



Después de un ajuste, tus nervios se comunicarán mejor con las distintas partes de tu cuerpo.

Cambios en el cuerpo y la mente

Las presiones emocionales viejas atrapadas en el cuerpo y la mente podrían comenzar a liberarse después del ajuste. Algunas de estas liberaciones podrían ser un tanto dramáticas; por ejemplo, podría sufrir la revivencia de accidentes automovilísticos o traumas y volver a sentir las emociones que le provocaron. En ocasiones, se reirá o llorará de forma espontánea, dado que las energías emocionales reprimidas se liberarán de manera repentina.

Sin embargo, la mayoría de las personas no manifiesta emociones fuertes tras un ajuste quiropráctico en el consultorio, pero liberará sus emociones en los sueños esa noche o en las siguientes noches.

No tema. Esta liberación es muy buena y significa que las impresiones “tóxicas” y dolorosas ya no interfieren en el funcionamiento del cuerpo y que esa energía puede destinarse a la sanación y ayudarlo a vivir con más plenitud el presente.¹²⁻¹⁵

Si no observa cambios físicos o emocionales drásticos, no se preocupe, no significa que no está pasando nada.

Los investigadores y médicos clínicos aún están descubriendo todo lo que puede lograr un ajuste quiropráctico, tanto a nivel físico como a nivel emocional.

Cuéntenos qué sucede. Por lo general, tendrá mucha importancia en su proceso de sanación para tener una vida más larga y gozar de un mejor estado de salud.



Después de un ajuste, su cuerpo gozará de una mayor armonía, dado que pasará por cientos de mejoras.

Referencias

1. Alcantara J, Davis J. The chiropractic care of children with attention-deficit/hyperactivity disorder: a retrospective case series. *EXPLORE: The Journal of Science and Healing*. 2010;6(3):173-182.
2. Lerner B, Lerner S. Improvement in learning and speech disorder in a child with vertebral subluxations undergoing chiropractic care: a case study. *Journal of Pediatric, Maternal & Family Health – Chiropractic*. 2009;4:1-7.
3. Bouchet C. A pilot study investigating the incidence of chiropractic care in learning disorders: a case series. *J. Pediatric, Maternal & Family Health – Chiropractic*. December 29, 2010;203-204.
4. Dickholtz M, White E. Improvement in quality of life, sleep & attention in a patient with attention deficit disorder undergoing upper cervical chiropractic care to reduce vertebral subluxation: a case report. *Journal of Upper Cervical Chiropractic Research*. August 27, 2012:71-76.
5. Miners AL. Chiropractic treatment and the enhancement of sports performance: a narrative literature review. *Journal of the Canadian Chiropractic Association*. 2010;54(4):210–221.
6. Stump J, Redwood D. The use and role of sports chiropractors in the National Football League: a short report. *J Manipulative Physiol Ther*. 2002;25:E2.
7. Sandell J, Palmgren J, Björndahl L. Effect of chiropractic treatment on hip extension ability and running velocity among young male running athletes. *J of Chiropractic Medicine*. 2008;7:39-47.
8. Marino MJ, Phillipa ML. A longitudinal assessment of chiropractic care using a survey of self-rated health, wellness and quality of life: a preliminary study. *JVSR*. 1999;3(2):1-9.
9. Ressel O, Rudy R. Vertebral subluxation correlated with somatic, visceral and immune complaints: an analysis of 650 children under chiropractic care. *JVSR*. October 18, 2004;1-23.
10. Boone WR, Oswald P, Holt K et al. Long term assessment of blood indices and immune panel profiling of subjects receiving chiropractic care: a pilot study. *JVSR*. June 7, 2006;1-11.
11. Alcantara J, Ohm J, Kunz D. Treatment-related aggravations, complications and improvements attributed to chiropractic spinal manipulative therapy of pediatric patients: a practice-based survey of practitioners. *Pediatric CAM Research Day, University of Alberta, Canada*. December 11, 2007.
12. Stephensen RW. *Chiropractic Textbook*. Davenport, IA: Palmer School of Chiropractic. 1927;98-99.
13. Upledger J, Vredevoogd JD. *Craniosacral Therapy*. Seattle, WA: Eastland Press. 1983:251.
14. Coulter HL. *Homeopathic Science & Modern Medicine*. Berkeley, CA: North Atlantic Books. 1980:24.
15. D'Souza L. Hering's law of direction of cure – a reliable tool in homeopathic therapeutics. *Hpathy Ezine*. December, 2009. <http://hpathy.com/organon-philosophy/hening%E2%80%99s-law-of-direction-of-cure-%E2%80%93-a-reliable-tool-in-homeopathic-therapeutics>.

© 2021 Tedd Koren, D.C.

Después de su primer ajuste



Quiropráctica descubriendo lo mejor que hay en ti



For Your Practice, Inc.

1.800.537.3001 • ForYourPractice.com • DSWAFA
Spanish translation by www.cristaldaoassociates.com.

Después de su primer ajuste



¡Felicitaciones!

Se acaba de realizar su primer ajuste. Por primera vez en su vida, no tiene subluxaciones (tensión nerviosa) en el cuerpo o solo presenta subluxaciones reducidas. ¿Qué significa esto?

Por un lado, significa que su relación con la gravedad es más equilibrada. La cabeza está más centrada, las caderas y los hombros más nivelados, su postura es más atractiva y camina de forma más cómoda, porque sus articulaciones sufren menos tensión. Tendrá más energía en la vida cotidiana, dado que su relación con la gravedad sigue mejorando.

Tal vez se sienta más despierto, dado que el flujo sanguíneo en el cerebro es mayor. Por este motivo, también es posible que se haya agudizado su vista. Esta es la razón por la cual los niños con atención quiropráctica prestan más atención, tienen un mayor nivel de concentración y alcanzan un mejor desempeño escolar.¹⁻⁴

¿Cuándo mejorará?

Si usted es como muchas otras personas, está en nuestro consultorio porque tiene un problema de salud o una afección médica. Muchas personas sienten cambios en sus síntomas después del primer ajuste: menos dolor, más movimiento, más comodidad, mejor sueño, mejor digestión, más facilidad para respirar, más fuerza, más relajación, menos depresión y otros signos de restauración de la salud. Sin embargo, la quiropraxia no es un tratamiento para una molestia particular, sino un sistema de estabilización, fortalecimiento y equilibrio de todo el cuerpo. Dado que a algunas personas les lleva más tiempo sanar que a otras, no todos se sentirán mejor de inmediato. Pero, al tener menos subluxaciones en el cuerpo, estará mejor que como estaba antes del ajuste. ¡En este momento está mejorando!



Si usted es como muchas otras personas, está en nuestro consultorio porque tiene un problema de salud o una afección médica. Muchas personas sienten cambios en sus síntomas después del primer ajuste: menos dolor, más movimiento, más comodidad, mejor sueño, mejor digestión, más facilidad para respirar, más fuerza, más relajación, menos depresión y otros signos de restauración de la salud. Sin embargo, la quiropraxia no es un tratamiento para una molestia particular, sino un sistema de estabilización, fortalecimiento y equilibrio de todo el cuerpo. Dado que a algunas personas les lleva más tiempo sanar que a otras, no todos se sentirán mejor de inmediato. Pero, al tener menos subluxaciones en el cuerpo, estará mejor que como estaba antes del ajuste. ¡En este momento está mejorando!

Los deportistas saben

¿Es usted deportista y ha escuchado que la quiropraxia puede ayudarlo a lograr esa “ventaja decisiva”? Es verdad. Observará que su tiempo de reacción se reducirá, la coordinación entre la vista y las manos mejorará y la coordinación muscular será más eficaz. Los deportistas, con frecuencia, prestan mucha atención al cuerpo y saben cuándo necesitan un ajuste.⁵⁻⁷

Las personas que practican meditación también prestan atención al cuerpo y suelen saber si tienen una subluxación.

Nunca lo sabrá todo

No importa cuántos cambios observe, nunca podrá ver todo lo maravilloso que logra un ajuste, porque gran parte de la magia está oculta bajo la superficie: la presión arterial, la frecuencia cardíaca, el funcionamiento cerebral y los niveles hormonales se benefician con la atención quiropráctica.

En el momento en que recibe ajustes quiroprácticos, cientos o miles de funciones corporales se ven afectadas. Sus nervios tienen una mayor capacidad de enviar mensajes, su cerebro y otros órganos internos comienzan a funcionar de forma más eficaz, la energía vieja y atrapada se despierta, y comienza la sanación en numerosos niveles.

¿Qué más sentirá?

Todos responden a la atención quiropráctica a su manera única. Sin embargo, después de más de cien años de ajustar pacientes, los investigadores en materia de quiropraxia y los médicos clínicos han observado determinadas tendencias o reacciones generales posteriores al ajuste.⁸⁻¹¹ Entre las más frecuentes, podemos mencionar lo siguiente:

1. Es posible que se sienta relajado y más tranquilo, y que note que la tensión o el estrés que ha arrastrado durante varios años está comenzando a desaparecer.
2. Es posible que sienta un cambio inmediato en los síntomas que presentaba; por ejemplo, el dolor desaparecerá; podrá moverse, agacharse y girar con más facilidad; podrá ver mejor; se agudizará su sentido de la audición; tendrá una postura más equilibrada y tal vez se sienta más vivo.



Para gozar de un cuerpo saludable y fuerte, la quiropraxia es fundamental.

3. La mente y el cuerpo comenzarán a lograr el equilibrio. Los quiroprácticos han observado que la presión baja en personas con hipertensión, que la presión sube en personas con hipotensión, que los niños hiperactivos se tranquilizan, que los niños hipoactivos tienen más energía, que disminuye la depresión, mejora la vista, aumenta la concentración, mejora la digestión, se logra un sueño más profundo... ¡todo depende de sus necesidades únicas!

Depuración

Como parte del proceso de sanación, algunas personas manifestarán síntomas de depuración; por ejemplo, secreción de moco o toxinas, sarpullido, sensación de calor, fiebre, diarrea o síntomas similares. En ocasiones, resurgirán problemas de salud previos por un período breve, que lo harán pensar que la quiropraxia empeoró su salud. No deje que estos síntomas lo asusten, son formas maravillosas en que el cuerpo o la mente completa el proceso de sanación y le devuelve la salud y el equilibrio.

La quiropraxia se trata de atención médica expresiva. Un ajuste quiropráctico desbloquea aquello que bloquea su sanación, de modo que las lesiones que solo sanaron parcialmente puedan terminar de sanar, o que las acumulaciones tóxicas puedan liberarse.



Después de un ajuste, estará más equilibrado, dado que habrá liberado el estrés viejo y la energía atrapada.