

LA OSTEOPATÍA SE SUMA AL DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

01 de octubre: Día Internacional de las Personas Mayores

La Osteopatía se suma al Día Internacional de las Personas Mayores y se reivindica como un método eficaz y económico en el mantenimiento de su salud

La Osteopatía es un método de salud manual, nada invasivo, que se hace con técnicas suaves, y que puede ayudar en muchos trastornos de salud en las personas mayores, como en enfermedades crónicas degenerativas, artritis, artrosis, osteoporosis, toda clase de dolores musculoesqueléticos, y pérdidas de equilibrio y movilidad. Merece destacar su papel de soporte o coadyudante de la Medicina Convencional en las enfermedades crónicas y degenerativas.

APT_N_COFENAT reivindica el gran impacto que puede tener la Osteopatía sobre la salud y en la economía, como consecuencia de la reducción de la morbilidad, de las visitas de urgencia, de hospitalizaciones, de uso de medicamentos, e incluso de la mortalidad.

Al igual que la OMS, APT_N_COFENAT demanda la implementación de la Osteopatía y las Terapias Naturales en los sistemas públicos de salud porque supone un beneficio para la salud y contribuye al mantenimiento económico del sistema.

Madrid, 25 de septiembre de 2015. Según la ONU y la OMS, se está produciendo una verdadera revolución demográfica en todo el mundo por el aumento de la población de las personas mayores. Actualmente hay más de 600 millones de personas de más de 60 años y en 2050 se aproximarán a los 2.000 millones (el 20% de la población mundial). Vivimos más tiempo por la mejora general de la calidad de vida, la alimentación y los avances de la medicina. Y, aunque no en todos los sitios estas condiciones son iguales, el crecimiento es generalizado. Las personas mayores desempeñan un papel cada vez más importante en la sociedad, por sus conocimientos y experiencia, en el cuidado de sus familias y trabajando. Por ejemplo, en España, el cuidado de personas dependientes y enfermas es, en su mayoría, llevado a cabo por personas mayores, especialmente por mujeres. Pero para eso, y para gozar de una vida plena, es necesario asegurar que las personas mayores disfruten de una adecuada salud. Por desgracia, con la edad, la salud empeora y la calidad de vida se reduce, por lo que se deben emplear más recursos humanos y económicos para su atención. El responsable de la Comisión Científica de Osteopatía de la Asociación de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales (APTN_COFENAT), Gabriel Díaz, analiza qué puede hacer la Osteopatía en las personas mayores.

¿Qué aporta la Osteopatía a las personas mayores?

La Osteopatía quiere aportar su granito de arena, ayudando a que las personas mayores puedan tener una mejor calidad de vida y a valerse por sí mismas.

¿Por qué la Osteopatía puede ser útil a las personas mayores?

La Osteopatía favorece a las personas mayores y puede ser muy beneficiosa para ellas, cumpliendo una valiosa labor preventiva. Influye positivamente sobre las estructuras corporales y en las funciones que estas estructuras realizan. También, porque las personas mayores tienen muchos problemas que pueden disminuir su calidad de vida, y la atención osteopática es el método eficaz para el alivio del dolor, para mejorar la movilidad y para estimular el sistema inmunológico.

¿Cómo se emplea la Osteopatía en las personas mayores y en qué casos concretos se usa?

La Osteopatía es un método de salud manual, nada invasivo, que se hace con técnicas suaves, y que puede ayudar en muchos trastornos de salud en las personas mayores, como en enfermedades crónicas degenerativas, artritis, artrosis, osteoporosis, toda clase de dolores musculoesqueléticos, y pérdidas de equilibrio y movilidad. Merece destacar su papel de soporte o coadyudante de la Medicina Convencional en las enfermedades crónicas y degenerativas. En este sentido, desde **APTN_COFENAT** se quiere reivindicar el gran impacto que puede tener la Osteopatía sobre la salud y en la economía, como consecuencia de la reducción de la morbilidad, de las visitas de urgencia, de hospitalizaciones, de uso de medicamentos, e incluso de la mortalidad.

¿Existen evidencias científicas de ello?

Si, por ejemplo, se sabe que el trabajo osteopático en personas mayores dos veces al mes mejora el estado de salud de los ancianos, reduce el número de visitas a urgencias y de hospitalizaciones, y también, disminuye el uso de medicamentos.

Como demuestra un estudio piloto realizado en el Colegio de Medicina Osteopática de la Universidad de Kirsville, publicado en la revista de la Asociación Americana de Osteopatía en agosto de 2012, sobre residentes en hogares de ancianos(1), las personas mayores están, en general, en un estado de mala salud, con dolor diario, pocos son independientes en sus actividades cotidianas y la mayoría toma una gran cantidad de medicamentos.

Otro estudio, concluye que la Osteopatía mejora el equilibrio postural y previene de caídas en personas mayores, lo que puede tener un impacto en la salud y en la economía, como consecuencia de la reducción de la morbilidad y la mortalidad asociada a las caídas, ya que muchas de éstas son causadas por problemas de equilibrio y son el motivo principal de lesiones en personas de edad avanzada.

Las personas mayores pueden obtener mejoras en su equilibrio mediante técnicas, nada agresivas, de Osteopatía estructural (musculoesquelética) y suaves y delicadas técnicas de Osteopatía craneal con tan sólo 4 sesiones, 1 a la semana, durante 4 semanas, cada una de 25 a 30 minutos. Así lo evidencia un estudio piloto realizado por el Colegio de Medicina Osteopática en Fort Worth, en el Centro de Investigación de Ciencias de la Salud de la Universidad del Norte de Texas, publicado en la revista de la Asociación Americana de Osteopatía en enero de 2011, sobre los efectos del tratamiento manipulativo osteopático en el equilibrio en pacientes de edad avanzada (2).

¿Los servicios de Osteopatía deberían estar incluidos en la sanidad pública?

Sí, desde APTN_COFENAT se considera que el aumento de las enfermedades crónicas y degenerativas, junto a cuestiones sociales y económicas son motivos que apremian la utilización de la Osteopatía, por ser beneficiosa y suponer un ahorro para la sanidad, tanto pública como privada.

Por eso, al igual que la OMS, APTN_COFENAT demanda la implementación de la Osteopatía y las Terapias Naturales en los sistemas públicos de salud porque supone un beneficio, no sólo para salud, sino que también contribuye al mantenimiento económico del sistema. Y para ello, es necesario desarrollar y fortalecer la colaboración entre los sectores de la Medicina Convencional y la Medicina Complementaria y Alternativa, ya que la sostenibilidad de nuestro estado de bienestar y del sistema de salud mejoraría con la inclusión de la Osteopatía y las Terapias Naturales.

REFERENCIAS

(1) Snider KT, EJ Snider, JC Johnson, C Hagan, Schoenwald C. Preventive treatment of osteopathic manipulation in residents of a nursing home old. Osteopathic Manipulative Medicine Department, AT Still University-Kirksville College of Osteopathic Medicine, 800 W Jefferson St, Kirksville. J Am Osteopath Assoc August 2012 112: 489-501.

(2) López D, Rey HH, Knebl JA, Kosmopoulos V, Collins D, Patterson RM. Efectos del tratamiento manipulativo osteopático en el equilibrio en pacientes de edad avanzada: un estudio piloto. Fuente: Centro de Investigación de Ciencias de la Salud de la Universidad de North Texas, Colegio de Medicina Osteopática en Fort Worth, TX 76107-2729, EE.UU.

CV del experto

Gabriel Díaz García es el responsable de la Comisión Científica de Osteopatía de la Asociación de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales (APTN_COFENAT). Desde finales de los 80 ejerce la práctica de la Osteopatía -es uno de los primeros que la introdujo en España- y de las Terapias Manuales. Está formado por el Real Centro Universitario María Cristina, adjunto a la universidad Complutense de Madrid, la Universidad de Santiago de Compostela y otros centros en varias disciplinas además de la Osteopatía, como son la Naturopatía, Homeopatía, Acupuntura, etc. Se dedica a la docencia y ha escrito una serie de libros, la mayoría relacionados con la Osteopatía. Tiene una mención especial por sus trabajos de investigación en Osteopatía y su aportación al Hábeas Científico de la Naturopatía (Federación Española Profesional de Naturopatía). Ha participado en numerosos simposios, congresos, seminarios y ponencias.

Sobre APTN_COFENAT

La Asociación de Profesionales y Autónomos de las Terapias Naturales (APTN_COFENAT) es una entidad asociativa y profesional de ámbito nacional con 30 años de historia que reúne a más de 10.000 profesionales y a un centenar de 100 escuelas de negocio. El objetivo fundamental de APTN_COFENAT es la representación y defensa de los intereses de todos los profesionales que ejercen y trabajan con Métodos Naturales de Salud, cuya denominación en la Unión Europea es la de Medicina Complementaria y Alternativa (CAM) y la de Medicina Tradicional y Complementaria (MTC), según la Organización Mundial de la Salud. Asimismo, APTN_COFENAT vela por la seguridad de los usuarios de estas técnicas promoviendo la información y la creación de un entorno profesional de aplicación de estas Terapias. APTN_COFENAT ostenta la Secretaría General de EFCAM (European Federation for Complementary and Alternative Medicine).

Más información sobre APTN_COFENAT en www.cofenat.es