

Por Dr. José R. Salgado León, quiropráctico

Con probabilidad los excesos a los que nos sometemos en la época navideña, ya sea por comida, bebida o por periodos prolongados sin el descanso, nos hacen sentir enfermos. Si bien esta temporada de festividades nos acerca a familiares y amigos, no es menos cierto que abusamos de nuestros cuerpos exponiendo nuestro sistema nervioso a susceptibilidades.

Y lo más seguro, al momento que comenzamos a sentir los síntomas de una enfermedad, la pregunta que nos hacemos inmediatamente es ¿por qué nos enfermamos?

Esta pregunta inevitablemente nos conduce a varias otras: ¿nacimos con un caudal de salud? ¿Han sido nuestros padres y abuelos saludables o enfermos? ¿Nos hemos sentido enfermos la mayor parte de nuestra vida? ¿Es la época lo que nos enferma? ¿El clima?

En la quiropráctica entendemos que el sistema nervioso o neurológico es el que dirige, coordina y controla todas las funciones del cuerpo (*Grey's Anatomy*, Ed. 29, pág. 4). Cuando este sistema es atacado por el estrés físico, químico, emocional o mental, no podemos disfrutar de un cuerpo saludable ya que comienzan a obstruirse todos los demás sistemas, incluyendo el inmunológico.

Al momento que nuestro sistema nervioso deja de funcionar con eficiencia, se lacera el funcionamiento de los demás sistemas que componen la maquinaria del cuerpo (digestivo, circulatorio, inmunológico), y por ende, nuestro cuerpo pierde la capacidad de defenderse contra cualquier invasión de microorganismos o gérmenes. Lo que quiere decir que los gérmenes no producen la enfermedad, sino lo que ocurre es que el cuerpo pierde la facultad para protegerse de ellos.

Un ejemplo claro sería tomar una muestra de aire del hogar o del lugar de trabajo. Si lo

investigáramos a través de microscopios corroboraríamos la cantidad de esporas, ácaros y gérmenes (buenos y malos) que respiramos a diario. Entonces, ¿por qué hay personas que en un mismo espacio se resfrían y otras no? Porque algunos tienen su sistema inmunológico comprometido y no puede proteger al cuerpo.

Mediante el modelo *Network Spinal Analysis* (NSA) ayudamos al cuerpo a través de los ajustes sutiles a que el cerebro pueda buscar los recursos internos necesarios para que todos los sistemas, incluyendo el inmunológico, puedan funcionar adecuadamente protegiendo el cuerpo de cualquier germen.

En esta época el famoso “flu”, gripe o mejor conocido como catarro son la orden del día. Es un buen momento incluir en nuestro estilo de vida a *Network Spinal Analysis* (NSA) y los ejercicios de *Somato-Respirator y Integration* (SRI), y de esta manera poner el sistema nervioso y el inmunológico en óptimas condiciones.

Como una anéctoda, hace escasamente dos semanas una paciente llamó a la clínica para informar que no llegaría a su cita porque sentía que le iba a dar catarro. Mi asistente rápidamente la persuadió para que viniera a recibir su ajuste sutil, me transfirió la llamada y le pregunté qué le pasaba. Seguidamente le dije: ¿Cuáles son las posibilidades de recuperarte de este catarro más rápido si no vienes a la oficina? Me contestó que ninguna. Entonces le pregunté: ¿Qué vas hacer? Me dijo: “espéreme en la clínica”.

El Dr. José R. Salgado es quiropráctico que utiliza dos sistemas sutiles: el *Network Spinal Analysis* y *Somato-Respiratory Integration*. Su tel. es 787-720-0345, correo electrónico: bacrecpcion@gmail.com y en facebook/bodyawarenesscenter.