



# LESIONES ARTICULARES

- 1 por mala Rotina o una Rotina excesiva
- o por genética artritis entre otras
- o por un accidente traumático

## - Causas y dolor

- Inflamación por un mal movimiento y una falla en el movimiento laminar por un dolor insuperable

# LESIONES MUSCULARES

Mala alimentación

Deficit Elástico

Dietas desequilibradas

Calentamiento insuficiente

o húmedo clima

Sobre esfuerzo de fuerza etc

## - Causas variadas

- Hechosos ■ Guberos ■ hereditarios ■ Perilipos ■ Pérdida de calcio

