

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Por Viviana Cocimano para Studio 3

ELEMENTOS NECESARIOS

- 1 cubre camillas
- 1 cofia o vincha
- 1 barbijo
- Guantes de látex o vinilo
- 1 bol grande
- 1 bol chico
- 1 esponja corporal
- 1 espátula o esteca
- 1 brocha para mascara corporal
- 1 guante o manopla de crin
- 2 toallas chicas
- Algodón
- Rollo de papel film

BELLEZA: combinación de formas y proporciones tal que al ser observada produce una sensación placentera desde el punto de vista visual.

- 9 de cada 10 mujeres están insatisfechas o detestan alguna parte de su cuerpo
- Esta necesidad de estar delgados, tonificados y jóvenes (juventud eterna) ha provocado que la relación con nuestro cuerpo se vuelva disfuncional
- Esto hace que nuestro cuerpo se encuentre en un estado crónico de estrés.
- El estrés crónico desregula hormonas, aumenta el apetito, el cuerpo almacena más grasa, no desarrolla musculo, la digestión es más lenta, los niveles de energía disminuyen, la capacidad para reparar tejidos es insuficiente (sistema inmunológico) y envejece la piel.

Es importante lograr que nuestra cliente tenga una relación armónica con su cuerpo basado en el respeto y en la aceptación de su cuerpo.

“arreglarse como si ya tuvieras el cuerpo que quieres”

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

“no esperes a tener el cuerpo perfecto para empezar a vivir la vida de tus sueños”

CONSEJOS BASICOS PARA EL PROFESIONAL DE ESTETICA (presencia profesional)

- Cuidar tus propias manos (son nuestra herramienta de trabajo), conservarlas suaves, limpias, libres de cualquier aspereza, uñas cortas.
- Quitarse los anillos, pulseras, reloj
- Cabello recogido
- Calzado cómodo
- Usar chaquetilla o ambo
- (usar guantes, cofia y barbijo)

CONSULTORIO ESTETICO: nuestro lugar de trabajo

- La habitación debe ser cálida, limpia, confortable, pintada preferentemente de colores cálidos por ser más relajantes.
- Temperatura adecuada de trabajo de 22 a 25 grados
- Camilla: altura adecuada a la estatura del profesional. Cubierta con cubre camilla o sabana de color claro que debe ser cambiada en cada tratamiento.
- 1 escritorio, 2 sillas
- 1lupa con luz
- Tener varias almohadas para colocar en diferentes apoyos corporales para ayudar a la relajación del paciente.
- Mantas para cubrir al paciente
- Disponer de varias toallas, cofias y pareos.
- Mesa porta elementos con ruedas
- Biombo o perchero para que la paciente se cambie cómoda
- Música relajante, instrumental
- Esencias: velas, flores, difusores.

PIEL

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

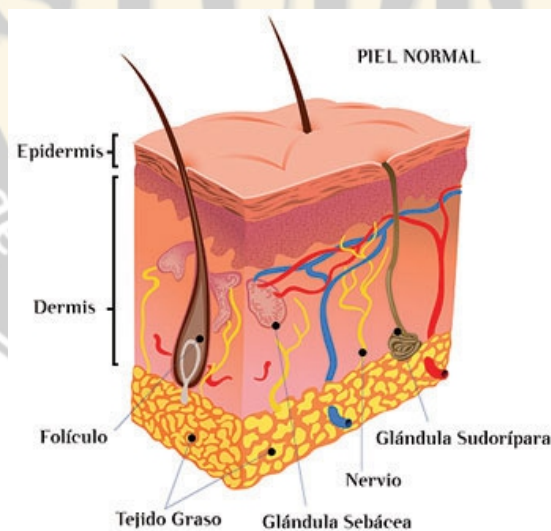
Es el órgano más grande del cuerpo. Cubre todo el organismo. Representa aproximadamente el 16% del peso corporal. Su espesor varía entre 0.5 mm en los párpados hasta 4-5 mm en el talón, pero en gran parte del cuerpo mide de 1 a 2 mm.

FUNCIONES:

- Protección del medio externo, es nuestra primera barrera de defensas.
- Termorregulación
- Depósito de sustancias
- Sensorial
- Síntesis de vitamina D.

CAPAS DE LA PIEL:

- ❖ **EPIDERMIS:** capa delgada formada por tejido epitelial.
- ❖ **DERMIS:** capa media, más gruesa, formada por tejido conectivo.
- ❖ **HIPODERMIS:** capa más profunda, tejido adiposo subcutáneo.



EPIDERMIS

Es la capa más superficial de la piel. Es avascular (no tiene vasos sanguíneos ni linfáticos).

La epidermis contiene células específicas. Las principales son:

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

QUERATINOCITOS: aproximadamente el 90% de las células epidérmicas son queratinocitos. Producen queratina, proteína fibrosa y resistente que protege a la piel y los tejidos subyacentes del calor, microorganismos y agentes químicos.

MELANOCITOS: alrededor de 8% de las células epidérmicas son melanocitos. Producen el pigmento melanina, la misma le otorga color a la piel al absorber los rayos ultravioletas.

CELULAS DE LANGERHANS: brindan protección inmunológica.

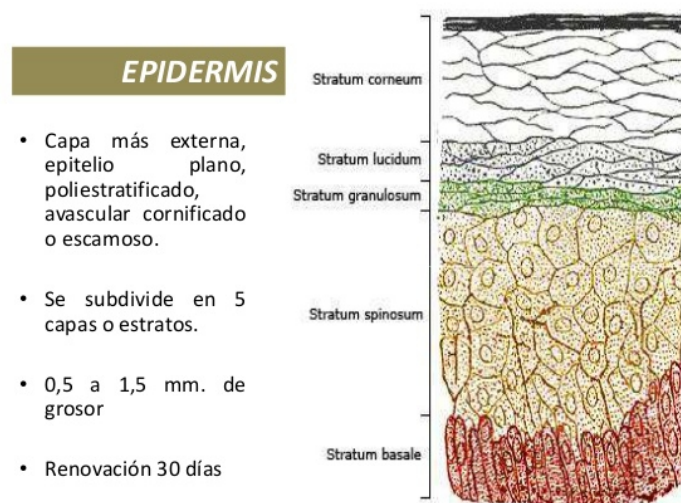
CELULAS DE MERKEL: son receptores táctiles de la piel, corpúsculos sensoriales para sentir calor (Ruffini), frío (kraus).

MACROFAGOS: protección

En casi todo el cuerpo la epidermis tiene 4 capas o estratos: basal, espinosa, granulosa y capa cornea. Esta es la llamada piel delgada. Donde hay mayor fricción como la yema de los dedos, la palma de las manos y la planta de los pies, la epidermis tiene 5 capas.

De la capa más profunda a la más superficial:

- BASAL: compuesta por una sola hilera de queratinocitos
- ESPINOSA: compuesta por 8 a 10 capas de queratinocitos
- GRANULOSA: compuesta por 3 a 5 capas de queratinocitos que sufren apoptosis.
- ESTRATO LUCIDO: compuesta por 3 a 5 capas de queratinocitos muertos que tienen grandes cantidades de queratina
- CAPA CORNEA: 20 a 25 capas de queratinocitos muertos (corneocitos), estas células se descaman continuamente y son reemplazadas por las células de los estratos más profundos. El interior de las células contiene sobre todo queratina.



DERMIS

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Es la capa media de la piel, formada principalmente por tejido conectivo. Su grosor es 20 a 30 veces mayor que la epidermis. Está constituida por una sustancia gelatinosa llamada sustancia fundamental. Uno de los principales componentes de la sustancia fundamental es el ácido hialurónico (tiene capacidad de retener agua) y mucopolisacaridos. La función de la sustancia fundamental es sostener a los componentes de la dermis.

Principales componentes:

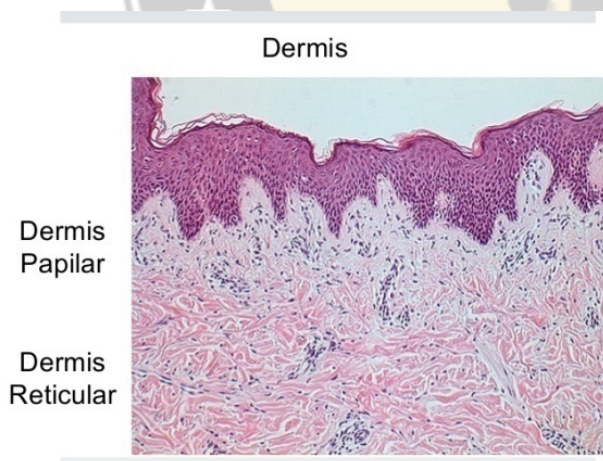
- FIBRAS: colágeno y elastina: dan firmeza y elasticidad respectivamente.
- VASOS: sanguíneos y linfáticos.
- MUSCULOS Y NERVIOS.

Células especializadas:

- Fibroblastos: producen fibras: colágeno y elastina.
- Mastocitos: es una segunda línea de protección.

La dermis se divide en 2 capas:

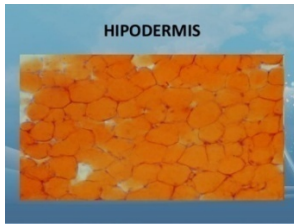
- ❖ Papilar: capa superficial, delgada, rica en células y vasos sanguíneos.
- ❖ Reticular: capa más profunda, gruesa, rica en fibras. Se confunde en profundidad con el tejido sub cutáneo. Contiene los anexos cutáneos: glándulas sudoríparas, sebáceas, pelo, vasos sanguíneos y nervios.



HIPODERMIS

Capa más profunda, constituida por adipocitos. Su principal función es ser aislante térmico, protege contra traumatismos y reserva energética.

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES



Loción demo higiénica, jabón líquido o gel de ducha, crema o gel con micro gránulos, loción tónica, gel térmico, gel criógeno, crema reductora/reafirmante, mascarada de fango y algas.

Productos básicos para comenzar:

ANEXOS CUTANEOS

- Pelo
- Glándulas cutáneas: sudoríparas y sebáceas
- Uñas

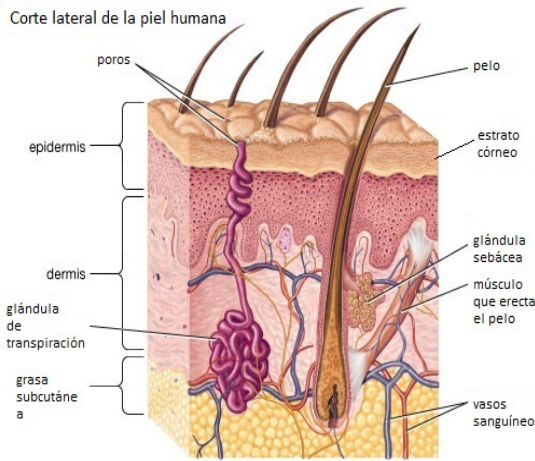
PELO

Está presente en la mayor parte de la superficie corporal excepto en las palmas de las manos y plantas de los pies. El grosor y la distribución están determinados por influencias genéticas y hormonales.

El cabello resguarda al cuero cabelludo de sufrir heridas y de los rayos solares, además disminuye la pérdida de calor.

Las pestañas y cejas protegen a los ojos del ingreso de partículas extrañas al igual que el pelo de las fosas nasales.

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES



Cada pelo, está compuesto por columnas de células queratinizadas muertas. Tanto el tallo como la raíz constan de tres capas de células: -

- Medula: capa profunda
- Corteza: capa media
- Cutícula: capa más externa

GLANDULAS SEBACEAS

La mayoría de las glándulas sebáceas se conectan a los folículos pilosos. La porción secretora se encuentra en la dermis y generalmente se abre en el cuello de un folículo. Ausentes en la palma de las manos y plantas de los pies, las glándulas sebáceas son pequeñas en la mayor parte del tronco y los miembros, pero son grandes en la piel de las mamas, cara, cuello y parte superior del tórax.

Las glándulas sebáceas secretan una sustancia llamada sebo, mezcla de triglicéridos, colesterol, proteínas y sales inorgánicas.

El sebo reviste la superficie del pelo, previene su deshidratación y que se vuelva quebradizo. Impide la evaporación excesiva de agua de la piel, mantiene la piel suave y flexible e inhibe el crecimiento de determinadas bacterias.

GLANDULAS SUDORIPARAS

Liberan SUDOR hacia los folículos pilosos o sobre la superficie de la piel a través de los poros.

- Glándulas sudoríparas ECRINAS: distribuidas en la piel de casi todo el cuerpo, especialmente frente, palma de las manos y plantas de los pies. El sudor producido por

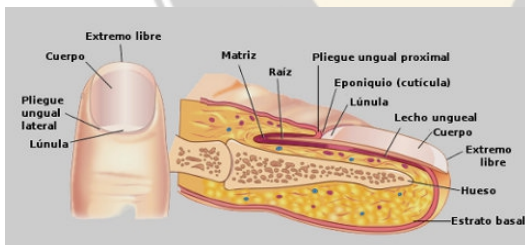
MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

estas glándulas está formado por: agua, sodio, potasio, urea, ácido úrico, amoniaco, aminoácidos, glucosa y ácido láctico. La porción secretora se localiza en la dermis. Su función principal es regular la temperatura corporal a través de la evaporación del sudor, además participan en la eliminación de desechos como urea, acido úrico y amoniaco. Las glándulas sudoríparas écrinas comienzan a funcionar después del nacimiento.

- Glándulas sudoríparas APOCRINAS: se localizan sobre todo en la piel de las axilas, ingle, areola (área pigmentada que rodea el pezón) y regiones con barba de la cara de los hombres adultos. La porción secretora se localiza siempre en el tejido subcutáneo y el conducto excretor se abre en los folículos pilosos. El producto de secreción es ligeramente viscoso y a los componentes anteriores se les suma lípidos y proteínas. Son estimuladas durante el estrés emocional y la excitación sexual. Las glándulas sudoríparas apócrinas comienzan a funcionar en la pubertad.

UÑAS

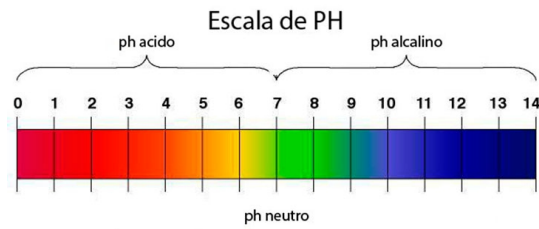
Son placas de células epidérmicas queratinizadas muertas



pH y su importancia en la piel

El pH es un valor que mide el grado de acidez o alcalinidad de una sustancia. Tiene una escala de 0 a 14.

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES



Por ejemplo, el limón tiene un pH de 3, un jabón de tocador: 8,5, la sangre: 7,35

La superficie cutánea presenta un pH de 5,5 aproximadamente. Esa acidez se debe a la

Productos básicos para comenzar:

Loción demo higiénica, jabón líquido o gel de ducha, crema o gel con micro gránulos, loción tónica, gel térmico, gel criógeno, crema reductora.

tora/reafirmante, máscara de fango y algas.

PROTOCOLO GENERAL DE TRATAMIENTOS

1. Asepsia
2. Dermopulido o exfoliación
3. Tonificar
4. Termoterapia
5. Masaje
6. Aparatología
7. Crioterapia / máscaras
8. Producto final + apoyo domiciliario

MASAJE

Conjunto de maniobras realizadas en tejidos blandos con fines preventivos (masofilaxia) o terapéuticos (maso terapia)

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Debemos comenzar de manera suave, superficial, generalizada y gradualmente hacerlo más localizado, intermedio, rápido y profundo, para finalizar nuevamente de manera suave y superficial.

DIRECCION: a favor del retorno venoso (hacia el corazón)

FORMA: rectilínea, helicoidal, circular

UTILIZAR: manos, dedos, puños, antebrazo, talón de la mano, codos.

TIEMPO: 15 minutos: masaje facial, pies, manos, cuello, 20 a 40 minutos: masaje localizado relajante, modelador, Reafirmante, etc., 1 hora a 1 y ½ hora: masaje cuerpo completo.

Nuestra postura:

Longitudinal o transversal al cuerpo. Pies separados, rodillas ligeramente flexionadas, codos cerca del cuerpo, no elevar las muñecas.

Acompañar el masaje con el cuerpo, no quedarse estáticos sino traerá dolores lumbares y cervicales.

Un buen masaje no debe provocar dolor ni hematomas.

ACCIONES DEL MASAJE

Sobre el sistema circulatorio:

Mejora la circulación sanguínea y linfática, con lo cual los tejidos son abastecidos con más nutrientes y oxígeno. Favorece el retorno venoso y reduce el edema. Provoca vasodilatación: hiperemia.

Sobre la piel:

Se vuelve más suave, firme y elástica. Ayuda a una mejor absorción de sustancias o producto que queramos aplicar.

Sobre los músculos:

Mejora la tonicidad y la contractilidad muscular. Prepara al musculo sano para un mejor rendimiento y aquel musculo que por algún motivo debe estar inmóvil, el masaje evita que este de atrofie. También contribuye a la eliminación de ácido láctico y otros productos tóxicos del musculo.

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Sobre el sistema nervioso:

Puede estimularlo o relajarlo, según el tipo de masaje que realicemos.

Masajes lentos y suaves: relaja

Masajes rápidos y profundos: estimula.

A nivel general:

- Disminuye el estrés
- Aumenta los niveles de energía
- Acelera las funciones de los órganos
- Equilibra el sistema digestivo
- Aumenta la autoestima
- Provoca bienestar general.

Precauciones del masaje

- No hacer masaje en personas con fiebre
- No hacer masaje reductor en abdomen con dolor
- En embarazadas solo relajantes
- Pacientes con problemas cardiacos, solo con permiso médico
- No realizar masajes en esguinces
- No realizar masajes sobre heridas
- Evitar masaje en zonas de grandes plexos vasculo-nerviosos (zona anterior del cuello, ingle, hueso poplíteo)
- Personas con tumor o cáncer (no hacer masaje, salvo autorización médica)

TIPOS DE MASAJES ESTETICOS

- **REDUCTOR:** maniobras rápidas, prolongadas, profundas. Acción: moviliza tejido adiposo para lograr activar la lipólisis. Actúa sobre la hipodermis.
- **REAFIRMANTE:** maniobras rápidas y suaves, no profundas. Acción: estimular fibroblastos para mayor producción de colágeno y elastina. Actúa sobre la dermis.

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

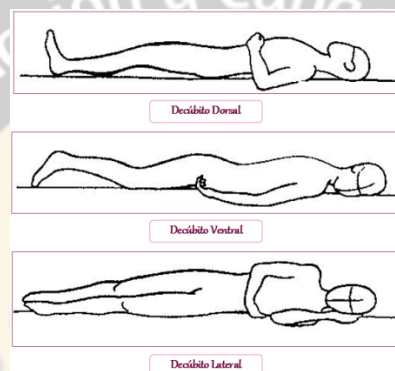
- **CIRCULATORIO:** masaje superficial, lento y corto. Acción: estimula la circulación venosa, favorece el retorno venoso.

POSTURAS Y PUNTOS DE APOYO

Decúbito dorsal o supino: (boca arriba): semi flexión de rodillas, colocar un almohadón debajo de las rodillas para mayor relajación de la región lumbar.

Decúbito ventral o prono: (boca abajo): colocamos almohadón en la parte anterior del pie.

Decúbito lateral: la pierna que queda por debajo sigue el largo del cuerpo y la pierna que queda por arriba estará flexionada sobre un apoyo confortable.



PRACTICA MASAJE DESINFLAMATORIO DE ABDOMEN

Para relajar, desinflamar y movilizar el intestino

Técnicas:

- 1- Respiraciones: dividimos el abdomen en 3 porciones: superior, medio e inferior. Indicamos al paciente que respire: inspirar por la nariz y espirar suavemente por la boca.
- 2- Baro taje: caminata que se realiza con una sola mano y un movimiento de presión y descompresión (gusanito) en tres líneas: por encima, sobre y debajo del ombligo, de derecha a izquierda. Repetir 4 veces.
- 3- Mariposa: activar cisterna de pequet y realizar un juego de líneas con índice o pulgar. Todo el recorrido se realiza unas 10 veces.
- 4- Desbloqueo de colon: maniobra que sigue el camino que realiza el intestino grueso. Realizar de 4 a 6 repeticiones

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

PRODUCTOS

ASEPSIA

Con loción antiséptica (loción emoliente, loción alcanforada, etc.). Función: Limpieza. Elimina partículas superficiales de la piel. Antibacteriano.

DERMOPULIDO O EXFOLIACIÓN

Dermopulido: Una vez por semana. Barre varias capas de células muertas de la capa córnea. Se realiza con crema, gel o emulsión con micro gránulos: semillas, esferas de polietileno, azúcar.

Se puede hacer con cepillo, guante o manopla de crin o con la mano.

Exfoliación: todos los días. Barre algunas capas de células muertas de la capa córnea, se realiza con guante o manopla de crin + gel de ducha, jabón, jabón líquido corporal. Puede tener como principio activo ácido salicílico (descamante superficial)

FUNCIÓN:

Elimina la capa hidrolipídica

Barre capas de células muertas de la capa córnea.

Suaviza la piel y la blanquea

Favorece el recambio celular.

Mejora la permeabilidad de la piel, se vuelve más receptiva a la incorporación de principios activos.

TONIFICAR: Lociones Tónicas

Luego de la exfoliación debemos restablecer el PH de la piel (manto ácido), para ello tonificamos.

Las lociones tienen excipientes acuosos y pueden tener principios activos diversos:

Manzanilla: desinflamatorio, hidratante.

Hamamelis: astringente, circulatorio.

Pepino: hidratante, refrescante, descongestivo.

Malva: antiinflamatorio, descongestivo.

Melisa: y tilo: calmante, relajante.

Aloe: desinflamatorio, hidratante

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Principios activos en tratamientos corporales

- **Principios activos reductores:** los principales principios activos que contienen son:
 - Impolíticos: cafeína, carnitina (transportador), lecitina, ampelocina, fosfatidilcolina.
 - Vasodilatador, termogénico: cápsico o capsaisina, ortiga.
 - Activa la circulación, termogénico, antioxidante: te verde
 - Activa el metabolismo: fucus
 - Activa la circulación: centella asiática
 - Diurético, descongestivo: hederá hélix.
- **Principios activos descontracturantes:** los principales principios activos que contienen son: salicilato de metilo, romero, árnica y uña de gato. Función: vasodilatador, alivia zonas inflamadas
- **Principios activos circulatorios, para varices, edemas:** los principales principios activos que contienen son: centella, hamamelis, ginkgo biloba, uva ursi, castaño de indias. Función: circulatorios, favorecen el retorno venoso, reduciendo el edema.
- **Principios activos reafirmantes:** para flacidez, estrías: los principales principios activos que contienen son: colágeno, elastina, vitamina C, vitamina A, rosa mosqueta, vitamina E, DMAE, aloe vera, centella.

CRIOTERAPIA O TERMOTERAPIA

Geles: producto semisólido. Se hacen con agua mas carboximetilcelulosa. Pueden usarse en cualquier parte del cuerpo, dejan una capa no oleosa, no oclusiva.

Gel térmico: es impolítico, vasodilatador. El principal principio activo es el cápsico (se extrae del ají cayena).

Gel criógeno: reductor/Reafirmante, vasoconstrictor. Principios activos: menta, mentol, alcanfor.

MASCARAS CORPORALES

Mascaras de algas marinas: contienen proteínas, fibras, vitaminas A, B1, B2, B6, calcio, fosforo y magnesio. Tiene alto contenido en yodo, que actúa sobre el metabolismo activándolo y provocando un efecto reductor/anti celulítico. Las algas hidratan, reafirman y tonifican. Se hidratan con agua caliente (las microestalladas) o pueden adquirirse directamente como mascarar. Pueden mezclarse con geles criógenos o térmicos.

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Mascaras de fango o arcilla: ricas en minerales como hierro, aluminio, cobre, magnesio y silicio. Son antibacteriano, reconstituyente, remineralizante. Nutren la piel, tienen efecto blanqueador, cierran los poros. Si no las ocluyo tienen efecto tensor. Se pueden mezclar con gel criógeno, térmico, algas y principios activos específicos.

Mascaras de chocolate: es antioxidante, relajante. Ayuda a hidratar, nutrir, tonificar y revitalizar. Contiene zinc, vitamina B1, vitamina A, magnesio, potasio y calcio. También tiene efecto lipolítico y anticelulítico.

Mascaras termales: hidratante, descongestivas, aptas para todo tipo de piel.

Mascaras tensoras de DMAE: estimulan la producción de acetilcolina por ser precursor de colina, lo que explica su capacidad para recuperar el tono y la firmeza del músculo, contrarrestando flacidez y disminuyendo el número y profundidad de las arrugas.

SERUM DE PRINCIPIOS ACTIVOS LIPOSOMADOS

Están envueltos o cubiertos por una membrana o vesícula similar a la membrana plasmática de las células. Actúan de manera intracelular. Se aplica al final, topicándolos o pincelándolos en la zona trabajada. Después de colocarlos es preferible no realizar masaje ni nada que aumente la temperatura y provoque vasodilatación.

PRACTICA

Tratamiento desinflamatorio de abdomen: para relajar, desinflamar, movilizar intestino

Protocolo:

1. Asepsia (con solución antiséptica)
2. Exfoliación (gel de ducha con guante de crin) o dermopulido (crema o gel con microgranulo)
3. Tonificar (con loción tónica calmante)
4. Masaje desinflamatorio
5. Mascara descongestiva- dejar actuar 15 min y retirar.

TERMOTERAPIA

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Consiste en la aplicación de calor con finalidad terapéutica. Aumentamos la intensidad térmica provocada por el masaje.

Efectos:

- Activa la circulación sanguínea
- Estimula el metabolismo, activando la lipólisis.
- Provoca vasodilatación mejorando la oxigenación y nutrición de los tejidos.
- Actúa sobre las terminaciones nerviosas calmando el dolor.
- Sobre los músculos actúa como descontracturante.
- Aumenta la sudoración y la diuresis (efecto desintoxicante)

Formas de hacer termoterapia:

Previamente: asepsia, exfoliación o dermopulido y tonificar.

- ★ Aplicar gel térmico con pincel en la zona a tratar, ocluir con film y tapar con manta
- Aplicar gel térmico mezclado con fango, ocluir con film y tapar con manta
- Aplicar gel térmico mezclado con algas, ocluir con film y tapar con manta
- ★ Aplicar gel térmico, colocar por encima vendas húmedas calientes, ocluir con film y tapar con manta.

En todos los casos se puede incorporar calor extra con una lámpara infrarroja, para potenciar el efecto térmico.

No sobrepasar los 48 grados.

Tiempo: de 20 a 30 minutos

Después de la termoterapia se retira el gel y se continúa con el masaje

Usamos termoterapia como complemento de tratamientos:

- Descontracturantes
- Relajantes
- Reductores (adiposidad localizada)
- Anticelulíticos (celulitis dura)
- Obesidad o sobrepeso.

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Contraindicaciones:

- Varices
- Celulitis edematosa
- Flacidez (no aplicar calor extra)
- Heridas abiertas
- Hemorragias resientes
- Menstruación dolorosa
- Diabetes (precaución)

CRIOTERAPIA

Consiste en la aplicación de frío con finalidad terapéutica

Efectos:

- Disminuye edemas e inflamaciones
- Disminuye el dolor agudo, anestesia las terminaciones nerviosas.
- Aumenta la diuresis
- Disminuye hematomas
- Tiene efecto reafirmante
- Provoca vasoconstricción seguido de vasodilatación
- Activa la acción metabólica

Formas de hacer crioterapia

Previamente asepsia, exfoliación o dermopulido y masaje circulatorio o reafirmante.

- Aplicar gel criógeno combinado con máscara de fango, termal o algas
- Aplicar gel criógeno y colocar vendas húmedas frías.

No ocluir con film.

Retiro y aplico crema nutritiva o reafirmante

Tiempo: 20 minutos.

Siempre por zona, nunca realizar crioterapia cuerpo completo, puede provocar hipotermia.

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

Usamos crioterapia como complemento de tratamientos para:

- Flacidez
- Varices
- Edemas
- Piernas cansadas
- Celulitis
- Tratamientos reductores / reafirmantes

Shock térmico

El shock térmico es un tratamiento estético que ayuda a combatir la adiposidad localizada y la celulitis. Consta de dos procedimientos, uno es la aplicación de una gel térmico, que eleva la temperatura en la zona a tratar, y después se emplea un gel criógeno que da mucho frío, de ahí lo de “shock térmico”.

Estimula la circulación de la sangre y por consecuencia, mejora notablemente los tejidos de soporte, dando como resultado adicional, un mayor tensado de la piel y eliminación de la flacidez tegumentaria.

El gel criógeno tiene una acción refrigerante, que obviamente da una sensación de intenso frío en la zona donde se lo aplica, esto hace que en el cuerpo se active el sistema linfático, estimulando la eliminación de toxinas. Genera una reducción y vasoconstricción de la zona tratada, lo que con el uso progresivo va modelando el cuerpo mediante la reducción de la adiposidad localizada.

Es un producto que suele contener algas, extracto de uva, poli fenoles, cafeína, ginkgo biloba, hedrera hélix, centella asiática, etc. Estos principios activos tienen propiedades antioxidantes, reactivantes del metabolismo celular y son de acción lipolítica.

PRACTICA: shock térmico

Protocolo

1. Asepsia
2. Exfoliación o dermopolido
3. Tonificar
4. Termoterapia- 20 min
5. Masaje
6. Crioterapia- 20 min

MASAJES REDUCTORES Y REAFIRMANTES

7. Crema hidratante final

