

Lesiones Tendinosas.

Ocurren luego de un periodo prolongado sobre un segmento corporal específico, tal como las lesiones y las enfermedades desarrolladas en músculos, nervios, tendones, ligamentos, articulaciones, cartílagos y discos.

Agujetas

Lesiones de fibras musculares por esfuerzos relativamente intensos.

Tratamiento: Baños calientes, masajes ligeros y movimientos musculares suaves.

Hipertonía Muscular

Concentración de ácido láctico y al mismo tiempo una eliminación insuficiente del mismo.

Lesiones Musculares

contusión Muscular.

Debido a caídas, golpes etc.
primeros auxilios: Aplicar el frío impide la salida de líquido y alivia el dolor.

Lesiones musculares por elongación:
primeros auxilios: Aplicación temprana de vendaje compresivo y mas tarde vendajes adhesivos.

Desgarro Muscular:

Consecuencia por masajes fuertes, también como secuelas de hematomas musculares e intermusculares.
Rotura de la fascia muscular:

Calambres Musculares

Inmovilización de los músculos, aplicar vendas húmedas y alternantes hasta mañana.