

Sucessão de Palestras Monográficas Vol. 1: O Ajuste Corporal: Teoria & Prática

A Sucessão de Palestras Monográficas LISCO tem como objetivo ser extrato de observações, estudos e palestras valiosas. A coleção cobre os princípios e a filosofia da Osteopatia, as mecânicas corporais, a fisiologia aplicada e as terapêuticas osteopáticas.

O primeiro volume é dedicado ao desenvolvimento do Ajuste Corporal em teoria e prática, com atenção à interpretação da mecânica corporal de acordo com os conceitos propostos por Littlejohn e John Wernham.

O segundo volume irá ser dedicado à Fisiologia, com ênfase no processo da doença. Os grandes investigadores osteopáticos como Louisa Burns, McConnell, Tasker e outros grandes pioneiros osteopáticos são revistos à luz dos recentes desenvolvimentos científicos.

O terceiro volume será dedicado aos princípios e fisiologia da Osteopatia como são aplicados nos cuidados de saúde. A história Osteopática das terapêuticas aplicadas irá ajudar o leitor a reconstruir a ligação entre o método original introduzido por Andrew Taylor Still e a prática médica atual.

Com orgulho, comunicamos que este primeiro escrito é publicado enquanto introdução LISCOS em associação a palestras na Canadian Academy of Osteopathy e no Canadian Institute of Classical Osteopathy.

As palestras têm como objetivo oferecer uma nova perspectiva da Osteopatia Clássica de maneira a promover estudos e pesquisas futuras.

Cristina Gioja & Francisco Toscano Jimenez
Fundadores de LISCO – 4 de maio, 2015

O Ajuste Corporal enquanto Processo da Integração Mecânico-
Fisiológica: Mecânica e Relação entre Estrutura e Função

Por Francisco Toscano Jimenez, Do, BSc Hons. Ost., MEd, MRO, MROE

Introdução

A observação dos processos biológicos na natureza demonstra que a biologia procura sempre o melhor equilíbrio. Quando se aplica esta lei natural ao corpo, observamos que estas tendências inatas em direção às condições fisiológicas normais da vida são a característica básica de um organismo biológico. A vida fisiológica do corpo é intimamente associada às leis e processos da física e química. Assim, todos os processos do corpo cooperam dentro de condições biológicas de maneira a preservar o seu normal funcionamento. Este equilíbrio dinâmico dos

vários parâmetros biológicos do corpo é de grande importância na percepção da doença e da saúde.

A observação de William Colin McKenzie em 1919 sobre a correlação entre saúde e não saúde aborda o papel das mecânicas posturais como uma evolução importante. A sua pesquisa indicou que a saúde, aparte das condições infecciosas e contagiosas, é uma correlação entre todos os sistemas corporais e a postura ereta; e a não saúde é o “falhanço de um ou mais sistemas que se correlacionam”. De uma perspectiva neuropática, pode-se argumentar que as condições infecciosas e contagiosas também podem correlacionar-se entre as funções corporais e o seu sistema imunitário. As normas sanitárias e higiênicas discutidas por Mackenzie não eram de maneira alguma as que estamos habituados hoje. No entanto, a pesquisa de McKenzie deve ser apreciada por ser a observação de um cirurgião ortopédico no início do século XX. Isto aparenta ser uma grande consideração osteopática por membros altamente honrados da profissão médica. Contudo, assegura e confirma o papel e a perspectiva dos aspetos biomecânicos enquanto fatores importantes na etiologia da doença.

O conceito de relacionar o corpo de Andrew Taylor Still tinha sempre em consideração os seus diferentes componentes numa relação harmoniosa com o seu ambiente. A visão de Still compara proximamente os conceitos de homeostasia. É o conceito de homeostasia de W.B. Cannon's e a ideia de estabilidade do ambiente interno de Claude Bernard que observamos uma atividade multissistémica coordenada com o mesmo propósito – EQUILÍBRIO FISIOLÓGICO.

A nossa finalidade terapêutica é recrear ambientes físicos e químicos suficientemente estáveis no corpo de maneira a fornecer a base para um organismo humano eficiente, fisiológico, adaptável e saudável. A osteopatia é uma forma de terapêuticas aplicadas que melhora a capacidade e adaptabilidade do plano mecânico-fisiológico. Este conceito de terapêuticas osteopáticas é a linha central que guia os ensinamentos de John Martin Littlejohn.

“ A ciência e o sistema de terapêuticas a que chamamos Osteopatia consistem na aplicação do tratamento fisiológico para a conversão num processo fisiológico dentro do corpo.” – J.M. Littlejohn

Podemos extrapolar que o conceito da física fisiológica é o método para a aplicação dos princípios osteopáticos em prática. Existe uma importante correlação entre as mecânicas corporais na saúde e na doença, mas devemos salientar que não é apenas sobre uma posição anormal das vertebrae a requerer correção. A osteopatia é vista mais do que apenas uma técnica manipulativa e foi descrita como ciência biológica. O corpo humano representa a constante correlação de estrutura e função na continuidade da saúde.

Uma nota sobre o tratamento geral

Ao introduzir o conceito de tratamento geral, devemos definir, ou redefinir, o que se entende do termo hoje em prática. **Há uma tendência comum na prática de relacionar o termo “geral” com tratamento indefinido e “local” com tratamento específico.** Esta evolução pode modificar o significado real e o valor global da eficácia das terapêuticas no tratamento geral. No tratamento geral, a palavra “geral” não significa “vago” ou “indeterminado”. A palavra “geral” neste contexto significava, e ainda significa, analisar a condição apresentada pelo paciente enquanto um todo. Todos os tratamentos devem ser específicos às exigências da unidade orgânica do corpo e às necessidades particulares de cada paciente.

É difícil abordar o corpo como um todo se os métodos de tratamento analiticamente redutores são aplicados enquanto as diferentes partes do tratamento são retiradas do contexto. Nas terapêuticas naturais existe um ênfase no processo de reintegração das partes individuais, sistemas ou funções entre si. “Trazer tudo para dentro” (“To bring it all in”) foi a frase de J. Wernham para enfatizar os principais princípios terapêuticos, que podem ser aplicados às inter-relações naturais do corpo.

Ajustamento

O termo Ajustamento Corporal foi criado para evitar o uso indevido do termo tratamento geral. De maneira a preservar o valor deste conceito, Wernham introduziu a nomenclatura Ajustamento Corporal. O termo “ajustamento” refere-se, neste contexto, à coordenação do corpo e, assim, denota o ajustamento das diferentes partes do corpo em relação aos elementos posturais do corpo enquanto um todo.

Ajustamento Corporal: Um Processo de Integração Mecânico-Fisiológica

Este escrito tem como objetivo introduzir e expandir as ideias e a fundamentação por detrás de uma forma de tratamento referida pelos pioneiros da osteopatia e, mais tarde, apoiada por J. Wernham. De uma perspectiva osteopática, as condições vitais e saudáveis dependem da integridade postural. Neste contexto, é valioso introduzir os trabalhos de J.E. Goldthwait, que também correlacionou as mecânicas corporais à saúde e à doença e estabeleceu a observação clínica osteopática. Foi J.M. Littlejohn que descreveu muito cedo as relações entre o corpo físico e a fisiologia; fê-lo estabelecendo o fenómeno da física fisiológica ou, por outras palavras, a relação mecânico-fisiológica do corpo, assim conectando o tangível com o intangível, o visível com o invisível.

A técnica osteopática aplicada “trabalha” em cooperação com as estruturas fisiológicas através dos ossos e tecidos moles que atuam como alavancas no corpo. Esta característica particular sugere que a Osteopatia é mecânica e lida com o corpo visível nos termos mais práticos mas enfatiza que as forças mecânicas e as reações

biológicas encontram-se para além destas manifestações palpáveis e visíveis do corpo. Por esta razão, a aplicação das terapêuticas osteopáticas sob o conceito da relação mecânico-fisiológica irá permitir que o tratamento ultrapasse as limitações do tratamento físico comum. Além disso, esta relação irá encorajar-nos a alargar os nossos horizontes em relação ao que a Osteopatia pode fazer.

Um importante critério osteopático é encontrado no ajustamento, uma vez que o conceito de correção denota uma apreciação única do posicionamento errado com menos consideração à alteração subjacente do plano fisiológico. O corpo funciona como uma interação de forças em resposta às circunstâncias em mudança, atuando continuamente de maneira a manter a homeostasia e o equilíbrio. Isto proporciona uma interação das forças gravitacionais, externo-ambientais e interno-ambientais em contínua articulação.

Na aplicação prática, o tratamento é direcionado conjuntamente a todos os tecidos corporais e à reação das forças a que estão expostos. Focando o objetivo do tratamento no campo subjacente da fisiologia que irá permitir o reajustamento do anormal e do normal. Se o aspeto fisiológico das terapêuticas não for direcionado irá criar um tratamento predominantemente local sem correlação ao todo, e assim, irá permanecer local sem efeitos gerais ou permanentes.

A Natureza tem uma enorme reserva compensatória, mas existe sempre um limite para a “quantidade do castigo” que o corpo aguenta. Assim que as habilidades compensatórias se tenham esgotado, o corpo fica num processo gradual de colapso mecânico-fisiológico. O tratamento osteopático deve ter em conta que todos os processos naturais são lentos. Por isso, a resposta ao tratamento irá sempre depender da severidade e da natureza crónica do colapso funcional para que a finalidade básica da técnica osteopática seja empregue e ative os recursos nativos do corpo.

O Ajuste Corporal é direcionado primeiramente a coordenar as atividades inerentes das diversas partes do corpo utilizando uma sequência e forma de tratamento descrita desde os nossos primórdios. O tratamento descreve-se a si próprio com carácter articulador e usa a alavanca longa de maneira a atuar conjuntamente em todos os tecidos. O uso da alavanca longa requer uma aplicação técnica cuidadosa sem força: uma coordenação exata entre a alavanca e o ponto de apoio, as tensões e os ângulos. O operador requer um ato de manobras coordenativas bastante específicas para abordar as várias componentes em tratamento com um objetivo específico.

O Ajuste Corporal (AC)

O Ajuste Corporal é um método essencial ao tratamento praticado por Littlejohn e muitos dos seus contemporâneos. O AC é a análise e o tratamento da organização do corpo em relação ao centro da linha de gravidade sobre um suporte

de base. Por outras palavras, é uma análise postural que tem como objetivo correlacionar a mecânica do corpo do indivíduo na saúde e na doença. A avaliação das mecânicas corporais e as forças mecânicas perante o corpo são um critério osteopático fundamental. Nesta forma de tratamento, existe referência às mecânicas enquanto interface entre a estrutura e a função na terapia aplicada ao paciente. O AC avalia a base pélvica enquanto mecanismo de suporte primário e fundação para toda a sobreposta coluna vertebral para que as relações mecânico-fisiológicas da pélvis e coluna vertebral assumam um importante papel no tratamento. Parecem atuar como imagem espelhada de todas as funções vitais subjacentes e com que se relacionam. A intenção terapêutica é oposta ao ataque direto da área do corpo afetada, mas é sempre direcionada à integração da coluna no corpo e vice-versa. O tratamento começa no ponto mais afastado da região atingida.

Littlejohn considerava a dor como um sintoma de distúrbio, e assim, pensou que seria de pouco valor extinguir o apelo de ajuda do corpo, sem tentar ir aos seus antecedentes. ***Causa Causans*** é o termo, refere-se ao caminho da descoberta das causas inerentes dos sintomas apresentados.

O AC é o procedimento aplicado em sequência baseado nos princípios básicos. É realizado através de um preciso procedimento para assegurar que todas as partes são consideradas. Para aplicar os princípios do Ajuste Corporal, existem 10 valiosos “pontos” que devem ser respeitados. Estes constituem uma mestria que fornece um tratamento mais integrativo e racional.

A aplicação técnica considera os 10 princípios:

- ***Rotina***
- ***Ritmo***
- ***Rotação***
- ***Mobilidade***
- ***Motilidade***
- ***Integração Articular***
- ***Coordenação***
- ***Correlação***
- ***Lei Mecânica***
- ***Estabilização***

1. Rotina

O método de AC é deliberadamente rotineiro de maneira a assegurar que nada escapa ao diagnóstico para estabelecer o ritmo perdido, tantas vezes perturbado na fisiologia do paciente. Pela sua definição, “rotina” é descrita como o curso regular de um procedimento não variado em ação. Esta abordagem completa do corpo previne o operador de ignorar algo na examinação do mesmo. Os efeitos da rotina

inicialmente encorajam o relaxamento e estabelecem uma comunicação não invasiva, não-verbal e não ameaçadora de maneira a criar conformidade e confiança. A rotina permite o operador usá-la como critério de comparação, avaliação e análise dos tecidos examinados antes e depois do tratamento. A aplicação da técnica articulatória passiva prepara e ativa os tecidos corporais através do sistema circulatório, direta e indiretamente através dos efeitos físicos e dos centros neurológicos associados. Restaura o alinhamento corporal básico e estimula efeitos neurofisiológicos do movimento articulatório passivo, um componente principal dos impulsos transmitidos pelas fibras C de condução lenta. Deste modo, a atividade nociceptiva facilitada será temporariamente aliviada e a atividade reflexa alterada será reintegrada.

2. Ritmo

Toda a vida até a mais básica célula manifesta forças rítmicas em interações cíclicas. A definição de ritmo descreve uma correlação harmoniosa de partes em sucessão regular e seqüências de eventos recorrentes. O ritmo é encontrado na periodicidade funcional normal dos órgãos e tecidos do corpo, é produzido pela contração dos músculos moles e sob controlo autónomo. Todas as atividades rítmicas no corpo são involuntárias e cada víscera apresenta o seu ritmo particular. Uma parte importante na aplicação do AC é o uso dos movimentos articulatórios passivos para avaliar e analisar o ritmo do paciente ou a falta deste. As manifestações físicas da falta de ritmo podem ser observadas em variadas simetrias de tensões e contrações dos músculos. A avaliação da interação entre agonistas, antagonistas e sinérgicos pode fornecer pistas sobre os mecanismos de controlo rítmico entre os neurónios motores superiores ou inferiores.

O conceito “ritmo” é fundamental, especialmente quando se avalia as relações entre o Sistema Nervoso Central (SNC) e Sistema Nervoso Simpático (SNS). O primeiro com a sua função moduladora e trófica, e o último com a sua função através do sistema vasomotor. O SNS proporciona uma ligação entre o SNC e a vida visceral e, assim, promove a função vital do corpo. Ao examinarmos com mais atenção a vida visceral, especialmente o aparelho gastrointestinal, podemos constatar que a fisiologia do sistema nervoso entérico é dependente (para o seu ótimo funcionamento) da interação rítmica entre o plexo mioentérico de Auerbach e o plexo submucoso de Meissner. A partir desta correlação podemos deduzir que, se houver mudança na capacidade de alguma destas funções, as condições arrítmicas irão instalar-se e comprometer um ótimo funcionamento.

O ritmo é omnipresente e é um princípio básico na fisiologia do corpo; o conceito de ritmo é essencial para o estabelecimento de funções coordenativas, harmoniosas e ordenadas. Ao serem elaborados no sistema digestivo, observamos como as várias funções da ingestão, mastigação, digestão, assimilação e eliminação são rítmicamente correlacionadas com as correspondentes enzimas e as secreções hormonais dos sistemas exócrino e endócrino. A função ótima dos sistemas corporais depende na livre interação rítmica das estruturas e funções. O objetivo

terapêutico, respeitando o conceito de ritmo, é evitar um tratamento sem interação rítmica, pois mais tarde irá agravar a condição. A intenção é, assim, restaurar a ordem e a harmonia através do movimento coordenado tanto a nível estrutural como a nível funcional. Ultimamente, a aplicação do AC estabelece um ritmo que é natural ao corpo para corrigir os distúrbios sem imposição.

Como referido por J.M. Littlejohn, a regulação da vibração dos nervos funciona em conjunto com os processos moleculares, mecânicos e vitais; facilita ainda a conversão da energia vital em movimento, ritmo e mobilidade. Estes são princípios fisiológicos essenciais que fundamentam a ação terapêutica.

3. Rotação

A rotina do Ajuste Corporal é articulatória na natureza e imita a função natural do corpo enquanto mecanismo vital articulado. Segundo a definição, a rotação é um movimento em roda do eixo. A avaliação dos movimentos corporais ou qualquer movimento na natureza irá exhibir um comportamento não linear. Esta observação de movimentos de tipo circular será assim uma característica do movimento articulatório da técnica aplicada. As alavancas aplicadas têm como objetivo incluir todos os planos e movimentos fisiológicos para comprometer conjuntamente todos os tecidos do corpo.

4. Mobilidade & 5. Motilidade

A vida em si manifesta-se no movimento. Desde a maior (mais visível) à mais pequena (mais subtil) troca de substâncias, existe sempre atividade e variação inerentes. A liberdade de movimento é uma expressão essencial da fisiologia do corpo desde o nível celular a movimentos mais físicos. Podem ser diferenciados entre tipos de movimento voluntários ou involuntários e entre mobilidade e motilidade. A motilidade refere-se ao movimento num nível mais celular, como diferentes pressões químicas e osmóticas no movimento de iões e de enzimas ou peristaltismo e atividade ciliar (movimentos intrínsecos e de controlo involuntário como podemos ver nos sistemas respiratório e digestivo). Assim, a restauração da motilidade irá preceder uma função coordenada e correlativa dos sistemas corporais.

6. Integridade Articular

A Integridade Articular é entendida como a interação leve dos movimentos de todos os tecidos do corpo desde as articulações no campo osteomuscular às articulações serosas ou as membranas parietais (e outros tecidos conetivos). Todos estes deverão obter um grau de liberdade e capacidade de se moverem de forma independente uns dos outros. A solução para restaurar a integridade articular é

através da mobilidade e motilidade. O tratamento deve estabelecer mobilidade a todas as estruturas conjuntas através da relação entre todos os tecidos correlacionados: ossos, cartilagens, ligamentos, tendões, vasos sanguíneos, nervos e tecidos conectivos. Portanto, a correlação entre tecidos duros e tecidos moles é estabelecida.

7. Coordenação

Como notado anteriormente, o Ajuste Corporal é direcionado primeiramente para auxiliar a coordenação das atividades inerentes às diferentes partes do corpo de um ponto estrutural e funcional. É na forma de AC que os mais básicos parâmetros da fisiologia, como observados na harmonia e coordenação, são aplicados. Em consideração à fisiologia, certas ações ou reações devem seguir uma sequência coordenada. Ao observar a circulação do sangue é de importante relevância a sua coordenação e distribuição entre o profundo e o superficial e as áreas centrais e periféricas do corpo. Os tecidos em demanda dependem na atividade nervosa coordenada para regular e alterar a distribuição do sangue de uma área para a outra. A análise da postura e do movimento demonstra uma orquestra complexa e coordenada dos impulsos estimulatórios e inibitórios que promovem ótimas dinâmicas. No geral, todos os processos que mantêm a homeostase são dependentes da função coordenadora por um lado do sistema Nervoso Autónomo, e por outro do sistema Nervoso Central.

8. Correlação

Assim que as ações coordenadoras são definidas, as bases da correlação dos sistemas estão estabelecidas. Nas terapêuticas naturais, o objetivo é restabelecer interdependências e inter-relações a um nível mais funcional. A correlação parece ser um pouco mais subtil que a coordenação uma vez que se refere ao equilíbrio entre as atividades moleculares e celulares. Como exemplo temos o ato de respirar em termos de função inspiratória e expiratória, que se remetem à coordenação. Inversamente, a respiração em termos das trocas gasosas descreve a correlação em relação à interação entre os sistemas.

9. Estabilização

Neste ponto, o ênfase encontra-se na habilidade e na capacidade do paciente em manter o equilíbrio e resistir às forças internas ou externas que tentam destabilizar as condições estáveis e equilibradas. O conceito de coordenação e correlação do corpo e dos sistemas irão levar à criação de condições estáveis no mesmo. A desejada estabilização do paciente irá levar a uma melhor qualidade de

vida e fornecer todos os fatores necessários à criação de um corpo fisiologicamente mais resistente.

10. Lei Mecânica

As leis mecânicas e a teoria mecânica realizam um papel importante na fisiologia alterada do corpo e são frequentemente o componente principal na maioria das etiologias que podem ser vistas em prática. A base da integridade postural é a integridade estrutural, e isto aplica-se a todo o sistema corporal. Esta correlação está numa relação recíproca com a manutenção geral do equilíbrio nervoso no corpo. Desde que as forças gravitacionais que atuam no corpo sejam capazes de se acomodar eficientemente, a integridade postural será mantida apesar da posição em que se encontre o corpo. Como o equilíbrio das forças internas do corpo é dependente da relação entre a gravidade e o ambiente, devem-se encontrar num estado de equilíbrio dinâmico para que a saúde seja assegurada. Dadas estas considerações, a integridade fisiológica do corpo e das suas partes é baseada na relação entre o Centro de Gravidade (CG) enquanto centro de estrutura e função. Um centro de equilíbrio é gerado entre forças internas, a gravidade e os fatores ambientais. Todas estas relações harmoniosas resultam na provisão de condições tróficas e nutritivas dos tecidos, para que a saúde dos tecidos e a relação com o nosso ambiente sejam dependentes da integridade estrutural e atividade rítmica. Todas estas relações estabelecidas irão assegurar que o sangue e a força nervosa atuem como os dois grandes fatores reguladores na integridade postural. O equilíbrio destes dois parâmetros fisiológicos sujeita o corpo e os seus sistemas a mudanças compensatórias perpétuas. Num corpo ineficazmente ajustado irá existir uma tendência para a adaptação descoordenada entre estrutura e função, tendo como resultado o que definimos de “lesões osteopáticas”. No corpo equilibrado e integrado, irá existir uma relação única entre o “Centro de Equilíbrio”, de um ponto de vista fisiológico, e o “Centro de Gravidade”, de um ponto de vista mecânico.

“A Osteopatia leva-nos de volta à natureza, ao corpo, aos processos do corpo, às vitalidades do corpo e às causas fisiológicas, condições fisiológicas e funções fisiológicas; e em todos estes, não com base em misticismos, baseámos e ainda baseamos a nossa teoria da Osteopatia.” –J.M. Littlejohn

Conclusão

Uma observação fundamental por Hans Selye nas primeiras pesquisas sobre a resposta geral e adaptável do corpo (durante a primeira metade do século XX) foi a capacidade do corpo para se adaptar ao ambiente enquanto uma das mais importantes reações fisiológicas na vida. A adaptabilidade fisiológica fornece a capacidade de regulação aos estímulos externos e foi considerada a característica mais importante da matéria viva e da capacidade vital. O método osteopático

original usado pelos primeiros era baseado no uso de recursos físicos para ultrapassar a quebra fisiológica e a patologia. A Osteopatia foi usada como sistema de medicina, sendo que a palavra medicina não se refere unicamente a intervenções farmacêuticas, mas designa a ciência e a arte do tratamento de doenças ou lesões e as leis que regulavam a sua prática.

É evidente que, como foi visto nestes processos fisiológicos, para entender a função do corpo na saúde e na doença deve-se ter uma abordagem mais integrada e holística. Com respeito pelas dinâmicas clínicas, a filosofia biomédica mecanicista, como é praticada no nosso modelo médico alopático, parece abordar a saúde e o corpo com um método analítico e reducionista. A tendência para ver o organismo vivo como um composto de partes ao invés de um organismo individual em constante relação recíproca com o seu ambiente invadiu a nossa mentalidade osteopática e reduziu a extensão das terapêuticas osteopáticas. Ao observar investigações no campo médico, notamos uma abordagem muito linear e analítica em que os métodos que controlam fatores e variáveis são de primeira importância na pesquisa. Este paradigma de pesquisa infelizmente não abrange a diversidade biológica dos organismos naturais. Parece que ao criar divisões no corpo, deixamos de ver e perceber o mesmo como um organismo vivo com reações holísticas.

Finalmente, é essencial visar um paradigma que respeite os princípios osteopáticos e que baseie o seu foco fundamentalmente nas leis da interdependência. O conhecimento dos princípios osteopáticos valoriza estas inter-relações do organismo humano enquanto lei fundamental e só com a sua aplicação os operadores podem tratar e ver o corpo como um todo integrado ao invés da dissociação das partes.

“O todo é maior que a soma das suas partes.” - Aristóteles