



LESÕES DESPORTIVAS?

Neil Marco Violante
diretor clínico do Centro
Quiroprático Nova Vida, Leiria

No mundo do desporto, vários atletas amadores e profissionais estão limitados na sua «performance» devido a lesões que poderiam ter sido evitadas. Outros são obrigados a permanecer no banco dos suplentes porque a lesão não se cura com o tratamento convencional. Hoje em dia, os treinadores, os atletas e os profissionais de saúde entendem que os analgésicos, os anti-inflamatórios e os relaxantes musculares não são as soluções de primeira escolha. A função de alívio que podem trazer estes fármacos obriga o atleta a entrar em acção antes do tempo provocando muitas vezes um agravamento da lesão. Bio-mecanicamente, a quiroprática é a profissão de saúde a ser escolhida.

A maioria dos desportos envolve contactos intensos, acelerações e paragens bruscas, não esquecendo os movimentos ou esforços assimétricos que exigem stress consideráveis na coluna e no sistema estrutural do corpo. Os doutores de quiroprática estudam o corpo humano no seu conjunto, dando atenção especial à coluna vertebral, às articulações, aos músculos, tendões, ligamentos e nervos. A quiroprática é uma profissão de saúde que dá ênfase à importância de manter todos os sistemas do corpo a funcionarem de uma forma eficiente, permitindo ao atleta atingir um máximo de “performance” com um mínimo de traumatismo. Muitos atletas de calibre internacional e olímpico recorrem à quiroprática desportiva. Tiger Woods, José Mourinho ou clubes de futebol como o Chelsea ou o A.C Milan são apenas alguns dos famosos que se renderam aos benefícios da quiroprática. Quando foi pedido ao eleito atleta europeu de 2006, Francis Obikwelu, o que pensava da eficácia da quiroprática ele afirmou: “A quiroprática permitiu-me aumentar o rendimento desportivo, diminuir as lesões e acelerar a recuperação entre as provas!”

Workshops

**ALONGAMENTOS: FLEXIBILIDADE
DA CABEÇA AOS PÉS! . 20 de março**
CORAÇÃO SAUDÁVEL . 27 de março

Onde? Nerlei (junto ao Estádio Municipal)

Quando? 18h50 (duração 60-90min)

Custos? gratuito para inscritos
35€ não inscritos

INSCREVA-SE JÁ! Tel. 244 817 580

bem-estar equilíbrio energia saúde alívio

www.quiopraticanv.com

rua cidade de halton, lote 3, loja a
urb. quinta do seixal, 2400-703 leiria
tel. **244 817 580**