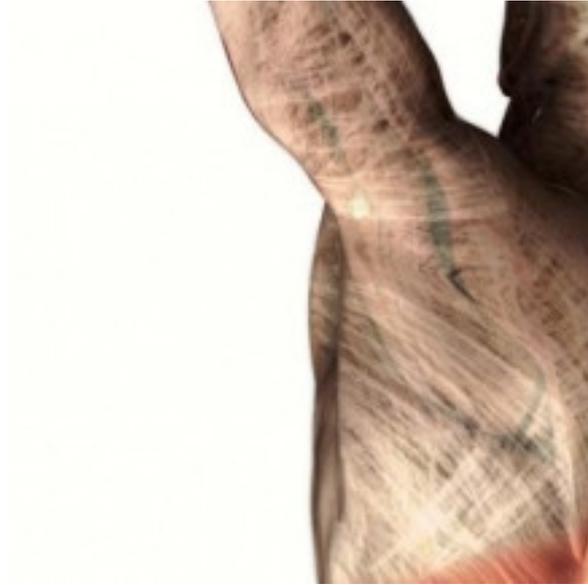


## INDUCCIÓN MIOFASCIAL



*Son numerosas las técnicas manuales que encontramos hoy en día para el tratamiento de las afecciones del aparato locomotor. Entre ellas, la inducción miofascial, devuelve la normalidad a este complejo sistema que ante diversos traumatismos, se ve alterado, provocando dolores y otras molestias en nuestro cuerpo.*

Irene Álvarez Coto

Encontramos el sistema fascial como una respuesta ante la **integración corporal**.

El Sistema fascial se trata de una **red tridimensional** de tejido conectivo, que se extiende de manera continua por todo el organismo; unificando estructural y funcionalmente todos los sistemas corporales.

Es el responsable de nuestra forma física al envolver huesos y músculos, brinda soporte a las vísceras, y a su vez, protege y conecta los sistemas vascular, nervioso y linfático a lo largo del cuerpo.

El tejido fascial es un tejido **elástico**, **moldeable**, gracias a la elastina y el colágeno que lo forman. Necesita cantidad de agua para mantenerse flexible e hidratado y posee receptores sensitivos de dolor.



**Es un sistema vivo**, que siente, y reacciona frente a cualquier situación de nuestra vida.



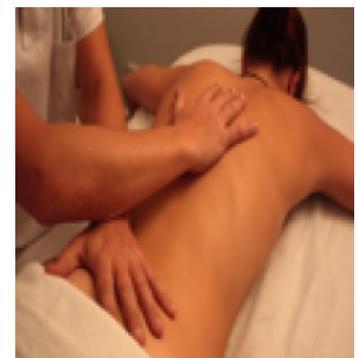
Se va amoldando según las posturas que adoptamos a lo largo de los años. Se retrae frente a un traumatismo, ya sea físico o emocional. Todo esto termina manifestándose con molestias, dolores, limitación en ciertos movimientos, que muchas veces surgen inesperadamente, sin saber porqué, incluso en lugares de nuestro cuerpo donde no esperábamos.

La fascia ha ido haciéndose camino como ha podido, como un jersey de lana, del que, si tiramos de un punto que se ha salido, se irá deshaciendo por otras partes.

No es posible mantener un cuerpo saludable, sin un sistema fascial saludable. Puede encontrarse en una excesiva tensión, o por el contrario, demasiado distendido, así, la función corporal queda afectada.

**Las terapias miofasciales** abarcan un amplio campo de aplicaciones clínicas, sin embargo se sugiere su aplicación en el tratamiento de lesiones del aparato locomotor: algias vertebrales, disfunciones de origen tendinoso, fibromialgias, recuperación postquirúrgica, fascitis plantar, cicatrices, cefaleas de origen mecánico...

Mediante técnicas, generalmente suaves, aplicando presión o tracción tridimensional, buscamos la liberación de las restricciones fasciales, con el fin de recuperar el equilibrio funcional del cuerpo.



Tras la aplicación del tratamiento, el sistema fascial seguirá autoajustándose durante unas 48 horas, durante las que podremos experimentar cambios en nuestro organismo, a veces sorprendentes. Una notable mejoría de las dolencias se hará presente, ya que las estructuras que se encontraban afectadas por la restricción miofascial, estarán más liberadas y mejorará la calidad de su función.