

RESEÑA ANATOMO FUNCIONAL PARA EL CURSO

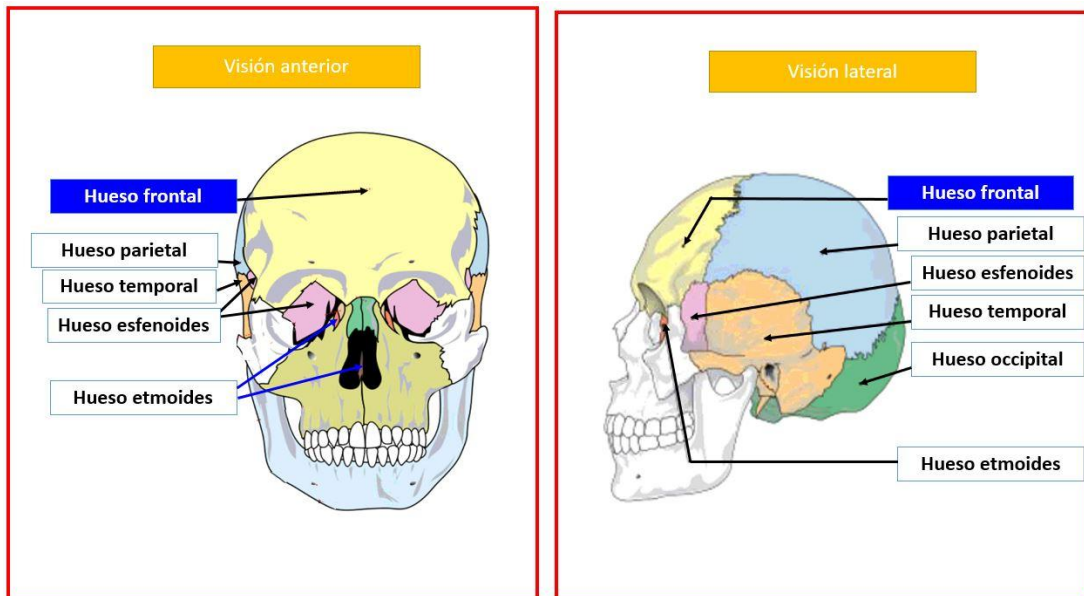
DESBLOQUEO DE CUELLO Y NUCA

NO te alarmes, reconoceremos todo esto en vivo , en clase, pero trata de leer y aprender lo que enviamos

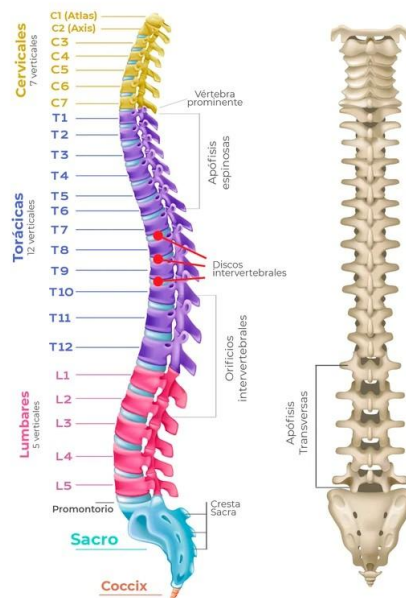
Debemos saber qué estructuras básicas vamos a manipular. La técnica sólo es efectiva cuando el toque es preciso y adecuado, por lo tanto la Anatomía es imprescindible

MODULO 1 : HUESOS DEL CRANEO Y LAS 7 VERTEBRAS CERVICALES

A través de la imagen compartida identificar los huesos Occipital, Parietales, Frontal y Temporal en tu cabeza.



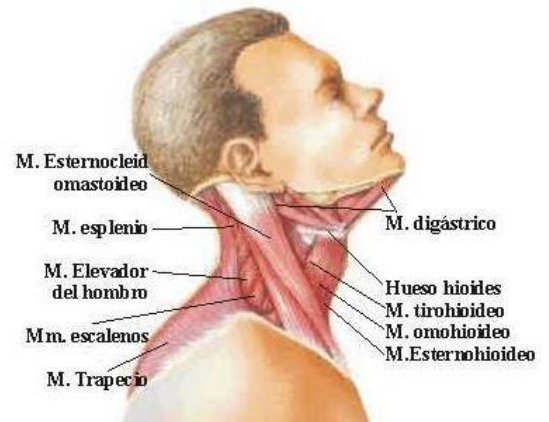
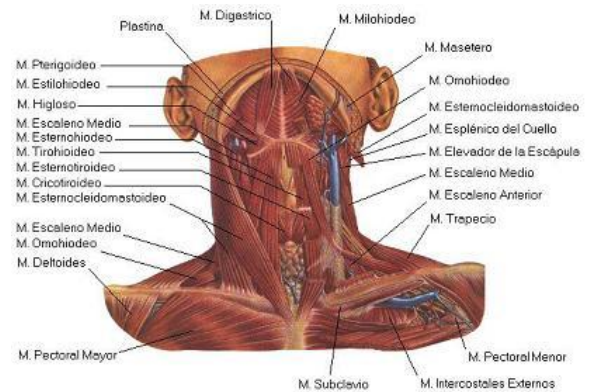
Distinguimos aquí las 7 vértebras cervicales, las 12 dorsales, 5 lumbares y zona sacro cóccix.



MODULO 2 : MUSCULATURA QUE COMPRENDE LA ZONA DE NUCA

En Clase veremos la funcionalidad de cada uno de ellos y aprenderemos a identificarlos por el tacto y comprobar el estado de contractura

- Trapecio
- Supraespinoso
- Infraespinoso
- Subescapular
- Rectos laterales del cuello
- Esplenio
- Complexos mayor y menor
- Esterno-cleido-occipito-mastoideo (ECOM)



MODULO 3: Terapias Manuales para Cuello y Nuca

¡Aquí iremos directo a la práctica!

- ✓ Cada estudiante será practicante y modelo de forma alternada
- ✓ Todos practicarán sobre un compañero
- ✓ Posterior a una demostración de una maniobra o técnica determinada Veremos “La Ley del contacto eficiente”
- ✓ Palpación/ Observación
- ✓ Primera fase de contacto
- ✓ Maniobras de stretch cráneo cervical
- ✓ Posturas de estiramiento
- ✓ Masaje lineal conectival
- ✓ Puntos reflejos y neuro-vasculares
- ✓ Maniobras descontracturantes
- ✓ Maniobras drenantes