

Thimblex, una nueva técnica terapéutica que permite identificar y tratar la lesión gracias a la termografía

El uso de la cámara termográfica facilita localizar con exactitud dónde está la lesión debido a los cambios de temperatura que registra de la piel. Su tratamiento sobre estas zonas consigue disminuir la inflamación y el dolor

Tras las restricciones vividas durante la pandemia, son muchas las personas que cada día deciden retomar o iniciar una rutina deportiva. Según la última encuesta de Hábitos Deportivos en España 2020, el número de personas que realiza alguna práctica deportiva ha aumentado en los últimos cinco años un 6,1%. Una de las principales consecuencias de la práctica de ejercicio físico son las lesiones, que pueden afectar a músculos, tendones o articulaciones.

Hoy en día, los tratamientos de fisioterapia utilizados para combatirlos seguían un mismo patrón: se incidía en la zona afectada en reiteradas ocasiones hasta que el dolor desaparecía. Hasta ahora, Thimblex es una nueva técnica que está evolucionando el tratamiento de las lesiones consiguiendo reducir la inflamación y el dolor. Sus principales características son dos: por un lado, al conocer con exactitud la zona de inflamación, los tratamientos son muy precisos, mientras que, además, el uso de una presión negativa en las manipulaciones permite mejorar la circulación de la zona. Asimismo, para lograr mayor eficacia, la aplicación de las técnicas se realiza mediante el uso de dedos de adherencia creados por Thimblex.

Dos manipulaciones diferentes para tratar la lesión

Creada por el fisioterapeuta Juan Reque, el principal aspecto diferencial de Thimblex es el uso de cámaras termográficas que facilitan el diagnóstico de lesiones musculares. Se trata, por tanto, de un uso revolucionario, ya que las cámaras no se han utilizado con asiduidad para la detección de lesiones físicas. De este modo, gracias a las imágenes obtenidas, se pueden distinguir los cambios de temperatura de la piel, lo que permite que los tratamientos sean más focalizados y efectivos.

Una vez localizada la lesión, la aplicación de la terapia Thimblex utiliza dos tipos de presiones diferentes en su tratamiento, por un lado, presión negativa que aumenta el espacio entre piel y músculo para mejorar la circulación, además de limpiar la zona de sustancias catabólicas negativas; y por otro, la presión sobre músculos y tendones para activar las fibras musculares.

Dos de las grandes novedades que aporta este método es que es un tratamiento no invasivo, porque no implica el uso de agujas, ni eléctrico, porque no recurren a la electricidad.

Actualmente, este método terapéutico se realiza en las consultas de Madrid, situada en la calle Costa Rica, 36, y en la calle Kálamos, 30, en Las Rozas.

De personal trainer de María Sharapova a creador de Thimblex

El creador de la técnica, Juan Reque, es licenciado en Ciencias de la Actividad Física y Fisioterapia. Su pasión por las terapias manuales permitió que se decantara por ello, aplicándolas en las lesiones.

Durante más de una década, trabajó en el circuito profesional de tenis, primero como fisioterapeuta ATP y, posteriormente como fisioterapeuta y personal trainer para varios tenistas profesionales, entre ellos, María Sharapova. Asimismo, también ha trabajado para la Copa Davis y Copa Federación de la selección española de Tenis.

Datos de contacto:

Redacción
608171536

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

Categorías: [Nacional Medicina Sociedad Medicina alternativa](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>