



Ebook Directory
the best source of ebook

The book was found

Columna Sana (Color) (Medicina NÂ° 88) (Spanish Edition)



Synopsis

La columna vertebral es el eje central de nuestro esqueleto, es una región extensa en la que se centra un importante número de síntomas y dolencias. En este libro se exponen las diferentes áreas científicas de estudio que hacen referencia a la columna vertebral (anatomía, fisiología, patología y posturología). El lector encontrará explicadas las bases sobre el funcionamiento de la columna vertebral junto con los orígenes de los problemas que más comúnmente suelen afectarla (artrosis, hernias, pinzamientos, hiperlordosis, escoliosis, etc.). También se destaca la importancia de los malos hábitos posturales o de movimiento en la aparición de los diferentes procesos patológicos/dolorosos y se detallan las actitudes correctas para la adecuada utilización de la columna. Se incluye, además, un abanico de ejercicios, clasificados por regiones vertebrales, enfocados a mejorar el equilibrio estructural, desarrollar conciencia corporal y a prevenir, reducir e incluso eliminar los frecuentes dolores que suelen aparecer en la espalda. Asimismo, la mayor parte de los conceptos tratados se acompañan de imágenes y dibujos que clarifican y agilizan la exposición de los temas. Alex Monasterio Urrea es fisioterapeuta y ha desarrollado su actividad profesional en diferentes servicios hospitalarios y sanitarios, entre los que destacan los Servicios de Ortopedia y Traumatología y de Reumatología del Hospital San Pablo de Barcelona. Ejerce la docencia en la Escola Universitària d'Infermeria, Fisioteràpia, Dietètica y Nutrició Blanquerna (Universidad Ramon Llull). También imparte cursos monográficos orientados a estudiantes y profesores de yoga y demás disciplinas basadas en el movimiento. Para más información sobre las actividades que realiza el autor puede visitar: www.columna-sana.com.

Book Information

File Size: 10083 KB

Print Length: 286 pages

Publisher: Paidotribo S.L.; 1 edition (July 18, 2011)

Publication Date: July 18, 2011

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B00CH3R998

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #1,173,830 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #16
in Books > Libros en español > Medicina > Especialidades > Fisioterapia y Rehabilitación
#50 in Books > Libros en español > Medicina > Profesiones Médicas Asociadas #281
in Kindle Store > Kindle eBooks > Health, Fitness & Dieting > Exercise & Fitness > Injuries &
Rehabilitation

[Download to continue reading...](#)

Columna sana (Color) (Medicina nº 88) (Spanish Edition) Detox - Vida Sana Sin Toxinas - 130
Recetas de Diversas Regiones del Mundo para Desintoxicarse y Mantenerse Saludable (Detox -
Vida Sana Sin Toxinas - ... Regiones del Mundo) (Spanish Edition) Tumores de la columna
vertebral (Spanish Edition) Actualización en Medicina Maternofetal: Contenido teórico del
curso intensivo en medicina maternofetal (Spanish Edition) Podólogo: Los desequilibrios del
pie (Color) (Medicina nº 83) (Spanish Edition) Las cadenas fisiológicas (Tomo VII): La
cadena visceral Torax - Garganta - Boca (Color) (Medicina nº 87) (Spanish Edition) El
bebé en tus manos: Todo de las cadenas fisiológicas (Color) (Medicina nº 87)
(Spanish Edition) Una Iglesia Emocionalmente Sana (The Emotionally Healthy Church): A Strategy
for Discipleship That Actually Changes Lives (Spanish) (Spanish Edition) Vivir una vida sana con
dolor crónico (Spanish Edition) Mezclas de sustratos para la producción de setas y hongos:
Producción de setas y hongos para la alimentación sana y saludable a partir de diferentes
mezclas de sustratos (Spanish Edition) Sexualidad Sana (Spanish Edition) Detox - Vida Sana Sin
Toxinas - Libro 1: Desayunos, 10 Recetas de Diversas Regiones del Mundo para Desintoxicarse y
Mantenerse Saludable (Spanish Edition) Asana de sana, asana de simple: Mi fórmula para
que te veas, te sientas y vivas mejor (Spanish Edition) Alimentación Ayurveda. Para una vida
sana, plena y feliz (Spanish Edition) Comida Casera y Natural para Perros: Una opción Sana,
Nutritiva y Deliciosa (Spanish Edition) Gran Libro de La Casa Sana (Teatro) (Spanish Edition)
Mama Sana, Bebe Sano: Healthy Mother, Healthy Baby (Spanish Edition) Del cielo que enferma y
la tierra que sana: Caminos de experiencia religiosa (Spanish Edition) La fibromialgia y el
síndrome de fatiga crónica (Vida sana) (Spanish Edition) Comer atentos (Mindful Eating):
Guía para redescubrir una relación sana con los alimentos (Spanish Edition)

[Contact Us](#)

[DMCA](#)

[Privacy](#)

