

EL ESTILO DE VIDA QUIROPRACTICO

Empecemos por el principio. ¿Qué es la salud? La organización de la salud define la salud como el estado óptimo, físico, mental y espiritual y no solo la ausencia de síntomas. ¿Qué necesitamos entonces para estar sanos? Una idea sencilla: para que a un bosque se le considere sano, ¿no deben los árboles, los animales y resto de componentes estar sanos? Muy bien, pues lo mismo pasa con el cuerpo humano. Para estar sanos, cada uno de nuestro componentes más pequeños debe estar sanos. Ese componente se llama célula. En estado de salud, todas las células funcionan en equilibrio, todas juntas, a lo que llamamos homeostasis. ¿Qué quiere decir eso? Eso quiere decir que el cuerpo está realizando las funciones necesarias para sobrevivir y adaptándose al ambiente en el que se encuentra.

Por el contrario, el 100% de nuestras células no está funcionando como debe, no estamos sanos. Entramos en un tema que es blanco o negro, es decir, no se está “más sano” o “más enfermo”. Se está sano o se está enfermo. La enfermedad es simplemente una muestra de que las células no están funcionando como deben, porque ¿como se va a estar enfermo con todas las células sanas, si son lo que forman nuestro cuerpo y lo hacen funcionar?

Siguiendo el razonamiento, si a cada célula le aportamos lo que necesita y eliminamos lo que no necesita, conseguiremos que funcione a la perfección. Pero, ¿cuáles son esas necesidades?

La primera y más vital es que la célula reciba la información adecuada de qué funciones debe realizar. Para eso está el sistema nervioso. Gracias a este sistema todas las células funcionan en equilibrio.

¿Se entiende mejor ahora la importancia de la quiropráctica? Espero que sí. También aclara algo por qué la quiropráctica no trata patologías ni enfermedades, sino que intenta crear salud, entendiendo que la eliminación de los síntomas será como consecuencia natural de restaurar el equilibrio y que llevará tiempo.

Muy bien, sigamos aclarando conceptos. Si la enfermedad es muestra de mal funcionamiento en la célula, ¿cómo llegamos a ese punto? ¿Por qué dejan las células de funcionar al 100%?

Primero tenemos que entender que estamos diseñados para la salud y para sobrevivir. Es decir, el cuerpo tiende de manera natural a funcionar al 100% y hará lo necesario por mantener la homeostasis.

¿Qué pasa si el cuerpo no puede mantener la homeostasis o la función al 100% porque está en un entorno adverso? El cuerpo responderá, y diseñado para la supervivencia, reaccionará.

Veamos un ejemplo...

Nosotros viajamos a un Iceberg. Las bajas temperaturas van a activar los mecanismos necesarios para asegurar