



**UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**

**TERAPIA CON VENTOSAS: ¿SABES O HAS ESCUCHADO SOBRE EL TEMA?**

**ALGUNAS DE LAS INVESTIGACIONES REVELARON EFECTOS MUY INTERESANTES, COMO UN AUMENTO DEL NÚMERO DE FIBRAS DE COLÁGENO**

**POR  
EMMANUEL PERALTA**

**1 DE AGOSTO, 2019**

Es bien sabido que, en la medicina tradicional, existe una energía vital que fluye por todo el cuerpo y nutre al organismo. La interrupción de este flujo de energía produce desequilibrios en el cuerpo que son los causantes de enfermedades y la producción del dolor. La terapia con ventosas son una de las mejores técnicas para reequilibrar esa energía. También es útil para expulsar los factores patógenos externos.

La terapia con ventosas ( cupping ) es la aplicación de un recipiente al cual se le genera la presión negativa en su interior; esta acción incide sobre el cuerpo en forma variada creando fenómenos en los tejidos blandos superficiales, creando así respuestas locales y generales.

Sus beneficios van desde ocasionar el efecto revulsivo (inflamación externa para quitar un problema interno), efecto relajante muscular, efecto analgésico, eliminación de factores patógenos externos, sobre todo el frío y humedad, activación de la circulación de la sangre hasta regular el sistema nervioso y aumentar las defensas.

Las ventosas pueden utilizarse de forma aislada, aunque también puede ser combinadas con otras terapias. Una de las complicaciones típicas es la de dejar hematomas en la piel.

Estos hematomas desaparecen a los pocos días sin dejar secuelas.

El cupping actúa principalmente mediante el aumento de la circulación sanguínea local y aliviando la tensión muscular dolorosa. Se trata principalmente de mejorar la microcirculación; esto ayuda a normalizar el estado funcional del paciente y la relajación muscular progresiva.

Algunas de las investigaciones revelaron efectos muy interesantes, como un aumento del número de fibras de colágeno. Algunos estudios mencionaron una disminución del dolor y picazón. También plantearon que contribuye con la estimulación de la nutrición del nervio periférico aumentando el flujo sanguíneo a la zona y mejora la circulación subcutánea estimulando el sistema nervioso autónomo.

'Cupping' y el deporte

El espasmo muscular, la congestión y el flujo sanguíneo restringido pueden causar dolor isquémico. El aumento de la perfusión mejora el suministro de oxígeno y el metabolismo celular, reduciendo la cantidad de agentes inflamatorios o sustancias tóxicas. Esto explica la elevación en los umbrales de dolor de presión en áreas relacionadas con el dolor post terapia cupping.

La sangre se traslada rápidamente desde zonas aledañas a la zona de tratamiento guiada por las bajas presiones del aire. Luego una parte de esta sangre regresa.

Cambios promueve la oxigenación de la zona aumentando la HBO<sub>2</sub> en los tejidos, aumentando el ATP disponible en la modalidad flash.

El Instituto de Salud Física y Deportiva de la Udelas (Insafide), siempre pensando en la innovación y en constante educación, cuenta responsablemente con profesional certificado internacionalmente para la aplicación de terapia con ventosas.

**DOCENTE UDELAS**