

KINESIOLOGIA

INDICE

1- BASES TEORICAS DE LA KINESIOLOGIA.

- 1 QUE ES LA KINESIOLOGIA.
- 2 COMO FUNCIONA.
- 3 EL TEST MUSCULAR.

2- PROTOCOLO DE TRABAJO KYNALIS.

- 1 MODO DE MEMORIA DE CIRCUITO.
- 2 PRIORIDAD.
- 3 SUPRESION.
- 4 GRABACION.
- 5 PUNTOS DE ALARMA.
- 6 EMOCION/ORGANO.
- 7 METAFORA DEL MUSCULO
- 8 PROTOCOLO KYNALIS.

3- CORRECCIONES.

- 1 QUE ES UNA CORRECCION.
- 1.1 FRONTAL/OCCIPITAL.

1- BASES TEORICAS DE LA KINESIOLOGIA.

1.1 QUE ES LA KINESIOLOGIA.

La Kinesiología es la disciplina que utiliza de forma organizada la facilitación e inhibición muscular, mediante el test muscular cualitativo, para evaluar el grado de estrés de la persona y activar sus mecanismos de adaptación. Considera de forma integrada la estructura, la fisiología, la nutrición, los aspectos cognitivos, afectivos y sociales, así como la energía vital del ser humano. Secundariamente puede evaluar las respuestas somáticas a intervenciones y/o sustancias, facilitando una información complementaria para evaluar la idoneidad de la intervención o de la recomendación.

1.2 COMO FUNCIONA.

El sistema nervioso es un sistema adaptativo autorregulado. Cuando sucede un cambio en nuestro medio ambiente, nuestro sistema nervioso puede medir el cambio y después hacer los ajustes necesarios para facilitar la adaptación de forma que podamos seguir vivos y lograr lo que deseamos. Cuando somos capaces de adaptarnos de forma eficiente, el sistema nervioso funciona con normalidad y por tanto no muestra ningún tipo de respuesta anormal en el sistema muscular. Los músculos pueden trabajar en un nuevo orden para ser capaces de adaptarse a cualquier cambio.

Cuando no somos capaces de adaptarnos de forma eficaz, los músculos mostraran el estrés del sistema nervioso y se mantendrán fuertes o débiles o con respuestas cambiadas, o mostraran algún otro signo de inhabilidad para adaptarse apropiadamente.

La musculatura es un importante sistema corporal capaz de avisar al cerebro de la necesidad de adaptación al mundo físico y de enviar señales al cerebro informándole de los cambios físicos en el medio ambiente.

La vía que une al cerebro y a la musculatura es de doble dirección. Las señales se transmiten por una sofisticada serie de conexiones llamadas vías neurales. Todo este mecanismo es controlado por el cerebelo (el ordenador del cerebro), que lleva a cabo las funciones cognitivas (percepción visuoespacial, procesamiento lingüístico y modulación de las emociones), la planificación general de actividades motoras y el aprendizaje motor, siendo responsable de todas las adaptaciones y respuestas físicas.

1.3 EL TEST MUSCULAR.

El test de “cambio muscular” se utiliza como un mecanismo de retroalimentación para controlar la eficacia del “síndrome de adaptación general” de la persona y permite identificar los ámbitos en que la persona no es capaz de adaptarse con éxito.

Esta retroalimentación nos la dan el sistema nervioso central y su control del cambio de respuesta muscular. Si la persona no consigue adaptarse en algunos campos de su vida, su sistema nervioso central creara determinados modelos musculares que se pueden evaluar utilizando técnicas de control muscular. Estos modelos, junto con una serie de protocolos, nos pueden ayudar a identificar las zonas en las que la persona tiene dificultad de adaptarse, por ejemplo, a ciertos sistemas emocionales, físicos, químicos o incluso energéticos dentro de su propio cuerpo.

Cuando una persona tiene que adaptarse a cualquier cambio, sea externo o interno, tendrá que utilizar ciertos sistemas internos para hacerlo. Lo que significa que un numero de músculos cambiara su respuesta debido a su asociación innata con estos sistemas diferentes que se han activado. Por lo tanto, lo que estamos haciendo de hecho, no es controlar un musculo sino utilizar una respuesta de cambio muscular como instrumento de información de factores relacionados con la capacidad de adaptación de la persona.

Este proceso de testeo muscular se puede realizar a través del Musculo Fuerte Indicador (M.F.I.), que consiste en identificar un musculo neurológicamente equilibrado al que utilizaremos como indicador de un cambio de respuesta en la neurología del cerebro, y por lo tanto, también un cambio de respuesta a nivel fisiológico o a través del A.R. (Arm Reflex), que es el mismo proceso pero a través de una cadena muscular.

2- PROTOCOLO DE TRABAJO KYNALIS.

CONCEPTOS BASICOS.

2.1 MODO DE MEMORIA DE CIRCUITO.

Retener información en circuito es un mecanismo neurológico de base genética. En Kinesiología se utilizan las articulaciones coxo-femorales para gravar información en el sistema nervioso. Se considera que los mecanismos propioceptivos de la articulación coxofemoral forman parte de manera importante en el mecanismo de identificar “donde estas en el mundo“.

Cuando la posición de la cabeza femoral cambia, al desplazar la persona sus piernas hacia los lados, las señales propioceptivas que van al cerebro también cambian. Cuando las articulaciones dejan de moverse, se sigue enviando de forma constante una gran cantidad de información al cerebro. Si a la vez que separamos las caderas hacia los lados asociamos algún otro tipo de información, o nueva información, a la señal neurológica propioceptiva, la nueva información se añade al circuito neurológico y será enviada constantemente al cerebro hasta que al cerrar las piernas las señales propioceptivas cambien, así como la información asociada anteriormente.

Las formas mas habituales de fijar información en el sistema nervioso son a través de la articulación coxofemoral, las articulaciones de la mandíbula y estimulando a través del contacto la zona que va del punto 24 al 20 del meridiano vaso gobernador de acupuntura. Para desfijar la información en este último caso se estimulará la zona que va del punto 15 a 8 del meridiano vaso concepción de acupuntura.

2.2 LA PRIORIDAD

Se utiliza el mudra (posición digital) de prioridad para identificar entre una compensación adaptativa y la prioridad real del problema.

La posición de este mudra será: Punta del dedo medio sobre articulación interfalángica del pulgar (ver figura n.1).



Figura n.1

2.3 LA SUPRESION

El sistema cuerpo/mente esta constantemente controlando lo que cambia en sus ambientes internos y externos, a partir de esta retroalimentación crea adaptaciones y/o correcciones para ser capaz de seguir funcionando lo mejor posible.

La expresión de una enfermedad, en forma de síntomas, por parte del cuerpo responde a una expresión de los mecanismos de defensa que utiliza el cuerpo. La eliminación de estos medios de expresión es lo que en kinesiología se llama SUPRESION de la propia curación humana.

Por ejemplo, una persona puede estar tomando un complemento para un determinado problema y cuando lo toma los síntomas desaparecen por poco tiempo, es decir, suprime temporalmente el problema. Si el complemento no es el correcto pero los síntomas desaparecen y no vuelven, estaríamos ante un tipo de supresión mas fuerte. Este último tipo de supresión es el que encontramos cuando se erradican los síntomas sin encontrar ni corregir las causas reales de estos síntomas. La posición de este mudra de supresión se realizará colocando la punta del dedo meñique sobre la articulación interfalángica del dedo pulgar.

Figura n.2



2.4 GRABACION

Al igual que en la retención de información en el sistema nervioso se suelen utilizar los mecanismos propioceptivos de la articulación coxofemoral, aquí igualmente logramos el anclaje propioceptivo de la información dentro del circuito neuronal a través de la presión en los receptores neurológicos propioceptivos que se encuentran en la muñeca, justo en el punto 7 de Maestro Corazón o Pericardio (punto que va directamente a la memoria emocional de las entrañas y por lo tanto al psiquismo de la persona a través de los distintos meridianos que recorren el cuerpo).

2.5 PUNTOS DE ALARMA

Estos puntos nos sirven para chequear de una forma rápida que meridiano se encuentra en desequilibrio.

En el método Kynalis los vamos a usar para testar qué músculo, de la cadena que vamos a trabajar, se encuentra en mayor desequilibrio.

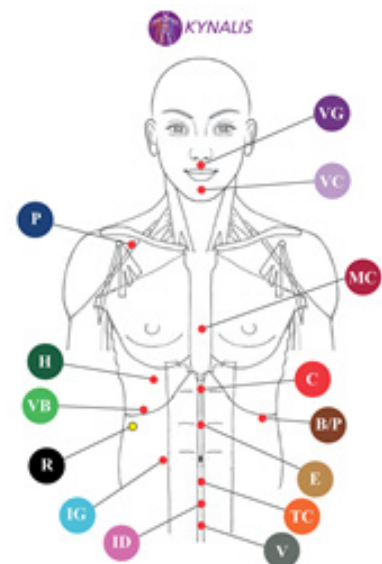


Figura n.3

2.6 EMOCION/ORGANO

Todo lo que le acontece al ser humano, que es una unidad psicofísica, es evidentemente psicósomático, no es posible separar estos dos campos. El desequilibrio afecta a la entera unidad del sistema energético, por tanto, la energía esta comprometida tanto en las manifestaciones orgánicas como emocionales y supone una crisis en la biografía de la persona.

Desde la comprensión de la función fisiológica del órgano podemos encontrar una relación entre dicha función en desequilibrio y una emoción “negativa” que pone de manifiesto esa alteración en el plano emocional. La medicina tradicional china utiliza como base 5 órganos yin (hígado, corazón, bazo, pulmones y riñones) asociados a 5 vísceras yang (vesícula biliar, intestino delgado, estomago, intestino grueso y vejiga).

Las vísceras yang se encargan básicamente de la digestión y la eliminación y los órganos yin se encargan de producir, transformar y almacenar diferentes tipos de energía vital. El desequilibrio en los órganos yin provocado por siete emociones básicas origina las causas internas de la enfermedad. Estas emociones afectan a las vísceras yang debido a su asociación directa con los órganos yin.

| | | |
|---|-------|--|
| Hígado (Yin) / Vesícula Biliar (Yang) | ----- | Ira |
| Corazón (Yin) / Intestino Delgado (Yang) | ----- | Euforia |
| Bazo (Yin) / Estomago (Yang) | ----- | Obsesión (Pensamientos Repetitivos) |
| Pulmón (Yin) / Intestino Grueso (Yang) | ----- | Tristeza / Melancolía |
| Riñón (Yin) / Vejiga (Yang) | ----- | Miedo / Terror |

2.7 METÁFORA DEL MÚSCULO

Cada músculo tiene una función específica dentro del conjunto, dicha función nos aporta una metáfora¹ psicoemocional que nos puede ayudar a tomar consciencia de lo que nuestro inconsciente está manifestando a través de nuestro físico.

FLEXORES ANTERIORES DEL CUELLO

Metáfora: ¿Estás teniendo problemas para mantener tu cabeza erguida, L/F? ¿Estás mirando las cosas uniformemente, o estás torcido hacia un lado? ¿Has sufrido algún tipo de latigazo, L/F? ¿Cómo te afecta el aire? ¿Está rancio, fresco, apesoso o fragante, L/F? ¿Está tu cabeza/vida, bloqueada, L/F, o sientes que una brisa pura te aclara la cabeza?

EXTENSORES POSTERIORES DEL CUELLO

Metáfora: ¿Estás sacando tu cuello hacia fuera? En sentido L/F ¿estás tomando demasiados riesgos, o necesitas tomar más riesgos?

ANGULAR DEL OMÓPLATO

Metáfora: ¿Estás teniendo dificultades para mantener tu cabeza en su sitio, L/F? ¿Dirías que tienes la cabeza demasiado alta o que parece que no puedes levantar cabeza?

BRAQUIORADIAL (SUPINADOR LARGO)

Metáfora: ¿Eres capaz de tocar tu espalda para hacer cosas importantes? ¿Puedes rascar tu propia espalda o hay zonas donde dependes de los demás? ¿Sientes que alguien te está “doblando el brazo”, o alguna cosa sucede a tu espalda que no puedes “controlar o agarrar”? ¿Eres flexible en tu punto de vista, o sólo miras hacia delante, ignorando tus puntos ciegos?

DORSAL ANCHO

Metáfora: ¿Avanzas suavemente o dando tumbos, con impulsos a nivel FEME? o ¿Estás inhibido al dar grandes pasos para conseguir tus metas? ¿Estás absorbiendo demasiadas cosas dulces, o no lo suficiente, L/F? ¿Qué tal se te da desmenuzar los problemas en trocitos masticables?

TRAPECIO MEDIO

Metáfora: ¿Estás intentando abarcar demasiado, o necesitas abrir los brazos para abrazar tu vida entera? ¿Qué tal llevas mantener en orden tu comportamiento?

¹ Figura retórica de pensamiento por medio de la cual una realidad o concepto se expresan por medio de una realidad o concepto diferentes con los que lo representado guarda cierta relación de semejanza: - la primavera de la vida es una metáfora de la juventud -.

TRAPECIO INFERIOR

Metáfora: ¿Estás intentando abarcar o sostener demasiado, o necesitas abrir tus brazos de par en par para abrazar todo el cielo? ¿Te estás cargando con materiales tóxicos haciendo trabajar en exceso la función del sistema de desintoxicación/inmune en los aspectos FEME?

OPONENTE DEL PULGAR

Metáfora: ¿Qué necesitas agarrar? ¿Qué estás agarrando con demasiada o con insuficiente fuerza? ¿A qué estás agarrado que necesitas soltarte? ¿Estás absorbiendo demasiadas cosas dulces, o no las suficientes, L/F? ¿Qué tal se te da desmenuzar los problemas en trocitos masticables?

TRÍCEPS

Metáfora: ¿Estás estirándote lo suficiente para coger algo, o no, L/F? ¿Estás recogiendo demasiado o demasiado poco? ¿Estás absorbiendo demasiadas cosas dulces, o no las suficientes en L/F? ¿Qué tal se te da desmenuzar los problemas en trocitos masticables?

SUBESCAPULAR

Metáfora: ¿Qué estás escondiendo o manteniendo en la privacidad? ¿Hay algo que necesitas revelar? ¿Qué sientes en tu corazón en comparación con tu cabeza? ¿Cómo te va recibir mensajes y enviar mensajes sobre tu vida a ti mismo y a los demás? ¿Cómo está la comunicación y circulación en tu Alma, o en tus actividades cotidianas, L/F?

SUBCLAVIO

Metáfora: ¿Qué te cuesta alcanzar allá en lo alto? ¿Hay algo que necesites elevar? Si fueras pájaro, ¿qué te impediría batir fuerte tus alas? ¿Cómo está la comunicación en tu Alma, o en tus actividades cotidianas, L/F?

CUÁDRICEPS

Metáfora: ¿Qué paso necesitas dar, o es que estás dando pasos demasiado largos? ¿Qué hay en tu vida que sea como subir escaleras o subir una montaña? ¿Estás teniendo dificultades para digerir o absorber cosas de tu vida que se supone que son nutritivas, L/F?

ABDOMINAL RECTO ANTERIOR

Metáfora: ¿Qué estás haciendo que no te permite mantener la postura que más te conviene, L/F? ¿Cuál es, en general, tu actitud hacia la vida, equilibrada o desequilibrada? ¿Sientes que estás cumpliendo con tu propósito vital diario? ¿Qué te resulta difícil de absorber o te da dolor de vientre, FEME. ¿Qué te inhibe la libre respiración, L/F?

ABDOMINALES OBLICUOS

Metáfora: ¿Qué estás haciendo que no te permite mantener la postura que más te conviene, L/F? ¿Cuál es, en general, tu actitud hacia la vida, equilibrada o desequilibrada? ¿Sientes que estás cumpliendo con tu propósito vital diario? ¿Qué te resulta difícil de absorber o te da dolor de vientre, FEME? ¿Qué te inhibe la libre respiración, L/F?

PERONEOS

Metáfora: ¿Estás dando pasos en falso, L/F? ¿Sientes que estás seguro y que puedes caminar con libertad o necesitas vigilar tus pasos? ¿Estás siendo demasiado cauteloso, dando demasiados pasos en falso?

PARAVERTEBRALES

Metáfora: ¿Cuáles son las pequeñas cosas que te están causando tensión? ¿Cuáles son las pequeñas cosas que te están privando de mantener una postura erguida correcta, L/F? ¿Le prestas demasiada o no la suficiente atención a los detalles?

TIBIAL ANTERIOR

Metáfora: ¿Te resulta doloroso liberarte de incluso las partes dolorosas de tu vida? ¿Tienes alguna dificultad para llegar al clímax o el orgasmo, L/F?

TIBIAL POSTERIOR

Metáfora: ¿Estás perdiendo tu equilibrio? ¿Cuándo estás desequilibrado te recuperas con la rapidez suficiente para la situación o contexto, o no? ¿Estás dando patadas o recibiendo patadas, L/F? ¿Te resulta doloroso liberarte incluso de las partes tóxicas de tu vida? ¿Tienes alguna dificultad para llegar al clímax o el orgasmo, L/F? ¿Estás compitiendo o luchando por mantener tu pasión?

PSOAS

Metáfora: ¿Qué te sugiere la acción de dar patadas, L/F? ¿Hay algún aspecto paradójico en tu objetivo? ¿Hay algo por lo que te tengas que “incorporar” y requiera tu atención? ¿En qué aspecto de tu vida sientes mayor presión, L/F? ¿Estás bebiendo la suficiente cantidad de agua o estás haciendo lo necesario para la purificación a nivel FEME?

TRAPECIO SUPERIOR

Metáfora: ¿Sientes que tu cabeza no está en su sitio? ¿Tienes dificultad para “ver claramente” o mantener tu cabeza en su sitio, L/F?

ESPINA ILIACA ANTERO SUPERIOR

Metáfora: ¿Hay alguna cosa a la que haya que darle una patada y quitarla del medio, o te sientes apartado a patadas? ¿Estás tirando cosas que todavía son útiles? ¿Estás reteniendo demasiado material de desecho, o tienes material de desecho en un lugar equivocado, L/F? ¿Hay algún aspecto sutil de tu vida que afecte otras partes de tu vida de forma inesperada?

GLÚTEO MEDIO

Metáfora: ¿Con qué pequeñas cosas estás tropezando o chocando? ¿Tienes alguna dificultad en mantener tus piernas separadas, L/F? ¿Estás haciendo montañas de granos de arena o haciendo granos de arena de montañas?

ADUCTORES

Metáfora: ¿Qué aspectos personales privados estás protegiendo? ¿Necesitas compartir algunos de estos asuntos, o necesitas mantener las cosas en privado? ¿Tienes dificultades para mantener tus piernas juntas, L/F? ¿Sientes que te has protegido suficientemente de los demás asuntos sexuales? Si piensas en tu vida u objetivo actual en términos de un recorrido a caballo? ¿Estás cómodo en tu silla, o tienes agujetas?

PIRAMIDAL

Metáfora: ¿Te sientes patizambo, o torpe, L/F? ¿Hay algún asunto pequeño, sutil o profundo que te esté irritando los nervios o que te esté causando dolor, L/F?

GLÚTEO MAYOR

Metáfora: ¿Estás utilizando tu fuerza bruta de una forma adecuada para mantener una estabilidad global? ¿Dependes demasiado de la fuerza bruta cuando se necesitan sutilezas? ¿Tus impulsos sexuales te están creando problemas o tu “cabeza” está pensando, interfiriendo con el cumplimiento de tus necesidades físicas, procreativas o de supervivencia?

REDONDO MENOR

Metáfora: ¿Sobre qué necesitas ser más o menos abierto? ¿Necesitas abrir tus brazos para recibir o estás intentando recoger demasiado? ¿Estás teniendo dificultades para asimilar o hacer un uso eficiente de la nutrición en tu vida, L/F? ¿Sientes que funcionas demasiado frío o demasiado caliente, demasiado magro o demasiado gordo?

SARTORIO

Metáfora: ¿Sientes que tienes la fuerza o la pasión para cumplir con los desafíos de tu vida/trabajo para crear o procrear? ¿Sientes que tienes fuerza o pasión para “ir más allá”, o darlo todo, L/F? ¿Qué te apasiona en sentido FEME?

RECTO INTERNO

Metáfora: ¿Te sientes torpe cuando estás apasionado con diferentes aspectos de tu vida? ¿Eres tímido al mostrar tus pasiones, o tus estallidos de pasión te descontrolan? ¿Qué te apasiona en sentido FEME?

SÓLEO

Metáfora: ¿Tienes dificultad para determinar cuándo mantenerte en tu sitio y luchar o cuando retirarte? ¿Encuentras que eres excesivamente agresivo o temeroso en situaciones no críticas, o no llegas a “mantenerte a la altura” cuando hay una auténtica crisis? ¿Sientes que tu vida es una sola crisis sin fin, o una continua serie de crisis?

GEMELOS

Metáfora: ¿De qué o hacia dónde estás huyendo? ¿Tienes dificultad para determinar cuándo mantenerte en tu sitio y luchar o cuando retirarte? ¿Crees que eres excesivamente agresivo o temeroso en situaciones no críticas, o no llegas a “mantenerte a la altura” cuando hay una auténtica crisis? ¿Sientes que tu vida es una sola crisis sin fin, o una serie continua de crisis?

DELTOIDES ANTERIOR

Metáfora: ¿Prestas demasiada o muy poca atención a los detalles de higiene personal, o cuidado de ti mismo? ¿Eres capaz de “cuidar” de tu cabeza, o haces cosas que acaban en dolores de cabeza, L/F? ¿Sientes que tienes demasiada bilis concentrada, o los aspectos pesados de tu vida te están abrumando? ¿Necesitas diluir o limitar la cantidad de cosas pesadas y duras en tu vida para poder digerir?

POPLÍTEO

Metáfora: ¿Qué cosas pequeñas están interfiriendo en tus movimientos, L/F? ¿Están creando problemas cosas insignificantes o que no tienen ninguna relación? ¿Sientes que tienes demasiada bilis concentrada, o los aspectos pesados de tu vida te están abrumando? ¿Necesitas diluir o limitar la cantidad de cosas pesadas y difíciles de digerir en tu vida?

PECTORAL MAYOR ESTERNAL

Metáfora: ¿Estás abierto a demasiadas cosas sintiéndote abrumado o intoxicado, o necesitas absorber más, L/F? ¿Qué necesita desintoxicarse en tu vida, de qué necesitas despojarte? ¿Qué necesitas introducir en tu vida que limpie, purifique o alimente?

ROMBOIDES

Metáfora: ¿Qué te causa tensión? ¿Estás reteniendo emociones tóxicas, o cualquier otro material tóxico? ¿Necesitas adoptar una postura defensiva?

SERRATO MAYOR

Metáfora: ¿Necesitas ejercer tu poder para alcanzar tu objetivo? ¿Necesitas empujar, golpear, o estás empujando tan fuerte que te estás provocando dolor de espalda, o incluso te olvidas de respirar, L/F? ¿Has perdido la voz, L/F?

CORACOBRAQUIAL

Metáfora: ¿Prestas demasiada atención, o muy poca, o no la suficiente a los detalles de higiene personal o cuidado de ti mismo? ¿Es fácil “cuidar” de ti mismo, o resulta doloroso, L/F? ¿Necesitas gritar, vitorear o incluso toser para sacar algo? ¿Has perdido tu voz, L/F?

DELTOIDES MEDIO

Metáfora: ¿Qué necesitas levantar en tu vida? ¿Estás dando demasiados elogios o los suficientes? ¿Necesitas levantar tus brazos y gritar “aleluya”? ¿Tienes la suficiente inspiración o te sientes apagado?

DIAFRAGMA

Metáfora: ¿Puedes respirar con facilidad? ¿Tienes un flujo libre de aire fresco y/o inspiración para nutrir las diversas funciones de tu vida, o te sientes reprimido, L/F? ¿Eres capaz de hablar cómodamente, o hablar resulta muy difícil o has perdido tu voz, L/F? ¿Necesitas cantar?

TENSOR DE LA FASCIA LATA

Metáfora: ¿Sientes que tienes poder e impulso al caminar o correr por la vida? ¿Puedes abrir tus piernas y seguir reteniendo poder/control L/F? ¿Tienes a tirar la casa por la ventana, o te aferras a lo material o a cosas que necesitan eliminarse?

ISQUIOTIBIALES

Metáfora: ¿Sientes que tienes la suficiente potencia para moverte y correr, o estás desperdiciando potencia, L/F? ¿Eres capaz de realizar cambios cuando estás en pleno camino? ¿Realizar un cambio mientras estás en pleno movimiento ha causado alguna lesión, tirón o incomodidad, L/F? ¿Tienes a tirar la casa por la ventana, o te aferras a material o cosas que necesitan eliminarse?

CUADRADO LUMBAR

Metáfora: ¿Estás funcionando de forma erguida, L/F? ¿Qué te está produciendo un dolor en la espalda? ¿De qué manera necesitas proporcionarte una mayor estabilidad? ¿Tu trabajo/vida/objetivo requiere que te dobles más allá de lo que resulta cómodo, L/F? ¿Podrías beneficiarte de más flexibilidad y poder doblarte como un junco al viento, que se dobla, pero mantiene la fuerza?

2.8 PROTOCOLO KYNALIS.

1) **TESTAR RESPUESTA:** poner la mano en el ombligo

A. Estrés => Ok trabajo

B. No estrés => no preguntar +

2) **PREGUNTA DESAFIANTE:** Trabajo cadena muscular X por (problema X) del paciente?

A. Cuando te de estrés (dedos separados)=> fijas frente (Ojos cerrados – ojos abiertos)

3) **TESTAR PRIORITARIO:** Uña 3r dedo a IF 1r dedo.

A. Cambia posición dedos => Gravar=> Testar y dedos vuelven a separarse.

4) **TESTAR PUNTO POR PUNTO:** lo que te de estrés (dedos iguales) => Gravar i Testar

5) **TRABAJO KYNALIS:** al final del trabajo Testar

A. Dedos igualados => Gravar => Testar => dedos igualados = Final trabajo

B. Dedos separados => Manca trabajo

- Hacer trabajo => Testar=> dedos igualados=> Gravar i Testar=> dedos igualados = Final trabajo

6) **SUPRESIÓN:** Uña 5è dedo a IF 1r dedo => Testar

- A. Dedos igualados = Final trabajo
- B. Dedos separados => Manca trabajo

- Hacer trabajo => Testar=> dedos igualados=> Gravar i Testar=> dedos igualados = Final trabajo

7) DESFIJAR

3 - CORRECCION

3.1 QUE ES UNA CORRECCION.

Es un termino que se utiliza en Kinesiología para referirse al proceso mediante el cual podemos ayudar a una persona a cambiar su respuesta frente a un determinado desafío o amenaza.

Las denominadas correcciones no “arreglan nada”, sólo aportan mejores opciones para la acción o respuesta del sistema nervioso de la persona frente a ese desafío o amenaza. Cuando una opción mejor se asocia con el tema en cuestión, el subconsciente tenderá a actuar conforme a esa mejor opción y el patrón de respuesta de la persona cambiara.

3.1.1 LIBERACION DEL ESTRES EMOCIONAL.

Cada evento estresante o traumático, ya sea estructural o emocional, se memoriza en nuestras células y a nivel neurológico genera un patrón que desencadena una serie de relaciones fisiológicas y emocionales. A través de esta corrección podemos liberar la tensión generada por el estrés emocional dando a todo el sistema nervioso nuevas opciones de respuesta para el evento estresante o traumático.

Los lóbulos frontales están relacionados con el presente y el futuro, donde se encuentran las nuevas ideas, los planes, las decisiones. La protuberancia occipital esta relacionada con el pasado, las viejas ideas y pensamientos.

Con esta técnica estamos relacionando ambas áreas para generar cambios en las respuestas neurológicas.

PROCEDIMIENTO:

- Situar una mano en las eminencias frontales y la otra en la zona occipital.
- La persona recuerda la situación que le produce estrés, miedo o tensión emocional, con todos los detalles posibles (visualizando, escuchando, oliendo y buscando sensaciones a nivel corporal)
- Una vez se haya liberado la carga negativa del problema, la persona tiene que realizar el proceso en positivo, usando su imaginación y visualizando la situación como si se hubiera resuelto satisfactoriamente.

Podemos incrementar el efecto de esta técnica combinando con rotación de ojos (cuando nuestros ojos se sitúan en diferentes posiciones especificas, accedemos a diferentes áreas del cerebro).

Beneficios entre la parte frontal y occipital:

- Incrementamos en flujo de sangre a los lóbulos frontales del cerebro facilitando que el pensamiento sea mas claro acerca del problema.
- El meridiano del estomago se equilibrara y fluirá mas sangre al estómago produciendo una sensación de calma y relax.