



La fascia es el tejido conjuntivo que rodea todos los órganos de forma tridimensional, manteniéndolos en su correcta posición y funcionamiento. Cada músculo y cada una de sus fibras, están rodeados por ella. El recorrido de la fascia es continuo, por esta razón, cualquier cambio estructural de la misma, en una determinada parte del cuerpo, puede producir restricciones en tejidos y estructuras a distancia.

La técnica emplea suaves estiramientos, presiones sostenidas y un posicionamiento especial, con el objetivo de realizar cambios en las propiedades mecánicas de los tejidos del organismo y así aliviar el dolor y recuperar la funcionalidad.