

VACIADOS VENOSOS

Duración: La señalada por el DR.



El objetivo principal del vaciado venoso es preparar los tejidos para otras manipulaciones del masaje y mejorar la circulación sanguínea.

¿Para qué sirve?

Eliminar el excedente de sangre:

Prevenir la formación de hematomas:

Aliviar la circulación:

Favorecer la difusión de ácido láctico:

- Con los movimientos de frotación, el masajeador ayuda a "empujar" la sangre que se ha acumulado en los tejidos hacia el sistema circulatorio principal, aliviando la congestión.
- Al movilizar el exceso de sangre y mejorar la circulación, se reduce el riesgo de que la sangre se estanque y se formen pequeños moretones o coágulos debajo de la piel durante un masaje más profundo.
- Esta técnica es muy útil para personas con sensación de "piernas cansadas" o hinchazón. Al mejorar el flujo sanguíneo, disminuye la presión y la pesadez en las extremidades.
- Después de un ejercicio intenso, el ácido láctico se acumula en los músculos. El vaciado venoso ayuda a que este desecho metabólico se disperse y sea transportado por la sangre para su eliminación, lo que ayuda a una recuperación muscular más rápida.

