



A Quiroprática para atletas

Neil Marco Violante

diretor clínico do Centro Quiroprático Nova Vida, Leiria

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. Michael Jordan (NBA), Usain Bolt (medalhista Olímpico 100 metros), António Leitão (medalhista Olímpico 5 km), 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.

O que é a Quiroprática?

A quiroprática é uma ciência e uma arte baseada no facto de que uma boa saúde depende, em grande parte, do bom funcionamento do sistema mestre do corpo humano, **o sistema nervoso**. Quando existe interferência no sistema elétrico ou nervoso, os tecidos ou órgãos não funcionam de forma correta. Em 95% dos casos, uma má postura da coluna vertebral é provocada pelo desalinhamento de uma vértebra (articulação). A **subluxação vertebral** é o termo que os quiropráticos utilizam para definir esta condição. A subluxação provoca uma pressão destrutiva sobre os nervos espinais causando uma diminuição do fluxo nervoso, que é vital para um bom funcionamento do corpo humano. A deteção destes problemas e a sua correção permite um alívio das tensões nervosas, musculares e ósseas trazendo um funcionamento neurológico e biomecânico otimizado.

A quiroprática está representada em mais de 90 países e é considerada uma das três maiores profissões de saúde do mundo. O seu ensino é universitário. Os requisitos de acesso ao curso superior de quiroprática são equivalentes aos do curso de medicina. A duração do programa básico é de cinco anos académicos (5000 horas/254 créditos).

Em que pode ajudar a Quiroprática?

O **ajustamento vertebral** (articular) é o principal tratamento do doutor em quiroprática. Feito com as mãos, o ajustamento traz o alinhamento e a função normal à articulação. Exercícios terapêuticos, massagens e suporte nutricional fazem parte das várias recomendações, quando necessárias. Lesões musculares, entorses, tendinites, bursites, dores de coluna, dores de cabeça, dores ciáticas e hérnias discais são alguns dos vários sinais ou sintomas que levam os atletas (pacientes) a consultarem a quiroprática. Durante o exame quiroprático, toma-se conhecimento do historial clínico do atleta (paciente), fazendo depois os respetivos exames físicos, neurológicos, ortopédicos e posturais. Um estudo radiológico é feito a nível biomecânico para melhor compreender as dificuldades do paciente e para eliminar toda a possibilidade de contraindicações ao tratamento. Após estes sucessivos exames, é elaborado um diagnóstico e, consequentemente, um plano de tratamento. A quiroprática tem as suas vantagens quando comparada com outras profissões de saúde: não recorre a medicamentos nem a cirurgias e trata simultaneamente dos sistemas muscular, ósseo e nervoso.

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**