

# PERCHÈ LA TUA POSTURA NON È COSÌ IMPORTANTE

POTREBBE ESSERE UNO SHOCK PER MOLTE PERSONE, MAGARI MOLTI FRA VOI LO APPRENDONO QUI PER LA PRIMA VOLTA, MA...SÌ, AVETE LETTO BENE: LA POSTURA NON È COSÌ IMPORTANTE

## Dott. Lawrence, cosa intende dire?

La maggior parte delle persone pensano che la postura sia frutto di una decisione conscia che permette ai muscoli spinali di essere volutamente in uno stato corretto o scorretto. Sebbene sia convinzione comune che per migliorare postura, dolori cervicali e mal di schiena sia necessario correggere la muscolatura con esercizi e allungamenti, in realtà i cambiamenti posturali sono irrilevanti anche tra coloro che proseguono gli esercizi più a lungo.

## Quindi la cattiva postura non è la causa dei nostri problemi di salute?

No, la postura è solo il segnale di un problema di salute. Il nostro approccio alla valutazione della postura è totale: dall'inclinazione della testa, allo sbilanciamento delle spalle, alla rotazione delle anche e alla lunghezza delle gambe, la analizziamo prima, durante e dopo la correzione. Tuttavia, per noi la postura non ha solo una valenza muscolare: è una finestra su struttura vertebrale e funzionamento del sistema nervoso, e ci dice molto sulla condizione strutturale e neurologica del corpo. All'interno del cervello ci sono due parti, denominate tronco encefalico e cervelletto, responsabili di mantenere diritti e in asse colonna vertebrale e corpo.

## Inclinazioni di testa, spalle ed anche sbilanciate. Affrontiamo i muscoli o ci rivolgiamo ai nervi?

Potremmo guardare l'immagine a destra provando a concentrarci su ogni muscolo per capire quale necessiti di essere disteso, o quali necessiti di essere rinforzato. Potremmo fare molti esercizi, 12 ripetizioni 3 volte al giorno, e notare quanto insopportabile sia tutto ciò, anche per il paziente più devoto.

## OPPURE

Quando comprendiamo che il cervello vuol stare in una postura forte e dritta, e che una disfunzione posturale è un SINTOMO di un problema cerebrale, possiamo rivolgere

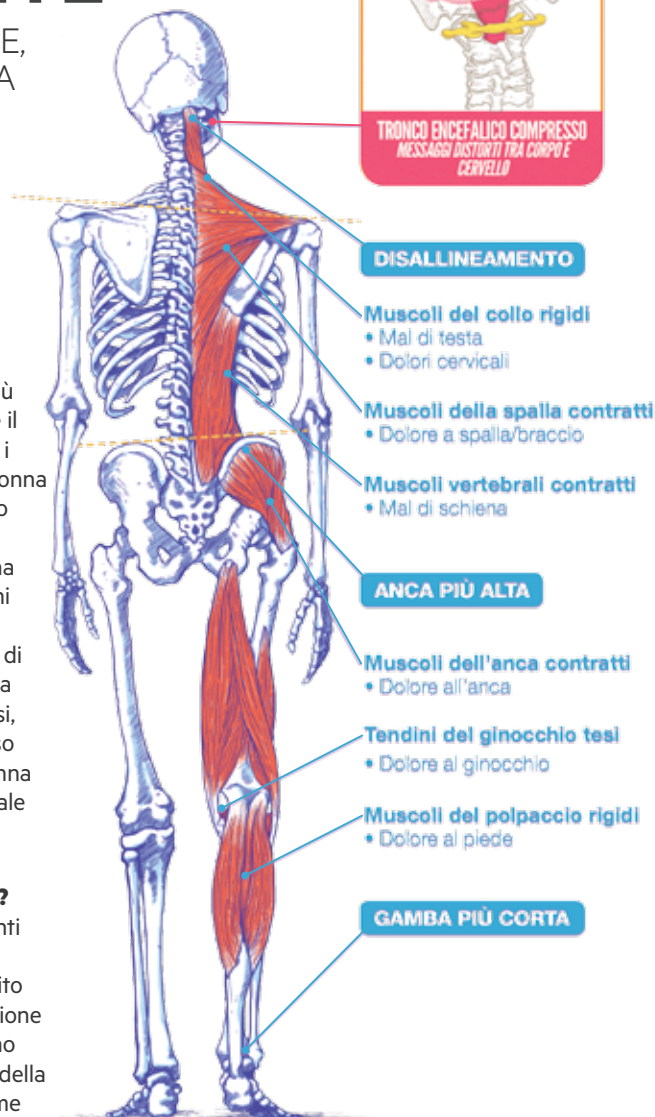
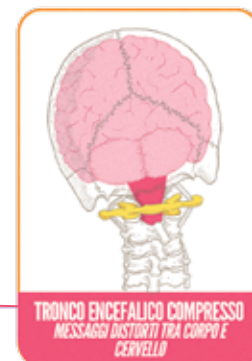
la nostra attenzione al sistema nervoso.

## Come influisce la struttura del corpo sul cervello?

Se l'allineamento strutturale di testa e collo manca, accadono più cose: la circolazione sanguigna e il fluido cerebrospinale rallentano; i legamenti che connettono la colonna vertebrale al midollo si allungano e lo alterano; i fasci nervosi di muscoli e legamenti della colonna vertebrale mandano informazioni distorte al cervello riguardo alla posizione del corpo. In presenza di queste condizioni, il corpo inizia a ruotare, a curvarsi e a contorcersi, manifestando l'inizio del processo di usura e lacerazione della colonna vertebrale, ed una lenta e graduale degenerazione.

## A cosa serve la Correzione Chiropratica Neurostrutturale?

Notiamo dei notevoli cambiamenti nella struttura della colonna vertebrale delle persone, a seguito di una leggera e specifica correzione nella zona cervicale, e osserviamo che la postura cambia nel corso della cura. Ma ecco la verità: pochissime persone vengono da noi per un cambiamento della loro struttura perché, in verità, a nessuno importa così tanto. Esiste solo una ragione per cui la postura è importante: quando diventa un possibile segnale di problema al tronco encefalico, ove spesso risiede la CAUSA del problema sottostante. Se soffrite di un problema di salute e non riuscite a trovare la giusta risposta, potrebbe essere il momento di controllare la vostra postura affidandovi direttamente ad un Chiropratico Specialista Upper Cervical.



Specialista Upper Cervical di fama mondiale, laureato al New York Chiropractic College nel 1987, ha lavorato nel suo studio privato nel cuore di Manhattan per più di 20 anni prima di portare questa tecnica innovativa in Italia, prima a Reggio Emilia ed ora collabora con lo studio Upper Cervical Treviso.