



## PROGRAMA

### \* DESCOMPRESSÃO VERTEBRAL



Técnica manipulativa e descompressiva destinada a devolver a coluna vertebral suas curvaturas naturais. Desenvolvida pela ESCOLA SOS CORPO.

- *Definição;*
- *História;*
- *Objetivo;*
- *Avaliação Morfológica;*
  - A Escoliose Social;
  - O desvio na cintura pélvica;
  - O teste da flexão de joelhos em DV;
  - O pé mais cavo;
  - O pé com mais RI;
  - As varizes;
  - O ângulo de Tales;
  - O desvio na cintura escapular;
  - Os pontos de dores facetárias;
  - Os pontos de comprometimento discal;
- As manobras de aquecimento das costas (massagem Neurocirculatória)

- *As Mobilizações – descompressões;*
  - *Por abertura;*
  - *Por afastamento;*
- *Os vetores de força;*
  - *As descompressões lombares;*
  - *As descompressões torácicas;*
  - *As descompressões cervicais;*
  - *A mobilização do Áxis;*
  - *As mobilizações do carpo;*
  - *As mobilizações do tarso;*
  - *O Trust Lombar;*
  - *As sequências;*
  - *As combinações;*
  - *Indicações e contraindicações;*
- *As trações;*
  - *Tração da perna;*
  - *Tração Pélvica manual;*
  - *Tração Pélvica Mecânica;*
  - *Tração Cervical manual;*
  - *Tração Cervical Mecânica;*
  - *Indicações e contraindicações;*
- *As posições de repouso;*
- *Os recursos;*
  - *Para diminuir pressão no disco;*
  - *Para manter a lordose lombar;*
  - *Para impedir a retificação cervical;*
  - *Para reduzir dores braquiais;*
  - *Para diminuir os ângulos da escoliose social ou postural;*
  - *Para reduzir a Espondilolistese Anterior;*

- Para reduzir a Espondilolistese Posterior - Retrolistese;

**- O Educando recebe;**

- Apostila da técnica;

- Disponibilidade de DVD da técnica;

- Entrega de certificado;

**- Docente;**

- Professor Rubens Balestro;

- Massoterapeuta – DIFEP 1956 - POA/RS

- Pedagogo;

- Fisioterapeuta – CREFITO Nº 174.609-F;