

Beneficios de las Presoterapia en casa

La presoterapia no sólo se utiliza para mejorar la belleza de nuestro cuerpo, hoy gracias a esta técnica podemos mejorar nuestra salud y sobre todo nuestra circulación como uno de los principales beneficios de la **presoterapia en casa**.

Gracias a su sistema de inflado y vaciado continuo ayudaremos a nuestro cuerpo a acelerar y mejorar la circulación de forma rápida y natural.

Recuerde que los problemas de circulación están entre los más comunes en la sociedad actual.



Cómo utilizar la presoterapia en el hogar

Muchos de nosotros tenemos la llamada "enfermedad del oficinista", pasamos más horas de las que debiéramos, y nuestras piernas nos acusan de ello.... ¿Nunca has apreciado un masaje en las piernas cuando llegaste a casa? **Con estos aparatos de terapia de presión, usted puede encontrar ese alivio automáticamente.**

- La presoterapia es un método terapéutico natural utilizado en fisioterapia y medicina estética que, a través de un masaje especializado, estimula la circulación mediante la aplicación de presión en diferentes partes del cuerpo.

- Esta es la mejor manera de deshacerse de la celulitis, moldear el cuerpo y eliminar toxinas, mientras que al mismo tiempo corregir diferentes alteraciones en el sistema circulatorio.
- Mejora el sistema circulatorio, aumentando el [oxígeno](#) en el cuerpo y disminuyendo la presión arterial.
- Mejora el sistema linfático, nutriendo mejor las células y eliminando toxinas, a la vez que estimula el sistema inmunológico.
- Estimula y tonifica los músculos y las articulaciones, ayuda a relajarlas y alivia la fatiga, proporcionando una agradable sensación de bienestar.

¿Cuál es el precio de la presoterapia?

En cuanto al precio de la presoterapia en España, debe saber que gracias a la amplia gama de clínicas y salones de belleza es posible obtener muy buenas tarifas.

Es evidente que estos precios varían de un centro a otro, pero podemos decir que **los precios por sesión van desde los más baratos, hasta 15 euros, pasando por los más caros, que se acercan a los 120.**



En cualquier caso es bueno comprobar muy bien la calidad de los equipos y tratamientos ofrecidos antes de gastar nuestro dinero.

Por último, hay que tener en cuenta que el precio medio por sesión es de 50 ó 60 [euros](#), por lo que un tratamiento completo de 10 sesiones alcanzaría los 500 euros. En cualquier caso, debes tener en cuenta que **los centros actualmente utilizan bonificaciones y una variedad de promociones para conseguir un buen precio.**

Las botas en la Presoterapia

Son botas altas que corren a lo largo de toda la pierna, en altura promedio llegan hasta el ombligo. **La presión mueve el flujo venoso y linfático de los tobillos a los muslos.**

Las botas de presoterapia están diseñadas para desintoxicar el cuerpo a través de un drenaje linfático efectivo. La presión mueve el flujo venoso y linfático de los tobillos a los muslos.

Un tratamiento de terapia de presión dura aproximadamente 30 minutos. Los expertos recomiendan tratamientos semanales durante al menos 2 meses para lograr los resultados deseados.

Así la Presoterapia te puede ayudar: [Conoce el Antes y Después](#)

Algunos beneficios de las botas de presoterapia

Entre los beneficios de este tipo de botas se encuentran:

- Mejora la circulación y los problemas venosos (varices y varices arañas)
- Reduce la hinchazón y la inflamación
- Mejora la oxigenación de la piel
- Relaja las piernas
- Mejora el tono y la firmeza de la piel
- La forma de las piernas y reduce la celulitis

Equipo de presoterapia que se pueden utilizar en casa

Hoy en día es posible encontrar **diferentes opciones de máquinas de presoterapia en Internet, así como en varias tiendas locales de equipos médicos y estéticos.** Algunas de ellas son más complejas que otras y destacan por sus diferentes potencias de compresión, así como por sus cubiertas con un número variable de segmentos o compartimentos.

A la hora de elegir el equipo para realizar el tratamiento de presoterapia en casa lo más recomendable es elegir [máquinas](#) de buena calidad, que ofrezcan **una presión de al menos 80 mmHg y tapas con al menos 7 compartimentos para las piernas y 3 para su uso en otras zonas del cuerpo.**

La máquina de presoterapia que se encuentra comúnmente en el mercado para el tratamiento en el hogar, por lo general tiene una cubierta en forma de overol, pero también, las opciones

más económicas, por lo general tienen varios accesorios de velcro que se distribuyen por todo el cuerpo.

Varias de estas máquinas también tienen controles remotos que pueden ser usados para controlar remotamente el equipo. Esto hace que sea más fácil de usar.

Vídeos de Presoterapia

<https://www.youtube.com/watch?v=FiqOiMDEpsk>

<https://www.youtube.com/watch?v=nIO3Er4SnB0>

Imágenes de la Presoterapia en Casa



