

El valor real del tacto

La piel era entendida como un tejido de protección y contención, además de un aislante térmico eficiente del cuerpo. Con la explotación de la acción del tacto, los fisiólogos describieron diferentes sensores y sus conexiones fisiológicas, dándonos un cuadro definido de cómo percibimos el mundo¹.

Por otra parte, al tocar a otra persona, es posible transmitir intenciones, como las afectivas. La piel es también un medio de comunicación sin palabras. La percepción del tacto está presente en el feto, y el bebé reconoce movimientos lentos y suaves, así como los bruscos. Este estímulo que nos acompaña por la vida es responsable de la creación de lazos, estimulación del desarrollo afectivo, social y cognitivo sano, y capacidad de autorreconocimiento corporal².

Es consenso el vínculo entre la estimulación de la piel y el desempeño de los sistemas neuroendocrino e inmunológico, con consecuencias biopsicocomportamentales esenciales a la calidad de la existencia y a las posibilidades de supervivencia³.

Uno de los últimos hallazgos se refiere a las respuestas comportamentales desencadenadas por el tacto, relacionadas con las fibras aferentes C-táctil (CT), que son desmielinizadas, transmiten informaciones a una velocidad 50 veces menor que los mecanorreceptores y existen en regiones de la piel con pelos o plumón. Los pacientes con neuropatías con pérdida de fibras mielinizadas logran relatar la región del cuerpo que está siendo tocada, y el estímulo se registra en la región insular del cerebro, ligada al sistema límbico, que es responsable por las emociones y el reconocimiento corporal. En los casos típicos, las teorías recientes apuntan a la interacción a principio entre mecanorreceptores y fibras CT, y también para una interacción entre todas las formas de entradas

sensitivas: visual, olfato, paladar, audición, percepción cinestésica y háptica³.

La piel se estructura principalmente sobre el tejido conjuntivo y el sistema musculoesquelético. Afecta y es afectada por ellos. De esta forma, la tensión muscular que imponemos de forma constante y la manera en que cuidamos de nuestro cuerpo afectan la forma en que la piel percibe el mundo y nosotros mismos. Afecta de forma refleja la función piel-músculo-órganos internos².

El delicado equilibrio de las funciones de la piel se sostiene también por el equilibrio emocional y viceversa. Se cree que las emociones relacionadas con las características de la personalidad y las habilidades de enfrentamiento pueden determinar la postura física para establecer un modelo corporal que refleje la forma de pensar y actuar, y de ahí el estado de tensión de la piel. Movilizar ese marco de piel puede desencadenar reacciones físicas de protección contra cambios y, en algunos casos, reacciones emocionales y comportamentales de origen inconsciente².

De los masajes más tradicionales a las terapias corporales, la manipulación de la piel es una constante y debe ganar una nueva mirada del fisioterapeuta. Al final, lo que se espera es un cuerpo maleable, cómodo y confiado, una mente clara y sin sufrimiento y una postura que exprese todo eso. Un cuerpo en el cual las sensaciones, percepciones, funciones, movimientos y sentimientos interactúan en armonía.

Prof.^a Dr.^a Fátima A. Caromano

*Departamento de Fonoaudiología, Fisioterapia y
Terapia Ocupacional
Facultad de Medicina
Universidade de São Paulo*

REFERENCIAS

1. Grunwald M, editor. Human haptic perception. Basel: Birkhäuser; 2008.
2. Cruz CMV, Caromano FA. Como e por que massagear o bebê: do carinho às técnicas e fundamentos. Barueri: Ed. Manole; 2011.
3. Stein BE, editor. The new handbook of multisensory processing. EUA: MIT Press; 2012.