

UNIDAD TEMÁTICA: GENERALIDADES

TEMA 1: HISTORIA DE LA MASOTERAPIA

OBJETIVOS GENERALES

- Recordar el origen etimológico del masaje.
- Conocer las ámbitos de aplicación de la masoterapia a lo largo de los diferentes periodos históricos.
- Catalogar las aportaciones de las distintas civilizaciones para el desarrollo de la masoterapia.
- Identificar las principales figuras que contribuyeron a ampliar el marco conceptual en esta disciplina.
- Reconocer la influencia de las distintas tradiciones culturales en la masoterapia actual.

GUÍA DE ESTUDIO

1.Etimología del masaje

2.Filogenia del masaje

3.Introducción a la historia del masaje.

- 3.1. Ámbitos de aplicación.
- 3.2. Periodos históricos.

4.Civilizaciones arcáicas y nativas.

5.Antigüedad

- 5.1. China / Japón
- 5.2. India
- 5.3. Egipto
- 5.4. Grecia
- 5.5. Roma

6. La Edad Media y el Renacimiento.

7. Siglo XVIII y XIX: Nacimiento del masaje clásico o sueco.

- 7.1. P.H. Ling.
- 7.2. J. Mezger.

8. Principios del siglo XX

- 8.1. Masaje y medicina tradicional.
- 8.2. Masaje y medicina alternativa.
- 8.3. Las escuelas de autor en Europa.
- 8.4. Masaje y deporte.

9.Segunda mitad del siglo XX y Futuro.

SECUENCIACIÓN DEL APRENDIZAJE

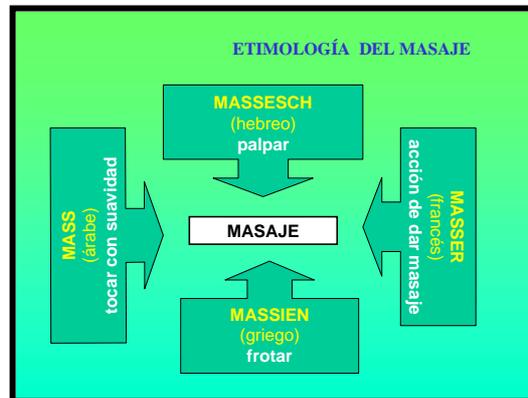
SECUENCIACIÓN DEL APRENDIZAJE Tema 1. HISTORIA DE LA MASOTERAPIA	
Actividades de aprendizaje	Tiempo empleado aprox.
• Exposición del tema por profesor	1 hora
• Comprensión y estudio del material aportado por profesor	3 horas
• Autoevaluación	1 hora
• Elaboración de actividades complementarias	1 hora
• Puesta en común actividades complementarias	1 hora

VALORACIÓN ECTS: 0,25

DESARROLLO DEL TEMA

1. Etimología del masaje

El concepto es confuso debido a su antigüedad, su asentamiento en diferentes localizaciones y situaciones sociales en las que se desarrolla. Se distinguen distintas raíces etimológicas:



2. Filogénia del masaje

Los denominados animales superiores, desarrollan durante su vida de relación algún tipo de maniobra que podría asimilarse a las de masaje, como puede ser las fricciones realizadas por gatos y perros, para eliminar sus parásitos o los roces que entre sí, se desarrollan entre los gorilas y antropoides como parte de su cuidado e higiene. En el caso, de estos últimos se observa un comportamiento similar por parejas, de manera que *masajista* y *masajeador*, intercambian sus papeles.

Por tanto, podríamos hablar de un procedimiento **intuitivo**, realizada a como procedimiento higiénico, pero también con un fin socializador. Así mismo, en nuestros antepasados ya se observa la importancia de estos **estímulos propioceptivos** en el bienestar, incluso dentro del reino animal.

3. Historia del masaje

La historia del masaje hay que entenderla como una modalidad terapéutica:

- ❖ Anciana
- ❖ Global
- ❖

Las diferentes culturas han desarrollado sus propias formas unitarias de masaje trabajo corporal, siendo estas transformadas como consecuencia de los intercambios entre cultural. Estos intercambios han facilitado la evolución de la práctica del masaje a escala global.

3.1. Esferas de aplicación

Para organizar la historia del masaje podemos recurrir a diferentes artificios, por un lado podemos diferenciar 3 esferas dentro de la práctica del masaje:

1. Bienestar (incluye conceptos como salud y forma física).
2. Curación (aplicaciones médicas).
3. Deporte y actividad física,.

Estas esferas de aplicación se han mantenido a lo largo de los años y son vigentes en la actualidad.

3.2. Periodos históricos

En términos más formales podemos, ver la historia del masaje desde la perspectiva de las distintas etapas en las que se divide la historia:

1. Civilizaciones arcaicas o nativas.
2. Antigüedad clásica.
3. Edad Media.
4. Renacimiento europeo.
5. Siglo XIX: Desarrollo del masaje clásico o sueco.
6. Primera mitad del siglo XX.
7. Segunda mitad del siglo XX.
8. Nuestros días.

El nacimiento de la masoterapia, está asociado al nacimiento de la necesidad de la sanación, y por tanto a los orígenes de la enfermedad y su relación con el hombre. El masaje fue uno de los primeros medios curativos utilizados en numerosos pueblos del mundo.

4. Civilizaciones arcaicas o nativas

Estas culturas se caracterizan por no disponer de documentos, lo que hace difícil, estudiar el masaje en las mismas. La tradición oral familiar, modelo de comunicación en estas culturas no permitió obtener datos fiables. Sin embargo, la existencia aún de poblaciones nativas que han entrado poco en contacto con la civilización pueden ser ejemplos de las tradiciones tribales y su relación con el masaje.

Las culturas nativas de Nueva Zelanda, en especial la de los Maorís, desarrollaron formas de masaje propias (romi-romi), así como en la isla de Toga. Estas formas de masaje para aliviar el insomnio y la fatiga.

Llama también la atención el ejemplo de las curanderas, aún presentes en países del sur de Europa como España, que luego han sido exportados a otras localizaciones geográficas como el norte de México e incluso el suroeste de los Estados Unidos de América. Esta tradición de las curanderas estaban especializadas en el tratamiento a través de hierbas, masaje (manipulación de tejidos blandos e incluso manipulaciones articulares) y una fuerte dimensión espiritual en sus cuidados (uso acentuado del espiritualismo y el simbolismo). El *don* del curanderismo era transmitido de madres a hijas.

5. Antigüedad

Muchas de las formas de masaje practicas hoy día trascienden de las usadas en la antigüedad.

5.1. China y Japón

Uno de los primeros documentos disponibles, es el llamado *Nei Tsin* (Libro del hombre interior) el cual data del 1500 a de JC, en este texto ya se hace referencia, a la curación a través del masaje, iniciándose la descripción de las técnicas.

En los primeros tratados de medicina china, ya se establecen las bases de la acupresión, combinando los principios de la acupuntura y las maniobras de masaje.

En la época de la dinastía Han (206 a de C.) se ampliaron las redes comerciales, de forma que se pusieron en contacto la sociedad china y occidente a través del Mediterráneo.

En el siglo IV, se crea la primera escuela de medicina estatal, donde una de las asignaturas obligatorias era el masaje. En esta época el masaje se utilizaba en dos vertientes:

- ❖ Asociado a la práctica deportiva (previo y posterior) del karate (kung-fu).
- ❖ Con fines terapéuticos, para preparar y tratar problemas en articulaciones.

El amna/anma es una forma de masaje japonés, con origen en China introducida en el país nipón en el siglo VI antes de Cristo. Esta forma de masaje, es el antepasado del shiatsu, modalidad de masaje que combina en amna con las ideas científicas occidentales.

Los ámbitos de aplicación del masaje eran similares: asociado al cuidado de los practicantes del sumo y como tratamiento de patologías como el dolor de cabeza (automasaje cabeza y cuello).

5.2. India

La medicina tradicional india tiene su origen en el Ayur-Veda (conocimiento de la larga vida) sobre el siglo V a de C. y se basa en la tradición filosófica hindú. Es un modelo terapéutico basado en la fuerza vital y los centros energéticos del cuerpo. En esta tradición se combina la dieta vegetariana, formas de purificación, movimientos y posturas (yoga), ejercicios respiratorios, meditación y masaje.

Así la larga tradición del masaje infantil en la India, ha sido la precursora del actual interés por esta modalidad en la sociedad occidental, como forma de transmisión de afectividad y desarrollo en la relación paterno-filial.

5.3. Egipto

Los descubrimientos en tumbas egipcias, hacen referencia al uso del masaje asociado al tratamiento de los guerreros, apareciendo en los papiros y su rica iconografía, referencias a conceptos de actual vigencia:

- ❖ Masaje regional (pierna, planta del pie, espalda, glúteos, automasaje del hombro).
- ❖ Masaje por pareja (dos terapeutas, hoy en desuso).
- ❖ Actividad embellecedora y adelgazante, antecedente por tanto de la fisioestética.

5.4. Grecia

En la civilización griega, aparte del uso rutinario de las maniobras asociado a fines terapéuticos, surge por su inagotable sed de conocimientos, los cimientos del modelo explicativo de las maniobras de masaje, demostrando especial interés por los cambios fisiológicos que de estas maniobras emanaban. Destacaron por sus aportaciones:

- ❖ Heradixos, primer estudioso de los efectos fisiológicos del masaje.
- ❖ Hipócrates, realza su uso entre la clase médica, realizando las siguientes aportaciones:
 - Para fortalecer y relajar las articulaciones.
 - Así mismo desarrolla el *anatripsis* (fricción hacia arriba, lo que hoy en día puede ser el masaje de derivación circulatoria).
 - Introduce la percusión sobre la caja torácica.
 - Masaje abdominal.

La civilización griega, introduce la práctica del masaje no sólo en el campo de la salud, sino también en el de la educación, el deporte e incluso en la vida cotidiana.

Por tanto, en la civilización griega, no sólo se aplica el masaje en el ámbito del deporte y la curación. También se aplica a la mejora del bienestar personal.

Como curiosidad, resaltar que Alejandro Magno, uno de los grandes personajes de la civilización helena, contaba con los servicios exclusivos de un cuidador/terapeuta, Atenofanes, que acompañaba al guerrero en todas sus conquistas aportando sus cuidados.

5.5. Roma

Adquiere especial popularidad esta disciplina en los llamados baños romanos, destaca el uso de la percusión como maniobra fundamental. La fricción con aceite de oliva se usaba entre los gladiadores, de forma similar a lo que se hacía en Grecia.

El espíritu imperial de Roma, facilita la recogida de los conocimientos de la tradición china, india, egipcia y griega, desarrollando de forma importante esta disciplina.

En concreto en torno al deporte, emerge la figura de Galeno, médico romano que en su juventud se había encargado de tratar a gladiadores y que conoce bien la práctica de lo que hoy en día es el masaje deportivo pre y post-competitivo (aplicación de aceites con maniobras para ablandar las partes sólidas, favorecer las excrecciones y extraer las sustancias nocivas. Galeno describe 9 técnicas y conceptualiza por primera vez la intensidad del estímulo a través del masaje (de menor a mayor en las fricciones).

Tras la caída del imperio romano, la tradición de sus baños fue recogida por Turquía, que fue el encargado de transmitirla a occidente.

6. Edad Media y Renacimiento Europeo

Entramos en una época oscura de la historia, en la que se destruyeron gran parte de los escritos clásicos. Entre las tinieblas de esta época, surge la imagen de Avicena, que recoge todos los manuscritos clásicos en su obra *Canon de la ciencia médica*. En esta obra, el autor da enorme importancia al masaje, destacando distintas aplicaciones en relación a la totalidad del cuerpo:

- ❖ Masaje fuerte, refuerza el cuerpo.
- ❖ Masaje débil, que lo ablanda.
- ❖ Masaje prolongado, que lo adelgaza.
- ❖ Masaje moderado, grandes beneficios.

Resalta la importancia del tratamiento con masaje para la recuperación de los atletas, así como su uso con niños y ancianos.

También destaca la importancia del masaje en diferentes problemas específicos de salud como la migraña, enf. del aparato locomotor, sistema respiratorio y nervioso.

En esta época también tiene importancia el desarrollo del masaje en Asia, siendo bastante diferente del desarrollado en occidente, utilizándose los movimientos bruscos (presiones con codos y rodillas, golpeteos, etc...).

La iglesia medieval se encargó de limitar el desarrollo de la medicina natural, retomándose durante los siglos XIV y XV como consecuencia del Renacimiento, emergiendo figuras como Leonardo da Vinci o Paré uno de los padres de la cirugía que ya introducía diferentes tipos de intensidades en las maniobras de masaje (fricción suave, media o vigorosa) trabajando especialmente sobre los heridos de guerra amputados, iniciándose el trabajo con masoterapia sobre el muñón.

7. Siglo XVIII-XIX: Nacimiento del masaje clásico o sueco

Al inicio del siglo XIX surgen dos figuras fundamentales para el entendimiento de la masoterapia moderna: P. Henrik Ling y Mezger.

7.1. P.H. Ling

Es el creador de la llamada Gimnasia Sueca, este autor desarrolló sus trabajos bajo el postulado del poder sanador del movimiento corporal. Basaba su trabajo este autor, en el poder curativo del movimiento pasivo y activo, como tratamiento de los trastornos crónicos.

Su trabajo es elogiado, por fundamentar de forma científica la gimnasia médica. En sus postulados recoge 3 tipos de fuerzas presentes en el hombre:

- Mecánica: Equivalente al movimiento de los músculos.
- Química: Procesos como la digestión, secreción glandular, etc..
- Dinámica: Mezcla de aspectos emocionales, mentales y espirituales.

El equilibrio de estas tres fuerzas supone el estado de salud, la fuerza mecánica es usada para reestablecer el equilibrio y generar salud en el organismo humano. Ling describe dentro de los movimientos pasivos las denominadas actualmente maniobras básicas del masaje sueco (roce, presión, fricción, percusión, etc...)

La visión del ser humano, expresada en su obra por Ling ha cimentado los modernos conceptos de salud holística y bienestar. La gimnasia sueca de Ling, puede considerarse la fisioterapia emergente del siglo XIX.

7.2. J. Mezger

Médico holandés que popularizó el masaje, realizando una categorización de las maniobras en términos franceses:

- Roce.
- Petrissage.
- Fricción
- Taponamiento.

La maniobra de percusión fue añadida a finales del siglo XIX, ganando enorme popularidad.

8. Principios del siglo XX

8.1 Masaje en la medicina tradicional

El exceso de aplicación de las maniobras de masoterapia, representados por los fracasos de la escuela francesa en el campo de las fracturas, junto con un amplio interés por los descubrimientos farmacológicos supuso, que esta modalidad terapéutica cayera en desuso.

No obstante, en países como Rusia se desarrollaron tesis doctorales encaminadas a realizar el desarrollo de los llamados métodos modernos de masaje. Fue a partir de 1920, cuando gracias a los trabajos de autores como Mennel, Dicke, Boigey y Ciriak se estudiaron los fundamentos fisiológicos de la masoterapia, alguno de los resultados de estos estudios aún siguen vigentes en nuestros días.

En Estados Unidos, durante esta época se escriben distintos tratados de masoterapia, que culminaron con el trabajo de Graham *Un tratado de masaje: su historia, modelo de aplicación y efectos* (1902). Esta obra, supone la integración del masaje como recurso terapéutico, dentro de la medicina.

Durante la primera guerra mundial, se desarrollaron escuelas de educación física en Estados Unidos en las que se empezó a entrenar a mujeres preferentemente, para el desarrollo de la fisioterapia y sus modalidades como la fisioterapia. Estas modalidades terapéuticas eran aplicadas a los soldados heridos en la gran guerra. Se crearon secciones de masaje general dentro de los hospitales de las fuerzas armadas. La aplicación de las técnicas decayó tras la primera década que siguió a la segunda guerra mundial. Las razones por las que decae su uso son :

1. Excesivo coste de tiempo entre los profesionales y elevada demanda.
2. Fundamentación empírica y no científica.

8.2 Las escuelas de autor en Europa

En Europa destaca la aparición de importantes figuras de la masoterapia:

- E. Dicke, da lugar al masaje del tejido conectivo o reflejo a partir de la década de los 30 en Alemania.
- Vodder en Austria (tras II GM), tras la segunda guerra mundial desarrolla el drenaje linfático manual, para favorecer la curación del sistema linfático.
- J. Cyriax sobre la década de los 40 en Inglaterra, desarrolla su metodología del masaje en torno a una maniobra: fricción transversal profunda.
- Vogler trabajo en resonancia con la aportación de Dicke, si bien traslado el masaje reflejo aplicándolo sobre el periosteo, su obra ve la luz en 1952.
- Terrier (1957 publica sus trabajos) empieza a realizar combinaciones de manipulación y masaje, como un abordaje integral de los problemas de los pacientes.

8.3. Masaje y medicina alternativa

Como reacción a la caída en desuso de la masoterapia en los hospitales, en Estados Unidos surge un movimiento que promueve J.H. Kellogg, y que aboga por un régimen vital más saludable basado en el ejercicio físico, helioterapia, hidroterapia, masaje, etc... Este mismo autor desarrolla los principios de una dieta sana introduciendo los cereales para el desayuno y escribiendo un libro sobre masaje denominado *El arte del masaje*.

La docencia en masaje empezó a desarrollarse en los denominados *College of Swedish Masaje*. Los alumnos de estos centros empezaron a crear sus propios centros, en los cuales la práctica del masaje se entremezclaba con otras formas de la llamada medicina complementaria o alternativa (aromaterapia, hidroterapia, etc...).

8.4. Masaje y deporte

El masaje está unido a la práctica del deporte. El desarrollo de la actividad deportiva desde la antigüedad helena, ha supuesto la incorporación de profesionales de la fisioterapia y el masaje al medio deportivo. Entre los autores más importantes destacar:

- Fay : *Scientific Massage for Athletes* (1916), obra en la que se habla del uso del masaje para eliminar sustancias de desecho, para disminuir fatiga y tensión y producir crecimiento adicional de hueso y músculo
- Baumgartner, *Massage in Athletic* (1947), describió los momentos más útiles en la práctica deportiva para la aplicación de masaje, así como reconoció los efectos psicológicos de estas técnicas.

A partir de 1950 la masoterapia decae en Estados Unidos, si bien sigue su desarrollo progresivo en Europa. A partir de 1970 y como consecuencia del éxito de los atletas europeos (en especial Europa del Este) que usaban el masaje en su régimen de entrenamiento, se empieza a desarrollar de nuevo a nivel mundial dentro de la actividad deportiva.

Da una idea de la importancia de esta modalidad terapéutica, el ser incluida como masaje deportivo dentro de los distintos equipos nacionales en la Olimpiada de Atlanta en 1996, si bien ya mucho antes se practico en olimpiadas anteriores, aunque su reconocimiento, no fuera oficial.

9. SEGUNDA MITAD DEL SIGLO XX y NUESTROS DÍAS

En la década de los 50, la masoterapia sufre un enorme declive como consecuencia del ascenso del conservadurismo, que se hace amo del mundo occidental, de manera que la terapia manual sufre un importante retroceso. Sin embargo, a partir de la década de los 60, el cambio de mentalidad y la llegada de nuevo del gusto por el mundo de Oriente, acerca la masoterapia clásica y sus formas orientales (shiatsu) a la práctica rutinaria. Fue a finales de los 60 e inicios de los 70 cuando se empieza a profesionalizar la práctica del masaje bien como profesión autónoma (AMTA en EUA) o bien dentro de la fisioterapia.

El desarrollo del concepto de bienestar desarrollado por Travis, irrumpe en los años 70 favoreciendo la implantación del masaje como forma de llegar a este estado de bienestar.

En la actualidad, nos encontramos con un panorama sobredimensionado, en torno al masaje, el trabajo corporal y la terapia manual sobre tejido blando. A menudo, los diferentes autores y escuelas han mezclado la terminología así como los procedimientos de formas tradicionales y vanguardista, lo que hace a veces difícil el abordar con facilidad esta disciplina.

También en estos momentos se está procediendo a una revisión del conocimiento existente, que como sabemos se fundamenta en gran parte en la experiencia y no tanto en el conocimiento científico. En este sentido por poner algún ejemplo se han creado institutos de investigación específicos vinculados a universidades como:

The Touch Research Institute (University of Miami).

Institut supérieur d'Education physique et de Kinésithérapie (Univ. Libre Bruselas).

Así mismo asociaciones como AMTA (Asoc. Americana de Masoterapia) o la WCPT (Confederación Mundial de Fisioterapia) han establecido grupos de trabajo para evaluar las distintas formas de terapia manual hoy vigentes.

10. Futuro

Existen una gran cantidad de nuevas corrientes y campos de intervención que se desarrollarán de manera importante en los próximos años. Entre ellos destacar:

- Enfermo oncológico.
- Enfermo HIV.
- Cirugía plástica.

Así mismo se está implantando dentro de la sociedad del bienestar y de la mejora del rendimiento en el puesto de trabajo, siendo ya muchas las empresas que incorporan profesionales para el tratamiento, de los problemas derivados de la práctica laboral.

En el mundo del deporte se está implantando a distintos niveles:

- Presencia en el deporte no profesional (marathón, carreras ciclistas, cross) lo que supone una primera aproximación del deportista al mundo del masaje.
- Se ha consolidado en clubes e instituciones deportivas.

- Se está empezando a incluir, la figura del fisioterapeuta a tiempo completo para determinados deportistas, con un elevado poder adquisitivo.

Todo esto está facilitando la llegada del masaje a la población en su conjunto y a distintos niveles. Esta era de la información está posibilitando a través de la televisión, las revistas de divulgación, los programas educacionales, etc.. una amplia difusión de este *arte curativo*.

RESUMEN DE CONTENIDOS

- ❖ La historia del masaje del masaje está vinculado a tres esferas de aplicación: terapia, deporte y bienestar humano.
- ❖ En la época antigua las distintas civilizaciones desarrollaron formas de masaje para el cuidado de la salud y la mejora del rendimiento deportivo.
- ❖ Durante la Edad media desapareció gran parte del saber, excepto los trabajos de algunos autores como Avicena.
- ❖ El Renacimiento cuenta con un resurgir de las armas terapéuticas.
- ❖ H. Ling dio lugar a la moderna masoterapia.
- ❖ En el siglo XX surge la masoterapia en el ambiente docente y aparecen las escuelas de autor.

BIBLIOGRAFÍA

- TAPPAN F.M. History of massage en *Healing Massage Techniques*. Stamford: Appleton & Lange, 1998 (3ª Ed.) pp: 11-31.
- CANAMASAS I. Filogenia y definición de masoterapia en *Técnicas Manuales: Masoterapia*. Barcelona: Masson, 1993 (2ª Ed.) pp.1-6.
- BIRIUKOV A.A. Historia del masaje en *Masaje Deportivo*. Barcelona: Paidotribo, 1998 (3ª Ed) pp: 11-18.
- LOVING J.E. Philosophy and History of Massage en *Massage Therapy*. Stamford: 1998. pp:1-12.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Actividad 1:

Recurrir a la siguiente dirección de Internet y valorar la información sobre historia del masaje, en especial en el periodo desde la Edad Media hasta nuestros días:

www.fit4ever.es/historia/hasta.htm

Actividad 2:

Recoger la información en cada época histórica y clasificarla según su implicación en las distintas esferas de aplicación:

- * Terapéutica.
- * Deporte.
- * Bienestar humano.