

Holística 2004

JINJU - quiropraxia

Terapia Corporal

JINJU - quiropraxiaTerapia Corporal

-1. COLUMNA

Columna vertebral: as vértebras.

A columna vertebral divide-se em quatro partes, que são, de cima para baixo, a região cervical, a região lombar e a região pélvica ou sacro-cóccigea. É constituída fundamentalmente por estruturas ósseas sobrepostas de maneira regular, as vértebras, em número de 33 ou 34. A sua distribuição é a seguinte: 7 cervicais, 12 dorsais, 5 lombares e 9 ou 10 pélvicas. Estas últimas estão solidadas entre si, formando duas peças, o sacro e o cóccix.

A columna deve conciliar exigências mecânicas contraditórias: a **ESTABILIDADE**

A columna deve cumprir as três funções :

- **Estática**

Função Estática.

Os corpos vertebrais aumentam progressivamente de volume de C3 a L5. Possuem forma de concha, assim como os discos, o que determinam as curvaturas da coluna.

Os discos têm o papel de amortecedores de choque e de pressão.

Os discos, devido à sua elasticidade, são suficientes para endireitar as curvas da coluna nas mudanças de posição.

O disco suporta mais a compressão do que a tração.

T12

É a vértebra de transição dorso-lombar.

A sua metade superior é anatomicamente e fisiologicamente torácica.

A sua metade inferior é anatomicamente e fisiologicamente lombar.

L3

Tem o papel do ponto de ligação muscular entre o ilíaco e a coluna torácica.

É a primeira vértebra verdadeiramente móvel da coluna lombar. Isto explica a frequência de lesões em L3.

Função Cinética da Coluna.

Nas movimentações de lateralflexão e rotação, os processos articulares posteriores da concavidade tem um papel de eixo, asseguram a amplitude do movimento. L4-L5-S1 são níveis mais móveis em flexão-extensão. O espaço menos móvel em lateralflexão é L5-S1, mas é o mais móvel em rotação.

Função de Proteção.

O conjunto da coluna, graças ao canal vertebral, tem um papel fundamental de proteção da medula espinhal e de suas raízes raquideas , que saem pelas forames intervertebrais.

CONTRA INDICAÇÕES.

- Fraturas e os Estímulos.

- Transtornos Degenerativos.

- Lesões Infecciosas e Inflamatórias.

- Transtornos Metabólicos.

A coluna é composta de 33 ou 34 vértebras, a qual se subdivide da seguinte maneira :

- 7 Cervicais (C1,C2,C3,C4,C5,C6,C7).

- 12 Torácicas (T1,T2,T3,T4,T5,T6,T7,T8,T9,T10,T11,T12).

- 5 Lombares (L1,L2,L3,L4,L5).

- 9 ou 10 Pélvicas (solidadas entre si) região Sacro e o Cóccix.

- **MANOBRAS**

- Antes de qualquer manobra, massagear levemente para soltar a musculatura.

- Perguntar se tem algum problema de osteoporose ou de artrose etc.

- Não realizar manobras em gestantes.

- Verificar a postura do cliente.

- Medir.

- Verificar o nível do ombro.

- **VERIFICAÇÃO**

- Colocar a pessoa em pé , e verificar o nível do ombro.

- Colocar a pessoa sentada, e posar pelos dedos da mão. E verificar a diferença de nível.

- Cinética

- Proteção

e a **FLEXIBILIDADE.**

ID de solução único: #1064

Autor: : SINTE SINDICATO DOS TERAPEUTAS

Página 1 / 2

(c) 2024 CRT - Conselho de Auto-Regulamentação da Terapia Holística <contato@crt.org.br> | 18/05/2024 08:25

URL: <https://www.holopedia.com.br/index.php?action=faq&cat=4&id=65&artlang=pt-br>

Holística 2004

Última atualização: 2007-05-30 13:39