr.org/es/external-news/el-doctor-del-futuro?language=es [2] http://dialogodigital.com/es/aqui-alla/2010/03/doctor-futuro [3] http://www.CienciaPR.org