

## Cum activeaza terapia Bowen sistemul imunitar. „Creierul va incepe <<sa scaneze>> medical intreg organismul"

Angela Sabau,



Terapiile alterantive, unele folosite de mii de ani, altele descoperite relativ recent, castiga tot mai mult teren si tot mai multi bolnavi apeleaza la astfel de metode. Despre terapia Bowen se stiu destul de putine, dar rezultatele spun foarte multe despre aceasta noua tehnica de tratare.

Despre metode noi si revolutionare se vobeste mereu, apar aparate tot mai performante, iar medicina conventionala a inregistrat uriase progrese. In mod paradoxal, tot mai multe persoane sunt interesate de terapii noi, neconventionale, care promit vindecari miraculoase.

Terapia Bowen este o metoda relativ recenta despre care, inasa, se vorbeste tot mai adesea. In Baia Mare exista deja mai multi terapeuti care stapanesc tehnica si spun ca, in realitate, nu este vorba despre un tratament propriu zis, ci, mai degraba, despre o metoda de a activa "doctorul intern", respectiv capacitatea organismului de a se autovindeca.

"Terapia Bowen consta in aplicarea unor miscari direct pe corpul pacientului, miscari care se fac fie cu degetele, fie cu intreaga mana, fie cu alte parti ale corpului terapeutului, astfel incat sa se trimita niste mesaje creierului. Creierul va incepe sa "scaneze" din punct de vedere medical tot corpul", explica Elena Hamza, terapeut.

Ea mai arata ca miscarile terapeutice sunt urmate de minim doua-trei minute de pauza. "Timpul de relaxare este necesar pentru ca sa se inregistreze, efectiv, acele mesaje, care in urma scanarii, sunt evidentiata sub forma

anumitor furnicaturi, vibratii, sau se poate resimti o caldura. Chiar daca, sa zicem, am aplicat o procedura pentru zona lombara, daca de-a lungul timpului a existat un traumatism la genunchi sau la laba piciorului de exemplu, exista o posibilitate ca persoana sa simta exact in zona aceea o furnicatur, o durere, un fulger", mai explica ea.

"Aplicam acest miscari corpului, creierul le percepe, incepe sa scaneze organismul si acolo unde exista probleme, pacientul va resimti niste furnicaturi. La fe de bine sunt si persoane care nu percep aceste furnicaturi, sau exista o problema atat de grava sau atat de veche, incat omul si-a pierdut sensibilitatea. Asta nu inseamna ca terapia nu ar eeficienta daca prsoana nu percepe anumite senzatii in timpul terapiei sau ulterior", mai relateaza terapeutul Elena Hamza.

O sedinta dureaza de la 20-30 de minute si pana la o ora sau chiar o ora si jumtate, iar sedintele nu sunt recomandate mai dese de una pe saptamana. "Un ciclu de vindecare al corpului ureaza intre minimm cinci si maxim e 10 zile. De aceea se recomanda ca terapia sa fie facuta o data pe saptamana. De obicei, la sapte zile, dar se poate face si la 14, sau la 21 de zile, in general la multiplu de 7. Insa pe masura ce lucrurile se amelioreaza, nu mai este necesar sa se faca saptamanal", mai explica ea.

Terapia Bowen a fost conceputa de australianul Tom Bowen (1916 - 1982). Desi era un om simplu, modest, fara pregatire in domeniul medical, dorinta de a ajuta orice persoana aflata in suferinta l-a condus la descoperirea acestei metode terapeutice. El a devenit un terapeut respectat, iar statisticile oficiale arata ca el trata peste 60 de pacienti pe zi. Despre el se mai spune ca nu primea bani cand trata copii, btrani sau persoane cu dizabilitati, iar uneori se trezea chiar si noaptea pentru a rezolva urgente. Tom Bowen spunea ca metoda lui de tratarea fost un dar de la Dumnezeu si a dorit ca oricine doreste, s poat invata tehnica lui. Insa abia dupa patru ani de la moartea sa, in 1986, sotia lui si Oswald Rentsch - ingul lui ucenic -au inceput sa predea mai departe aceasta tehnica.

Medicii nu contesta terapia Bowen, ba mai mult, ei confirma efectele benefice ale acesteia. "Metoda este folosit de multi medici, dar trebuie precizat ca este o terapie complementara, la fel ca si multe alte terapii, de exemplu acupunctura. Fiind o terapie complementara, nu presupune renuntarea la alte tratamente conventionale, inasa nu se combina cu alte terapii manuale, fizioterapia de exemplu", spune medicul rezident de recuperare emdicala, Iulia Moldovan.

Ea a mai precizat ca mecanisml dupa care functioneaza are la baza raspunsul tesutului conjunctiv la alicarea presiunii. "Toate tesuturile, toate celulele raspund la presiunea aplicata intinde muschiul. Mai este efectul piezoelectric care modeleaza aparatul locomotor. Tensiunea pe care o provoci in muschi produce efectul pizoelectric si duce la transmiterea tensiunii prin meridianele miofasciale. Pentru ca muschii nu sunt separati, ei comunica intre ei. Pe de alta parte vorbim de relaxare, pentru ca stresul ne mobilizeaza anumite mecanisme si nu oferim ragaz organismului sa se relaxeze. Corpul se "repara" in timpul relaxarii", a explicat medicul Iulia Moldovan.

Mai puteti citi:

**Imaginile uluitoare de la inmormantarea Inaltpreasfintitului Iustinian Chira care au pus pe jar internetul: explicatie stiintifica sau miracolo**

---