

A systematic review on the application of Aikido as a psychosomatic tool in therapeutic setting (Part I)

Sebastián Gómez-Lozano¹, María Antonia Hurtado-Guapo², Clare Kelly-Lahon³, Jesús Arce-Moreno¹, Kiko León^{1,4}, Alfonso Vargas-Macías⁵

¹Performing Arts Research Group. Faculty of Sport. Catholic San Antonio University. Murcia. Spain. ²IT Services. University of Extremadura. Badajoz. Spain. ³Department of Marketing, Tourism and Sport. Atlantic Technological University. Sligo. Ireland. ⁴Faculty of Sport Science. University of Extremadura. Cáceres. Spain. ⁵Telehusa Centre for Flamenco Research. Cádiz. Spain.

doi: 10.18176/archmeddeporte.00136

Recibido: 15/11/2022

Aceptado: 20/12/2022

Summary

It is our contention that Aikido may have sufficient support for its use in complementary therapies in the field of clinical treatment. However, as far as we are aware, no extensive scientific studies highlighting the application of Aikido as a psychosomatic therapy in the field of psychological behavioural disorders has been carried out. Our aim here was to conduct a systematic review of scientific studies associated with the possible psychosomatic benefits of Aikido practice and to examine whether there is any theoretical basis for this psychosomatic health connection. In terms of methodology, a systematic review of published scientific literature on health and Aikido was conducted in adherence with PRISMA guidelines. Three aspects of the application of Aikido were identified, one corresponding to phases more susceptible to psycho-emotional instability such as during the period of adolescence; another aspect related to the treatment of overcoming trauma in subjects with post-traumatic stress disorder and the final aspect related to the improvements as a result of the practical intervention of mindfulness. It is evident from our review, that the treatment of Aikido as a discipline with psychotherapeutic potential requires further expert analysis from a cross-disciplinary and interdisciplinary perspective, which would involve establishing a suitable intervention model in order to attain a deeper understanding of the discipline of Aikido. Moreover, a mastery of the field of psychology and psychiatry is required to understand the internal cognitive processes of the subjects studied.

Key words:

Proprioception. Mindfulness. Martial arts. Complementary therapy. Health. Well-being.

Una revisión sistemática sobre la aplicación del Aikido como una herramienta psicósomática en sectores terapéuticos (Parte I)

Resumen

Hasta donde tenemos conocimiento no existe un campo de carácter científico extenso de la aplicación terapéutica de relación psicósomática en el Aikido, en el entorno de los trastornos y afecciones psicológicas del comportamiento. Partimos de la hipótesis de que el Aikido podría tener un respaldo suficiente en su uso en terapias complementarias al ámbito de los tratamientos clínicos. Nuestra finalidad fue realizar una revisión sistemática sobre los estudios de carácter científico asociados a los posibles beneficios psicósomáticos de la práctica del Aikido y comprobar si hay una teoría entre esta conexión de salud psicósomática. Metodológicamente se realizó una revisión sistemática de la literatura científica publicada en materia de salud y Aikido. Para su elaboración se han seguido las directrices de la declaración PRISMA. Se observan tres vertientes de aplicación del Aikido, una correspondiente a fases más susceptibles de inestabilidad psicoemocional como es la adolescencia. Otra vertiente relacionada con el tratamiento de superación de traumas en sujetos con trastorno por estrés postraumático y una última relacionada con la mejora de los aspectos relacionado con la intervención práctica de mindfulness. Se evidencia que el tratamiento del Aikido como una disciplina con potencial psicoterapéutico que requiere de un mayor análisis de expertos desde una perspectiva transdisciplinar e interdisciplinar, que permita encontrar un modelo de intervención idóneo para tener un conocimiento más profundo de la disciplina del Aikido. Además, se requiere un dominio del campo de la psicología y de la psiquiatría que permita entender los procesos cognitivos internos de los sujetos estudiados.

Palabras clave:

Propiocepción. Mindfulness. Artes marciales. Terapia complementaria. Salud. Bienestar

Correspondencia: Sebastián Gómez-Lozano

E-mail: sglozano@ucam.edu