



septiembre 2023

DESBALANCE MUSCULAR

DISMINUCIÓN DEL TONO MUSCULAR UNILATERALMENTE

Parte I

Dr. Melvin Ruiz Miranda
Quiropráctico
N.L.P. Master Trainer
Clinical Hypnotherapist

¿Está usted desbalanceado? ¿Qué problemas le puede causar esto a usted, a sus hijos/hijas y a otros conocidos? Este es un problema sumamente común y causa múltiples problemas tanto de salud, estructura musculoesquelética y hasta cognitivos y, por lo tanto, es importante enterarse de que se trata.

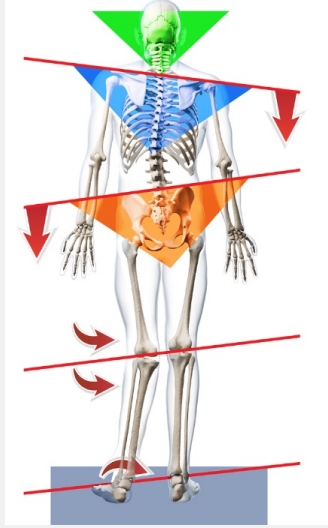
TONO MUSCULAR: El tono muscular es una contracción pasiva (donde no se contrae voluntariamente para lograr un movimiento) del músculo que mantiene una integridad en el cuerpo durante el descanso. Ayuda a mantener la postura, el balance y contribuye en el control, la velocidad y el movimiento que se puede lograr. El tono muscular está controlado por nervios sensoriales en el músculo que mide el estiramiento del músculo.

El tono muscular también ayuda a mantener integridad y estabilidad de las articulaciones, como, por ejemplo, los pies, las rodillas, las caderas, la columna vertebral, los hombros y en general prácticamente todas las articulaciones requieren que el tono muscular mantenga la estabilidad. Si el tono muscular se pierde o se reduce, entonces las articulaciones pierden estabilidad y son más susceptibles a lesionarse.



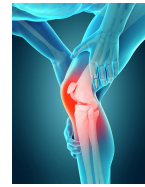
Cuando se reduce el tono muscular, existe un aumento en la fatigabilidad del músculo, o sea, que los músculos se fatigan fácilmente y de esta forma se pierde aun más la estabilidad del esqueleto. Esto lo vemos comúnmente en problemas de las rodillas, las caderas, desviaciones de la columna, problemas del hombro, y cervicales entre otras cosas. Todo esto conduce al dolor y a los cambios degenerativos debido al estrés adicional que las articulaciones sufren.

Problemas articulares que no responden muy bien a los tratamientos



y que tienden a ser recurrentes, generalmente se debe a un desbalance de la fuerza muscular. Típicamente, este desbalance tiende a coger un lado del cuerpo (unilateral). Por esta razón muchas personas vienen al consultorio quejándose de dolores de rodillas, caderas, espalda y hombro, todo en el mismo lado.

Existen varias causas para este problema. En las siguientes partes de este artículo voy a ventilar las causas más comunes. Por ahora, si usted tiene problemas de esta naturaleza, debe examinarse ya que estos son problemas que, de no manejarse correctamente, tienden a empeorar y causar más daño, sufrimiento y limitaciones.



Información Terapia Láser

INFORMACIÓN SALUD QUIROPRACTICA

COACHING PARA CAMBIOS CON P.N.L. CON

Programación Neuro Lingüística

Dr. Melvin Ruiz Miranda

N.L.P. Master Trainer, Master Practitioner,
Clinical Hypnotherapist

Ahora desde la comodidad de su casa, por medio de ZOOM usted puede lograr cambios de estados, comportamientos, pensamientos, actitudes, temores, creencias limitantes, programarse para el éxito y mucho más.



Para más información sobre las sesiones de terapia visite nuestra página web que describe las sesiones y la terapia extendida por medio de una grabación en audio.

<https://www.melvinruiz.com/terapia-y-consulta>

787-637-0134

Información de Coaching/Terapia

www.melvinruiz.com

PODIUM | P.O. Box 743, Dorado, 00646-0473 Puerto Rico

Unsubscribe_podium@xsn.net

[Update Profile](#) | [Constant Contact Data Notice](#)

Sent by podium@xsn.net powered by



Try email marketing for free today!