

E-Fit ThermoCare Shorts

Una solución eficiente contra la celulitis

En el mercado de los productos EMS (electroestimulación de los músculos), E-Fit es una de las marcas más destacadas que emplea la tecnología de la **estimulación de los músculos en todo el cuerpo (WB-EMS)**. El constante desarrollo y la satisfacción de las necesidades de los consumidores, que alcanzan niveles cada vez más elevados, son los motores de la aplicación cotidiana de los productos E-Fit. Es lo que ha llevado a la creación de la gama de productos de ThermoCare.

ThermoCare Shorts es uno de los componentes del grupo de productos ThermoCare. Al desarrollar estos pantalones cortos **nos hemos concentrado en el control del peso y en apoyar a los que luchan contra la celulitis**.

¿Por qué la termoterapia?

La termoterapia (terapia basada en el calor) tiene propiedades fisiológicas positivas que se conocen ya desde hace milenios en las distintas culturas. Desde hace tiempo, la luz del sol, la arena o piedra caliente, o el agua calentada, han sido medios terapéuticos eficaces para tratar enfermedades y dolores. En este principio se basan las bien conocidas saunas finlandesas, los baños de vapor o las terapias de calor japonesas. **La termoterapia aumenta la circulación sanguínea y mejora el funcionamiento de la piel**. Este método milenario ha sido la inspiración para el grupo de productos ThermoCare, entre los que los ThermoCare Shorts combinan de manera perfecta todos los beneficios de la termoterapia y la tecnología EMS.

Innovación en la termoterapia y la tecnología EMS

La celulitis es un problema estético que afecta principalmente a las mujeres. Aparece en cualquier edad, en las áreas de los muslos, las nalgas y la parte superior del brazo. Con el deterioro de la microcirculación en las áreas afectadas del tejido de la piel, se transfieren menos nutrientes y oxígeno a estas zonas y por consiguiente, la piel es capaz de producir menos colágeno. Como consecuencia, las células lipoideas se agrandan y se abultan. Podemos afirmar que **el objetivo principal en la lucha contra la celulitis es mejorar la circulación sanguínea y linfática de la zona afectada**.

Junto con los ejercicios, la circulación de las zonas afectadas puede mejorarse con tratamientos pasivos (sin ejercicio físico activo) de electroestimulación de los músculos (EMS). Gracias a la contracción rítmica de los músculos se intensifica la circulación sanguínea y linfática, lo que **significa más oxígeno y nutrientes para los tejidos**. Un metabolismo más vigoroso **ayuda a descomponer las grasas depositadas y apoya el control del peso**, si es acompañado por una dieta adecuada.

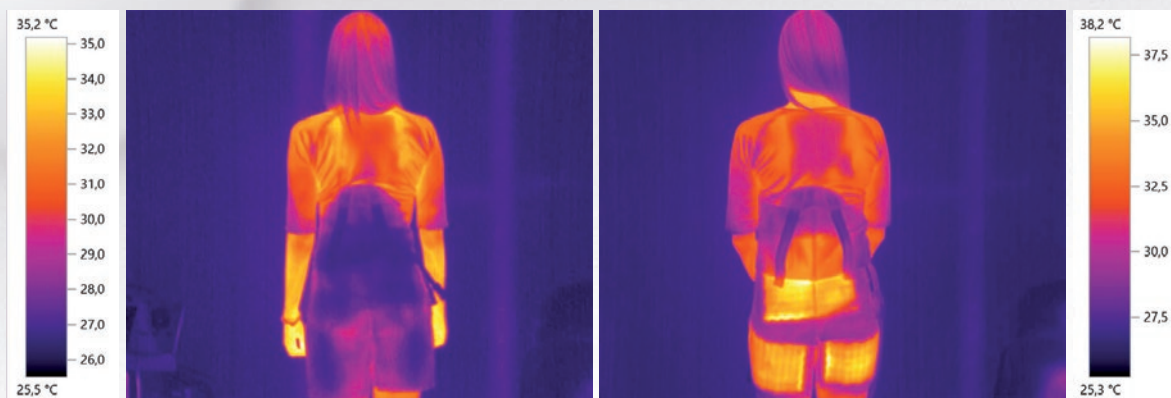
La termoterapia también puede emplearse con éxito para estimular la circulación, ya que pone en marcha los procesos termorreguladores que producen dilatación en los diminutos vasos capilares. El calor externo eleva el pulso, estimula el sudor y coadyuva a la secreción más eficaz de las toxinas.

Gracias a **la circulación sanguínea localmente estimulada y al metabolismo acelerado**, los subproductos del metabolismo se eliminan más rápidamente del organismo y así, **reducen la celulitis**. Además, la termoterapia relaja los músculos y por consiguiente, puede ser una herramienta eficiente para el tratamiento de la rigidez de los músculos.



Ventajas del producto

La distribución especial de los electrodos en los E-Fit ThermoCare Shorts ha sido desarrollada expresamente para el tratamiento EMS de los músculos de la parte inferior del cuerpo. Gracias a sus **paneles de calor incorporados** el producto también es adecuado para realizar tratamientos basados en el calor.



Efecto TENS

Los tratamientos TENS se basan en la electroestimulación transcutánea de los nervios (TENS), que **apunta a mitigar el dolor** con la ayuda de impulsos eléctricos transmitidos a los nervios a través de la piel. Este tratamiento se aplica típicamente de dos maneras:

- tratamiento TENS de una frecuencia muy baja, o sea, de menos de 5 Hz
- tratamiento TENS de una frecuencia de al menos 100 Hz

A menudo las intensidades se aplican de forma alternada para mejorar la eficacia. El tratamiento TENS estimula los nervios sensores, y con ello bloquea las señales nerviosas del dolor, además **estimula la secreción de endorfinas**.

Al determinar la distribución de los electrodos de los E-Fit ThermoCare Shorts, nuestros ingenieros han prestado una particular atención a colocarlos **directamente sobre las zonas donde se presentan los problemas**, con el fin de aumentar la intensidad del tratamiento. Los ThermoCare Shorts sirven para estimular, entre otros, los siguientes grupos musculares:

- La parte inferior del músculo dorsal ancho - m. latissimus dorsi
- Músculo recto abdominal - m. rectus abdominis
- Músculo glúteo mayor - m. gluteus maximus
- Músculo cuádriceps femoral - m. quadriceps femoris
- Músculo bíceps femoral - m. biceps femoris
- Músculo tríceps braquial - m. triceps brachii

Los E-Fit ThermoCare Shorts pueden emplearse perfectamente como tratamiento pasivo junto con el dispositivo E-Fit Beauty&Slim (EF-690).

Se ha empleado el doble efecto positivo de la termoterapia y de la EMS en el ThermoCare Jacket, otro integrante del grupo de productos ThermoCare. **Se recomienda el ThermoCare Jacket a aquellos que quieren aliviar sus dolores de espalda.**

Fuentes y Referencias

- Rossi, Ana Beatris R; Verghnani, Andre Luiz (2000). "Cellulite: A review". Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology
- Janda, K; Tomikowska, A (2014). "Cellulite – causes, prevention, treatment". Annales Academiae Medicae Stetinensis.
- Vieira PJC, Ribeiro JP, Cipriano G, et al. Effect of transcutaneous electrical nerve stimulation on muscle metaboreflex in healthy young and older subjects.
- Smit CAJ, Zwinkels M, van Dijk T, de Groot S, Stolwijk-Swuste JM, Janssen TWJ. Gluteal blood flow and oxygenation during electrical stimulation-induced muscle activation versus pressure relief movements in wheelchair users with a spinal cord injury
- Dobšák P, Nováková M, Siegelová J, et al. Low-frequency electrical stimulation increases muscle strength and improves blood supply in patients with chronic heart failure.
- Shang Y, Lin Y, Henry BA, et al. Noninvasive evaluation of electrical stimulation impacts on muscle hemodynamics via integrating diffuse optical spectroscopies with muscle stimulator.
- Santos F V, Chiappa GR, Vieira PJC, Umpierre D, Ribeiro JP, Cipriano G. Interferential electrical stimulation improves peripheral vasodilatation in healthy individuals.
- Zhang Q, Styf J, Ekstrom L, Holm AK. Effects of electrical nerve stimulation on force generation, oxygenation and blood volume in muscles of the immobilized human leg.
- Kibisa R, Grunovas A, Poderys J, Grunoviene D. Restoration of the Work Capacity of the Skeletal Muscle With Electrical Myostimulation.
- Breen PP, Galvin D, Quondamatteo F, Grace PA, O'Laighin G. Comparison of Single- and Two-Channel Neuromuscular Electrical Stimulation Sites for Enhancing Venous Return.
- Son J, Lee D, Kim Y. Effects of involuntary eccentric contraction training by neuromuscular electrical stimulation on the enhancement of muscle strength. Clin Biomech.
- Banerjee P. Prolonged electrical muscle stimulation exercise improves strength and aerobic capacity in healthy sedentary adults.
- Nuhr M, Crevenna R, Gohlsch B, et al. Functional and biochemical properties of chronically stimulated human skeletal muscle.