



Entrevista

Quim Vicent

Osteópata

«La muerte es un ciclo más de la vida, debería ser una fiesta»

Este barcelonés es un referente mundial de la osteopatía, que practica en su clínica de Barcelona, desde donde atiende a personalidades relevantes en una disciplina que combina la sabiduría de los antiguos con la vanguardia de la medicina actual.



DNI

- Tiene 44 años. Nació y reside en Barcelona.
- Está divorciado y tiene una hija de 17 años.
- Dirige la clínica Arvilla Magna..

● Acaba de publicar un libro tan interesante como revelador: 'Aprende a escuchar tu cuerpo'.

ESTEBAN MERCER

Quim Vicent, 44 años, ha querido compartir las bondades de la osteopatía en un libro *Aprende a escuchar tu cuerpo*, cuyos beneficios destina a la ONG Pallapupas. Ha pasado unos días de vacaciones en Mallorca invitado por su amiga Diana Zaforteza. Recibe a *Última Hora* en su casa de Port des Canonge, para explicarnos que la enfermedad es un camino, no el destino de la vida, y que cuando aparece hay otras formas de combatirla.

¿Cómo ha llegado al éxito en su profesión siendo además tan joven?

—Porque ni me creo el éxito ni lo que conlleva. Seguramente se debe a que estoy enamorado de mi profesión, que además me ha llevado a conocer a personas y a estar en lugares que son regalos de la vida

¿Cómo definiría las tres disciplinas que practica, osteopatía, neuropsicoinmunología y posturología?

—A menudo la historia de vida que me cuenta un paciente no coincide con lo que me dice su cuerpo. La osteopatía significa recuperar todas las restricciones de movilidad del cuerpo. La vida es movimiento, energía, agua. Somos como un río y hay que fluir como fluye el agua. Cuando viene la tempestad es cuando llegan las restricciones de movilidad, hay que procurar que todo fluya sin estancamiento de energía. Combinando estas tres disciplinas consigo identificar y corregir el origen de los síntomas que nos afectan.

¿Qué provoca este estancamiento?

—Cuando nos llaman y nos dan una mala noticia el cuerpo se paraliza. Este momento lo cambia todo pero también por los malos hábitos, como no dormir, o una mala alimentación. Los cuatro conceptos de la buena salud los defino en las emociones, la salud de la boca y la intestinal y después la postura. Todas van unidas, se complementan, pero realmente cuando hay una emoción perturbada todo se dese-



Quim Vicent ha pasado unos días de descanso en Mallorca. Foto: E.M.

quilibra, entonces es prioritario tratar esa emoción.

¿Está todo en el cerebro?

—Como pienso y como hago la digestión van súper unidos. Hablo de tres cerebros, cabeza, estomago y corazón. Cuando hacemos un trabajo que nos satisface se nota, al igual que cuando estamos en pleno enamoramiento, todo parece mucho más fácil, y lo transmitimos sin ser conscientes de ello. Hay mucho de inteligencia en el bien estar.

¿Cómo entra en el código mágico, en el mundo complicado y cerrado de las personas que lo están pasando mal?

—Es cierto que las personas que está pasando por un mal momento se cierran, se protegen. En mi caso nunca juzgo, les miro y admiro, les acompaño para ayudarles a escoger un camino. La osteopatía no hace milagros, pero sí ayudamos con nuestras manos a recorrer un camino. Para mí el tacto es fundamental, mis manos son mis ojos, pero también ver cómo una persona respira ya me da mucha información, o el simple hecho de cómo uno se postula en la vida, el ser más introvertido o más abierto. Creo que la verdadera osteopatía es aquella que deja hacer al cuerpo para poder captar a través de la sensibilidad.

¿En usted cómo la descubrió?

—Me interesaba mucho el comportamiento humano y la relación que tiene con la naturaleza. Me di cuen-

tas siete de la tarde comienza a activar melatonina, una hormona que ayuda a dormir y por ende a ser feliz. Es una locura mirar los mails o los mensajes de móvil antes de apagar la luz, hay que hacerlo mucho antes, apagar las luces mucho antes y dormir una media de siete horas.

¿La comida que ingerimos es la gran enemiga de nuestra salud?

—Nuestros niveles de azúcar contaminan nuestras emociones de una manera que no se pueden ni imaginar. Estamos en un nivel de contaminación alimentaria nunca antes visto. Fatiga crónica, fibromialgia, son sus consecuencias. Habría que hacer deporte en ayunas, hacer un cambio radical respecto de lo que comemos y copiar el sistema de nuestros ancestros que comían cuando tenían hambre pero no asaltaban las neveras sin ton ni son.

¿La vida comienza no con la concepción, sino incluso antes?

—Cuando una pareja decide tener un hijo ya se crea un vínculo energético. Da igual el tipo de pareja o el tipo de fecundación. Es muy importante saber que en la barriga ya se generan emociones. Otra cosa, se programan cesáreas que no tienen mucho sentido cuando con el parto natural sería suficiente. Hay una repercusión a estas cesáreas innecesarias. Primero, el niño no pasa por el canal vaginal de la madre, lo que afecta a su energía y sistema inmunitario. Serán niños que padecerán mas bronquitis, otitis, todas las enfermedades que acaben en itis. El fórceps produce un exceso de presión en muchas ocasiones, gatear es muy importante, influye a niños que al no hacerlo de manera correcta pueden acabar siendo diagnosticados de TDA o déficit de atención y lo que es mas grave, acabarán medicados, lo que sí es horrible.

Nacemos distinto y vivimos muy distinto de como lo hacían nuestros abuelos ...

—Empezando por la boca, que está cambiando porque masticamos menos. Fijense en las bocas de los niños de países subdesarrollados y compárenlas con la de nuestros niños. Simplemente porque comen productos de la tierra lo que provoca un desarrollo de los maxilares. Aquí comemos blando y cada vez veo más problemas relacionados con ello. La boca esta interconectada con el cuerpo.

Habla de energía, ¿Cree en la vida después de la muerte?

—Sí, absolutamente. No veo separación entre vida y muerte. Para mí la muerte es un ciclo mas de la vida. La muerte debería ser una fiesta porque no hay separación, solo la física y es temporal.

¿Cómo ha llegado a esta conclusión?

—Escuchando, observando, visualizando a los humanos. Estamos en un mismo ciclo siempre, en un círculo sin principio ni fin.



«Cuando queremos escapar de la naturaleza es cuando empezamos a enfermarnos. Vivir con la naturaleza es lo que une a la gente longeva»

ta de que siempre que queremos escapar de ella es cuando enfermamos. Fijese en la gente más longeva, ninguno vive en una gran ciudad y en cambio muchos de ellos han sido bebedores y fumadores, pero lo que les une a todos es que ninguno ha vivido lejos de la naturaleza.

Vivimos en una sociedad muy tóxica, con momentos de cambios profundos, nervios, miedo ... Usted vive en Barcelona, en revolución constante. ¿Cómo influyen en la salud de las personas estas realidades?

—Sin posicionarme le diré que esto crea mucha distorsión, muchas veces pienso en la manipulación del ser humano hacia el sistema. Intento estar al margen, porque si no es muy tóxico. Barcelona pasa por un momento complicado, y en estos momentos me vienen casos muy complicados. Pacientes influenciados por lo que está pasando que desarrollan patologías nuevas. Muchos no pueden dormir, pero es que además vivimos constantemente conectados. Mire, el cuerpo a partir de