

HISTÓRICO DE LA RELAJACIÓN MIOFASCIAL

En la literatura existen dos grandes grupos de técnicas de relajación miofascial: las indirectas o funcionales y las directas o estructurales. Entre los autores que desarrollaron las primeras, podemos citar a Becker, Upledger, Barnes y Zink, entre otros; en cambio Greenman, Rolf, Chila o Stecco se dedicaron más al estudio de las segundas.

Rollin E. Becker DO (1910-1996)

Practicaba técnicas de relajación miofascial indirectas. Se centró fundamentalmente en el trabajo sobre el sistema cráneo-sacro y su relación con el sistema fascial, ya que encontró un fluido en los túbulos de los tejidos conectivos que consideró (erróneamente) líquido cefalo-raquídeo. Introduce las “espirales” de movimiento de las fascias, que retomó después Upledger.

John Upledger DO (1932-2012)

Continuó el trabajo del anterior, con técnicas indirectas. Su idea era que a nivel fascial se produce una desorganización del tejido por la formación de un quiste energético de origen traumático o psicoemocional. Desarrolló la Terapia Cráneo-Sacra, y las técnicas de liberación somato-emocional, colocando al paciente en determinadas posiciones que facilitan la liberación de esas emociones o traumas que estaban enquistados en la fascia.

John Barnes PT

Mezcló la terapia cráneo-sacra de Upledger con técnicas de acercamiento directo fascial. Es una de las aproximaciones más desarrolladas en los Estados Unidos.

Philipp Greenman DO (1928-2013)

Trabajó la relajación miofascial directa con técnicas de estiramiento y torsión para focalizar la tensión, combinadas con la respiración.

Ida Rolf PhD Bioquímica (1896-1979)

Era bioquímica, y utilizaba técnicas de presión profunda con deslizamiento. Relacionó fascia y postura para provocar un alivio en los síntomas del paciente.

Anthony Chila DO FAAO

Junto con Peckham y Ward fueron los primeros profesores que acuñaron el término “relajación miofascial” como técnica, en 1981, en los cursos de liberación de los tejidos blandos enseñados en la Universidad de Michigan. Empleaban técnicas directas con torsión combinadas con técnicas

indirectas y, entre otras, desarrolló las “balancing technics”.

Gordon Zink DO, FAAO

Osteópata americano y docente durante muchos años en Iowa, trabajó la fascia con técnicas indirectas, relacionándola con patrones posturales compensados o no compensados. Así describió esquemas de tensiones fasciales alternativas, en función del acortamiento de la extremidad inferior, y en relación con las zonas de transición funcional de la columna (charnelas y diafragmas).

Luigi Stecco FT

Desarrolló la técnica de Manipulación de la Fascia, basándose en importantes trabajos de anatomía y de histología. Trabaja con presión y fricción, con el objetivo de lograr cambios en el tejido conectivo.