

Rehabilitación de columna con Sergio Sukunza



# ¿Sufres de Hernia de disco o alguna lesión de columna?

REHABILITACIÓN PRESENCIAL

En OSASUN SPORT CLINIC recuperamos  
sin cirugía a pacientes y deportistas  
de toda **España** y parte de **Europa**.





No era capaz de agacharme, de vestirme sola, pinzó el nervio ciático, perdí toda sensibilidad en la pierna, inyecciones de cortisona y tranquilizantes, y la única solución, infiltrarme. Con Sergio, haciendo ejercicio y fortaleciendo mi cuerpo vi que funcionaba.

Estoy en el mejor momento físico de toda mi vida.  
Próximos objetivos: el Triathlon de Lekeitio o Donosti y el olímpico en Barcelona



**Almike Urribarri, Orozko (Bizkaia)**  
Recuperada de Hernia L5-S1

A doctor in a white polo shirt is examining a female patient's back. The patient is sitting on a table, leaning forward, and holding her head with one hand. The background shows a clinical setting with a human spine model on the wall.

95%

de eficacia en todos los casos de recuperación en personas con hernia discal que se reinsertan al deporte.

---

3/5 MESES

para lograr resultados satisfactorios

---

99%

de las personas salvan las infiltraciones y la cirugía con nuestro método en 2017

---

# Nuestro método se divide en **2 fases** para afrontar la rehabilitación de **forma integral**

## FASE 1

- Evaluación de la biomecánica del paciente y educación en los procesos de recuperación.
- Tratamiento del dolor mediante fisioterapia-osteopatía.
- Corrección de asimetrías en cuanto a fuerza y movilidad.
- Reeducación de hábitos posturales. Ejercicios correctivos y específicos de control motor.
- Cambio de creencias: el daño estructural y lo que pensamos con respecto al dolor.

## FASE 2

- Afianzamiento de los cambios y completar la reinserción a la vida normal y/o deportiva.
- Mantenimiento de las simetrías con el entrenamiento.
- Aumento de la estabilidad de la columna vertebral.
- Entrenamiento funcional y específico para volver al gesto deportivo y/o recuperar la calidad de vida.

CORRECCIÓN  
POSTURAL

---



ESTABILIDAD  
LUMBAR

---

RECUPERAR  
MOVILIDAD

---

ACTIVACIÓN  
MUSCULAR

---



Combinamos las  
consultas presenciales  
en nuestro centro  
con el trabajo individual  
para obtener los  
mejores resultados

# NO ESPERES MÁS PODEMOS AYUDARTE

Contacta con nosotros,  
estaremos encantados de informarte

---

[info@ssukunza.com](mailto:info@ssukunza.com)

943 013 296

De lunes a viernes: 9:00h – 21:00h

Sábados: 9:00h - 14:00h

[www.ssukunza.com](http://www.ssukunza.com)

---

