terapia de los puntos de activación

Una guía de autoayuda para aliviar el dolor

Clair Davies
& Amber Davies
Prólogo del Dr. David G. Simons

2ª edición

Sirio

Clair Davies

Terapia de los puntos de Activacion (Spanish Edition)

continue reading

Offers surprisingly effective approaches for the treatment of chronic pain, which may be practiced at any time, providing relief to those that suffer constantly.

continue reading

El mejor El mejor libro de autoayuda que se puede recomendar ???? El manual del usuario de un cuerpo humano. I' ve nothing else to say. La teoria de los puntos de activacion es medicamente comprobada y sobre ella se basan muchas tecnicas como la acupuntura, acupresion, reflexologia, etc. Este no sera un libro facil de entender si uno no tiene conocimientos basicos de la musculatura humana. Explica la teoria del funcionamiento muscular (Fisiologia) y de como durante ciertas actividades en la vida se crean o "activan" los puntos de activacion (trigger factors), y de los dolores que estos causan, que en muchas veces suceden en lugares lejanos al punto donde se localiza el punto de activacion. Por ejemplo en mi caso un punto de activacion del gluteo medio me causaba un dolor agonizante en la parte baja de la espalda que me hacia creer en un problema espinal, siendo que al desactivar el punto de activacion se resolvio el problema como si fuera algo milagroso. Si sufre Ud. algun dolor, le recomiendo este libro, que ya sera mi primera ruta cuando tengo algun dolor, y le sugiero intentar esta tecnica antes de considerar cualquier cirugia ni de espalda, ni de rodilla, ni de tunel carpal, etc.Es un manual muy completo y muy bien explicado. es un especialista sobre masaje deportivo o terapeutico, tiene tambien excelentes tecnicas para el masajista o terapeuta. Excellent publication. Y si Ud. Puede por ejemplo buscar el punto de activacion a partir de un esquema de la area donde tiene dolor, y de alli ir "buscando" los puntos de activacion e irlos desactivando. I healed my frozen shoulder using its help. Aunque los dibujos y esquemas son de escala un poco mas reducida que los originales, boy perfectamente entendibles. Excelente libro para estudiantes de masoterapia Compre este libro para aprender sobre trigger points y al final lo regale a una estudiante de mesoterapia. Pero este sistema sera de autoayuda y el autor explica de una manera simple (es decir, no hay que ser medico ni saber de medicina para obtener beneficios de este libro) como curarse a si mismo sin necesidad de metodos invasivos como poner agujas ni nada por el estilo. Excelente para estudiantes de masajes terapeuticos. Helpful Lots and lots of good info that you can do yourself Terapia de los puntos de Activacion (Spanish Edition) this books is for everybody who' s interesting in relief muscle pain;Con la ayuda del texto en inglés, curé mi hombro "pegado". Excellent Exceptional book, it helped me quite definitely. Is a perfect guide of trigger stage are and you may learn how to deal with them. Finalmente, ya lo hay en español. Por fin en español! I have this reserve in English too.Esta sera la traduccion al Espanol del primary, he usado ambos y esta sera muy buena traduccion. I' ve recommended it over and over, however, many people I informed them about, don' t speak sufficiently English to really make the most of it. Finally it is obtainable in Spanish. Tambien el autor explica que actividades causan los puntos de activacion y como evitar que recurran. Very accurate. Este maravilloso libro cambio mi vida. the seller' s service was superb, muy buena traduccion al español, libro imprescindible para aquellos interesados en aliviar el dolor Five Stars Excelente libro. He recomendado el libro múltiples veces, pero algunas de las personas a quienes se los recomendé no hablan suficiente inglés para aprovecharlo adecuadamente. Finally in Spanish! Excelente libro. Muy exacto. No hay más que decir.Maravilloso libro de autoayuda.

continue reading

download Terapia de los puntos de Activacion (Spanish Edition) djvu

download Terapia de los puntos de Activacion (Spanish Edition) epub

download La dieta de la longevidad: Comer bien para vivir sano hasta los 110 años / The Longevity Diet (Spanish Edition) e-book
download free Cuerpos sin edad, mentes sin tiempo: El secreto esta en el equilibrio (Spanish Edition) djvu
download Sentirse Bien mobi