



UNIVERSIDAD:

UDS

CATEDRATICO:

LIC. LILIA DEL CARMEN MORENO MOLINA

MATERIA:

MASOTERAPIA I

TEMA:

ELECTROTERAPIA DE BAJA Y MEDIA FRECUENCIA

(ENSAYO)

ALUMNA:

SIRLEY CRUZ GORDILLO

VILLAFLORES CHIAPAS

27/11/2020

## LA ELECTROTERAPIA

abarca dentro de lo que es la medicina física y rehabilitación y se le da una definición como el arte y la ciencia de enfermedades o de lesiones que es por medio de la electricidad.

En las llamadas Corrientes Variables: a cómo va pasando el tiempo varía la intensidad, en el caso de el CUPPING o VENTOSAS esta ayuda a estimular la circulación sanguínea y linfática va dependiendo en que parte del cuerpo el paciente lo requiere, este es un tratamiento natural y de baja frecuencia crea un efecto de vacío que succiona la piel.

Los beneficios de esta terapia son bastante amplios como: mover la sangre y hacerla circular, ayudar a la pérdida de peso, sacar la sangre mala, muerta y que no circula; la sangre estancada, analgésico y antiinflamatorio, fortaleza de los tendones, estimula el metabolismo y las defensas.

Entre los beneficios estéticos: mejora la oxigenación y nutrición de la piel, desvanece ojeras, anti estrías, afina la silueta, Relajante.

En sus contraindicaciones pueden incluir malestar, incomodidad, quemaduras e infecciones de la piel.

Cuando la corriente pasa a la parte donde se aplica los electrodos se produce efectos llamados polares.

En las corrientes de media frecuencia se encuentran las corrientes interferenciales, esto se puede aplicar incluso en los pacientes que son sensibles porque es tolerable y tiene una capacidad muy alta para penetrar en los tejidos.

Podemos encontrar la técnica del masaje con piedras o terapia geotermal son piedras calientes y frías estas crean respuestas para sedar y energizar el cuerpo, ayuda a quitar el dolor, cuando también cuando no se puede conciliar el sueño es recomendable la terapia de piedras, nos ayuda a oxigenar la piel, dependiendo en la ficha clínica elaborada se aplicará de acuerdo al diagnóstico ya sea por estrés, depresión, ansiedad etc.

Esta alternativa está fundamentada en la medicina tradicional china y de igual por otras culturas se llega a obtener una relajación profunda, cuando la lava se enfría produce el tipo de roca que se le llama ígnea y estas tienden a aguardar mucho más calor más si son gruesas estas piedras se le llama piedra basalto, estas piedras deben ser utilizadas por las

personas capacitadas ya que de lo contrario afectara al cuerpo creando cansancio, quemaduras entre otras.

En la masoterapia, una técnica que se usa cuando el líquido o sustancia se acumula en el tejido conectivo se llama técnica masaje linfático, consiste en Estimular la circulación linfática para disminuir ese aumento de líquido.

Su composición de la linfa no es igual en todo el cuerpo como el hígado, este tiene más proteínas que el resto del cuerpo, hay conductos muy parecidos a venas llamados vasos linfáticos.

Las maniobras del masaje de drenaje Linfático favorecen los mecanismos inmunológicos del organismo, al estimular el movimiento de la linfa y la acción de los ganglios linfáticos no debe provocar dolor, se realiza a baja velocidad con presiones suaves y repetitivas (el ritmo debe mantenerse en todo momento),

En las contraindicaciones de este proceso está la tiroides, cáncer, desnutrición trombosis y tromboflebitis entre otros por que puede empeorar la condición del paciente.

Entre el grupo de los masajes clásicos se encuentra la técnica de masaje sueco, este tiene su objetivo de que los músculos y las articulaciones sean reafirmados, así como también elimina las toxinas, los movimientos que se utilizan en este masaje es el

effleurage: este se utiliza al principio para que el musculo se caliente antes de empezar las siguientes rutinas, también se utiliza al finalizar el masaje.

Fricción: se puede dar en la superficie o ya que los músculos se calentaron puede ser de manera profunda.

Pertisaje: es un amasamiento donde se impulsa un movimiento de manos de manera circular para que el musculo y la circulación sean favorecidos.

Tapotement o percusión: son estimulantes y relajantes que se aplican sobre los músculos, estos movimientos son golpeteos precisos, rítmicos y enérgicos.

Vibración: hace desaparecer contracturas musculares, su propósito de este es que relaja al cliente y a la vez el tejido.

Este tipo de masaje se puede realizar en espalda, piernas, brazos, cuello, cara, cabeza.

Para mejores resultados de este masaje se recomienda que sea ordenadamente manejando una rutina.

En algunas contraindicaciones no se aplica si hay alguna fractura grave, cáncer, osteoporosis.

En el masaje reductivo: nos ayuda a eliminar la grasa que se ha inmovilizado en partes del cuerpo, se trabaja con movimientos enérgicos y firmes, este no solo es para poder lograr una buena silueta sino también para las personas obesas, ayuda a remover la grasa que se acumula y así poder darle una salida y a la vez poder tener una buena salud.

Entre algunas contraindicaciones No se puede recibir en caso de una mujer si está reglando, o en personas menores de 16 años.

El temazcal: ayuda para que una persona pueda desintoxicar y a la vez pueda depurar todo lo necesario que daña de su cuerpo por vía sudor, también nos puede ayudar para el ácido úrico, problemas de piel (acné), quemar grasas e impurezas de la piel, curar artritis, entre otros, cuando el cuerpo suda beneficia a que el riñón funcione bien.

En el temazcal se pueden utilizar las hojas de maíz o yerbas medicinales tales como eucalipto, romero, manzanilla, pericón, cáscaras de cítricos, hierba santa, pachulí.

Muchos médicos están en acuerdo para este rito ya que es un medio que ayuda a curar enfermedades y se tiene recuperaciones más ligeras en el cuerpo por medio del vapor.

#### BIBLIOGRAFÍAS:

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/5516/551657187007/html/index.html>

<https://www.redalyc.org/pdf/461/46127074015.pdf>

<https://glitzi.com.mx/info/que-es-el-masaje-sueco-beneficios-y-contraindicaciones/>

libro cosmetología corporal y aparatología primera edición 2018.

