

MAT

Técnica revolucionaria en el mundo de la salud y el deporte que aporta una solución eficaz para dolores, lesiones o procesos post-quirúrgicos y que ayuda a aumentar el rendimiento deportivo y la calidad de vida.

MAT - Muscle Activation Techniques, creado y desarrollado por Greg Roskopf (Denver, USA), está basado en el estudio avanzado de la biomecánica y la neurofisiología



MAT

TÉCNICAS
DE ACTIVACIÓN
MUSCULAR



GAMMABCN
ACTIVACIÓN MUSCULAR

Drs. Trias i Pujol, 6-8 Bajos • 08034 Barcelona • www.gammabcn.com
T. 636 103 986 • info@gammabcn.com



GAMMABCN
ACTIVACIÓN MUSCULAR

TÉCNICAS DE ACTIVACIÓN MUSCULAR

QUÉ ES MAT

G MAT es una terapia manual que detecta y corrige los desequilibrios musculares que nos predisponen a la lesión, al dolor o que merman nuestro rendimiento deportivo. **MAT elimina la causa de dolor o lesión mejorando el funcionamiento mecánico del cuerpo a través de la optimización de la función muscular sin necesidad de fármacos.**

EL DOLOR ES UN SISTEMA DE PROTECCIÓN Y ALERTA DEL SISTEMA NERVIOSO.

Éste utiliza el dolor para avisarnos de que algo no funciona bien. Nuestro cuerpo es equiparable a una máquina gestionada por el sistema nervioso encargado de contraer músculos que mueven y controlan las articulaciones. Estrés, trauma o sobre uso pueden alterar el correcto funcionamiento de los músculos.

MAT estimula aquellos que no trabajan adecuadamente restableciendo el buen funcionamiento de nuestro cuerpo. Así elimina, en la mayoría de los casos, la causa de dolor, lesión o merma en el rendimiento deportivo. La gran diferencia de MAT es que concibe el dolor y/o lesión como síntomas de que algo no está funcionando bien. En lugar de centrarse en paliarlos temporalmente con fármacos o tratamiento local, elimina la causa que los provoca, evitando así recaídas.



CÓMO AYUDA

G MAT restablece la comunicación entre el sistema nervioso y los músculos para que éstos se contraigan adecuadamente con el fin de controlar de manera ideal las articulaciones.

EL MÚSCULO MUEVE Y CONTROLA LAS ARTICULACIONES. EL SISTEMA NERVIOSO ES EL ÚNICO RESPONSABLE DE SU TENSIÓN Y CONTROL.

El dolor y/o la lesión se gestan cuando un músculo no funciona adecuadamente. Esto obliga al sistema nervioso a compensar aumentando la tensión de otro pudiendo provocar daños sobre el músculo compensador (rampas, sobrecargas, tendinitis, roturas fibrilares...) o sobre la articulación y sus tejidos si la compensación se mantiene en el tiempo (hernias discales, roturas ligamentosas o meniscales...). MAT resuelve el desajuste mecánico causando de dolor o lesión mediante la estimulación manual de aquellos músculos detectados débiles y con la realización de ejercicios específicos para reforzarlos. Así, evita que se produzca un inadecuado desgaste articular y detiene su agravamiento (artrosis, hernias discales, escoliosis) o puede evitar algunas intervenciones quirúrgicas (tendinitis, pubalgia, molestias rodilla, dolor lumbar, cervical...).



A QUIÉN BENEFICIA

G MAT beneficia a personas sedentarias, deportistas amateur o de élite, personas de la tercera edad, pacientes recién intervenidos quirúrgicamente...

MAT ES LA ÚNICA TERAPIA QUE CENTRA TODA SU ATENCIÓN EN MEJORAR EL FUNCIONAMIENTO DE LA MUSCULATURA CON EL FIN DE AYUDAR AL CUERPO A FUNCIONAR DE MANERA ÓPTIMA.

En situaciones de dolor, MAT elimina la causa que lo provoca, en la mayoría de los casos. En atletas amateur o profesionales, esta herramienta permite aumentar su rendimiento ya que optimiza el funcionamiento de la musculatura. En situaciones post-quirúrgicas, la aplicación de esta terapia permite una recuperación más rápida y segura.

En personas de la tercera edad, MAT ayuda a evitar la pérdida de movilidad típicamente senil y a prevenir y detener el envejecimiento de las articulaciones (artrosis). En individuos sin dolor, esta técnica les aportará un estímulo ideal para asegurar que su cuerpo funciona de forma equilibrada y sus articulaciones se mantienen sanas.

