

## GIMNASIO

Hemos logrado equipar nuestra clínica con un gimnasio perfectamente adecuado para alcanzar a fortalecer y rehabilitar al cuerpo integralmente y sin lesionarlo. Esto lo obtenemos con equipos y ejercicios tanto pasivos como activos en los que movilizamos suavemente todas y cada una las articulaciones y músculos del cuerpo, al mismo tiempo motivamos una circulación total apoyada en respiraciones profundas, lo que lleva a oxigenar e hidratar ricamente a cada célula del cuerpo; con esto se reactiva la motilidad intestinal y se restablece también el movimiento del sistema linfático evitando y recuperando al organismo de patologías graves. Todo esto mejora las funciones hepáticas, renales, pancreáticas y del sistema glandular. Para esto es indispensable compenetrar al paciente en la ruta de nutrición selectiva racional. Sin los cambios de hábitos y los nutrientes adecuados, nada funcionará correctamente en el organismo volviendo imposible la tarea rehabilitativa y regenerativa. La ruta de actividad del ser humano no es, ni será jamás como lo plantean los promovedores de los deportes extremos, ya que es contra natura llevar al cuerpo a límites autodestructivos y extenuantes.



**UNA DE MIS PREMISAS ES:  
“LO QUE NO SE MUEVE, SE ATROFIA Y MUERE”**



Sin embargo hay toda una gran especialidad “Médica” denominada Medicina del deporte.

Principalmente tenemos en consulta a dos tipos de pacientes, muy lesionados: A los deportistas habituales, esos que corren, hacen pesas, ciclistas de montaña, spinning, deportes de contacto etc... y los sedentarios.

Son los dos extremos más destructivos para el cuerpo.

Y ante estas aberraciones yo me pregunto: si el deporte a como nos lo han vendido masivamente es todo lo bueno que pregonan, porqué es que hay una especialidad médica para parchar los inmensos daños que estas malas prácticas le producen a sus manipulados seguidores.

Ya en varias ocasiones he tenido que lidiar con entrenadores deportivos, de esos que su meta es ganar la justa a como dé lugar, sin siquiera valorar por su cortísima visión el daño que le producen a sus entrenados.

Multitud de jóvenes estudiantes con severos daños musculoesqueléticos creados únicamente por el pseudo deporte dizque saludable que a fuerza los hacen ejecutar en las instituciones “educativas” a manos de esos guías que carecen en totalidad de conocimientos básicos y avanzados para poder sustentar la salud de quien pretenden gobernar.

No son merecedores de ningún puesto laboral y solamente debieran entrenar a sus colegas delincuentes en los patios de los reclusorios.



**EJERCICIO RACIONAL ES AQUEL QUE  
NO DESGASTA NI COMPROMETE  
LAS ESTRUCTURAS CORPORALES.**

En Salud Vital; los equipos y rutinas son totalmente libres de impacto y están dirigidas para cualquier tipo de paciente y para cualquier edad.

Tenemos desde pacientes infantiles hasta pacientes de la tercera edad que hacen uso habitual de las instalaciones y hemos logrado cambios muy profundos en pro de la movilidad, fortalecimiento y

eliminación de dolores sin necesidad a recurrir a los absurdos medicamentos.

Lo básico en toda esta ruta; es la reeducación postural y de marcha mediante el estiramiento isométrico con focalización del adecuado balance musculoesquelético, rehidratación de discos intervertebrales y sustento articular.

También la respiración rítmica y racionalizada es la meta para lograr la mejor oxigenación del metabolismo básico, el de sustento y el regenerativo.

# EL DEPORTE Y EL EJERCICIO NO TIENEN PORQUE DESTRUIRNO.

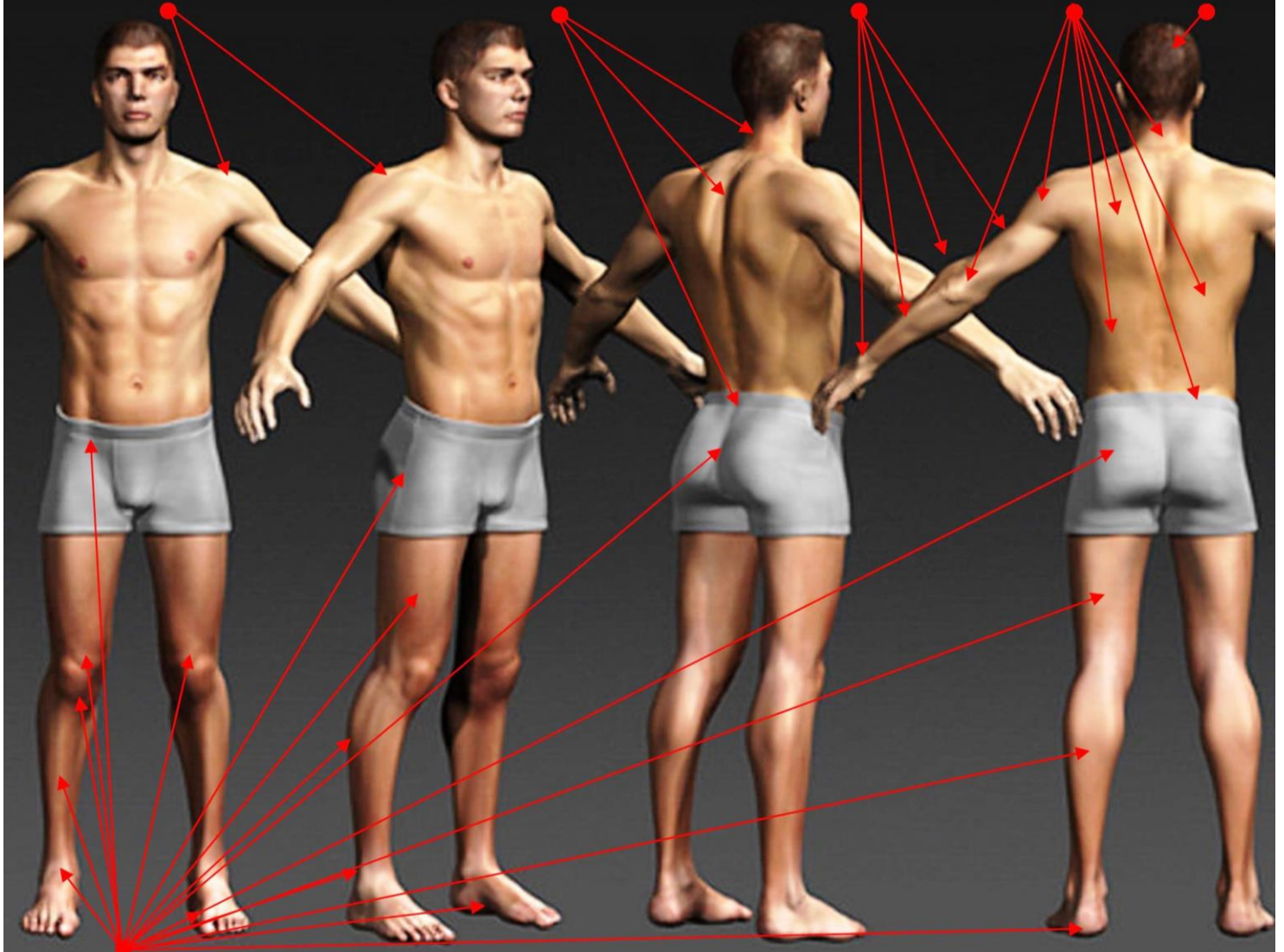
FRACTURA , ESGUINCE,  
TENDINITIS, BURSITIS,  
HOMBRO CONGELADO

FRACTURA , ESGUINCE, SUBLUXACIÓN, DEGENERACIÓN O  
HERNIACIÓN DISCAL, ARTROSIS, ESPONDILITIS, LISTÉSIS.  
ESCOLIOSIS, ESTENOSIS, RADICULOPATÍAS

FRACTURAS, ESGUINCES,  
TENDINITIS , DESGARRES,  
CODO DE TENISTA

DESGARRES MUSCULARES  
Y  
LIGAMENTARIOS

DAÑOS  
NEURALES POR  
TRAUMATISMOS



FRACTURAS, ESGUINCES, PERIOSTITIS, ESPASMOS MUSCULARES, LUXACIONES, ARTROSIS, DESGARRES, LLAGAS, FASCITIS