

Contracturas y Desgarres

Duración: La señalada por el DR.



La función de los masajes es ayudar al cuerpo a sanar y a recuperar la función de los músculos afectados.

¿Para qué sirve?

Aliviar el dolor:

- Relaja la tensión del músculo y reduce la incomodidad de forma inmediata.

Mejorar la circulación:

- Al manipular el tejido, aumenta el flujo de sangre en la zona, lo que lleva más oxígeno y nutrientes para que el músculo se recupere.

Restaurar la flexibilidad:

- Devuelve al músculo su capacidad de estirarse y contraerse con normalidad, previniendo que la contractura vuelva a aparecer.

