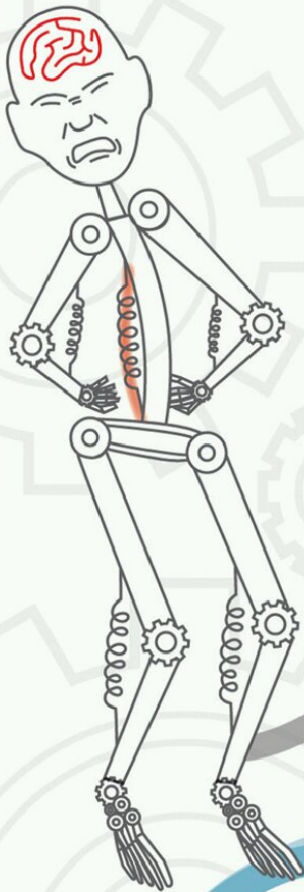


TOOLS 4 HEALTH



1. Evaluación



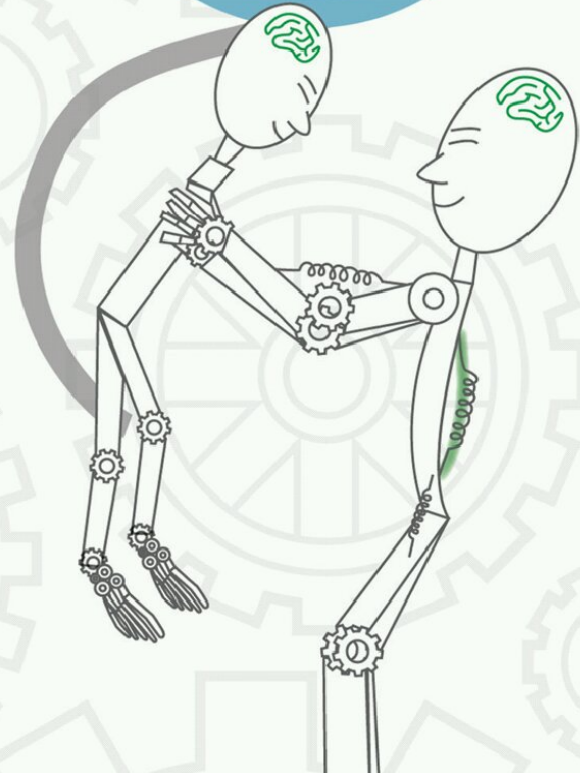
2. Estimulación



3. Refuerzo

¿El dolor limita tu actividad?

Cuando sentimos dolor tendemos a detener nuestra actividad por precaución. Sin embargo, la recuperación de nuestro dolor se encuentra muchas veces en la **activación** de determinados **músculos** responsables de la vitalidad de nuestras actividades cotidianas.



TOOLS 4 HEALTH

Nuestros músculos combaten el dolor

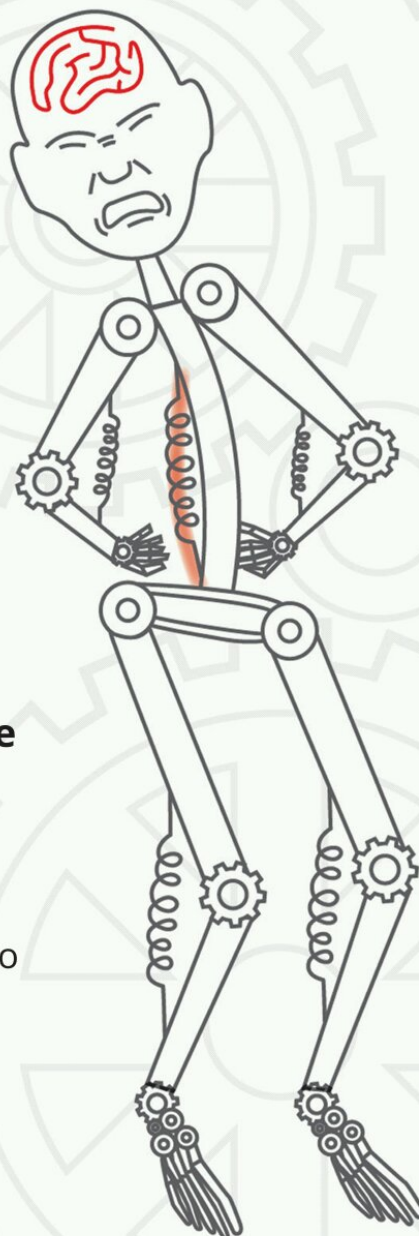
Nuestros músculos coordinan el buen funcionamiento de las articulaciones. Aunque estas articulaciones ya estén dañadas.

Si algunos músculos concretos no funcionan correctamente pueden causar procesos dolorosos, inflamación o desgaste. Restablecer esa función perdida a causa de cualquier dolencia, es imprescindible para **nuestra completa recuperación**. Los músculos son nuestros máximos aliados.

En Tool 4 Health examinamos de manera personalizada las debilidades musculares a través del análisis del movimiento, con la intención de recuperar la funcionalidad y dar la estabilidad articular necesaria.

Recuperar la función a través de Técnicas de Activación Muscular (MAT)

MAT es un **método biomecánico** de evaluación y optimización de la capacidad funcional de tus músculos. Este método revolucionario, de gran éxito en Estados Unidos, es utilizado por médicos rehabilitadores, fisioterapeutas, recuperadores físicos y entrenadores de alta cualificación de todo el mundo.



¿Cómo empezamos contigo?

Ropa cómoda, confianza en ti, en los especialistas y... ¡comienza la sesión!



Después de conocerte y comentar cómo se comporta tu cuerpo en distintas situaciones, evaluamos tus rangos de movimiento articular prestando especial atención a los grupos musculares que impiden moverte con libertad. Después, aplicamos diferentes test funcionales para evaluar y localizar debilidades musculares específicas.

Gracias a nuestras técnicas de estimulación sensorial y tu colaboración, mejoramos la comunicación entre tu cerebro y tus músculos mejorando tu respuesta locomotora.

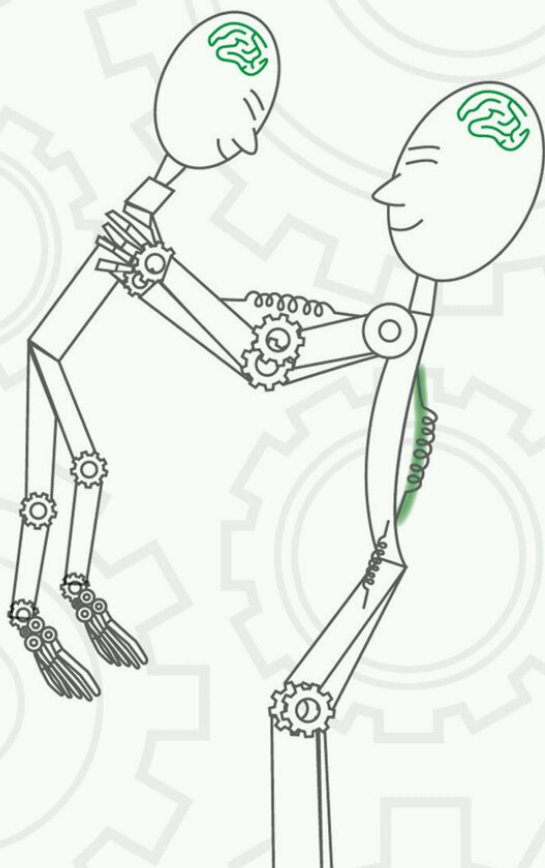


Con esta información podemos desarrollar un plan personalizado. Esta fase es la más importante para consolidar tus recuperadas habilidades locomotoras.

10 minutos al día para mejorar tu calidad de vida

Gracias a todo este proceso biomecánico, podemos determinar qué músculos no están haciendo bien su trabajo, interviniendo en el problema articular, y por tanto, en tu dolor. Conocer estas debilidades nos permite diseñar un programa, con tan sólo 2 ejercicios de consolidación, que podrás repetir, en casa y en poco tiempo, aunque no hayas practicado nunca ningún deporte.

TOOLS 4 HEALTH



¿Quiénes somos y dónde estamos?

Somos un grupo de **recuperadores físicos especializados en biomecánica** y expertos en el funcionamiento del sistema muscular, titulados en Ciencias de la actividad física, por las universidades de Granada, Valencia y Madrid.

Nuestros centros están preparados con equipamiento profesional de última generación para desarrollar el **plan físico personal** que recupere la vitalidad necesaria para el bienestar de cada paciente.

Daniel Molina García-Mora

Lic. Ciencias de la Actividad Física
Recuperador físico

egofitnia@gmail.com
M 610 709 679

Greg Roskopf's



NEOGYM
CENTER VALENCIA®

AMP
ACTIVACIÓN MUSCULAR PROFESIONAL
ACTIVAPRO