

MASAJES Y PSICOTERAPIA.

**Georg Groddeck
(1931)**

Las relaciones mutuas entre el masaje y la mente son tan complicadas que dada la naturaleza del caso es imposible resumirlas brevemente. Además, los procesos de acción endocrina y el efecto del masaje en ciertos sistemas, a los cuales nos vemos obligados a asignar alguna función intermedia entre el cuerpo y la mente (por ejemplo, el sistema nervioso autónomo), nos son totalmente desconocidos. Por lo tanto, mi tratamiento del tema es inevitablemente incompleto, y solo intentaré discutir secciones aisladas.

Una cierta armonía de sentimientos en el nivel animal entre el médico y el paciente es la base fundamental del tratamiento médico que es, en esencia, una actividad recíproca entre médico y paciente, paciente y médico, en la que el médico asume los deberes, difíciles de entender y de llevar adelante, en cuanto al cumplimiento de un sirviente responsable del bienestar de su amo. El término “animal” pretende indicar que este importante factor en el tratamiento no tiene nada que ver con el conocimiento y la habilidad del médico, sino que se debe al contacto de dos mundos humanos y de sus humanas simpatías y antipatías mutuas. Uno no necesita mucha experiencia para descubrir que la influencia de este factor en la curación depende casi completamente del contacto físico. La realización inconsciente de esta verdad se muestra en la costumbre de enviar a cada paciente en la primera entrevista a un examen físico, aunque en la mayoría de los casos este procedimiento podría posponerse sin ningún resultado negativo.

Médicos calificados de vastas experiencias han aprendido que, en ciertas circunstancias, el examen puede hacer un daño irreparable, ya que uno no siempre puede predecir el resultado del contacto corporal, y, en consecuencia, a menudo ellos renuncian a las ventajas momentáneas de la diagnosis y la consiguiente resolución inmediata del problema de una relacionalidad extremadamente delicada entre dos mundos humanos en colisión. Esto no quiere decir, sin embargo, que, hablando en general, la rápida conquista del paciente no sea de gran ventaja en su tratamiento, de hecho, no pocas veces es necesario su exigencia llegado el caso. Todo lo que aquí se afirma, es que esta cuestión del momento adecuado para establecer contacto físico es sumamente importante en el tratamiento con masaje, ya que, por su propia naturaleza, el ejercicio del masaje obliga a un contacto físico más cercano entre el médico y el paciente que cualquier otra forma de tratamiento, cirugía incluida. Y así como el primer tratamiento con masaje invariable y consistentemente afecta al paciente ya sea de un modo placentero o displacentero, lo mismo ocurre durante todo el tratamiento posterior; por lo tanto, podemos decir con total justificación que el masaje, en cualquier forma en que se realice, debe tener alguna influencia psíquica sobre un organismo no acostumbrado, y en ese sentido es un recurso importante, e incluso incalculable, para la psicoterapia. Aquello que llamamos transferencia y resistencia aparecen durante el curso del masaje para ayudar o para dificultar.

El masaje puede ser de utilidad tanto en el diagnóstico como en el tratamiento. El médico que se trata a sí mismo con un masaje obtiene un muy excelente instrumento para la investigación. Que su sentido del tacto desarrollará un mayor refinamiento es demasiado obvio como para mencionarlo, más aún cuando nuestros métodos de trabajo hacen poco uso del sentido de las sensaciones, aunque para nuestros predecesores esta hubiera sido el medio más importante para llegar a un diagnóstico. La visión también se agudiza a través del masaje. Ellos no solo nos informan de los cambios de forma y color debido a la distribución del calor, cambio los cuales de otra manera no solo podrían escapar fácilmente a nuestra observación, sino que también las expresiones cambiantes del paciente revelan secretos ocultos de su alma, que de ninguna otra manera podrían llegar al conocimiento de su médico.

Los impulsos inconscientes y los rasgos de carácter profundamente enterrados se traicionan en sus movimientos involuntarios, por lo que casi nunca se puede administrar un tratamiento de masaje sin enriquecer el conocimiento diagnóstico por parte del médico, de su paciente. Su sentido de la audición también mejora, de tal manera que él puede seguir los cambios específicos en la respiración y el tono de voz que bien merecen atención. Aunque lo más importante de todo, es el papel que desempeña el sentido del olfato, pues se bien existe un abandono general de este sentido, a pesar de que nuestros antepasados le atribuían gran importancia al rol del olfato en la formación o corrección de un diagnóstico, nadie que de masajes puede evitar notar cambios notables en su olfato, y aunque no pueda comunicar su opinión de forma convincente a las otras personas, el hecho concreto es que él puede detectar cambios en el curso de la enfermedad mucho antes de lo que cualquier otro lo hiciese.

Sin embargo, no es solo el médico para quien el diagnóstico es importante; la ansiedad del paciente por saberlo es una prueba de la importancia que tiene para él, aunque aquí nos enfrentamos a la vez con una diferencia diametral. Se puede considerar en general que el médico es capaz de construir una imagen más o menos precisa del estado real de los eventos cuando entrega su diagnóstico, pero es absolutamente cierto que, para el paciente, en el mejor de los casos, el diagnóstico no es más que una frase vacía, mientras que, en otros casos, le da lugar a una idea completamente falsa de la situación. La falta de conocimiento médico y las fantasías desenfadadas resultantes sobre lo que sucederá o lo que pueda suceder en el futuro cercano o remoto, a menudo son un gran obstáculo para la recuperación, y no pocas veces, vez dan lugar a conflictos que invaden la vida familiar y profesional. Las supersticiones absurdas sobre materias médicas que se encuentran en todas las clases sociales, han convertido los conocimientos inacabados en un peligro general. En ciertas circunstancias, sin embargo, ellas pueden ser evitadas a través de los efectos mentales del masaje. Al primer contacto, el pensamiento y la atención del paciente se desvían hacia otros canales. El alcanza ciertos *insights* sobre su propia condición y quiere descubrir algo más sobre sí mismo de lo que se puede decir con frases la cuales pueden ser para él pura fantasía. De este modo, gradualmente comienza a darse cuenta de que en un diagnóstico, por ejemplo, en el término 'enfermedad cardíaca', se incluyen una serie de cosas diferentes que son más importantes para el tratamiento y la recuperación que la condición anatómica; que estar enfermo, su capacidad funcional y su retorno a un buen funcionamiento son los verdaderos objetivos del tratamiento médico, que su estado es más importante que el nombre de su enfermedad, y que en el caso de la enfermedad nos enfrentamos a una situación cambiante, ya que la enfermedad es un proceso orgánico de la vida, y no algo cosa estático e inerte.

Como día a día, él se enfrenta a nuevos problemas derivados de sus cambiantes sensaciones con el masaje, su deseo consciente de aprender se vuelve cada vez más intenso, ya que generalmente, después de un breve período, en compañía de su médico, se encuentra explorando nuevos campos físicos y mentales que de lo contrario sólo podrían ser descubierto por algún golpe de fortuna. Junto con este cambio de actitud por parte del paciente hacia su enfermedad y su médico, éste se orienta a algo que es aún más importante, la ampliación del horizonte del médico. Un médico que da masaje no puede ayudar a evolucionar, etapa por etapa, mediante sus propios métodos de tratamiento psicoterapéutico. La naturaleza misma de su trabajo lo convierte en un psicoterapeuta. Ciertamente, sus métodos son a menudo tortuosos, locos, e incluso peligrosos, pero eso no altera el hecho de que la experiencia práctica del masajista médico le ha dado una mucho mejor base para las doctrinas de una nueva psicoterapia, que la que podría haber obtenido a través de la mejor instrucción teórica sobre la mente y la enfermedad.

Debe mencionarse otro importante aspecto del efecto mental del masaje, aunque lamentablemente casi ignorado, y en su completa significación ciertamente no reconocido. En el transcurso del tiempo, la vida humana produce ciertos trastornos funcionales y cambios anatómicos que tienen poca importancia para el hombre sano, pero que retardan la recuperación de los enfermos, y casi todos ellos pueden y deben ponerse en relación con algunos problemas y cuidados durante el masaje. En primer lugar, la remoción a la vez libera energía, aunque para los propósitos actuales no hay que decir nada sobre este punto: en este momento estamos principalmente preocupados por las influencias psicoterapéuticas. El solo descubrimiento de estas lesiones casi universales tiene un efecto inestimable sobre la voluntad consciente e inconsciente del paciente de curarse y, por lo tanto, sobre el fortalecimiento de las fuerzas misteriosas que contribuyen a la salud, la incógnita eternamente insoluble de la medicina. Uno o dos ejemplos pueden aclarar esto.

Las exigencias de la vida son tales que las cuatro extremidades, las piernas incluso más que los brazos, cuelgan hacia abajo casi todo el día. El único efecto que suele notarse es que la influencia de la gravedad crea pequeños trastornos de la circulación sanguínea que tienen poca importancia en vista de la fuerza del latido del corazón. Pero otros fluidos circulan tanto en el cuerpo, como en la sangre, y el movimiento de estos depende en gran medida de la fuerza de la gravedad. Es notable que este otro tipo de circulación apenas aparezca en la teoría o práctica médica. El hecho es que ciertas partes inferiores del cuerpo adulto siempre contienen un exceso de líquido, con cierta reserva, se podría decir, siempre contienen tejido edémico.

Encabezando estas partes están los pies, las manos y las articulaciones. En el caso de los pies, las botas y los zapatos desempeñan un especial papel, ya que ellas ponen fuera de acción una buena parte de la maquinaria de especiales circulaciones, las cuales son importante para toda la economía del organismo. El uso de botas evita varios movimientos diferentes, por lo que ocurre que el adulto casi siempre está con las piernas un poco dobladas, ya que rara vez realiza movimientos de estiramiento completamente extendidos con ciertas articulaciones (por ejemplo, en la cadera y el cuello) o bien no se dobla en absoluto o solo realiza movimientos limitados en la flexión.

Este registro de retención en determinadas regiones del cuerpo pasa desapercibido debido a que se produce muy lentamente durante un período de años. Sin embargo, se revela de inmediato al masajista, porque éste observa en todos sus pacientes que los dedos de los pies, las puntas de los dedos, el nervio grande de la planta del pie, la vecindad de los nudillos, ciertas partes de la región que rodean el hueso sacro, los puntos particulares en los omóplatos y el cuello, etc., son dolorosos bajo presión. Por lo general, solo se necesita una ligera presión para establecer este hecho, en ningún caso una presión como la que ejerce el peso del cuerpo cuando cae sobre el pie. El estiramiento y flexión prolongados de las extremidades y la columna vertebral también son notablemente dolorosos para el europeo medio, incluso para el atleta entrenado. Gran parte, una muy gran parte de nuestra energía mental inconsciente se utiliza simplemente para evitar el dolor de estos lugares inundados de agua. Como ya se ha dicho, las condiciones de enfermedad son lentas en el desarrollo, pero por esa misma razón se pueden eliminar rápidamente con el masaje, al menos parcialmente y durante un largo período, y es por eso por lo que deben incluirse en cualquier discusión sobre la relación del masaje con la psicoterapia.

Desde el momento en que ya no es necesario dedicar una gran cantidad de atención inconsciente y energía mental para evitar el dolor, el poder así liberado puede usarse para otros fines, para la tarea de recuperación. Esto se puede hacer mucho mejor porque la mente consciente del paciente es capaz de reconocer y explorar sus propias experiencias, liberar sus energías y subsecuentemente relajarse. Esto no solo aumenta en gran medida su confianza en su médico, sino también el poder curativo de su propio organismo, y provoca una transformación de las características mentales conscientes, inconscientes y vegetativas de gran importancia para la psicoterapia.

Se puede presentar un ejemplo que muestra cómo el masajista, sin ningún esfuerzo adicional, descubre un camino que puede permanecer desconocido para los demás toda su vida. El caso particular podría, por supuesto, ser paralelo en otras regiones, y más especialmente en enfermedades de los pechos y los órganos abdominales. El valor de la respiración como medio de psicoterapia ya es ampliamente reconocido, aunque esto ha estado centrado más en los efectos y beneficios físicos, tal vez con alguna justificación. Sin embargo, hay que subrayar aquí que la respiración proporciona y libera una increíble cantidad de energía mental; sólo necesita contener la respiración hasta el punto del agotamiento para estar convencido de esto.

Respirar, de hecho, es la fuerza motriz principal de la circulación de los fluidos que hemos estado considerando. No es necesario mencionar que el efecto mental indirecto del masaje en este territorio es importante, así como también en el abdomen. Esa es la región más pantanosa del cuerpo, ya que es la de mayor capacidad de expansión y, al estar abarrotada de órganos esponjosos, ofrece oportunidades continuas para la recolección de agua. A este respecto, se puede llamar la atención sobre el hecho de que los músculos abdominales sobre el ombligo son dolorosos bajo presión, posiblemente debido a nuestros hábitos de alimentación, pero que esta condición se puede remover fácilmente, junto con las fantasías de enfermedades graves en el estómago o apéndice. Para ello es necesario, sin embargo, tomar los músculos apropiadamente entre los dedos y aplicar una dosis de tensión por parte del masajista. En cada adulto, los globos oculares son sensibles, y en el esfuerzo por evitar la irritación que se asocia particularmente con mirar hacia arriba,

hay un gasto inútil de energía de poder mental. La lengua, también, las encías y partes especiales de la nariz, muestran la misma sensibilidad. En otras palabras, con cada mirada que damos, cada palabra que hablamos, cada bocado que masticamos, todo lo que olemos, estamos desperdiciando un poder mental que, con la ayuda del masaje, podríamos, al menos en parte, y por un tiempo desviar a propósitos útiles.

Consideradas las cosas de este modo, quizás se nos permita afirmar que el masaje y la psicoterapia pueden emplearse conjuntamente de una manera útil.

NOTA. Este artículo, bajo el título de “Masaje” fue presentado en el Congreso Psicoterapéutico de Dresden, el 15 de mayo de 1931. Fue publicado por primera vez en noviembre de 1931, como La Contribución del Masaje a la Psicoterapia.

“En 1931, se celebró en Dresden el 6º congreso de “La Sociedad de Medicina General para la Psicoterapia”. Su tema general fue “Tratar el alma desde el cuerpo”. El famoso psiquiatra, Ernst Kretschmer, fue el director de este congreso. El psicoanalista Gustav R. Heyer, un colega de Jung, habló sobre “Tratar la Psique empezando por el Cuerpo” y sugirió modos de incluir gimnasia, deportes, ejercicios respiratorios y masajes en los tratamientos psicoterapéuticos. Un conferenciante fue tan lejos como para afirmar que una terapia combinada cuerpo-mente sería el futuro de la psicoterapia. Georg Groddeck hizo una presentación sobre “Masaje y Psicoterapia”, en la que describía cómo él usaba un masaje muscular profundo en sus tratamientos psicoanalíticos.” (Michael C. Heller (Lausanne, Switzerland)

EN: Usando el modelo SDO para distinguir formas básicas de intervención utilizadas en la Psicoterapia Corporal. <https://www.aqualide.ch/upload/texte/text81.ppt>

Volver a Bibliografía Georg Groddeck
Volver a Newsletter-II-ALSF