

## Beneficios de la Quiropraxia en la Salud y Bienestar

Dias, Egvaldo

Universidad Internacional Tres Fronteras

ID: 0009-0004-7314-2146

Viera Rodríguez, Sara Brígida

Universidad Internacional Tres Fronteras

ID: 0000-0003-1654-6756

Fleitas Talavera, Fabio Marcel

Universidad Internacional Tres Fronteras

ID: 0009-0003-9194-0638

### RESUMEN

La quiropraxia ha ganado atención en la medicina alternativa por su enfoque en el tratamiento de trastornos musculoesqueléticos, especialmente aquellos relacionados con la columna vertebral. Una revisión bibliográfica reciente, que abarcó investigaciones publicadas en los últimos siete años en fuentes como PubMed y Scielo, examina los beneficios de la quiropraxia para la salud en general. Los estudios revisados sugieren que la quiropraxia puede ser eficaz en el tratamiento de dolor lumbar, cervical y de cabeza, con mejoras significativas en la movilidad y calidad de vida de los pacientes. Asimismo, se ha demostrado que las manipulaciones quiroprácticas son útiles para reducir el dolor y la discapacidad en personas con trastornos musculo-esqueléticos crónicos. Se evidenció también que la quiropraxia puede contribuir a la mejora de otros aspectos de la salud, como la función nerviosa y la postura. Algunos estudios reportan efectos positivos en la reducción de la tensión muscular y el estrés, favoreciendo un bienestar general. Sin embargo, los hallazgos también sugieren que la efectividad de la quiropraxia depende de factores como la condición inicial del paciente, la técnica utilizada y la experiencia del profesional. Aunque los resultados son prometedores, se destaca la necesidad de más investigaciones controladas y de mayor calidad para consolidar la evidencia sobre los beneficios de la quiropraxia y su aplicación en el tratamiento de diversas condiciones de salud.

**Palabras clave:** Manipulación espinal, Trastornos musculoesqueléticos, Función nerviosa.

### ABSTRACT

Chiropractic has gained attention in alternative medicine for its focus on treating musculoskeletal disorders, especially those related to the spine. A recent literature review, which covered research published over the past seven years in sources such as PubMed and Scielo, examines the benefits of chiropractic for overall health. The studies reviewed suggest that chiropractic may be effective in the treatment of lumbar, cervical, and headache pain, with significant improvements in patients' mobility and quality of life. In addition, chiropractic manipulations have been shown to be helpful in reducing pain and disability in people with chronic musculoskeletal disorders. It was also shown that chiropractic can contribute to the improvement of other aspects of health, such as nerve function and posture. Some studies report positive effects on reducing muscle

tension and stress favoring general well-being. However, the findings also suggest that the effectiveness of chiropractic depends on factors such as the patient's initial condition, the technique used, and the practitioner's experience. Although the results are promising, the need for more controlled and higher quality research is highlighted to consolidate the evidence on the benefits of chiropractic and its application in the treatment of various health conditions.

**Keywords:** Spinal manipulation, Musculoskeletal disorders, Nerve function.

## 1. INTRODUCCIÓN

La quiropraxia es una disciplina de la medicina alternativa que se centra en el diagnóstico y tratamiento de las alteraciones mecánicas del sistema musculoesquelético, especialmente la columna vertebral, a través de ajustes manuales, esta práctica busca restaurar la alineación adecuada de las vértebras y optimizar el funcionamiento del sistema nervioso, que se cree influye en diversas funciones del cuerpo, en los últimos años, la quiropraxia ha ganado popularidad como una opción terapéutica para aliviar el dolor y mejorar la movilidad, especialmente en condiciones como el dolor de espalda, cuello y dolores de cabeza. Además de sus aplicaciones en la gestión del dolor, estudios sugieren que los ajustes quiroprácticos podrían tener beneficios más amplios para la salud, como la mejora de la postura, la reducción del estrés y la mejora del rendimiento físico.

Aunque no hay un origen único de la manipulación terapéutica, se sabe que fue utilizada en la antigua China, la región mediterránea y en las primeras civilizaciones americanas hace 5.000 años. Hipócrates y Galeno documentaron su uso, al igual que Himjotep en el Egipto faraónico. A pesar de su historia y los beneficios promovidos por médicos a lo largo del tiempo, pocos la practican hoy en día (1).

La profesión quiropráctica se ha fundamentado desde sus inicios en la importancia del ajuste de las articulaciones en general de todo el organismo, con especial significación en las de la columna vertebral, ya sea por medios manuales o mecánicos, en forma activa o en forma pasiva, con el propósito de mantener o restaurar la relación articular y su función, al igual que preservar y restablecer la integridad neurológica y su relación con procesos fisiológicos

## 2. ANTECEDENTES

López-Herradón y colaboradores realizaron un estudio; Impact of Chiropractic Manipulation on Bone and Skeletal Muscle of Ovariectomized Rats, en este estudio preclínico se evaluó el efecto de los ajustes quiroprácticos realizados con el instrumento Activator V, sobre la estructura ósea y músculos esqueléticos de ratas con osteoporosis inducida mediante ovariectomía. Tras la

intervención se observó un aumento de la densidad mineral ósea, del contenido mineral óseo y del factor de crecimiento mecánico en las ratas que recibieron los ajustes, lo que sugiere que los ajustes quiroprácticos podrían mejorar parcialmente la pérdida ósea en huesos con osteoporosis (2).

Randoll Gagnon-Normandin y colaboradores, en el ensayo denominado, *The mechanism of back pain relief by spinal manipulation relies on decreased temporal summation of pain* cuyo objetivo fue determinar los efectos hipoalgésicos específicos de la manipulación vertebral (SM) de alta velocidad y baja amplitud realizada en la columna dorsal, los resultados demostraron que el efecto de la SM en la producción de hipoalgesia se debe a una disminución en la sumación temporal del dolor, disminuyendo, a su vez, la sobre activación de las neuronas del asta dorsal de la médula que dan lugar a mecanismos de sensibilización central. Será interesante conocer los efectos de la SM a largo plazo (3).

### **3. QUIROPRACTIA**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la Quiropráctica como la Profesión Sanitaria que se ocupa del diagnóstico, el tratamiento y la prevención de los trastornos del sistema neuromusculoesquelético y de los efectos de dichos trastornos sobre la salud en general (4), como toda profesión sanitaria, ha desarrollado un cuerpo de conocimientos propio, centrado en el estudio de la columna vertebral, sus trastornos, el efecto de los mismos sobre el sistema nervioso, y su abordaje, concede una particular importancia a las técnicas manuales, como la manipulación o el ajuste de las articulaciones.

En las directrices elaboradas por la OMS, se establece que la seguridad y calidad de los servicios prestados depende directamente de la calidad de la formación, según las mismas, un Quiropráctico es un profesional con una formación universitaria mínima de 4.800 horas (4). Los países que reconocen el carácter sanitario de la profesión también determinan los criterios mínimos formativos, que son en todo el mundo de carácter universitario de segundo ciclo, esto en Europa implica una formación de Grado y Máster, en países como Canadá o EE.UU. Bachelor y Doctor en Quiropráctica, mientras que en otros como México es de Licenciado en Quiropráctica. Según la normativa de educación superior en cada país, la duración de los estudios oscila entre 5 y 7 años, en Europa equivalente a 300 puntos ECTS, como se detalla específicamente en la normativa francesa del 2018, por citar un ejemplo reciente (5).

El origen de la quiropraxia como disciplina moderna se atribuye a **Daniel David Palmer**, un masajista y vendedor de productos de salud, creía que la columna vertebral era el centro del sistema nervioso y que cualquier desalineación en ella, conocida como **subluxación vertebral**, podía interferir con el flujo nervioso y causar enfermedades, en 1895, Palmer trató a un paciente sordo con una manipulación de la columna vertebral, el paciente recuperó la audición, lo que llevó a Palmer a desarrollar la teoría de que la subluxación vertebral era la causa de la sordera, este evento marcó el nacimiento de la quiropráctica moderna, a pesar de los obstáculos, la quiropráctica ganó popularidad a lo largo del siglo XX, se abrieron nuevas escuelas y asociaciones profesionales, y la profesión se expandió a nivel internacional.

La quiropráctica supone que **el cuerpo tiene una capacidad innata para curarse a sí mismo que el sistema nervioso controla y coordina todas las funciones del cuerpo, explica que las subluxaciones vertebrales pueden interferir con el flujo nervioso y afectar la salud y que los ajustes quiroprácticos ayudan a restaurar la función normal del sistema nervioso, en este sentido** utiliza una variedad de técnicas para tratar las subluxaciones vertebrales, tales como la movilización articular las técnicas de liberación miofascial y terapia de ejercicio, la quiropráctica se utiliza para tratar una amplia gama de condiciones, incluyendo: dolor de espalda baja, dolor de cuello, dolores de cabeza, dorsalgia, ciática tortícolis, síndrome del túnel carpiano, problemas de postura, lesiones deportivas, problemas digestivos, problemas respiratorios y problemas de fertilidad.

Son raras las complicaciones graves como resultado de la manipulación de la columna vertebral (p. ej., dolor lumbar, daño a los nervios cervicales o a las arterias del cuello), sin embargo no es recomendable este tipo de manipulación en pacientes con osteoporosis o síntomas de neuropatía (p. ej., parestesias, pérdida de fuerza en un miembro), como así también es restrictivo para los que han sido sometidos a cirugía de columna vertebral o sufrido accidente cerebrovascular o que presentan un trastorno vascular

El diagnóstico y el tratamiento de las lesiones de tipo articular debe tener un fundamento biomecánico, el conocimiento de la biomecánica y la habilidad para detectar cambios en la mecánica de las articulaciones es esencial para el correcto manejo de la disfunción de las mismas, en este sentido es relevante mencionar que el movimiento de las articulaciones ocurre en tres planos: sobre su eje (rotación), a lo largo de un plano (traslación) y la combinación de ambos.

En el manejo de alteraciones musculoesqueléticas la parte más importante es la realización de un examen integral, en este sentido la quiropráctica se basa en la historia clínica del paciente,

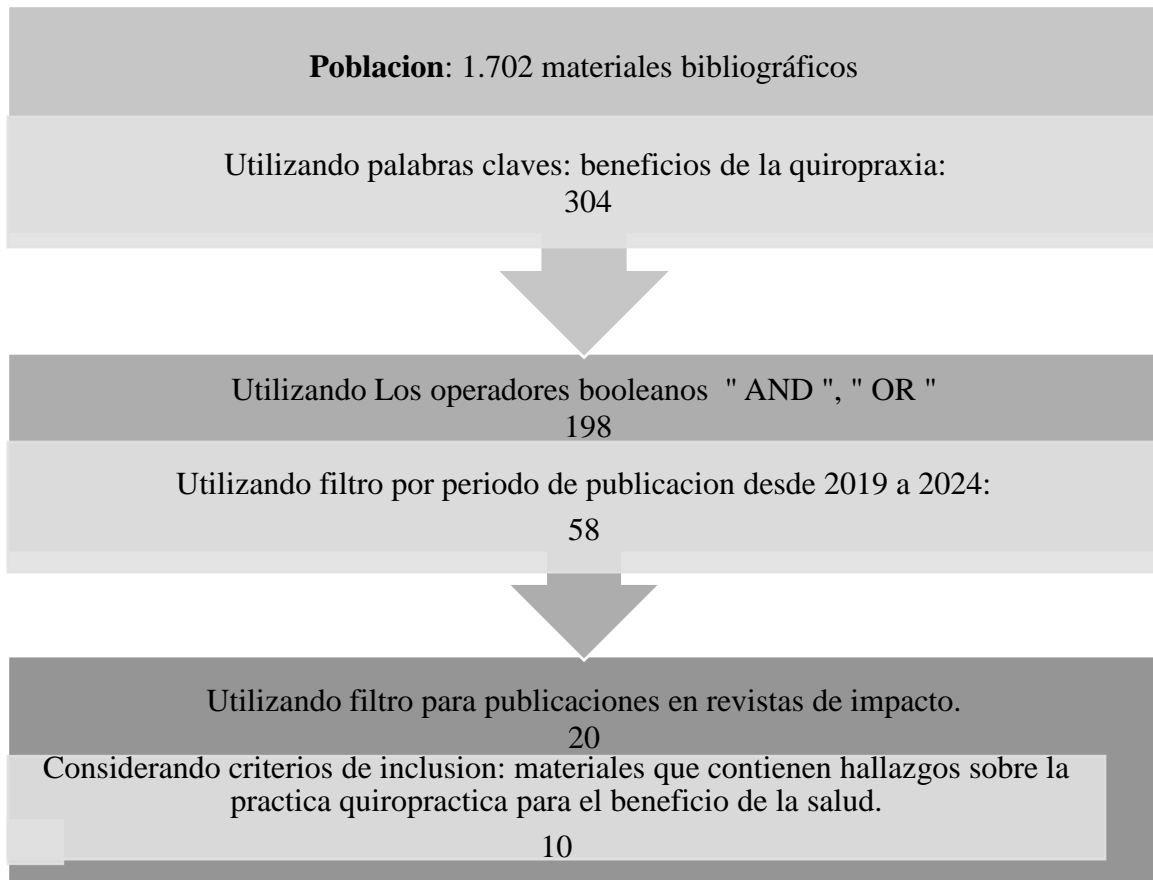
examen físico, pruebas de laboratorio y las pruebas necesarias para determinar el estado de salud del paciente y la causa de sus problemas, sin embargo es la metodología de examinación de la columna vertebral, lo que identifica a la quiropráctica como una ciencia de la salud distinta a otras formas de curación, la metodología utilizada incluye los procesos de observación, palpación, percusión y auscultación, se consideran cinco pasos dentro del proceso diagnóstico, y son: dolor y sensibilidad, asimetría, rango de movimiento, tejidos blandos, metodología precisa (6)

#### 4. MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio responde a un enfoque cualitativo pues se basa en una revisión bibliográfica, es decir se realizó un proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios **obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentales** (7), se indago de forma exhaustiva sobre los principales beneficios de la quiropraxia, con el objetivo de identificar enfoques no farmacológicos efectivos y respaldados por evidencia científica. Para ello, se realizó una búsqueda en las principales bases de datos nacionales e internacionales, utilizando una estrategia de búsqueda sistemática detallada a continuación.

La búsqueda se inició considerando los periodos de 2019 al 2024, abarcando artículos publicados en los últimos cinco años. Se emplearon los términos de búsqueda MeSH (Medical Subject Headings) y DeCS (Descriptor en Ciencias de la Salud) más relevantes y actualizados para asegurar la cobertura adecuada del tema (8). Las palabras clave utilizadas incluyeron: quiropraxia, beneficios, respuestas a la practicas quiroprácticas.

Para el muestreo se recurrido al método PRISMA, arrojando una población de material bibliográfico de la base de datos Google académico, de 1.702 publicaciones que incluyeron informes de tesis, publicaciones de revisiones bibliográficas, artículos científicos y libros.



Se aplicaron filtros temporales para seleccionar únicamente artículos y publicaciones científicas dentro del rango de los últimos cinco años. Tras realizar la búsqueda, se procedió a la revisión de los artículos encontrados, seleccionando aquellos con mayor pertinencia y calidad metodológica, que abordaran específicamente el tratamiento del dolor mediante terapias alternativas.

Las fuentes consultadas incluyeron buscadores médicos reconocidos como PubMed, LILACS, Cuiden, Scielo, Cochrane Library, Medline y Elsevier. Asimismo, se tomaron en cuenta guías prácticas y revisiones sistemáticas sobre el manejo del dolor, con el fin de proporcionar un enfoque integral y actualizado sobre las terapias no farmacológicas.

## 5. RESULTADOS

Este enfoque ha ganado reconocimiento a nivel internacional debido a su efectividad en una amplia gama de trastornos, especialmente aquellos relacionados con el sistema musculoesquelético.

Alivio del dolor musculoesquelético y mejora de la movilidad	Mejora de la función neurológica	Trastornos emocionales y calidad de vida	Prevención de trastornos musculoesqueléticos
<p><b>Se ha demostrado particularmente efectiva en el tratamiento de afecciones como dolor de espalda baja, dolor de cuello, dorsalgia, ciática, tortícolis y síndrome del túnel carpiano. Las técnicas se centran en restaurar el equilibrio de la columna vertebral, lo que a su vez mejora la función del sistema nervioso. Este enfoque ha mostrado una mejora significativa en la movilidad articular y la reducción del dolor musculoesquelético, lo que mejora la calidad de vida de los pacientes (1).</b></p>	<p>La premisa central de la quiropráctica es que el sistema nervioso coordina todas las funciones corporales. A través de ajustes que corrigen subluxaciones vertebrales, busca restaurar la función normal del sistema nervioso. Esto puede tener un impacto positivo en la función neurológica general, mejorando la comunicación entre el cerebro y el resto del cuerpo (6).</p>	<p>Aunque no se presenta como un tratamiento para trastornos emocionales, muchos pacientes informan una reducción del estrés, ansiedad y mejoran en su bienestar general, que puede llevar a una mejora en el estado emocional, lo que indica que también podría tener efectos indirectos sobre la salud mental (4).</p>	<p>No solo se limita al tratamiento de condiciones existentes, sino que también se enfoca en la prevención. La evaluación continua de la biomecánica de la columna vertebral y las articulaciones permite detectar disfunciones antes de que se conviertan en problemas graves, se establece que un diagnóstico temprano y la intervención quiropráctica pueden prevenir trastornos musculoesqueléticos de mayor complejidad (6) (1).</p>

## 6. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Como profesión sanitaria reconocida por la OMS, se ocupa del diagnóstico, tratamiento y prevención de los trastornos del sistema neuromusculoesquelético, así como de sus efectos en la salud general; al centrarse en la corrección de desalineaciones vertebrales y el tratamiento de trastornos neuromusculoesqueléticos, ha demostrado ser beneficiosa para aliviar el dolor, mejorar la movilidad, y restaurar la función neurológica. Aunque existen riesgos asociados, estos son relativamente raros y pueden minimizarse con una evaluación adecuada y una práctica profesional bien formada.

La calidad y seguridad de los tratamientos quiroprácticos están directamente relacionadas con la formación académica del profesional. Según la OMS, un quiropráctico debe tener una formación universitaria mínima de 4.800 horas de estudio, lo que asegura un alto nivel de conocimiento en anatomía, biomecánica, diagnóstico y técnicas de manipulación, como profesión sanitaria reconocida por la OMS, se ocupa del diagnóstico, tratamiento y prevención de los trastornos del sistema neuromusculoesquelético, así como de sus efectos en la salud general, es esencial una evaluación adecuada de cada paciente para garantizar que las técnicas sean aplicadas de manera segura y apropiada.

Aunque las complicaciones graves son raras, se reconoce que existen riesgos asociados a la manipulación de la columna vertebral, tales como dolor lumbar, daño a nervios cervicales o arterias del cuello. En casos de osteoporosis, neuropatías, cirugías previas de columna o trastornos vasculares, la quiropráctica no es recomendable.

Visto lo anterior, las investigaciones científicas recientes han encontrado que la quiropraxia es efectiva en el tratamiento de diversas afecciones musculoesqueléticas, especialmente el dolor lumbar, el dolor cervical, y las migrañas. Aunque los beneficios son evidentes en varios contextos, los pacientes deben ser evaluados adecuadamente para determinar si la quiropraxia es adecuada para su situación y recibir tratamiento solo de profesionales cualificados.

La quiropraxia ha sido objeto de un creciente interés en la investigación científica en los últimos años, especialmente en relación con su capacidad para mejorar la salud musculoesquelética y reducir el dolor, a pesar de la controversia que rodea a algunas de las prácticas quiroprácticas, diversos estudios recientes han mostrado resultados prometedores sobre sus beneficios en condiciones específicas, tales como alivio del dolor lumbar, uno de los campos donde la quiropraxia ha mostrado más eficacia es en el tratamiento del dolor lumbar crónico. Según un meta-análisis realizado en 2022, las manipulaciones quiroprácticas son tan efectivas como otros



tratamientos convencionales, como la fisioterapia y los analgésicos, para reducir el dolor lumbar y mejorar la movilidad.

Otro aspecto relevante hace mención a las mejoras en la salud de la columna cervical, en el tratamiento del dolor cervical y la rigidez asociada con las lesiones de cuello, la quiropraxia también ha mostrado resultados positivos. Un estudio de 2021 revisó los efectos de los ajustes quiroprácticos sobre el dolor cervical crónico y descubrió una mejora significativa en la intensidad del dolor y la función, en comparación con los tratamientos convencionales.

Por otra parte, los hallazgos refieren que la quiropraxia ha demostrado ser eficaz en dolores de cabeza y migrañas, un estudio realizado en 2020 mostró que los ajustes quiroprácticos ayudaron a reducir la frecuencia y la intensidad de las migrañas en pacientes que sufrían de estas condiciones crónicas. Los mecanismos exactos aún se investigan, pero se cree que los ajustes quiroprácticos pueden influir en el sistema nervioso central y mejorar la circulación, lo que lleva a una reducción de los síntomas.

Un aspecto interesante de la quiropraxia es su impacto potencial en el sistema nervioso, que va más allá del tratamiento específico de la columna vertebral. Algunos estudios sugieren que las manipulaciones quiroprácticas pueden ayudar a mejorar la función del sistema nervioso autónomo, lo que podría tener implicaciones para la salud general y el bienestar. Esto se debe a que se ha observado que los ajustes pueden influir en la respuesta del cuerpo al estrés, reduciendo los niveles de cortisol y mejorando la calidad del sueño.

Es importante señalar que, aunque los beneficios de la quiropraxia en ciertas condiciones son respaldados por evidencia científica, también existen riesgos, aunque relativamente bajos. Los efectos secundarios más comunes son leves, como molestias temporales después de un ajuste, sin embargo, existen preocupaciones sobre el riesgo de lesiones graves, como las que involucran la manipulación cervical y el posible daño a los vasos sanguíneos. Los estudios en este sentido son limitados, y la mayoría de los casos graves son extremadamente raros.

## **7. REFERENCIAS**

1. Canut B. Quiropraxia y deporte. Archivos de medicina del deporte; revista de la Federación Española de Medicina del Deporte y de la Confederación Iberoamericana. 2023.
2. López-Herradón A FRGMMSLJMFAJRPMIEPMf. Impact of Chiropractic Manipulation on Bone and Skeletal Muscle of Ovariectomized Rats. Calcified Tissue International. 2019.

3. Randoll C GNVJTBSRNOJDMPM. The mechanism of back pain relief by spinal manipulation relies on decreased temporal summation of pain. Neuroscience. 2019.
4. OMS. Directrices sobre formación básica e inocuidad en quiropráctica. Organización Mundial de la Salud. 2020.
5. Jorf. Ministère Des Solidarités Et De La Santé. Relatif à la formation en chiropraxie. 2019.
6. Benet-Canut. Quiropraxia y deporte. 2020.
7. Roberto HS, Fernández Collado C, Pilar BL. Metodología de la Investigación México: MCGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A.; 2020.
8. Campoy Aranda T. Metodología de la Investigación Paraguay: Marben; 2019.