

SAÚDE EM MOVIMENTO

KINESIOLOGIA



RAUL AGUIAR

KINESIOLOGIA - SAÚDE EM MOVIMENTO

A kinesiologia é uma terapia natural, segura, não evasiva e sem uso de fármacos, portanto aplicável a qualquer idade.

Foi criada em 1964 por George Goodheart, um Quiroprata Norte Americano. Baseando-se na Medicina Tradicional Chinesa, Digitopressura e Energia Tibetana, descobriu que através de determinados testes musculares específicos, o corpo dava uma resposta a nível físico e emocional.

KINESIOLOGIA APLICADA

A Kinesiologia Aplicada visa harmonizar os desequilíbrios energéticos do corpo a todos níveis:

Estrutural: corpo

Químico: nutrição

Emocional: aspectos psicológicos



KINESIOLOGIA - SAÚDE EM MOVIMENTO



É através do teste muscular que a Kinesiologia detecta os bloqueios energéticos ocorridos nos músculos, órgãos e canais por onde passa a nossa energia vital chamados de meridianos.

Para a harmonização dos desequilíbrios energéticos, a Kinesiologia Aplicada dispõe de três sistemas: Neurolinfático, Neurovascular e Meridianos. No entanto, aqui apenas vou abordar vou dois primeiros.

O meu objetivo com este e-book é disponibilizar técnicas eficazes para que possa utilizá-las quando quiser e onde quiser para que num momento de maior stress, ansiedade, pânico ou tristeza possa aplicá-las de forma a recuperar o equilíbrio natural do seu corpo.



APLICAÇÃO PRÁTICA



MASSAGEM DOS PONTOS NEUROLINFÁTICOS

Estes pontos na sua maioria estão localizados na região do tronco. Alguns são palpáveis e outros não.

A massagem destes pontos deve ser feita com os dedos indicador e médio juntos, de forma circular e durante 30seg. Localização dos pontos - (peito e estômago)

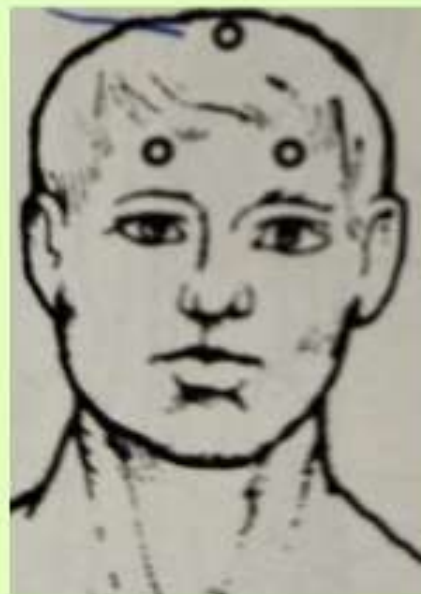


APLICAÇÃO PRÁTICA

MASSAGEM DOS PONTOS NEUROVASCULARES

Estes pontos estão localizados na sua maioria na cabeça. O toque deverá ser leve (como se estivéssemos a tocar na asa de uma borboleta).

Com a ponta dos dedos indicador e médio toque nos pontos assinalados na imagem. durante 30 seg a 1 min.



UMA CONSULTA DE KINESIOLOGIA

- Duração de aproximadamente de 90 minutos.
- O terapeuta juntamente com o paciente define o objetivo da consulta.
- São efetuados os testes musculares a todos os órgãos do corpo.
- É elaborado o diagnóstico
- É efetuado o tratamento
- Avaliação do resultado.

Vem descobrir
o que esta terapia
pode fazer na tua vida e pela tua vida.

geral@vidahumana.pt
914638341

