

ELECTROESTIMULACIÓN MUSCULAR INTEGRAL

La electro estimulación es una técnica utilizada en diversos ámbitos: fitness, estética, recuperación de lesiones, etc. Es un sistema, mediante el cual, este recibe órdenes, enviadas desde una tablet, las cuales este dispositivo procesa y envía impulsos eléctricos, a unos electrodos, colocados en nuestros principales grupos musculares, provocando así contracciones musculares, sin que intervenga nuestro sistema nervioso central. Provocando, de este modo, un efecto mayor, que el que se experimentaría ejercitando los musculos.

VENTAJAS DEL USO DE LA ELECTROESTIMULACIÓN MUSCULAR INTEGRAL:

- Incremento de la fuerza y la masa muscular.
- Incremento de la resistencia muscular.
- Protección del sistema musculo-esquelético y tendinoso, evitando así lesiones.
- Corrección postural, reequilibrando posibles desequilibrios musculares.
- Reducción de peso, volumen y grasa, hasta 72 h posteriores al ejercicio.
- Incremento en la velocidad y respuesta de la contracción muscular.
- Aumento del riego sanguíneo.
- Drenaje linfático, eliminación de líquidos y toxinas.
- Mayor y mejor oxigenación muscular.
- Relajación generalizada.
- Alivio de dolores y espasmos musculares.
- Reducción de la hinchazón.
- Elevación del metabolismo, y por tanto, mayor consumo calórico en reposo.
- Ayuda en la recuperación de lesiones.
- Activa más de 350 músculos, de manera simultánea.
- Elevación de glúteos y tonificación muscular general.
- Mejora en el estado de la piel, celulitis y estrías.
- Y muchas más !!!!!....