

CARMEN ALICIA

MAQUILLISTA PROFESIONAL
PARA CUALQUIER
OCASIÓN ESPECIAL

623.792.0378



CAARMENALICIAA

En nuestro último artículo discutimos el tema de cómo mantenerse sano en un mundo loco. Después de más de 10 años de estudios universitarios combinados con 25 años de experiencia clínica, he creado un sistema que considera los temas más importantes que afectan y soportan nuestra salud.

En esta edición quiero hablar un poco más sobre el tema de la columna vertebral y la importancia de mantenerla alineada y en buena condición. Mantener a una columna alineada permite que el sistema de nervios que pasan por dentro de la columna no estén irritados e interferidos. La presión o tensión alrededor de los nervios representan un problema muy serio ya que disminuyen la capacidad del cerebro de controlar los efectos, de los músculos, tendones y ligamentos del cuerpo. También acuérdense que los nervios de la columna vertebral tienen, en parte, la función de los órganos internos y la coordinación entre estos órganos para efectuar procesos de salud diarios.

La profesión que se ha dedicado en gran parte a estudiar y resolver los problemas de alineación en la columna y tensión en el sistema nervioso es la quiropraxia. Desde 1885, más o menos, la profesión se ha dedicado a la ciencia de estimular y soportar la función natural de la columna vertebral.

El ajuste quiropráctico tiene varios propósitos y efectos beneficiosos en el cuerpo:

- La primera cosa es disminuir la tensión que producen torcimientos en la columna vertebral creando un ambiente de salud con menos presión dentro del nervio mismo.
- El segundo efecto es ayudar a crear más flexibilidad dentro de la columna que es esencial para que una persona se mueva bien.
- La tercera cosa a la cual contribuye el ajuste quiropráctico es la lubricación y alimentación de los discos dentro de la columna y también de los ligamentos y tendones cerca de la columna.
- La cuarta es producir endorfinas cada vez que uno ajusta la columna vertebral. Adicionalmente el ajuste ha sido demostrado que estimula en una manera positiva el sistema inmunológico del ser humano.
- Finalmente sabemos que con ajustes quiroprácticos una persona puede tener más flexibilidad en general, más fuerza en su cuerpo, más equilibrio, mejor respiración y en general, mejor función del cuerpo en total.

Tapicería Landin

2228 N.16 st. Phoenix, AZ 85006.

(Calle 16 y Oak)



Tapicería Landin le deja su carro como nuevo, le repara las tapas de los carros convertibles, los asientos de los barcos y motocicletas, los muebles de su casa y hasta los de su negocio.

602-505-6819 español
602-340-0401 english

Buena Vida

ESCUCHAR

Una columna alineada, la solución a muchos problemas de salud

El ajuste quiropráctico es la mejor manera de corregir la mayoría de las afecciones cotidianas.



Por **DR. PATRICK A. MALONEY**
DIRECTOR CLÍNICO DE MALONEY CHIROPRACTIC CLINIC

Al fin de cuentas quiero decir que si una persona tiene la columna torcida y la usa así durante el día, y aunque uno se acostumbre a esa tensión y ese sufrimiento, la columna se está destruyendo por dentro creando OSTEOARTRITIS. Osteoartritis es el daño permanente e irreversible que ocurre dentro del ser humano causando envejecimiento prematuro y una debilidad permanente.

Si uno pueda disfrutar de las cosas que uno quiere hacer sin tanta limitación y sin el riesgo de un desastre de salud, considere la quiropraxia como su punto de partida.



Para nosotros que dependemos de nuestros cuerpos para trabajo y para disfrutar de la vida diaria, sea porque nos gusta un deporte o porque nos gusta disfrutar del tiempo con nuestros nietos y nietas, la quiropráctica es una manera de mantener al cuerpo más joven por más tiempo.