

The background features a faint, artistic illustration of a person in a light-colored shirt and dark pants, bent over in a Shiatatsu (back massage) position. The person is positioned over a large, stylized, reddish-brown shape that resembles a heart or a stylized letter 'C'. The overall style is soft and illustrative.

SHIATSU

PROGRAMA PARA UNA CUARENTENA

LOS OCHO MOVIMIENTOS DE LA COLUMNA

Andrés Caro Rojo

C.C. Talleres de Creatividad, 2020

LAS ENERGÍAS EN MEDICINA TRADICIONAL CHINA

HEREDITARIAS

- YUAN QI → DU MAI
- ZONG QI → REN MAI
- JING QI → CHONG MAI

ADQUIRIDAS

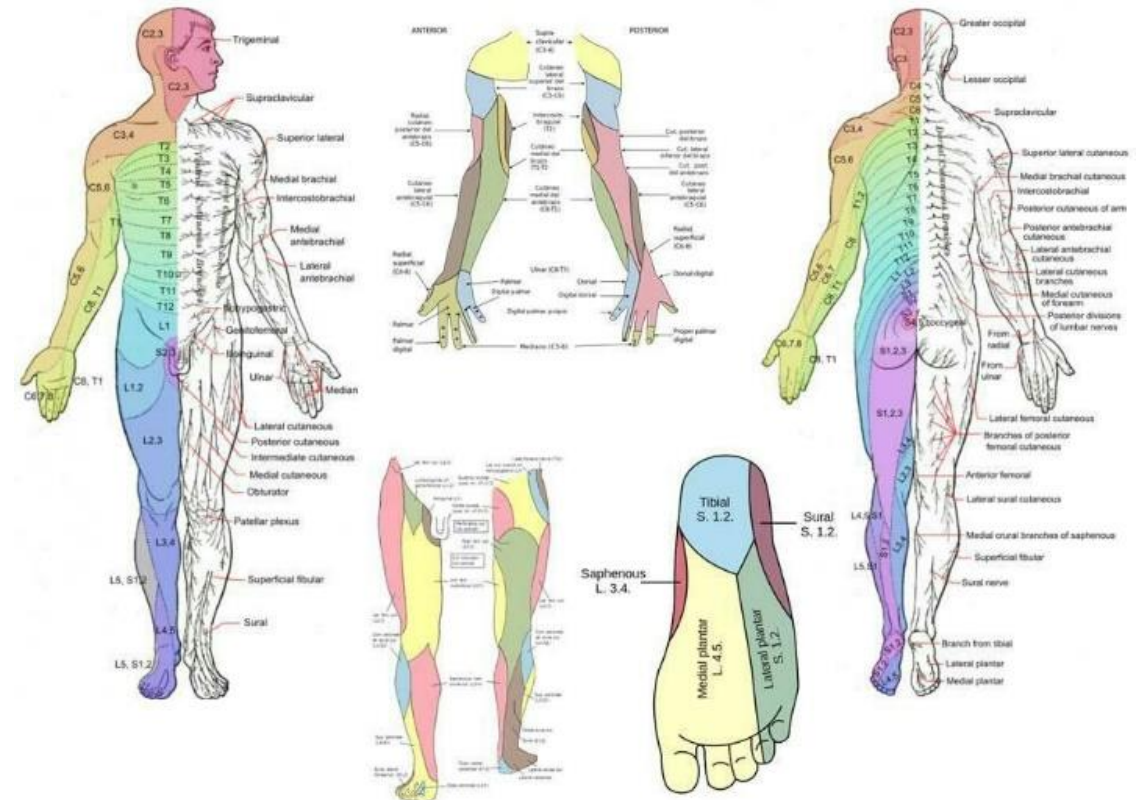
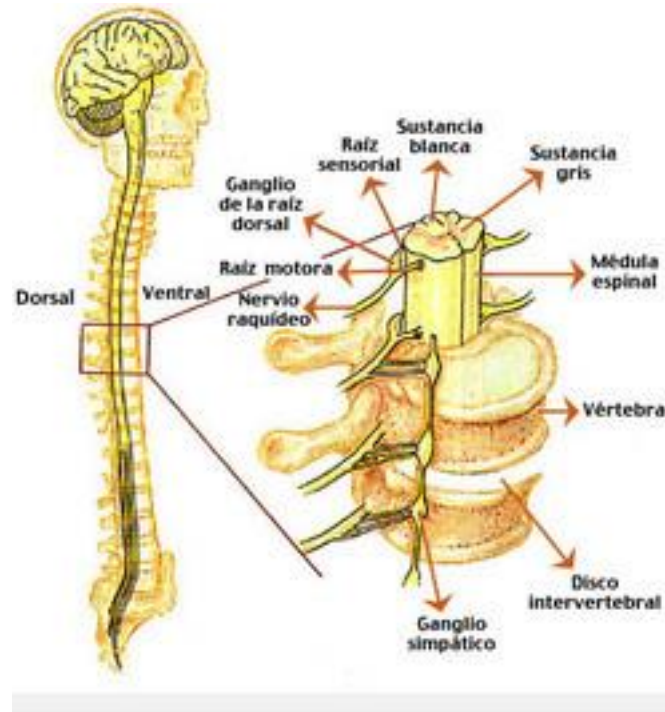
- YING QI → PRINCIPALES
 - WEI QI
 - SHEN
- } SUPERFICIALES
Y PROFUNDOS

Aunque todas las energías están en todas partes, cada una tiene un recorrido donde es especialmente accesible

DESDE LA MIRADA OCCIDENTAL

El Sistema Nervioso Central se comunica con la periferia pasando por el **canal medular** y los **neuroforámenes**

Los **dermatomas** son las zonas de influencia de los nervios espinales



MOVIMIENTOS DE LA COLUMNA I



FLEXIÓN

EXTENSIÓN



FLEXIÓN LATERAL



ROTACIÓN

MOVIMIENTOS DE LA COLUMNA II

*El movimiento de compresión nos viene dado por efecto de la gravedad.
La descompresión, generalmente se trabaja mejor con ayuda*

COMPRESIÓN



DESCOMPRESIÓN



PRINCIPIOS DE TRABAJO

1. TRABAJAR ***SIN MOLESTIAS*** (SI UN MOVIMIENTO MOLESTA, NO SE HACE)
2. MOVERSE EN LOS ***SEGMENTOS*** MÁS PEQUEÑOS QUE SE PUEDA
3. COORDINAR EL MOVIMIENTO CON LA ***RESPIRACIÓN***
4. EL TERAPEUTA DEBE TRABAJAR CON EL ***MENOR ESFUERZO*** POSIBLE
(YA SEA EN SUELO O EN CAMILLA)

iii MUCHAS GRACIAS!!!

