

(QMT) El Quiromasaje Terapéutico

¿Qué es y para qué sirve el QMT?

El quiromasaje activa los vasos linfáticos y la circulación de la sangre gracias a la presión ejercida sobre las paredes de las venas ocasionando el vaciado de las mismas. De este modo el quiromasaje favorece que el oxígeno en la sangre se distribuya con mayor facilidad sobre los tejidos dañados.

¿Cómo se desarrolla el quiromasaje?

El quiromasaje se desarrolla manualmente, a diferencia de otros tipos de masaje que se llevan a cabo con instrumentos o dispositivos. Por lo tanto, decimos que el quiromasaje consiste en la aplicación de movimientos con las manos sobre la zona del cuerpo, que se denominan pulsaciones. Este conjunto de maniobras o pulsaciones se basan en: amasar, frotar, friccionar y golpear la superficie de la piel con las manos. Estas maniobras se aplican con una presión, fricción, percusión o vibración concretas para regular el dolor y la sensación de cansancio. Las maniobras en quiromasaje se llevarán a cabo de forma progresiva, al comienzo se realizarán maniobras dirigidas a una parte extensa, posteriormente el masaje se centrará en zonas localizadas.

¿Cuáles son los principales beneficios del quiromasaje?

La aplicación del quiromasaje tiene multitud de beneficios sobre el paciente si se realiza por profesionales. El quiromasaje tiene un efecto inmediato sobre la piel, el sistema circulatorio y el sistema nervioso, por eso te recomendamos consultar con nuestros expertos.

- **Reduce dolencias musculares:** Las malas posturas y el estrés ocasionan que las fibras musculares se contraigan, provocando la formación de contracturas. El quiromasaje además de mejorar la movilidad y elasticidad de las articulaciones, ayudará a reducir estas dolencias musculares aliviando el dolor del paciente.

- **Mejora la circulación:** El quiromasaje activa los vasos linfáticos y la circulación de la sangre gracias a la presión ejercida sobre las paredes de las venas ocasionando el vaciado de las mismas. De este modo el quiromasaje favorece que el oxígeno en la sangre se distribuya con mayor facilidad sobre los tejidos dañados.

- **Mejora el estado anímico:** El quiromasaje proporciona un efecto calmante en el sistema nervioso, además de ayudar a aliviar la ansiedad y reducir los síntomas del estrés del paciente. Esta terapia manual ayuda a recuperar el equilibrio psicológico.

- **Favorece la función inmunitaria:** Además de ser una técnica manual capaz de retirar las células muertas de la capa exterior de la piel ofreciendo un efecto hidratante, el quiromasaje ayuda al aparato circulatorio a desechar las sustancias innecesarias.

¿Cuáles son los principales tipos de quiromasaje?

Los quiromasajistas movilizan el tejido blando de los pacientes para descontracturar y relajar una zona muscular, dependiendo cuál sea la dolencia o el objetivo del masaje, se realizarán unas determinadas maniobras o pulsaciones.

(QMT) El Quiromasaje Terapéutico

- **Masaje relajante:** El masaje relajante es el más solicitado en Picasso Centro Médico. Este tipo de técnica manual consigue que el paciente se desprenda del estrés y la ansiedad para volver a recuperar su calidad de vida. Con el masaje relajante se promueve el bienestar mental y corporal del paciente.
- **Masaje tonificante:** El masaje tonificante es perfecto para personas que tienen mucha actividad física o con dolencias musculares crónicas. Esta técnica manual se lleva a cabo con un ritmo más rápido y la ejecución es más profunda, es por ello que las sesiones no deben sobrepasar los 20 minutos. Con el masaje tonificante se reduce la tensión muscular devolviendo la movilidad cotidiana.
- **Quiromasaje deportivo:** Este tipo de técnica manual está enfocado a personas que se dedican profesionalmente al ámbito deportivo. Este tipo de quiromasaje no solo ayuda a prevenir y evitar lesiones, sino que además ayuda a cumplir los objetivos deportivos fijados. También es especialmente útil como refuerzo para un tratamiento de rehabilitación.
- **Drenaje linfático:** Es un tipo de quiromasaje suave con el que se consigue estimular todo el sistema circulatorio haciendo especial hincapié en zonas de mayor inflamación como pueden ser las piernas y el abdomen. Este tipo de quiromasaje es especialmente recomendable para aquellas personas que padecen piernas cansadas o retención de líquidos.



**Q
U
I
R
O
M
A
S
A
J
E**