



# LAS VENTOSAS

## TERAPIA POPULAR TRADICIONAL EN LA RIOJA

**TEXTO:** Pedro José Sáez Alfaro

**Las ventosas son un antiguo y tradicional método terapéutico que consiste en succionar en determinados puntos del cuerpo, con vasos, tazas u otros recipientes o instrumentos similares. Esta succión desbloquea los nódulos energéticos obstruidos, regula el flujo vital, ayuda a eliminar toxinas, sirve, incluso, para la diagnosis y coopera en la recuperación de la salud.**

### Origen y panorama histórico

Su origen se pierde en la noche de los tiempos. Se asocia con acciones, tan instintivas y primitivas, como la de succionar, con la boca, en la zona de una picadura para eliminar la toxicidad. Al mismo ámbito corresponde la utilización de cuernos huecos para la succión, pasando por el uso de vasos y tazas, hasta las modernas ventosas conectadas a dispositivos de suma precisión.

Esta terapia es milenaria. En Mesopotamia, Egipto, India y China se ha practicado la terapia de ventosas desde hace más de 3.000 años como medicina tradicional. E igualmente

es una tradición médica entre los Árabes, los Griegos y en determinados pueblos africanos y australianos. Como protagonistas practicantes de esta terapia en la tradición ortodoxa, podemos mencionar a Hipócrates, a Galeno, a Avicena...

Según las crónicas, en Europa y América los médicos empezaron a utilizarla a principios del s. XIX. Hoy, después de un tiempo en el olvido, se han puesto de moda las ventosas a partir del centro irradiador de Hollywood. Aquí reciben el nombre de *Cupping* o Terapia de las tazas chinas. Estas técnicas tuvieron su



arranque con Francis Ford Coppola cuando, en 1974, incluyó una sesión de terapia con ventosas en la segunda parte de *El Padrino*. Posteriormente potencia esta moda la actriz Gwyneth Paltrow, que exhibía orgullosa, a partir de los años noventa, las marcas circulares que dejaban en su espalda las Tazas Chinas o Tazas Curativas, utilizadas en el *cupping*. La siguieron en esta moda Chris Martín, esposo de Gwyneth, la amiga de ésta, Kate Moss, la ex spice girl Gery Halliwell. Con ello buscan el desbloqueo de ciertos puntos energéticos, el aporte de salud y la relajación.

## Análisis técnico de las ventosas en la actualidad

Las ventosa pueden ser de dos clases fundamentales: Ventosas Secas y Ventosas Hemáticas o Sangrantes.

**Las Ventosas Secas** son aquellas que se colocan directamente en la zona muscular. Si se va a masajear, se da un lubricante superficial (aceite, crema, vaselina) para facilitar el masaje. La aplicación de cada ventosa dura de 5 a 10 minutos. Se finaliza cuando la parte succionada adquiere una coloración rojo-azulada. Estas ventosas secas se aplican a los nódulos duros, como explicaremos a continuación.

**Las Ventosas Hemáticas o Sangrantes** son aquellas que se aplican en una zona de piel previamente escarificada reiteradamente con una lanceta o con una aguja hipodérmica. Al aplicar la ventosa, se absorbe sangre, que va llenando el vaso. Se quita cuando ha llenado 3/4 de su volumen; y se vuelve a aplicar hasta que la zona escarificada no sangre. Después, la zona escarificada se limpia, se desinfecta y se cubre con una tirita. Estas ventosas hemáticas se aplican en los nódulos blandos, como explicaremos. Al ser más agresivo este tipo de ventosa, no deben aplicarse a hemofílicos, personas con tratamiento anticoagulante y personas debilitadas. Tampoco se aplicarán sobre vasos sanguíneos importantes.

---

Hoy, después de un tiempo en el olvido, se han puesto de moda las ventosas a partir del centro irradiador de Hollywood.

---

**Nódulos duros y nódulos blandos:** Para aplicar las ventosas es necesario explorar minuciosamente a los pacientes. En esta exploración encontraremos puntos de alarma (*Trigger points*). Palpando la zona explorada, encontraremos nódulos o abultamientos debajo de la piel. Pueden ser abultamientos blandos, superficiales, o nódulos duros, más profundos. Todos estos nódulos indican una perturbación patológica en la zona, y se llaman Gelosis.

Los nódulos blandos también reciben el nombre de calientes o rojos: son zonas con acumulación de sangre, hinchadas y que producen dolor cuando presionamos. En ellos encontramos una anomalía circulatoria capilar por sangre estancada, con edema circundantes. Si se hace en ellos una sangría con ventosa hemática, se reduce la inflamación y disminuyen el dolor y la viscosidad de la sangre. Por tanto, en los nódulos blandos, aplicaremos la ventosa hemática, que es antiinflamatoria, analgésica y fluidificante de la sangre.



**Secuencia de aplicación de las ventosas.**



Los nódulos duros también reciben el nombre de fríos o pálidos: son también una anomalía circulatoria capilar que endurece el tejido conjuntivo subcutáneo. Se encuentran en la zona muscular de la espalda, zona intercostal, zona de riñones, abdomen, hombros. Estos puntos dolorosos a la presión profunda, pobres en sangre, tienen déficit del flujo energético. Al masajearlos se produce una ligera hiperemia. La termoterapia es muy adecuada para esta zona. En estos puntos duros aplicaremos ventosas secas, con masaje sobre ese tejido conjuntivo.

Los pacientes pueden estar sentados o tumbados, en tendido supino, prono o incluso de costado, por ejemplo en el tratamiento de coxalgia o coxartrosis.

### Contraindicaciones

Como en todo tipo de terapia, hay que tener en cuenta las contraindicaciones personales

que impiden que se apliquen las ventosas. Las fundamentales son: estado febril, estado de embriaguez, hemofilia y propensión a padecer hemorragias.

En caso de embarazo, hay determinados puntos en los que no se pueden aplicar las ventosas a la embarazada.

No se pueden aplicar durante la digestión; y el día de la terapia, hay que evitar las comidas fuertes y pesadas.

### Las ventosas en La Rioja

Todos los que hemos vivido nuestra infancia en algún pueblo de La Rioja alrededor de las décadas de los años cincuenta o sesenta conocemos lo que son las ventosas como terapia. Por aquellos años, y como herencia de la tradición curativa de toda la época anterior, en los pueblos de la zona rural de La Rioja se practicaba la Medicina de las Ventosas, con vasos de cristal. Las personas de cierta edad recordamos momentos puntuales, triviales o importantes, de nuestra salud o de la de nuestros conocidos, en los que nos aplicaron las ventosas como terapia o como diagnóstico.

Como terapia trivial se aplicaban ventosas en el pecho para combatir constipados y catarros y asma, sobre todo en niños; también contra dolores reumáticos e inflamatorios, se aplicaban ventosas en la espalda, sobre todo en adultos. El que escribe, que pasó su infancia en Cornago, pueblo de La Rioja Baja, padeció a los siete u ocho años la difteria o garrotillo. En los años 50 era una enfermedad de riesgo grave, que producía la muerte por sofocación. Mi abuela María, con mi madre, y otras vecinas, ante la subida altísima de la fiebre y estado de suma postración del niño que yo era, me aplicaron las ventosas de diagnóstico. El dictamen fue “enfermedad grave” y urgente necesidad de acudir al médico. Éste, D. Esteban Prieto Calleja, titular entonces de la plaza de Cornago, ordenó la inmediata terapia de inyección de suero de caballo, con lo cual se solucionó el problema.



Las alusiones a las ventosas como terapia suelen mencionarse hoy en el contexto de “cuando mis hermanos y yo éramos niños”, mi madre nos aplicaba ventosas en el pecho. Hoy es el día en el que dicha práctica popular, en La Rioja, está casi extinguida. Raramente se practica en el hogar; y entre los terapeutas y masajistas riojanos, yo sólo conozco a uno que la aplica: mi amigo Richard (Ricardo Mangado), que heredó la técnica de su abuela, que practicaba sobre todo “sobaos” (masajes de frotamiento y amasamiento).

La técnica de ventosas que se practicaba en La Rioja era con vaso de cristal transparente, algodón empapado en alcohol y una ochava o perra gorda antigua, de cobre. La moneda servía de base para el algodón empapado y se colocaba en el sitio álgido del pecho o la espalda fundamentalmente. Se prendía el algodón y la moneda impedía que se quemara la piel del paciente. Inmediatamente se ponía el vaso boca abajo, cerrando el espacio del algodón que ardía. Así, cuando se consumía el aire del volumen del vaso, se conseguía un vacío suficiente, que generaba la ventosa succionadora. Según el aspecto de la zona orgánica absorbida, se hacía una interpretación, como diagnosis; o simplemente se aprovechaba la ventosa para masajear la zona oportuna de la espalda o del pecho, previa lubricación con aceite de oliva de la zona del recorrido del vaso.

---

En los pueblos de la zona rural de La Rioja se practicaba la Medicina de las Ventosas, con vasos de cristal.

---

El primer efecto era el enrojecimiento de la piel succionada por la acumulación de la sangre. Así, las células se oxigenan más y se produce un drenaje, que limpia las toxinas acumuladas in situ y en la zona adyacente. Además de estos beneficios, hay técnicos hoy que afirman que se liberan endorfinas



que eliminan el agotamiento y la ansiedad, mejorando nuestro ánimo.

Otra técnica que se aplica en La Rioja se reduce al vaso y alcohol: se impregna de alcohol la base y las paredes internas del vaso. Se prende el alcohol y se vuelca el vaso, boca abajo, en la zona correspondiente, consiguiendo así el vacío deseado. Pero resulta ésta una técnica más arriesgada, ya que se producen con más probabilidad quemaduras en la piel del paciente si sobreabunda la impregnación del alcohol; o no se produce el adecuado vacío si el alcohol es escaso.

Hoy, la técnica moderna de las ventosas, cupping o tazas curativas chinas tienen superadas todas estas limitaciones. Se dispone de motores de vacío de máxima precisión y fácil control, conectados con las ventosas. E incluso existen ventosas magnéticas que incrementan el beneficio de la ventosa normal en el flujo de sangre y en la eliminación de toxinas.