



II Jornada Virtual de Medicina Familiar. Ciego de Ávila 2023

Breve reseña histórica de la como variante terapéutica de la Medicina Tradicional China.

Autores: Dra. Lisbett Victoria Pérez Estrugo*, Dra. Ariadna de la Caridad Pons Villalón**

*Residente de 1er año de MGI. Policlínico Mario Escalona. Universidad de Ciencias Médicas de La Habana Facultad de Ciencias Médicas General Calixto García.

Resumen

Actualmente, la medicina tradicional china está incorporando diversas técnicas y teorías de la medicina basada en la evidencia en su praxis, en especial aquellos tipos de exámenes diagnósticos sin características invasivas. El objetivo de esta investigación es Realizar una brevereseña histórica sobre la digitopuntura como variable terapéutica de la Medicina Tradicional China Caracterizar los principales aspectos de la digitopuntura así como sus indicaciones y contraindicaciones. La digitopuntura es un método fácil de aplicar en cualquier lugar, sin necesidad de instrumental médico por lo que es de suma importancia que todo personal de salud conste de conocimientos mínimos para la realización de este proceder.

Palabras claves: DIGITOPUNTURA, MEDICINA TRADICIONAL CHINA



Introducción

La Medicina China Tradicional (MCT), también conocida simplemente como medicina china (en chino tradicional: 中藥, chino simplificado: 中药, pinyin: zhōngyāo) o medicina oriental tradicional, es el nombre que se da comúnmente a un rango de prácticas médicas tradicionales y supersticiones desarrolladas en China a lo largo de su evolución cultural milenaria. Los principales fundamentos teóricos médicos de la MCT se basan en esta larga experiencia, y queda reflejada, en la teoría del yin-yang y otras, como la doctrina de los cinco elementos.

La Medicina China Tradicional se basa en el concepto de chi (o energía vital) equilibrado, que se cree que recorre el cuerpo de la persona. Quienes practican esta medicina proponen que el chi regula el equilibrio espiritual, emocional, mental y físico y está afectado por las fuerzas opuestas del yin («energía» negativa) y el yang («energía» positiva). Según la Medicina China Tradicional, la enfermedad ocurre cuando se altera el flujo del chi y se produce un desequilibrio del yin y el yang. Los componentes de este tipo de medicina comprenden fitoterapia y dietoterapia, ejercicios físicos, meditación, acupuntura y masajes reparadores.

Se considera una de las más antiguas formas de medicina oriental, término éste que engloba también las otras medicinas de Asia, como los sistemas médicos tradicionales de Japón, de Corea, de Tíbet y de Mongolia. Tiene como base filosófica la observación y el conocimiento de las leyes que gobiernan el funcionamiento del organismo humano y su interacción con el entorno,



siguiendo los ciclos de la naturaleza; buscando aplicar esta comprensión al tratamiento de las enfermedades y el mantenimiento de la salud con métodos diversos.

Actualmente, la medicina tradicional china está incorporando diversas técnicas y teorías de la medicina basada en la evidencia en su praxis, en especial aquellos tipos de exámenes diagnósticos sin características invasivas.

Objetivo

1. Realizar una breve reseña histórica sobre la digitopuntura como variable terapéutica de la Medicina Tradicional China
2. Caracterizar los principales aspectos de la digitopuntura así como sus indicaciones y contraindicaciones.

Desarrollo

Shiatsu (Shi), dedo, y (Atsu), presión en zonas del cuerpo?), o digitopuntura,[1] es una medicina alternativa manual originaria de Japón reconocida por el Ministerio de Salud de Japón, siendo la recopilación de diversas técnicas tradicionales. No existen evidencias médicas de que el Shiatsu sea un tratamiento efectivo.[2][3]

El fundamento son las técnicas del do-in, ankió y medicina tradicional china, técnicas que habían vivido diversos momentos en el siglo XIX (periodo Meiji) entran en decadencia al adoptarse en Japón la medicina occidental. En el siglo XX Tamai Tempaku agrupa todos estos conocimientos tradicionales bajo la palabra shiatsu y los divulga con el libro Shiatsu-Ho en donde combina las



técnicas del anmma, ampuku y los do-in con la anatomía y fisiología occidental.

El potencial terapéutico del Shiatsu tal y como hoy lo conocemos es una técnica moderna que se articuló a principios del siglo XX por Tokujiro Namikoshi (1905-2000) quien elaboró la técnica actual del Shiatsu al combinar las técnicas tradicionales y los conocimientos fisiológicos y anatómicos de la medicina occidental.

Fue en el año 1957 cuando el shiatsu fue reconocido como algo distinto e independiente del masaje chino anma o cualquier otra forma de masaje, quedando establecido por el mismo Ministerio de Salud de Japón de la siguiente manera:

Tratamiento que, aplicando unas presiones con los dedos y las palmas de las manos, sobre determinados puntos, corrige irregularidades, mantiene y mejora la salud, contribuye a aliviar ciertas enfermedades (molestias, dolores, estrés, trastornos nerviosos, etc.) activando así mismo la capacidad de autocuración del cuerpo humano. No tiene efectos secundarios.

En los tratamientos de shiatsu, el terapeuta aplica presión localizada sobre distintos puntos del cuerpo del paciente, utilizando principalmente sus manos, especialmente sus pulgares y palmas. Asimismo, los tratamientos de shiatsu suelen incluir estiramientos, movilizaciones y manipulaciones articulares y otras técnicas de masaje. Es habitual que los terapeutas de shiatsu trabajen los puntos de los meridianos de

acupuntura de la Medicina Tradicional China (MTC) aplicando presión con sus pulgares. En Europa, la técnica de Shiatsu Namikoshi fue introducida por Shigeru Onoda, fundador de la Escuela Japonesa de Shiatsu en 1984, autorizada directamente por Tokujiro Namikoshi para impartir la enseñanza de la técnica de shiatsu de Namikoshi.[4]

Historia: Principales estilos o escuelas

Namikoshi

Tokujiro Namikoshi fundó la Universidad de Shiatsu de Japón en 1940 y sistematizó una forma de terapia shiatsu sobre la base de la anatomía y la fisiología oriental. En la actualidad el máximo exponente a escala internacional de la terapia Shiatsu, en los hombros de su nuera Matsuko Namikoshi Sensei.

En Japón solo el Japan Shiatsu College está autorizado por el Ministerio de Salud de Japón para emitir la titulación de terapeuta de Shiatsu válida en Japón. Los candidatos a terapeutas deben examinarse de una prueba estatal para obtener un número de licencia.

Namikoshi trató a notable personalidades como el ex Primer Ministro japonés Shigeru Yoshida y sucesivos primeros ministros, el fiscal para el Tribunal Militar Internacional para el Lejano Oriente, el Fiscal Keenan, así como celebridades como Marilyn Monroe y Muhammad Ali.

Escuelas de Shiatsu Namikoshi en Japón

Cabe destacar que en Japón la ley protege a las personas con discapacidad visual y les proporciona un tratamiento especial para que puedan aprender Shiatsu. Por eso las escuelas de Shiatsu reconocidas por el Ministerio de Salud de Japón están especializadas en personas con discapacidad visual.

Escuelas de Shiatsu Namikoshi en Europa

En Europa solo existe la Escuela Japonesa de Shiatsu como órgano oficial, autorizada para la enseñanza, pero exclusivamente pueden impartir la enseñanza en Japón y sus titulaciones sólo son válidas en dicho país, es decir, no tienen validez fuera de Japón.

Asociaciones de Shiatsu

Alianza Europea de Escuelas de Shiatsu

En Europa y España se está trabajando para la regulación del Shiatsu, en ese sentido una importante baza es la Alianza Europea de Escuelas de Shiatsu. La Alianza es una organización impulsada en el Congreso Internacional de Shiatsu Madrid 2009,[5] con la presencia de Matsuko Namikoshi Sensei, para la enseñanza del shiatsu en Europa, con la unión de Escuelas de España, Italia, Holanda, Reino Unido a la que en el futuro se unirán otros países como Francia, Bélgica, Portugal, etc., que ya han mostrado su interés en pertenecer a ella y con los que se está manteniendo contacto para su incorporación.

Esta organización se encargará de la difusión y enseñanza del shiatsu en nuestro continente y trabajará para ayudar a crear un marco legal que permita a las autoridades competentes regular el shiatsu en Europa y estandarizar la enseñanza aplicación de esa técnica. Además la organización estará unida a otras similares en los demás continentes y muy especialmente en países como Japón, Canadá, USA, Méjico y Brasil.

Namikoshi Shiatsu Europe Association

La Asociación Namikoshi Shiatsu Europa.[6] Su sede central se encuentra en Madrid, y con la estrecha colaboración de la Escuela Japonesa de Shiatsu. En la actualidad se encuentra no solo en Europa sino que también en Sudamérica.

El shiatsu zen

Shizuto Masunaga se graduó como terapeuta de shiatsu en la escuela de Namikoshi y llegó a ser profesor en la misma. También trabajó como profesor de psicología en la Universidad de Tokio. Partiendo del estudio de la MTC y del shiatsu, así como de su práctica clínica como terapeuta de shiatsu desarrolló su propio estilo, conocido como shiatsu zen. En 1960 fundó su propia escuela: el Centro de Shiatsu Iokai. En 1977 publicó el libro *Zen Shiatsu. How to Harmonize Yin and Yang for Better Health*, que escribió junto con Wataru Ohashi, y que recoge los fundamentos del shiatsu zen.

Al contrario que Namikoshi, Masunaga tenía la intención de conciliar el arte del masaje con la Medicina Tradicional China. Masunaga fue un gran estudioso de los textos clásicos de la MTC (como el *Huang-Di Nei Jing* - El Emperador Amarillo Fundamentos de la Medicina, una recopilación de la teoría taoísta y un texto libro de la acupuntura). El contenido teórico de estos libros influenció profundamente el desarrollo del shiatsu zen y otras corrientes de shiatsu actuales.

Otros estilos y escuelas

La siguiente lista recoge algunos de los diversos estilos de shiatsu que se conocen en la actualidad[cita requerida]: Tadashi Izawa estableció el Meridian Shiatsu, que incorpora la teoría de los meridianos de la medicina tradicional china en su terapia shiatsu. Shizuto Masunaga su libro en inglés, *Zen Shiatsu*, popularizado Zen (o Masunaga) Shiatsu en América del Norte y Europa. Ryōkyū Endō, sacerdote budista, presentó el Tao Shiatsu, que implica la concentración de la mente y hacer súplicas a Buda.

Kiyoshi Ikenaga, en su libro Tsubo Shiatsu, aclara desde el punto de vista anatómico y fisiológico, cómo los meridianos, puntos (o Tsubo) son útiles en la terapia Shiatsu. Wataru Ohashi ha desarrollado un estilo llamado Ohashiatsu. Rudy Palombini Método Palombini variante innovadora del Shiatsu Namikoshi inspirada en la cultura occidental.

Pauline Sasaki y Cliff Andrews han desarrollado una forma, derivada del Shiatsu Zen, llamada Shiatsu cuántica, que tiene como objetivo trabajar con diferentes niveles de una energía de la persona: físico, emocional, mental y espiritual.

Bill Palmer y David Ventura han desarrollado Shiatsu y Movimiento, encaminado a integrar conceptos de Medicina Tradicional China con el trabajo corporal, energía con psicoterapia.

Shigeru Onoda, licenciado por el Japan Shiatsu College, siendo discípulo directo del creador del Shiatsu, Tokujiro Namikoshi. A lo largo de su experiencia en Europa, ha desarrollado el estilo idóneo para la constitución de la persona europeas, denominada Aze Shiatsu, manteniendo como base principal la técnica de Shiatsu creado por Tokujiro Namikoshi. En la actualidad es presidente de la Namikoshi Shiatsu Europe Association.

Ted Saito ha practicado Shiatsu en Toronto desde 1971 y desarrolló un estilo llamado Shinso Shiatsu. Shigeru Onoda es un autor prolífico en la materia Shiatsu.

Seymour Koblin desarrolló un Shiatsu derivado de Shiatsu Zen, Ohashi y Macrobiótico llamado Shiatsu Zen Shiatsu-Touch. Únicos métodos que se ocupan de la evaluación, las recomendaciones y técnicas de Shiatsu Mente Cuerpo Espíritu.

Arturo Valenzuela investiga la influencia de las emociones en el organismo humano, especialmente en bebés. El Shiatsu Yasuragi, un modo de hacer shiatsu basado en la definición oficial del shiatsu del Ministerio de Salud y Bienestar de Japón, desarrolla la aplicación de shiatsu en camilla, amplía el número de líneas y puntos de presión y se preocupa muy especialmente de las emociones y su influencia en el organismo. Desde 1997 organiza grupos de voluntariado para la aplicación de shiatsu en los hospitales universitarios de Madrid, en las unidades infantiles.[7][8][9]

Cabe mencionar también el tansu, un estilo de shiatsu que utiliza prácticas tántricas, y de aquellos que combinan los principios del feng shui con el ámbito de los estudios de energía de Semyon Kirlian, Robert Beck, John Zimmerman y otros en su práctica de Shiatsu.

Desde 1980, la evolución y el desarrollo del shiatsu ha tenido lugar principalmente en Europa y América del Norte.

Algunas fechas destacables

1912: Tokujiro Namikoshi encontró su propia terapia al tratar a su madre con su dedo pulgar y palma de la mano. En primer lugar, el nombre de esta terapia fue Appaku y luego se cambió a shiatsu.

1925: Tokujiro Namikoshi abrió su primera clínica para la terapia Shiatsu.

1940: Tokujiro Namikoshi abrió la primera escuela de terapia Shiatsu en Tokio. (Ahora esta escuela se conoce como Colegio Japonés de Shiatsu.)

1940: Tokujiro Namikoshi formó la primera asociación de la terapia Shiatsu.

1945: Después de la Segunda Guerra Mundial, las formas tradicionales de Medicina Japonesa fueron proscritas por el gobierno de ocupación MacArthur.

La prohibición causó mucha protesta. Porque todavía había muchas personas invidentes que ejercían como profesionales de Shiatsu / Anma: Helen Keller intercedió ante el gobierno americano. La prohibición fue revocada.

1950: Toshiko Phipps se convierte en el primer terapeuta de Shiatsu cualificado para enseñar en los EE.UU.

1953: Tokujiro Namikoshi y su hijo Toru invitados al Palmer Chiropractic College de Shiatsu para introducir el Shiatsu en los EE.UU.

1955: El Shiatsu es reconocido por el gobierno Japonés pero sólo en conjunción con Anma y masaje.

1956: Un famoso incidente que aumentó la reputación de Shiatsu y de Tokujiro Namikoshi, Tokujiro Namikoshi trata a Marilyn Monroe después de que cayó gravemente enferma durante su visita a Japón y no hubo respondido al tratamiento convencional.

1957: Shiatsu reconocido oficialmente por el Japón como una terapia.

1964: Shiatsu es definido oficialmente por el Ministerio de Salud y Bienestar en Japón. 1975: Denis J. Binks (1930-1997) , Alumno de Tokujiro Namikoshi introdujo el método de tratamiento desconocido en 1975 en los Holanda (Países Bajos).

1976: Denis J. Binks inauguró la Nippon-Nederlandse Shiatsu holandesa School.

1979: Rudy Palombini funda la Scuola Italiana de Shiatsu autorizada directamente por Tokujiro Namikoshi para impartir la enseñanza de la técnica

de shiatsu de Namikoshi. A la vez reconoce el Método Palombini como una variante innovadora del Shiatsu Namikoshi inspirada en la cultura occidental.

1980: Los estudiantes de Shiazuto Masunaga, Pauline Sasaki y Wataru Ohashi, enseñan Shiatsu en los EE.UU. y Gran Bretaña.

1981: Sociedad de Shiatsu en el Reino Unido.

1983: Terapia Shiatsu Asociación de Ontario.

1989: AOBTA formado en Estados Unidos.

1994: Fulvio Palombini se hace cargo de la dirección de la Scuola Italiana de Shiatsu, tras el fallecimiento de su padre Rudy Palombini.

1999: Shiatsu Sociedad Canadiense de British Columbia. Se establecen las 2200 horas de nivel educativo.

2000: La Escuela Japonesa de Shiatsu, con la colaboración del Japan Shiatsu College, crean el título de Shiatsupractor, título avala a los terapeutas profesional.

2005: Se crea el grupo Namikoshi Shiatsu Europa [Namikoshi Shiatsu Europa con el objetivo de unificar, supervisar y difundir el estilo Namikoshi en Europa. Desde entonces la asociación ha celebrado seminarios en todo el mundo, como único objetivo de difundir el autentico Shiatsu creado por Tokujiro Namikoshi.

2009: En el Congreso internacional de shiatsu, celebrado en Madrid en mayo de 2009, organizado por la Asociación Internacional de Shiatsu con la presencia de Matsuko Namikoshi Sensei y Takashi Namikoshi Sensei,[10] se

crea la Alianza Europea de Escuelas de Shiatsu para la difusión, enseñanza unificada y la creación de titulaciones internacionales de shiatsu.

2012: En el Congreso internacional de shiatsu, celebrado en Madrid en junio de 2012,[11] organizado por la Asociación Internacional de Shiatsu con la presencia de Matsuko Namikoshi Sensei y Takashi Namikoshi Sensei, ratifica el compromiso con la Alianza Europea de Escuelas de Shiatsu para la difusión, enseñanza unificada y la creación de titulaciones internacionales de shiatsu.

Filosofía

Según indica Toru Namikoshi cuando se refiere al shiatsu La terapia mediante shiatsu, cuyo objetivo es la prevención y tratamiento de enfermedades, es un sistema para mejorar la salud eliminando los factores que producen fatiga y estimulando la capacidad de recuperación propia del cuerpo por medio de presión digital y manual aplicada sobre determinados puntos establecidos sobre la superficie del cuerpo.[12]

Diagnóstico y terapia combinada es la capacidad del terapeuta de usar sus órganos sensorios (palmas, dedos y pulgares) para detectar en el cuerpo desajustes energéticos (como rigidez o flojedad), y empíricamente para llevar a cabo rutinas establecidas para corregir estos problemas. Adquirir esta habilidad requiere una experiencia considerable. La diferencia entre la definición de la terapia Shiatsu, la medicina moderna y la medicina de Kampo (también conocida como Medicina Tradicional China (MTC), acupuntura y moxibustión) es esta: "Diagnóstico y Terapia combinados".

Terapia preventiva y estimuladora de la salud

Muchos terapeutas profesionales del shiatsu entienden esta terapia no solo como una herramienta para tratar problemas específicos, sino como una

técnica que ayuda a promover la salud de las personas y prevenir la enfermedad, ya que estimula sus sistemas inmunológicos y el poder curativo natural que ya poseen. Tratar el cuerpo como un todo, por lo que dicen, ayuda a restaurar el equilibrio de los distintos sistemas del cuerpo (nervioso, circulatorio, digestivo, etc.) y estimula la armonización del cuerpo y la mente.

Estudios científicos sobre su eficacia

Hasta 2012 eran escasos los estudios científicos sobre los efectos del shiatsu sobre la salud humana, de modo que no existe consenso, ni evidencia objetiva contundente sobre la capacidad curativa del shiatsu en el tratamiento de distintos tipos de dolencias o desórdenes.[2] No obstante, los informes de ciertas instituciones le dan cierto reconocimiento como terapia complementaria. Por ejemplo, la organización Cancer Research UK es muy clara en este sentido: no considera que el shiatsu sea beneficioso en el tratamiento del cáncer, aunque reconoce que los usuarios se sienten más relajados y con niveles de energía más altos.[3]

En el 2006 se llevó a cabo una revisión sistemática a gran escala de evidencias y publicaciones por la Shiatsu Society UK en colaboración con la Thames Valley University.[13] La búsqueda bibliográfica utilizó PubMed, OVID, Science Direct, Blackwell Synergy, Ingenta Select y Wiley Interscience, The Index of Theses[14] y ZETOC. Los resultados y conclusiones de este estudio se enfocaron en el control de síntomas/mejoría para diversas dolencias y concluye: "No hubo pruebas suficientes en cantidad y calidad sobre shiatsu con el fin de proporcionar un consenso". El estudio incluye una serie de recomendaciones para futuras investigaciones sobre la eficacia del shiatsu como tratamiento médico.

El estudio europeo La experiencia y los efectos del shiatsu (2007), coordinado por Andrew Long, director del Instituto de Atención a la Salud de la Universidad

de Leeds (Reino Unido), y Seamus Connolly, de la Federación Europea de Shiatsu, reconoce que la percepción que tienen los usuarios de shiatsu sobre la mejoría sintomática de ciertas dolencias es positiva y aboga por su regulación. Los datos recogidos en este estudio indican que una muestra de pacientes sentían que sus terapeutas les escuchaban con atención y que consideraban que estos –los terapeutas– eran dignos de confianza, cálidos y capaces. Los clientes también indicaron que tras los tratamientos se sentían relajados, calmados y de mejor ánimo para afrontar sus problemas. Los participantes con altos niveles de estrés y problemas musculares y/o articulares fueron los que presentaron la mejoría más significativa. El estudio también reconoce que, al no tener muestra de control, no es un estudio sobre la efectividad del shiatsu, si no sobre la percepción que tienen sus usuarios. De hecho, el mismo estudio reconoce que una de sus debilidades es que entre el 85% y el 89% de la muestra eran usuarios habituales de shiatsu.[15]

Regulación

Reconocimiento por parte de las autoridades sanitarias

En Japón, cualquier persona que practique el shiatsu como terapia debe obtener una licencia del Ministerio de Salud y Bienestar Social. Las personas que practican shiatsu están obligadas a estudiar al menos un programa educativo de tres años/2200 horas en las universidades o colegios autorizados por el Ministerio de Salud y Bienestar Social y deben aprobar el examen nacional para conseguir la licencia.

Pero, a pesar de que el shiatsu está reconocido como terapia en Japón –su definición allí incluye las palabras "curación" y "dolencia"–, las autoridades sanitarias de otros países no comparten esta visión. En varios países de Europa para referirse a una terapia en términos que impliquen curación, sanación y

tratamiento, la ley obliga a avalar estas afirmaciones con estudios científicos contrastados. Como ya se ha mencionado más arriba, los estudios sobre la eficacia terapéutica del shiatsu aún no son suficientes ni suficientemente concluyentes, lo cual dificulta su regularización por parte de las autoridades sanitarias.

Cabe destacar que el shiatsu fue una de las ocho disciplinas mencionadas en el Informe Collins adoptado por el Parlamento Europeo en 1997, que abogó por regular las terapias complementarias, no obstante dicho informe expresó la necesidad de profundizar en las investigaciones sobre su eficacia.[cita requerida]

Títulos y formación de terapeutas

Los distintos países en los que se practica el shiatsu han elaborado diferentes métodos de homologación de licencias profesionales de los terapeutas de shiatsu que, a menudo, se superponen con las licencias para la práctica profesional del masaje en general. No obstante, la homologación en todo el mundo es la de un curso de tres años, que incluye práctica clínica y escrita con exámenes que incluyen anatomía occidental, así como la MTC.

En el caso concreto de Europa, las escuelas de shiatsu deben cumplir los criterios del plan de estudios homologado y acordado por la Federación Europea de Shiatsu (FES). El programa homologado a nivel europeo por la FES, elaborado por las distintas asociaciones nacionales europeas de shiatsu, consta de tres cursos anuales con una formación presencial de 450 horas con profesorado, 250 prácticas con sus historiales y contenidos teóricos como anatomía, fisio-patología y medicina tradicional china.

Precauciones y contraindicaciones

1. Paciente mal alimentado (en ayunas) o en pospandrial inmediato.
 2. Paciente fatigado o cansado (acabado de llegar, apurado), en estos casos se debe esperar una hora o valorar la posposición del tratamiento.
 3. Pacientes de constitución física muy débil. En este caso utilizar muy pocas agujas y avanzar poco a poco.
 4. En niños no se deben utilizar puntos de localización en las fontanelas.
 5. En embarazadas no se recomienda este tratamiento sino es por personal altamente calificado.
- En embarazadas de menos de tres meses se prohíbe la digitopintura en el abdomen inferior, región lumbar ni sacra.
 - En embarazadas de más de tres meses no utilizar digitopintura tampoco en hemiabdomen superior.
 - Los principales puntos prohibidos en embarazadas son: IG4,V B21,B6,V60.

Conclusiones

La digitopintura es un método fácil de aplicar en cualquier lugar, sin necesidad de instrumental médico por lo que es de suma importancia que todo personal de salud conste de conocimientos mínimos para la realización de este proceder. El potencial terapéutico del Shiatsu tal y como hoy lo conocemos es una técnica moderna que se articuló a

principios del siglo XX por Tokujiro Namikoshi . Existen varios estilos o escuelas principalmente fundadas en Japón. La digitopuntura representa una técnica recomendable para varias afecciones sin embargo hay que tener en cuenta varias precauciones para su aplicación, su uso en las embarazadas debe realizarse por un personal altamente calificado.

Bibliografía

1. Namikoshi, Toru (2007). Edición original de Japan Publishing, Inc., (2007), ed.
Shiatsu + Stretching. Barcelona: Editorial Paidotribo. pp. 12 y 148.
2. Robinson, N., Donaldson, J. and Lorenc, A. (2006). (en inglés) Shiatsu: A Review of Evidence. London: Thames Valley University.
3. Mozas García, Susana (2004). «shiatsu en el hospital». Revista Humanizar. mayo -junio (74).
4. «El Rostro Humano de la Salud». Revista MADRID.SALUD. marzo-2007.
5. Ruggie, M. (2004). Marginal to Mainstream: Alternative Medicine in America.
Cambridge University Press.