



¡Hola! Ya es una realidad estamos en “crisis” y con todo lo que se escucha por la tele o se lee en los periódicos, parece fácil olvidar lo importante. Las prioridades cambian y a menudo Dinero viene antes de Salud.

Sin embargo... olvidarse de su espalda, recuperar el sueño, poder jugar con sus nietos, descubrir que su pareja tiene sentido del humor, ver a sus hijos crecer sin tomar antibióticos nunca.... **Todo esto, no tiene precio.** Pero si lo dudáis, leed nuestro número sobre el coste-eficacia de la Quiropráctica.

¡Buena Lectura!

Boyce

Recomendamos este libro



La historia que James Redfield habla de un antiguo manuscrito escondido en la selva peruana que guarda en sus páginas nueve revelaciones vitales para comprender el presente y poder enfrentarnos mejor al reto que para todos supone este milenio.

Estas revelaciones han transformado las vidas de muchos millones de personas. La razón es simple: no son teóricas. Cuando percibimos cómo funcionan, las coincidencias y los encuentros providenciales se suceden con mayor frecuencia. Al expandir nuestro nivel de conciencia, nuestra visión global se amplía y vislumbramos el núcleo de la Creación. Al tomar conciencia de que el pensamiento y la visualización preceden a la realidad, podemos empezar a servirnos de ellos en beneficio de nuestro futuro y del futuro de la Tierra.

Las nueve revelaciones, en mayo del 2005 se habían vendido más de 20 millones de copias en todo el mundo y ha sido traducida a 34 idiomas. También se ha realizado una película basada en ella.

LA QUIROPRÁCTICA: DESDE SUS ORIGENES HASTA AHORA

La profesión quiropráctica nació en **1895** en Davenport (Iowa, EE.UU.). Fue **Daniel David Palmer** el primero que realizó con éxito el primer tratamiento, ajustando una vértebra desplazada a Harvey Lillard, un paciente sordo. Inmediatamente este paciente recuperó el oído.



El buen resultado de este primer ajuste desató una **cadena de investigaciones** en los Estados Unidos que originaron el nacimiento de la Quiropráctica.

Posteriormente, en el año 1921, el Dr. Henry Winsor realizó en Haverford, Pennsylvania, una investigación cuyo objetivo era determinar, a través de la observación de cadáveres humanos diseccionados, si existía alguna relación entre mínimos desplazamientos de vértebras de la espina dorsal (subluxaciones vertebrales) y órganos internos lesionados o enfermos que estaban conectados por los nervios que provenían de esas vértebras desalineadas. Una vez confirmados los resultados, **la Quiropráctica fue validada por la profesión médica.**

Desde entonces, la Quiropráctica se ha ido desarrollando paralelamente a la medicina alopática, hasta llegar a ser la **tercera profesión sanitaria de atención primaria** (después de la Medicina y la Odontología) en orden de importancia y número de pacientes. El importante crecimiento detectado en Estados Unidos y Canadá, y posteriormente en otros países de Europa y del mundo, se basó en los buenos resultados clínicos y científicos, así como en el apoyo de los pacientes. En los últimos años, esta ciencia ha suscitado un interés creciente, por lo que se ha convertido en el objeto de numerosos estudios sobre sus métodos y eficacia.

Aunque su desarrollo ha sido irregular en los últimos 25 años, algunos países ya la contemplan en su sistema público de salud. En otros, como España, se trabaja para su regularización.

En la actualidad, la Quiropráctica se enseña y practica en todo el mundo. Hoy en día existen unos **80.000 doctores en Quiropráctica** repartidos por los cinco continentes.

COSTE – EFICACIA DE LA QUIROPRÁCTICA

La mayoría de los estudios realizados por las grandes compañías de seguros que buscan reducir los costes sanitarios coinciden en que la Quiropráctica disminuye el tiempo de baja laboral a la mitad (si se compara con tratamientos convencionales) evitando, en muchos casos, costes adicionales aún más costosos, como son la cirugía y la hospitalización.

Numerosos estudios han confirmado la eficacia del tratamiento quiropráctico, especialmente en pacientes con lumbago mecánico (también conocido como dolor de espalda común, simple o inespecífico) o con dolor de espalda.

EL DOLOR EMPIEZA EN LAS LUMBARES DE MI MARIDO, LUEGO SUBE POR SU COLUMNA HACIA SU CUELLO, SALE POR SU BOCA Y ME ENTRA A MI POR LOS OIDOS. Y POR ESO, ¡¡¡TENGO DOLORES DE



Estudio del Ministerio de Sanidad de Canadá

El Ministerio de Sanidad de Ontario designó a expertos la función de estructurar la Sanidad para rentabilizar su economía. Se les encargó específicamente revisar la documentación internacional publicada relativa a la eficiencia de la atención quiropráctica de la zona sacra y lumbar frente a su coste, valorar la calidad y proponer recomendaciones para formular la política sanitaria en relación a las condiciones neuromusculares y esqueléticas.

El estudio de Ontario designó al Dr. Pran Manga, profesor de Economía Sanitaria en la Universidad de Ottawa, para que llevase a cabo el estudio titulado "La eficiencia del tratamiento quiropráctico frente a su coste en los pacientes con dolor en la zona sacra y lumbar".

El informe inicial publicado en 1993 se continuó y amplió para que, en 1998, incluyese todos los desórdenes neuromusculares y esqueléticos. Este segundo estudio analizó la documentación internacional del momento sobre la eficacia económica de los servicios quiroprácticos, desarrolló un modelo económico y estimó los ahorros específicos en el costo. Manga presentó este segundo estudio titulado "Cobertura quiropráctica ampliada dentro del OHIP (Plan de Seguros Sanitarios de Ontario) como medio para reducir los gastos sanitarios, conseguir mejores resultados para la salud y mejorar el acceso de los pacientes a los servicios sanitarios de coste eficaz" al Comité Permanente de Finanzas y Asuntos Económicos de Ontario.

En resumen, el trabajo de Manga es extenso, concreto, imparcial, está basado en estudios de calidad, y es de relevancia para los directores de política sanitaria española.

La conclusión de Manga fue la siguiente:

“Se producirían ahorros significativos en el coste si los médicos transfiriesen a los quiroprácticos más pacientes para el tratamiento del dolor de la zona sacra y lumbar. La documentación de Canadá y de otros países sugiere un ahorro potencial de muchos cientos de millones anualmente”.

Como resultado de su segundo informe, Manga concluyó que:

“Si el número de pacientes que hacen uso de los servicios quiroprácticos de Ontario se duplicara del 10 al 20 por ciento, se produciría un ahorro anual directo de 348 millones de dólares para el Sistema Sanitario de Ontario. Los ahorros indirectos sumarían 1,85 billones de dólares”.

Su revisión imparcial de la literatura internacional relativa al cuidado quiropráctico de muchas condiciones patológicas neuromusculares y esqueléticas llegó a una conclusión incuestionable:

“Los quiroprácticos consiguen resultados mensurables significativamente mejores, niveles superiores de satisfacción del paciente e incorporación laboral más temprana de éstos”.

Además, Manga añade:

“La reducción significativa de los costes sanitarios, los mejores resultados para la salud y el acceso equitativo e igualitario a los servicios son objetivos importantes para el Sistema Sanitario de Ontario. Cualquiera de estos resultados, por sí solo, constituiría motivo suficiente para la reforma propuesta de invertir en servicios quiroprácticos”.

Estudio del British Medical Journal

El estudio de Meade fue publicado en el British Medical Journal en 1990 y comparó el tratamiento médico con el quiropráctico. La medición de los resultados fue objetiva, realizada por profesionales que desconocían el tratamiento que había seguido el paciente, y subjetiva a través de cuestionarios rellenos por los pacientes.

Las mediciones se llevaron a cabo a las seis semanas, seis meses, un año y dos años, es decir, durante el tratamiento y mucho tiempo después de haberlo concluido. A los pacientes quiroprácticos les fue notablemente mejor, incluso los que presentaban dolor agudo o crónico, y esos resultados se mantuvieron durante uno y dos años.

Meade concluyó que *el tratamiento quiropráctico tenía éxito a largo plazo y que era sumamente rentable.*

Dos compañías del Reino Unido enviaron a 750 empleados con dolor de cuello, brazo, espalda y/o pierna para seguir atención quiropráctica durante un periodo de dos años (1994-95). Las empresas corrieron con los costes del tratamiento esperando mejor eficacia, satisfacción del paciente y ahorro en el coste total.

Los resultados fueron satisfactorios: una mejoría y satisfacción del paciente extremadamente altas, y un ahorro neto (sumando pagos por incapacidad/enfermedad y costes del tratamiento) del 18 % de los costes el primer año y de un 40 % el segundo año.

Fuentes: Asociación española de Quiropráctica, AEQ
www.quiropractica-aeq.com

DOLOR DE ESPALDA

Existen pruebas que muestran **un ahorro del 20 al 60 % en los costes totales de asistencia sanitaria y de prestaciones laborales** por parte de empresas, gobiernos, mutuas y aseguradoras cuando se sustituye el tratamiento médico por el quiropráctico en pacientes con dolor de espalda. Las pruebas son coherentes y proceden de estudios sobre prestaciones laborales de Norteamérica y Australia, de estudios clínicos de varios países, de experiencia empresarial individual y de análisis complejos de datos de seguros de salud estadounidenses realizados por economistas sanitarios.

Ebrall, considerando a trabajadores del estado de Victoria, en Australia, advirtió que el coste medio por pacientes quiroprácticos durante el año 1990-91 se reducía a menos de la mitad frente a los pacientes médicos (963,47 \$ vs 2.308,10 \$). La razón de estas cifras es que **hay más pacientes médicos que desarrollan dolor crónico que pacientes quiroprácticos.**

INCAPACIDAD Y ABSENTISMO EN EL TRABAJO

Otros estudios demuestran que **el cuidado quiropráctico reduce los gastos por incapacidad y absentismo laboral**, y que sus efectos son más duraderos y las posibilidades de recaída menores. Los estudios sobre prestaciones laborales mejor diseñados muestran este punto de forma significativa.

Jarvis señaló que en UTA los trabajadores con lesiones similares de espalda y que eran tratados con tratamiento médico en vez de quiropráctico perdían una media de 10 días más de trabajo, y el coste de prestación era 10 veces mayor de media (668,39 \$ frente a 68,38 \$).



1895



1921



2008





MEJORAR NUESTRA NUTRICIÓN ES MEJORAR NUESTRA SALUD

Saber qué pasa al mejorar nuestra nutrición es un buen aliciente para entender porqué vale la pena cuidar la dieta y evitar la comida basura y los estimulantes. ¿Quieres aprender a cuidar tu nutrición y abandonar todos los malos hábitos dietéticos?

¿Qué sucede cuando una persona mejora su nutrición?

La increíble inteligencia presente en cada célula del cuerpo y la sabiduría de nuestro cuerpo comienza a manifestarse. El cuerpo comienza a eliminar los materiales y tejidos de bajo nivel para dar lugar a los de nivel superior, los cuales son utilizados para generar tejidos nuevos y saludables. Este es el plan de Dios -La naturaleza-.

El cuerpo es muy selectivo y está continuamente buscando mejorar su salud. El cuerpo está siempre intentando producir salud y siempre lo logrará, a no ser que nuestra interferencia sea muy grande. Entonces es cuando fracasamos en la recuperación y degeneramos en enfermedades.

Síntomas evidentes al mejorar nuestra dieta

Cuando detenemos el uso de estimulantes tóxicos como son el café, té, chocolate o cacao, es norma general que se produzcan tanto dolores de cabeza como depresiones. Esto se debe a que el organismo está eliminando, de nuestros tejidos, las toxinas (llamadas cafeína y teobromina) a través del torrente sanguíneo. Antes de que estos agentes nocivos alcancen su destino final, estos elementos irritantes degeneran en dolores de cabeza. Cuanto más rápido funcione el corazón mayor es el sentimiento de excitación, cuando es lento produce un estado depresivo. Comúnmente, en los tres días siguientes, estos síntomas desaparecen y nos sentimos más fuertes y saludables.

Durante la etapa inicial (que dura aproximadamente 10 días), la energía vital que comúnmente está en la parte externa del organismo (músculos y piel), se mueve hacia los órganos internos para comenzar con el proceso de reconstrucción. Esta deserción de energía

hacia los órganos internos produce una sensación de cansancio, la cual muchas veces la mente la interpreta como debilidad. En realidad, el poder aumenta, pero gran parte de él se dedica a la reconstrucción de los órganos y no está disponible para la masa muscular. Cualquier debilidad que se sienta, no debe considerarse debilidad sino un redireccionamiento de fuerzas hacia los órganos vitales. Aquí es importante que la persona detenga el gasto de energía, descanse y duerma más. ***Esta es una etapa crucial y si la persona recurre a estimulantes de cualquier tipo, abortará y arruinará el intento de regeneración del organismo.***

A medida que uno continúa mejorando la nutrición y gradualmente mejora la calidad de los alimentos ingeridos, síntomas interesantes comienzan a aparecer. El cuerpo comienza un proceso llamado "retracing". Durante esta primera fase lo más importante es la eliminación de tejidos. El cuerpo comienza a eliminar la basura depositada en los tejidos. Aquí lo fundamental es deshacerse de esas toxinas y de las obstrucciones del organismo. Los desperdicios son eliminados más rápidamente que lo que se tarda en producir tejidos nuevos, gracias a la más saludable alimentación. Esto se transforma en una evidente pérdida de peso.

En algunos casos, se pueden producir resfriados que no han aparecido por mucho tiempo, o hasta fiebre. Esta es una forma natural de limpiar nuestra casa. Entienda que estas acciones son constructivas, a pesar de ser incómodas por cierto tiempo. No intente detener estos síntomas con el uso de drogas, ni siquiera con altas cantidades de vitaminas, las cuales en una alta concentración actuarán como drogas. Estos síntomas son parte de la recuperación. No trate de curar una cura. Estas no son condiciones deficientes ni manifestaciones alérgicas.

FUENTE: www.enbuenasmanos.com