



## <u>UNIDAD IV</u> MEDICINA FISÍCA Y DE REHABILITACIÓN VIBROTERAPA

Alumnos:

ADRIANA LIZEHT SÁNCHEZ MORALES

Dr. Antonio De Jesús Pérez Aguilar

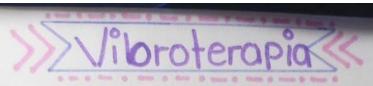
MEDICINA HUMANA

QUINTO SEMESTRE "A"

Fuente de información:

COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS.

14 DE DICIEMBRE DEL 2020



O Definición. Se entiende por estimulación viloratoria, también conocida por estimulación neuromuscular mecánica, evocación del reflejo tónico vibratorio y ha supuesto en la actualidad una verdadera revolución para el entrenamiento de la fuerza y de la flexibilidad. El entrenamiento con vibraciones esta basado en el mecanismo neurofisiológico de reflejo tónico vibratario mecanismo neurofisiológico de reflejo tónico vibratario de se expone a una vibración determinada, está produce una contracción de forma refleja.

Observaciones. El entrenamiento con vibraciones se inició durante los años 80 tras el desarrollo de un programa para entrenar distronautas con el fin de vencer las degeneraciones que sofren a nivel de huesos y músculos en las estancias de baja gravedad y para preparar fisicamente a deportistas de alto rendimiento.

Objetivos: - Abmento de la fuerza: incremento de la fuerza máxima isótonica de flexión

- Aumento ele la amplitud aiticulair, poi incremento ele la Flexibilialad.

- Aumento de la fuerea/Velocidad y potencia/Velocidad de la extensión de piernois.

maneras, de forma chiecta sobre el músculo o sobre el tención, mediante cables que transmiten la vibración de forma localimenta o mediante instrumentos vibratorios fipados en la prel cada o mediante instrumentos vibratorios fipados en la prel o bien de forma indirecta, mediante plataforma vibratoria, el vibración en su reco contratorio blandas absorben parte de la vibración en su reco contratorio blandas absorben parte de la vibración en su reco contratorio blandas absorben parte de la vibración en su reco contratorio blandas absorben parte de la plataforma vibración esto los musculos activacións cerca de la plataforma vibración de sobre esto los musculos activacións cerca de la plataforma vibración de activa de sobre presenta la ventaja de activa resoltan activacións en mayor median que los mais la forma mairecta presenta la ventaja de activa resoltan activacións, siendo menos moiesto. En embargo, la forma mairecta presenta la ventaja de activa mayor número de músculos, siendo menos moiesto. En embargo, la forma mairecta presenta la vibractorias las fre un mayor número de plataformas vibractorias las fre un mayor número de plataformas vibractorias las fre deneral en en menos de solte, situando un rango deneral en el empleo de plataformas poco a poco.

Bala err aumentando poco a poco.

## Indicaciones:

- Relaja tensión en hombros
- Alivia dolores cervicales
- Mejora circulación de retorno, disminuye el volume de las piernas y la sensación de pesadec.
- Incluida en el calentamiento depoitivo y en la recuperación de atletas.
- Efectos sobre la espasticidad
- Relajación muscular.

## Contramalcaciones:

- Embarazo

Calculos Penales

Tuberculosis

Trombosis y hemorragia

Lesiones agudas en piel

Tumaies malignos.