

La crioterapia, secreto para la fortaleza física de las estrellas de fútbol, según Cryosense

La prevención y el tratamiento de las lesiones deportivas sobresale entre las ventajas del tratamiento de crioterapia, apuntan desde Cryosense

Cada vez más clubes y jugadores disponen de una cabine de cryosauna en para tratar de solventar problemas físicos que lastran su rendimiento deportivo, por lo que el tratamiento de frío extremo mediante la aplicación de nitrógeno líquido.

Las cabinas de criosauna son equipos que realizan las funciones de recuperación deportiva mediante este tipo de técnica, que sustituye al tradicional baño con hielo.

Además de términos deportivos, los beneficios de la crioterapia responden a otros aspectos del bienestar del ser humano, desde el punto de vista estético, dermatológico y de la salud.

Beneficios deportivos de la crioterapia

Entre las ventajas a nivel deportivo que se han demostrado en el tratamiento de crioterapia, destacan las siguientes:

Aumento del rendimiento: la productividad del deportista incrementa gracias al crecimiento de riego sanguíneo, liberándose también determinadas sustancias químicas que inciden en una mayor potencia, así como una mayor velocidad punta y resistencia a la fatiga.

Prevención y recuperación de lesiones: tiene unos beneficios muy importantes en este sentido, ya que se reducen los plazos de baja por inflamaciones debido a golpes, sobreesfuerzos o traumatismos. Además, reduce el dolor y ayuda a la regeneración de los tejidos musculares.

Recuperación después del esfuerzo: los tratamientos de crioterapia estimulan la recuperación muscular. En el marco de competiciones, torneos o pretemporadas, en el que los jugadores están sometidos a un mayor derroche físico, está aún más extendido el uso de las cabinas de criosauna.

Favorece el equilibrio mental: la liberación de endorfinas, que son neuropéptidos que generan un estado de felicidad y relajación muy positivos para el ser humano. Proporciona así estabilidad emocional al deportista y un incremento de la motivación.

Cada vez se ven más casos de jugadores de fútbol que recurren a la crioterapia como método para aprovecharse de sus numerosos beneficios.

Cristiano Ronaldo es uno de los ejemplos más destacados de este deporte, con varias muestras en las que dejaba ver sus tratamientos de crioterapia para incrementar su nivel físico o recuperarse de alguna lesión.

El Villarreal C.F. o la Selección Española son las instituciones más representativas en este país que también se han decidido por esta técnica al comprobar sus prestaciones, después de que sea un tratamiento fijo en otros deportes, como la NBA, el béisbol, el boxeo o el fútbol americano.

Datos de contacto:

Cryosense

(+34) 911 59 27 16

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Fútbol Medicina alternativa](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>