

HISTORIA DEL MASAJE

La palabra **Masaje** no tiene un origen muy claro. Se le atribuye diversas raíces, por lo que pudiera derivar del árabe MASS que significa tocar con suavidad; del griego MASSEIN que significa amasar; o del hebrero MASHESH que significa palpar.

Podríamos definir al **masaje** como la acción que intenta suprimir o apaciguar la sensibilidad superficial (Corpúsculos de Meissner) y la sensibilidad profunda (Corpúsculos de Golgi y Paccini).

El libro de Kong-Fou (de los Bonzos del Tao-she, escrito 2,700 años antes de J.C.) recoge las primeras recomendaciones empíricas e indicaciones del masaje y la gimnasia respiratoria con fines terapéuticos.

El Ayur-Veda (India, 1,800 años antes de J.C.) contiene diversos consejos higiénicos y del **masaje** con fines curativos. En algunas tumbas Egipcias se han encontrado dibujos representando diversas escenas de maniobras de **masaje**.

Hipócrates (450 años antes de J.C.) habla de diversas actuaciones sobre la piel, músculos y vísceras que atenúan el dolor corporal y facilitan ciertas acciones fisiológicas. Praxágoras, discípulo de Hipócrates, utilizaba el **masaje** para el tratamiento del íleo oclusivo.

En Grecia y Roma es habitual la utilización del **masaje** con fines terapéuticos. En Roma poco a poco van degradándose hasta llegar a fundamentarse en una serie de actuaciones eróticas, cayendo el **masaje terapéutico** en el descrédito. En las grandes termas romanas había estancias donde se practicaban técnicas de **masaje** por medio de aceite de oliva y diversas sustancias o ungüentos. Era administrado por los Tractores, masajistas precursores de nuestros actuales terapeutas.

Galeno (130 años antes de J.C.) lo utilizaba para relajar la musculatura de los gladiadores dejándonos “Gimnastica”, una obra donde explica en forma clara las maniobras del **masaje con fines curativos**. Los médicos griegos

Asclepiades y su discípulo Areteo, así como Avicena y Abulcasis, médicos árabes, escribieron varios siglos después tratados sobre las acciones terapéuticas del **masaje**.

Ya en la edad media, en el predominio del Cristianismo, estas técnicas de **masaje** caen en desgracia y es hasta el Renacimiento (siglo XVI) que surge la preocupación de la gente por revisar los tratados antiguos, resurgiendo el **masaje** y la gimnasia como medidas curativas y fortalecimiento corporal.

En los siglos XVII y XVIII son numerosos los médicos que hacen alusión en sus escritos al empleo del **masaje** como un medio terapéutico más.

En el siglo XIX, el avance de todas las especialidades de la Medicina y Cirugía es definitivo. Es la época brillante del **masaje**, el ejercicio y las curas Hidroterapéuticas.

En Inglaterra J.Grosvenor y su discípulo Cleobry, enseñan las técnicas del **masaje** en Oxford. John Shan, introduce el **masaje** en la cirugía, asociado al ejercicio. El sueco Ling, a través de sus discípulos consigue el reconocimiento científico de la Cinesiterapia y el **masaje**.

Así , Per Henrik Ling (1776 a 1839), fue el fundador del Instituto Gimnástico Central de Estocolmo después de su viaje a China. Ling trajo consigo diversas técnicas de **masaje** de extraordinaria eficacia con las que constituyó el sistema conocido como “el tratamiento sueco del movimiento” o “sistema Ling”. Ling es el autentico precursor de los modernos métodos gimnásticos en los que tiene muy en cuenta la utilización del **masaje** como preparatorio a la sesión de gimnasia. Europa lo adoptó de manera francamente rápida. Lamentablemente Ling no dejó obra escrita, y esta fue dada a conocer por sus discípulos Lind Beck y Georgy en la obra “Los fundamentos generales de la gimnasia”, publicado en 1840.

Un seguidor de Ling, el holandés Metzger, publicó en francés los métodos de Ling aplicados a la medicina. Así, se considera a Metzger como un pionero e introductor del **masaje terapéutico** en Europa.

A finales del siglo XIX y principios del XX el **masaje** ya no se aplica de forma empírica, sino científica. Se estudian sus bases fisiológicas y los distintos métodos e indicaciones de cada modalidad y técnica en particular. A través de las múltiples experiencias y publicaciones, aplicaciones, técnicas y sistemas de las distintas escuelas europeas, americanas y orientales (China y Japón especialmente) se distinguen las bases definitivas del moderno **masaje** actual. Se distinguen diversos métodos y técnicas terapéuticas: **Masaje Terapéutico** clásico, **Masaje Reflejo** sobre el tejido conjuntivo, **Masaje Acupuntural**, **Masaje Quiropráctico**, **Masaje Deportivo**, Automasaje, Shiatzu, Rolfing, **Masaje Soma**, Acupresura, Técnica Alexander, Método Feldenkrais, Polaridad, Reiki, etc.

Actualmente en Europa sobre salen tres escuelas:

La Sueca, cuya característica predominante es el **masaje fuerte y vigoroso** que abarca gran área del organismo.

La Francesa de maniobras finas, suaves, delicadas y precisas, seguidas de distintas aplicaciones de hidroterapia.

La Alemana, la cual combina el **masaje profundo**, las manipulaciones y las movilizaciones.

Los efectos y beneficios del **masaje** podemos resumir en cuatro grupos:

Calmantes.- Por saturación de impulsos nerviosos y sensitivos.

Estimulantes.-Por favorecer la riqueza nutricia del líquido intersticial y aumentar su intercambio con las fibras musculares.

Defatigantes.- Por favorecer el drenaje de los residuos tóxicos del trabajo excesivo de las fibras o células musculares, drenando hacia el centro del cuerpo dichos residuos donde serán procesados y eliminados.

Neurotónicos.-Por recargar los centros nervioso mediante sensaciones táctiles, a través del mayor aporte de influjos sin desgaste ya que no tienen que devolver ninguna respuesta, recargando los acumuladores nerviosos.

También la simple imposición de manos a través de las ondas electromagnéticas del influjo sobrante produce efectos tonificantes de la energía nerviosa, fortaleciendo a los que están débiles o enfermos por defecto de energía.