

**Punto de vista**

Policlínica Alcides Pino Bermúdez. Holguín

**Terapia Su Jok en las enfermedades del sistemaostiomioarticular****Su Jok Therapy in Osteoarticular System Diseases**

*Carmen Rosa Chelala Friman*<sup>1</sup>

- 1 Especialista de Primer Grado en Ortopedia y Traumatología. Asistente. Policlínica Alcides Pino Bermúdez. Holguín

Las terapias Su Jok, creadas y desarrolladas en las décadas de los años 1970 y el 1980 del siglo XX, por el profesor coreano Dr. Park Jae Woo, son un conjunto de terapias diagnósticas y terapéuticas extraordinariamente eficaces y perfectamente aplicables a los pacientes en atención primaria.

En coreano, *Su* significa mano y *Jok* significa pie; es un método desarrollado fundamentalmente en Corea; este método es tan simple y lógico, que no debe memorizarse nada, con el sistema básico se puede entender todo en forma lógica.

Nuestra mano tiene un gran parecido a todo nuestro cuerpo y esto no es coincidencia, sino que es algo creado en forma por la naturaleza para poder ayudarnos a prever, diagnosticar y hasta curar enfermedades mediante la sola aplicación de presión en la zona afectada que corresponde, invariablemente, al órgano o zona del cuerpo enfermo.

En la técnica del Holograma, llamada Su Jok que quiere decir “mano-pie”, se utilizan, fundamentalmente, las regiones de las manos y los pies porque son las que más fácilmente representan el cuerpo humano. Por ejemplo, el cuerpo tiene cinco apéndices: cuatro extremidades y la cabeza; la mano tiene cinco apéndices (los dedos). Si estamos de pie, cuatro extremidades apuntan hacia el suelo y una, la cabeza, apunta en sentido diferente; en la mano, al abrirse, cuatro dedos apuntan hacia abajo y el pulgar, en otro sentido.

La cabeza rige al cuerpo, lo mismo ocurre con el pulgar que es quien rige la mano. Las cuatro extremidades tienen tres segmentos, por ejemplo, muslo, pierna y pie; los dedos que representan esas extremidades tienen tres segmentos las falanges. El pulgar, que representa la cabeza y el cuello, tiene también dos segmentos o falanges. Lo interesante de todo esto es que se ha demostrado que se puede influir positivamente sobre el cuerpo y sus funciones, a través del estímulo de su representación analógica.

Los estímulos a utilizar en los puntos analógicos pueden ser la presión, punción, masaje, calor o frío. Es de vital importancia localizar adecuadamente los puntos sobre los que se trabajará y no dejar de buscar hasta que se localice el punto específico.

El sistema Su Jok se basa fundamentalmente en los principios de la reflexología de la mano y del pie. Son muchos los sistemas diagnósticos y terapéuticos que se basan en estos principios: Auriculoterapia, Iridología, Acupuntura, entre otros.

La explicación del por qué y cómo funcionan estos holosistemas, no está suficientemente elaborada.

La fisiopatología más probable sería que al actuar sobre los puntos holográficos, se estimula el sistema nervioso autónomo y el sistema de defensa orgánico.

Hasta el momento, lo que sí se sabe es que el holograma contiene una serie de puntos analógicos, que representan el órgano enfermo y que su estimulación puede producir alivio y hasta curación de la afección que aqueja al paciente. Y lo hace en breve tiempo, desde la primera sesión de tratamiento. Lo importante es realizar un buen diagnóstico holográfico y saber orientar al paciente que el dolor que va a sentir al presionar el punto preciso va a ser por muy poco tiempo y que tiene la gran ventaja de suprimir casi por completo la sintomatología desde la primera sesión.

Técnica empleada.

- Se localiza el punto doloroso en la zona de la mano correspondiente al órgano afectado, con la punta más gruesa de la varilla para el diagnóstico y se presiona durante un minuto aproximadamente con la punta más fina de la varilla como terapéutica.
- Después de comprobar si ocurrió alivio de la sintomatología que afectaba al paciente, se coloca un pequeño esparadrapo en la zona con una semilla de cardo santo o munición pequeña utilizada en auriculoterapia o se marca el punto con un

bolígrafo y se indica presionarlo cada tres horas con un objeto romo, no punzante, como el mango de un pincel, una agujeta de tejer crochet, una llave que tenga punta roma o la varilla de holograma y se cita al paciente a los tres días para comprobar su evolución.

- Se localiza el punto doloroso en la zona de la mano correspondiente al órgano afectado, con la punta más gruesa de la varilla para el diagnóstico y se presiona durante un minuto aproximadamente con la punta más fina de la varilla como terapéutica.
- Después de comprobar si ocurrió alivio de la sintomatología que afectaba al paciente, se coloca un pequeño esparadrapo en la zona con una semilla de cardo santo o munición pequeña utilizada en auriculoterapia o se marca el punto con un bolígrafo y se indica presionarlo cada tres horas con un objeto romo, no punzante, como el mango de un pincel, una agujeta de tejer crochet, una llave que tenga punta roma o la varilla de holograma y se cita al paciente a los tres días para comprobar su evolución.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 Partido Comunista de Cuba. VI Congreso del Partido Comunista de Cuba. Política social. En: Partido Comunista de Cuba. Lineamiento de la política económica y social del Partido y la Revolución. La Habana: PCC; 2011. p.24
- 2 Sosa Salinas U. Manual diagnóstico y terapéutico Su Jok. En: Afecciones del aparato locomotor. La Habana: CENAMENT; 2005. p. 43-52
- 3 Park Jae W. Su Jok. Seed Therapy. Su Jok. Moscow: Academy; 2000. p. 142

## Correspondencia

Dra. Carmen Rosa Chelala Friman. Correo electrónico [crchelala@crystal.hlg.sld.cu](mailto:crchelala@crystal.hlg.sld.cu)