

Terapia de presión para las piernas [Presoterapia de piernas]

Es decir, Una de las áreas del cuerpo comúnmente tratadas con terapia de presión son las piernas y esto se debe a que es una de las zonas más afectadas por problemas de circulación, acumulación de grasa y retención de líquidos. **Por ejemplo**, es en las piernas donde suelen aparecer las temidas estrías y la **presoterapia de piernas** seguro que te ayudará.

Existen varios métodos para eliminar las estrías, aunque en este artículo nos centraremos sólo en uno de ellos, la terapia de presión.



Así, la **terapia de presión para las piernas** es un método efectivo e indoloro que aporta grandes beneficios. Por lo tanto, si desea aprovechar estos beneficios, es mejor saber en qué consiste este tratamiento y cómo se aplica.

La Presoterapia de Piernas

Al optar por el tratamiento de la terapia de la presión para las piernas debes saber que esto mejorará significativamente la circulación sanguínea en esta área y también **estimulará el buen funcionamiento del sistema linfático**. En este sentido, los beneficios obtenidos con estos dos grandes resultados son muy variados, entre ellos cabe destacar:

- Mejora de la circulación local
- Disminución de la tensión muscular e hinchazón en las piernas.
- Alivia el estrés así como el dolor que se puede sentir en el área.
- Con esta técnica en las piernas se pueden dilatar los vasos sanguíneos y mejorar el retorno venoso.
- También aumenta el flujo sanguíneo a los tejidos y mejora su pulverización.
- Mejora la actividad elástica venosa.

En este sentido, con la mejora de la circulación sanguínea de las piernas, mediante la resolución de diferentes problemas venosos y vasculares, es posible **resolver problemas de mala circulación que se encuentran en sus etapas primarias.**



De este modo puede combatir la insuficiencia venosa y trata los problemas de [varices](#). Es esencial dejar claro que con la presoterapia de piernas es posible mejorar el estado venoso pero no se pueden reparar todos los daños estructurales ya generados.

Beneficios de la Presoterapia de piernas

También hay que tener en cuenta que esta práctica es capaz de ejercer diferentes acciones sobre las piernas. Algunos de ellos lo son:

- En principio, mejorar el flujo sanguíneo a través de una presión lenta y progresiva
- Disminuir la dilatación capilar
- Estimular el drenaje linfático, que puede aliviar la hinchazón de las piernas
- También aclara inmediatamente las piernas y proporciona una sensación más cómoda.
- Ayuda con los problemas de insuficiencia renal al estimular la fuga de líquido de los tejidos
- Ayuda con los problemas de insuficiencia cardíaca al estimular el bombeo adecuado de sangre
- También ayuda a resolver el problema del edema premenstrual así como la celulitis que comúnmente afecta el área de las piernas
- Tratamiento de la obesidad
- Finalmente, en pacientes que están discapacitados o que han tenido que estar inmobilizados durante un largo período de tiempo, el tono muscular de las piernas mejora.

La terapia de presión utiliza equipo especial

Lo primero que debe saber es que la terapia de presión utiliza un equipo especial que está conectado a la corriente eléctrica y tiene un compresor de aire dentro. Cuando este compresor se activa por medio de él y de un par de tubos es posible distribuir el aire al traje o accesorios incluidos en el equipo. Es decir, **para las piernas, se utiliza un par de botas, que cubren desde los pies hasta las caderas.**

Las fajas especiales se utilizan para tratar otras áreas del cuerpo como las nalgas, el abdomen o los brazos.



Además, el tratamiento de las piernas comienza con la colocación de las [botas](#). Mientras, el paciente se acuesta en la mesa y puede aplicar ciertos productos especiales o cremas de antemano que ayudan a mejorar los buenos resultados del tratamiento. **A continuación, se colocan las botas y se activa el bombeo de aire de la máquina.**

Mientras tanto, las botas comienzan a llenarse y vaciarse constantemente, ejerciendo presión sobre el área. Es esta presión la que **estimula la circulación sanguínea, la circulación de la linfa y así promueve la descongestión de las piernas.**

Ahora bien, una pregunta que comúnmente surge acerca de este tratamiento es si causa o no dolor. En conclusión, usted debe saber que la terapia de presión es un tratamiento indoloro y no invasivo con el cual sólo se ejerce presión sobre las piernas o el área tratada a través del flujo de aire. De esta manera la sesión, de 30 a 45 minutos, es bastante relajante, agradable y sobre todo beneficioso para la salud y la belleza de las piernas.

Aprende a utilizar la [terapia de presión en casa](#)

Vídeos de terapia de presión para las piernas

<https://www.youtube.com/watch?v=4LgYFbwTPag>

https://www.youtube.com/watch?v=_gI-M2hVWDI

Imágenes de piernas con este tratamiento



