

ÍNDICE

<i>Prólogo a la edición en castellano</i>	5
1. Músculos estáticos, músculos dinámicos	9
2. De la deformación morfológica a la patología articular	15
3. De la rigidez muscular a la insuficiencia respiratoria	19
4. Antagonismo/complementariedad- Equilibrio de tensiones	21
5. Las cadenas musculares	25
6. Individualidad, causalidad, globalidad	29
7. La importancia del tiempo en los estiramientos	31
8. El trabajo activo de calidad	33
9. Las familias de posturas	35
10. Elección de las posturas	43
11. Escultura humana	45
12. Duración y ritmo de las sesiones	47
13. Indicaciones	49
14. Límites	51
15. Resultados de tratamiento	53
Conclusión	81
Nota para los lectores	83