

Terapias Complementares

Um novo serviço
que te deixa em boas mãos

Design by www.bangbang.agency



Terapias Complementares

As terapias manuais são um conjunto de terapias e técnicas que visam o restabelecer da função das estruturas articulares, musculares, viscerais, nervosas, vasculares e linfáticas. Nestas consultas são utilizadas várias técnicas para garantir um maior bem-estar e muitas vezes eliminar ou aliviar sintomas agudos, resultantes de maus posicionamentos, stress e outras causas específicas. Neste tipo de consultas é possível abordar diferentes técnicas, como as que apresentamos de seguida.

A Manipulação Vertebral é um sistema autónomo de cuidados de saúde primários que visa restabelecer a função das estruturas e sistemas corporais, agindo através da intervenção manual sobre os tecidos (articulações, músculos, fâscias, ligamentos, cápsulas, vísceras, tecido nervoso, vascular e linfático).

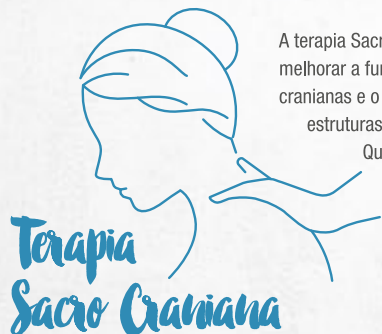
Assim, é possível tratar doenças frequentes como ciáticas, lombalgias, dorsalgias, cervicalgias, escolioses, hérnias discais e torcicolos, entorses, tendinites, epicondilites, tensões e contracturas musculares, entre outras.



Manipulação Vertebral

A terapia Sacro Craniana é uma terapia manual muito suave que tem como objetivo melhorar a função fisiológica do sistema do qual fazem parte as membranas cranianas e o líquido céfalo-raquidiano e que está ligado a todos os sistemas e estruturas do corpo humano.

Quaisquer tensões anormais podem provocar alterações ao seu funcionamento e afetar várias estruturas e sistemas que resultam em doenças, algumas crónicas, como: enxaquecas, dores musculares, cólicas, fadiga crónica, etc. A abordagem desta terapia é sempre feita de uma forma holística e pró-fisiológica, respeitando as necessidades de cada doente.



Terapia Sacro Craniana

A Mobilização Neural visa minimizar e/ou anular a dor causada por uma disfunção num nervo periférico. Essa dor pode ser descrita de diferentes formas: "formigueiro", "choque", "dormência", diminuição da sensibilidade, sendo descrita sempre no trajeto do nervo periférico envolvido. O tratamento com mobilização neural tem como objetivo tirar a dor e o desconforto do paciente, agindo sobre a causa da dor, seja ela por inflamação ou por compressão do nervo periférico, assim como restabelecer o fluxo sanguíneo intra-neural, possibilitar o bom deslizamento do nervo dentro do canal neural, e melhorar a condução do nervo.



Manipulação de Tecidos Moles

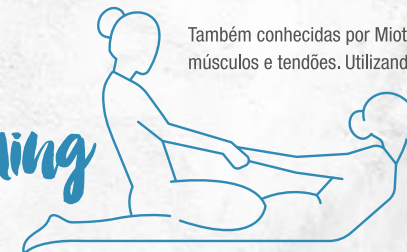
Nas técnicas de manipulação de Tecidos Moles são utilizados vários tipos de movimentos. Os objetivos são essencialmente relaxar os músculos, ganhar amplitude de movimento, libertar aderências, libertar tendões, aumentar a temperatura, melhorar a elasticidade, mobilidade e resistência das fibras. À medida que estas fibras são manipuladas a uma velocidade reduzida, promove-se um maior fluxo de sangue ao local, assim como uma melhor drenagem linfática. Estes tecidos são inicialmente trabalhados à superfície, preparando-os para um trabalho mais profundo e mais específico.

As chamadas fâscias são constituídas por tecido conjuntivo que envolve todo e qualquer tecido do corpo desde a célula, grupos musculares, ossos, órgãos, etc. Aqui são realizados determinados movimentos, estiramentos e pressões por forma a libertar essas fâscias, promovendo o movimento livre, organizando e separando toda e qualquer estrutura do corpo.



Técnicas Miofasciais

Técnicas de Stretching



Também conhecidas por Miotensivas. Estira ligamentos, fâscias, os músculos e tendões. Utilizando uma curta amplitude, age sobre os componentes articulares, ligamentos e cápsula; mas com uma grande amplitude, age sobre os músculos. A força aplicada é lenta e gradual, para produzir mudança e relaxamento dos tecidos.

Guida Torres

Diplomada em Osteopatia pela Oxford Brookes University, formada em Terapia Sacro Craniana pelo Upledger Institute International e especialista em terapias manuais, terapia miofascial e técnicas manipulativas. Exerce funções desde 2005 em consultórios clínicos, consultório privado, Health Clubs, Spas e centros de estética.

Ideal para

Problemas de postura
Dores musculares
Fadiga crónica
Hérnias discais
Tendinites
Entre outros

Marca já a tua consulta:
Receção | 232 483 920 | geral@forlife.pt



PALÁCIO DO GELO SHOPPING | PISO -2
MAIS INFORMAÇÕES NA RECEÇÃO CENTRAL DO FORLIFE

