PROCESO DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- Denominación del Programa de Formación: Cosmetología y Estética Integral
- Código del Programa de Formación:637804
- Nombre del Proyecto: aplicación de protocolos de atención estandarizados de estética y bienestar para el mejoramiento de la calidad del servicio
- Fase del Proyecto: Evaluación
- Actividad de Proyecto: Realizar tratamiento cosmetológico y estético pre y post operatorio de cirugía estética, según prescripción médica, principios de técnica aséptica y normativa legal vigente.
- Competencia: Realiza tratamiento postoperatorio
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar: 1. preparar al usuario para tratamiento estético posoperatorio según protocolo
- 2. realizar tratamiento estético teniendo en cuenta técnicas manuales, cosmetológicas y eléctroestéticas en tratamientos posoperatorios
- 3. realizar seguimiento estético al usuario de acuerdo con prescripción médica y el plan de tratamiento
- Duración de la Guía: 96 Horas

2. PRESENTACIÓN

El programa Técnico en Cosmetología y Estética Integral se creó para brindar al sector productivo de la Salud Estética, la posibilidad de incorporar personal con altas calidades laborales y profesionales que contribuyan al desarrollo económico, social y tecnológico de su entorno y del país, así mismo ofrecer a los aprendices formación en las tecnologías relacionadas con la implementación de prácticas bioseguras, en la atención al usuario y el cumplimiento del ejercicio idóneo y ético de la estética no invasiva en el marco de la legislación vigente, y de esta forma consolidar con ímpetu una nueva imagen de la cosmetología facial y corporal desde los principios de la credibilidad, confianza e idoneidad técnica y el fortalecimiento de las unidades de unidades productivas

Durante la aplicación de estas actividades deben hacer uso de las TICS, el trabajo autónomo y colaborativo, el buen uso del tiempo de aprendizaje, acompañamiento y asesoría del instructor.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

Ambiente: Sena sede turismo

Materiales: Herramientas tecnológicas, cuaderno, esfero.

ACTIVIDAD DE REFLEXIÓN INICIAL :

El instructor presenta al grupo de aprendices un video sobre " Jessica Cediel estuvo en riesgo por una cirugía en sus glúteos" , los aprendices observan el video y deben analizar las razones por la cual se presentaron estas dificultades.

ACTIVIDAD DE CONTEXTUALIZACIÓN:

En esta sesión de formación la instructora, presenta las siguientes preguntas a los aprendices, con relación al video presentado en la actividad anterior. Estas preguntas deben ser respondidas individualmente y después las socializaran con el resto del grupo y el instructor.

1- ¿Porque cree que se presentaron estas complicaciones en la paciente?
2- ¿Como podríamos evitar que se presenten riesgos y complicaciones en las cirugías?
3- ¿Qué cuidados se deben tener cuando se decide realizar una cirugía estética?
4- ¿realice un listado de recomendaciones necesarias para la paciente antes de someterse al procedimiento quirúrgico?
5- ¿Realice un listado de cuidados posteriores a la cirugía?

Se socializa en el grupo las respuestas dadas por los aprendices y el instructor moderara la intervención

Actividad 1: Identificar los diferentes procedimientos quirúrgicos, que se realizan en cirugías faciales.

Acción interpretativa: En equipos de trabajo, las aprendices deben consultar acerca de las cirugías faciales:

- Blefaroplastia
- Mentoplastia
- Ritidoplastia
- Otoplastia
- Rinoplastia
- Rinoseptoplastia
- Bichectomia
- Hilos Rusos
- Implantes y rellenos

Acción argumentativa: los equipos de trabajo deben realizar una presentación sobre las diferentes cirugías faciales, teniendo en cuenta el procedimiento, riesgos o complicaciones, cuidados previos y posteriores a la cirugía.

Acción propositiva: los aprendices deben realizar una actividad acerca de la temática expuesta, para los demás aprendices, con el propósito de identificar la apropiación de los procedimientos socializados.

SEPTORINOPLASTIA



https://www.youtube.com/watch?v=uAaqn7ShCh8

- Abdominoplastia
- Liposucción
- Lipolaser
- Lipoescultura

➢

Acción argumentativa: los equipos de trabajo deben realizar una presentación sobre las diferentes cirugías faciales, teniendo en cuenta el procedimiento, riesgos o complicaciones, cuidados previos y posteriores a la cirugía.

Acción propositiva: los aprendices deben realizar una actividad acerca de la temática expuesta, para los demás aprendices, con el propósito de identificar la apropiación de los procedimientos socializados.



LIPOSUCCIÒN

https://www.youtube.com/watch?v=8-w7Q2UI6ZY

LIPOINYECCION

Actividad Propositiva: ejecutar el tratamiento adecuado, acorde a lo anterior.

Actividad 7: Utilizar las fajas en los procedimientos quirúrgicos.

Actividad Interpretativa: conocer los diferentes tipos de fajas que se usan en los diferentes tipos de procedimiento quirúrgico y cuál es la función de estas.

Actividad argumentativa: Explica la importancia del uso de estas y su funcionabilidad, para lograr el éxito en la recuperación.

Actividad Propositiva: Realizar el procedimiento de colocación y retiro de la faja, teniendo en cuenta la cicatriz y el dren.

ACTIVIDAD DE TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO:

En este proceso de la guía, la instructora, mediante la técnica de observación directa y retroalimentación, se reforzará y evaluará cada uno de los resultados de aprendizaje, el cual esta respaldado por una lista de chequeo, la cual, el aprendiz, sube como evidencia, en el respectivo enlace creado por el instructor en territorium.

	Educa al usuario en técnicas preventivas y de colocación de fajas y vendas de uso postquirúrgico según procedimiento realizado. Explica y entrega información escrita sobre consideraciones generales a tener en cuentas antes de la cirugía o procedimiento medico estético.	

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Absceso: acumulación localizada de pus.
Adiposo: de naturaleza grasosa.
Adrenalectomía: extirpación de los cuerpos o cápsulas suprarrenales.
Anestesia: privación total o parcial de la sensibilidad.
Asepsia: ausencia de materia séptica; estado libre de infección.
Bacterias: microorganismos inmóviles no esporulados.
Desinfección: destrucción de los gérmenes patógenos fuera del organismo por aplicación directa de

Contractura capsular: tensión del tejido cicatricial o cápsula que rodea a un implante mamario.
Incisión: corte que se realiza en un tejido u órgano del cuerpo, especialmente durante la cirugía.

Ptosis: caída. La ptosis mamaria suele ser el resultado del envejecimiento normal y la atracción de la gravedad o de cambios producidos por el embarazo o la pérdida de peso.

Sinmastia: desplazamiento de dos implantes mamarios por el cual se rozan entre sí, sobre la parte superior del esternón.

Sutura: cierre de una incisión o herida con puntos.

Tejido adiposo: tejido biológico compuesto principalmente de células grasas.
Hematoma: Un hematoma es la acumulación de sangre causada por una hemorragia interna que aparece generalmente como respuesta corporal resultante de un golpe, una contusión o una magulladura

6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

https://www.youtube.com/watch?v=aLMsGxKILgI
https://www.youtube.com/watch?v=PcVWFv6VTrI
https://www.youtube.com/watch?v=iI0E_MCVEx4
https://www.youtube.com/watch?v=JQ_d6HH7t0k
https://www.youtube.com/watch?v=uAaqn7ShCh8

Autor (es)	Maria Clemencia Escobar Guzmán	Instructora	Comercio y Turismo	14 de septiembre de 2022

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)	Maria Clemencia Escobar Guzmán	Instructora	Comercio y Turismo	20/07/2025	actualización

PROCESO					
EVIDENCIAS CONTRACTUALES					
NOMBRE DEL FORMATO					
PLANTILLA DOCUMENTOS Y FORMATOS EN WORD SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN Y AUTOCONTROL					
CLASIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN					
Pública	X	Pública Clasificada		Pública Reservada	

EVIDENCIA 1.1

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: Se imparte formación para las fichas3231432, 3231500, 3287919 del I trimestre del 2026 según cronograma de formación del programa de Cosmetología y Estética Integral.

ANEXOS:

PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- Denominación del Programa de Formación: Cosmetología y Estética Integral
- Código del Programa de Formación: 637804
- Nombre del Proyecto Formativo : Aplicación de protocolos de atención estandarizados de estética y bienestar para el mejoramiento de la calidad del servicio
- Fase del Proyecto : Ejecución
- Actividad de Proyecto Formativo: Explicar las características de la piel y sus alteraciones de acuerdo al biotipo.
- Competencia: Tratamiento de la piel
- Resultados de Aprendizaje:
  - ✓ emplear técnicas estéticas de acuerdo con plan de tratamiento, protocolo y normativa Duración de la Guía de Aprendizaje : 108 horas

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.1 Actividades de reflexión inicial:

	**Descripción de la actividad:** Se presenta un video a los aprendices, para que lo observen y analicen https://www.youtube.com/watch?v=UBhrosi2gXo Respondan las siguientes preguntas a. ¿Que piensan uds acerca del uso de los equipos usados para tratamientos estéticos b. ¿Qué cuidados deberían tener al realizar un tratamiento estético con el uso de equipos electroesteticos? c. ¿conoce ud cuales podrían ser las complicaciones del mal uso o aplicación de un un equipo? ¿mencionelas? d. ¿Qué podemos hacer para evitar riesgos?

3.2 Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje:

 	**Descripción de la actividad:** : El instructor mediante presentación, explica a los aprendices Conceptos, Tipos de ondas y corrientes, beneficios, efectos, indicaciones, contraindicaciones, Tipos de aparatología Estética, usos. Los aprendices con esta información deben Explicar las implicaciones y riesgos de no realizar el procedimiento optimo y justifica la aparatología a usar

3.3 Actividades de apropiación:

Uso de los diferentes equipos de electroestetica y practica de cada uno de ellos

	**Descripción de la actividad:** En equipos de trabajo los aprendices, consultan sobre los diferentes equipos: • Vapor ozono • Brossage • Lupa • Alta Frecuencia • Mascara led • Peeling ultrasónico • Electroestimulador • Electroporador • Ultrasonido • Hifu • microneedling • Radiofrecuencia • IPL (Luz pulsada intensa) • Lampara infrarroja • Mascara Criogénica

Protocolos estéticos faciales

	**Descripción de la actividad:** De acuerdo a lo visto anteriormente se realizaran diferentes protocolos, acorde con lo encontrado en la valoración del paciente, donde se aplicaran principios activos idóneos y el equipo adecuado para el tratamiento.

Ambiente requerido: Aula convencional, dotado con mesas de trabajo sillas y equipos audiovisuales. Taller de cosmetología dotado con camillas y lupas.
Estrategias o técnicas didácticas activas: Exposición y taller practico.

Usos de los principios activos

	**Descripción de la actividad:** Describir productos cosméticos, principios activos, indicaciones, contraindicaciones, presentaciones.

3.4 Actividades de Transferencia el Conocimiento:

	**Descripción de la actividad:**la instructora, mediante la técnica de observación directa y retroalimentación, se reforzará y evaluará cada uno de los resultados de aprendizaje, el cual está respaldado por una lista de chequeo Realizar valoración, diligenciar historia clínica y consentimiento informado.

Ambiente requerido: Taller de cosmetología dotado con camillas y lupas.
Estrategias o técnicas didácticas activas: Taller práctico.
Materiales de formación: Suministros de papelería, marcadores.
Material de apoyo: Productos cosméticos.
evidencias de aprendizaje: Historia clínica, consentimiento informado
instrumento de evaluacion:lista de chequeo

Fase del proyecto formativo	Actividad del proyecto formativo	Actividad de Aprendizaje	Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Ejecución	Explicar las características de la piel y sus alteraciones de acuerdo al biotipo.	Realizar técnicas faciales de acuerdo con los protocolos estéticos establecidos, teniendo en cuenta necesidades del usuario, principios de bioseguridad y normativa legal vigente	Evidencia de producto: plan de tratamiento con Historia clínica y consentimiento informado. Evidencia de Desempeño: Practica de procedimientos esteticoa.	Utiliza la normativa legal vigente en la realización de tratamientos estéticos faciales y/o corporales de manera responsable y ética. Emplea técnicas electroestéticas, manuales y cosmetológicas en la realización de tratamientos estéticos	Valoracion de producto Observación directa

3. **ALTA FRECUENCIA:** equipo que genera pequeños **impulsos eléctricos** que realizan un micromasaje y se emplea para cauterizar la piel después de una extracción, es bactericida y desinflamatorio.

4. **PEELING ULTRASONICO:** equipo que emplea ondas sonoras de ultrasonido que efectúan un peeling y fomentan la regeneración del colágeno y elastina.

5. **RADIOFRECUENCIA FACIAL:** equipo que usa la radiación electromagnética, no ablativa, no quirúrgica, indolora, penetra a la dermis de la piel logrando así, aumentar la producción de colágeno y elastina.

6. **HIFU: equipo para la** aplicación de un haz de ultrasonido de alta frecuencia y alta energía en la piel, para remodelar su tejido, mediante ablación térmica.

7. **MASCARA LED:** equipo utiliza los beneficios de la luz LED que no genera calor, y combinado con la cromoterapia se destina para diferentes patologías como: cicatrices, acné, flacidez, Hiperpigmentación.

8. **BROSSAGE**: equipo emplea un proceso de **exfoliación mecánica que usa cepillos** para

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	Maria Clemencia Escobar	Instructora	Centro de Comercio y turismo	30 junio 2024

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)	**María clemencia escobar Guzmán**	**instructora**	**Cc y T**	**21/05/2025**	**Correcciones coordinacion**

PROCESO GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

Regional: QUINDÍO

Centro de formación: COMERCIO Y TURISMO

Denominación del Programa de Formación: Técnico en Cosmetología y Estética Integral

Código del Programa de Formación: 637804

Versión: 1

Nombre del Aprendiz: ----------_

No. de Documento: ---------- **No. De Ficha**: ----------

Nombre del Instructor: Maria Clemencia Escobar Guzmán

Competencia:

Aplicar tratamiento estético postoperatorio según procedimiento técnico y normativa.

Resultado de Aprendizaje:

1. preparar al usuario para tratamiento estético posoperatorio según protocolo
2. realizar tratamiento estético teniendo en cuenta técnicas manuales, cosmetológicas y electroestéticas en

tratamientos posoperatorios

3. realizar seguimiento estético al usuario de acuerdo con prescripción médica y el plan de tratamiento

Actividad:

Realizar tratamiento cosmetológico y estético pre y post operatorio de cirugía estética, según prescripción médica, principios de técnica aséptica y normativa legal vigente.

Evidencia:

- ✓ Producto: verificación de prototipo corporal con cirugías estéticas

INSTRUCCIONES PARA EL DILIGENCIAMIENTO:

En el desarrollo de este instrumento se valorarán las evidencias de desempeño y/o producto del proceso, según las técnicas y habilidades desarrolladas durante la formación. Estas evidencias corresponden a las

actividades que se describen en la guía de aprendizaje, las cuales fueron socializadas y concertadas con el instructor.

Según sus evidencias presentadas el instructor valorará cada uno de los factores que contiene la siguiente lista de chequeo para alcanzar el resultado de aprendizaje.

LISTA DE CHEQUEO

CONOCIMIENTO ⬭ PRODUCTO ⬬ DESEMPEÑO ⬭

No.	INDICADORES/FACTORES A EVALUAR	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
1	El aprendiz participó de manera activa y colaborativa en la actividad de reflexión.			
2	El aprendiz participó de manera activa y colaborativa en la actividad de contextualización.			
3	El aprendiz participó en las actividades didácticas para la apropiación del conocimiento.			
4	El aprendiz se presentó puntual a las actividades de aprendizaje.			
5	El aprendiz porta el uniforme durante el proceso de aprendizaje de acuerdo con los requerimientos establecidos			
6	El aprendiz informa al cliente sobre las técnicas que se le van a aplicar, los efectos, sensaciones y cuidados en casa			

7	el aprendiz describe los procedimientos quirúrgicos de medicina estética y sus complicaciones, teniendo en cuenta la zona anatómica			
8	el aprendizargumenta los efectos fisiológicos de las diferentes técnicas y protocolos estéticos durante el preparatorio al procedimiento de cirugía o medicina estética			
9	aplica técnicas de cuidado estético preparatorios al procedimiento de cirugía plástica o			

	medicina estética teniendo en cuenta las necesidades individuales del usuario			
10	aplica técnicas de cuidado estético post operatorio según cirugía plástica o medicina estética realizada, teniendo en cuenta las necesidades individuales del usuario			
11	el aprendiz realiza seguimiento a los servicios personales recibidos y la aplica al usuario, de acuerdo a las respuestas recibidas en la encuesta diseña un plan de mejoramiento de servicios.			
12	el aprendiz registró las evidencias en el enlace correspondiente en la plataforma territorium con base en las fechas e instrucciones dadas por el instructor.			

RESULTADOS:

Aprobado ☐ Deficiente ☐

OBSERVACIONES-RECOMENDACIONES:

Ciudad y fecha de aplicación del instrumento: Armenia,26 de marzo de 2026

Firma del Aprendiz

Firma del Instructor

PROCESO GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

Regional: QUINDÍO

Centro de formación: COMERCIO Y TURISMO

Denominación del Programa de Formación: Técnico en Cosmetología y Estética Integral

Código del Programa de Formación: 637804

Versión: 1

Nombre del Aprendiz: ----------_

No. de Documento: ---------- **No. De Ficha:** ----------

Nombre del Instructor: Maria Clemencia Escobar Guzmán

Competencia:

Tratar piel según normativa estética y técnica cosmética

Resultado de Aprendizaje:

- ✓ **Resultados de Aprendizaje** preparar la piel para el tratamiento estético de acuerdo con protocolo establecido y normativa vigente
- ✓ emplear técnicas estéticas de acuerdo con plan de tratamiento, protocolo y normativa Duración de
- ✓ **Actividad:** Evaluar el grado de atención del usuario, en la prestación de los servicios en tratamientos faciales.

Evidencia:

- ✓ Desempeño: Aplicación de protocolos faciales
- ✓ Producto: Instrumento de evaluación del grado de satisfacción del usuario.

INSTRUCCIONES PARA EL DILIGENCIAMIENTO:

En el desarrollo de este instrumento se valorarán las evidencias de desempeño y/o producto del proceso, según las técnicas y habilidades desarrolladas durante la formación. Estas evidencias corresponden a las actividades que se describen en la guía de aprendizaje, las cuales fueron socializadas y concertadas con el instructor.

Según sus evidencias presentadas el instructor valorará cada uno de los factores que contiene la siguiente lista de chequeo para alcanzar el resultado de aprendizaje.

LISTA DE CHEQUEO

CONOCIMIENTO ● PRODUCTO ● DESEMPEÑO ●

No.	ASPECTO	INDICADORES/FACTORES A EVALUAR	CUMPLE		OBSERVACIONES
			SI	NO	
1	Actitud Reflexión	El aprendiz participó de manera activa y colaborativa en la actividad de reflexión.			
2	Actitud Contextualización	El aprendiz participó de manera activa y colaborativa en la actividad de contextualización.			
3	Actitud Apropiación	El aprendiz participó en las actividades didácticas para la apropiación del conocimiento.			
4	Actitud Apropiación	El aprendiz se presentó puntual a las actividades de aprendizaje.			
5	Actitud Apropiación	El aprendiz porta el uniforme durante el proceso de aprendizaje de acuerdo con el requerimiento establecido			
6	Actitud Apropiación Técnico	el aprendiz utiliza la normativa legal vigente en la realización de tratamientos estéticos faciales y/o corporales de manera responsable y ética.			
7	Actitud Apropiación Técnico	el aprendiz emplea técnicas electroesteticas, manuales y cosmetológicas en la realización de tratamientos estéticos faciales y/o corporales teniendo en cuenta el plan de tratamiento y protocolo.			
8	Actitud Apropiación Técnico	el aprendiz ejecuta protocolos estéticos de acuerdo con necesidades del usuario, normativa legal			
10	Actitud Portafolio de evidencias	El aprendiz registró las evidencias en el enlace correspondiente en la plataforma, con base en las fechas e instrucciones dadas por el instructor.			

RESULTADOS:

Aprobado [ ] Deficiente [ ]

OBSERVACIONES-RECOMENDACIONES: Armenia, 25/03/2026

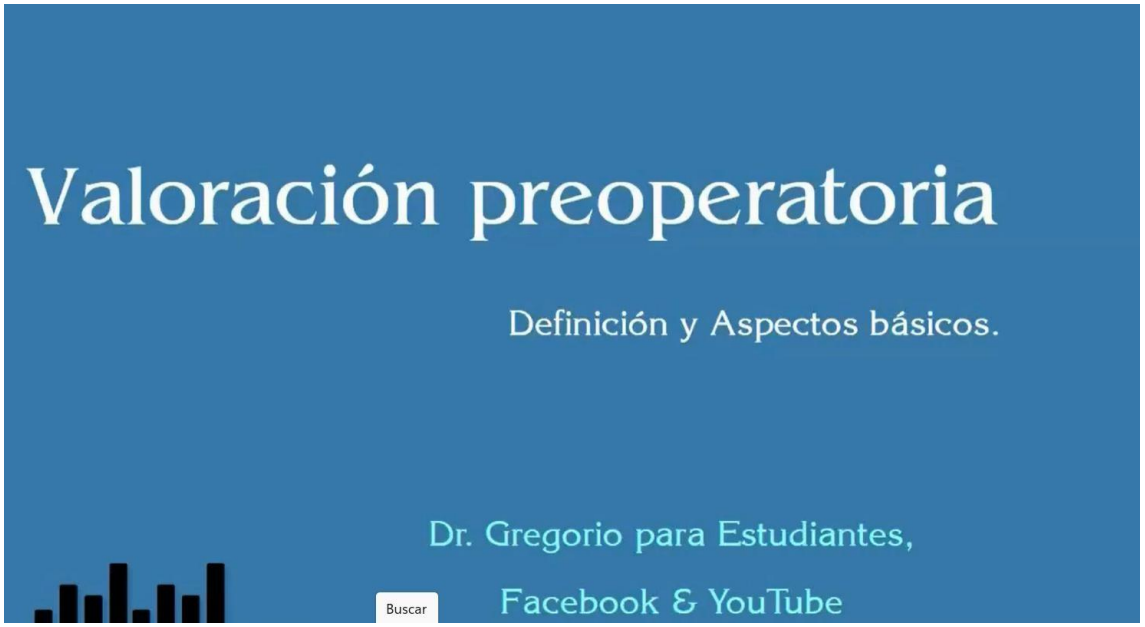
Ciudad y fecha de aplicación del instrumento:

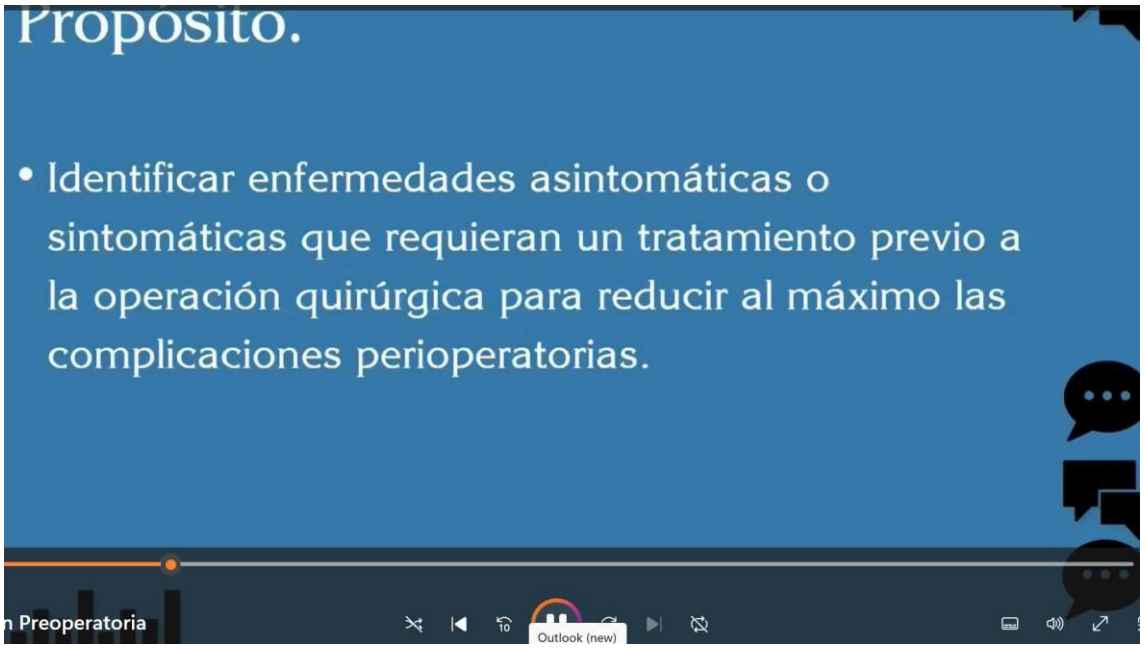
Maria Clemencia Escobar Guzmán

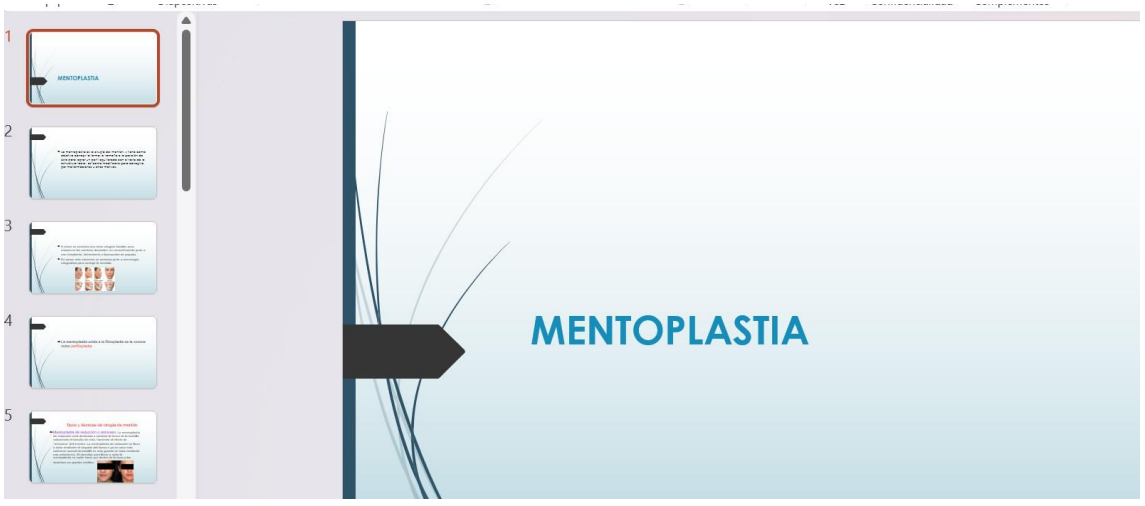
_____ _____

Firma del Aprendiz Firma del Instructor


SENA


Valoración preoperatoria
Definición y Aspectos básicos.
Dr. Gregorio para Estudiantes,
Facebook & YouTube
Buscar


Proposito.
• Identificar enfermedades asintomáticas o sintomáticas que requieran un tratamiento previo a la operación quirúrgica para reducir al máximo las complicaciones perioperatorias.
n Preoperatoria
Outlook (new)


1
2
3
4
5
MENTOPLASTIA

PROTOCOLO

POST OPERATORIO DE CIRUGIAS CORPORALES.

- ✓ **No. Sesiones: Según criterio médico podrán ser aproximadamente (5- 10 sesiones).**
- ✓ **Equipos empleados: Ultrasonido, Mantatérmica, Presoterapia, Carboxiterapia, *(este último no está en el SENA).***
- ✓ **Productos: Aceite para masajes preferiblemente hipoalergenico, gel conductor, apósitos, guantes de látex.**

CIRUGIAS PARA POST OPERATORIOS:

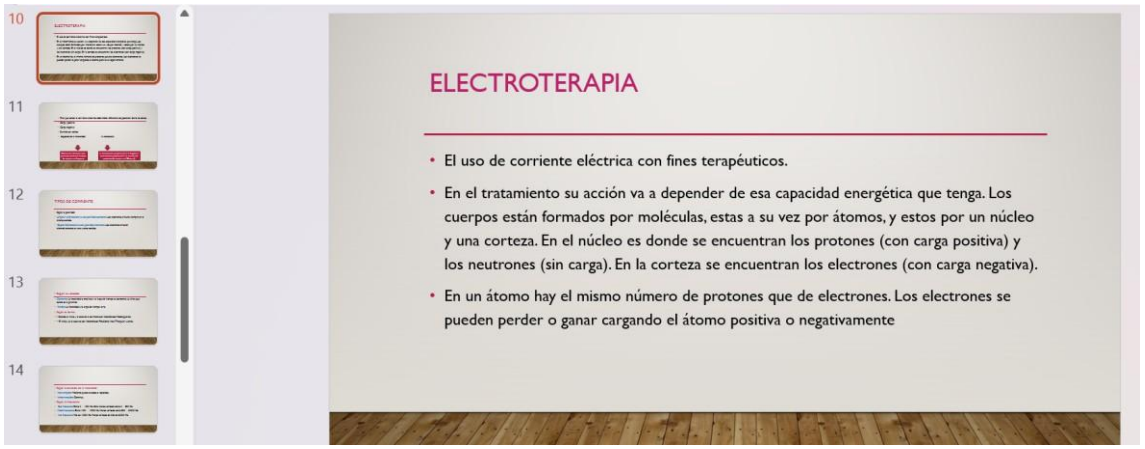
- ✓ **Mamoplastia de aumento**
- ✓ **Mamoplastia de reducción**
- ✓ **Pexia mamaria**
- ✓ **Abdominoplastia o Lipectomia.**
- ✓ **Liposucción.**
- ✓ **Lipoinyecciòn glútea.**

1.Alistamiento de la cabina:

Se debe tener la cabina en optimas condiciones para recibir y realizar el protocolo con la (el) paciente.

2.Alistamiento de la paciente:

Dado que la paciente debe llegar a la sesión de post operatorio con faja post



El equipo genera tres tipos de corrientes 4
El sistema de estimulación KüarzOcorporal® no debe utilizarse en. 5

Tratamientos estéticos 6
- Obesidad y adiposidades localizadas 7
- Abdomen flácido 7
- Arrugas faciales y envejecimiento cutáneo 8
- Celulitis 9
- Descenso de mamas 10
- Estrías 11

Salud **12**
- Flaccidez de diferentes sectores musculares y cutáneos 13
- Papada 13
- Algia plantar 14
- Edemas pe miembros inferiores 14
- Amiotrofía diabética 15
- Artritis Reumatoidea 16
- Artrosis 17
- Constirpación 18
- Enfermedad de Raynaud 18
- Estrés 18
- Neuralgia 19
- Hemiplejía 19
- Insuficiencia de la Microcirculación Arteriovenosa y linfática 19
- Osteoporosis 21

Musculación **22**
- Bursitis 23

Introducciones y recomendaciones especiales de la estimulación Tens®

Los constantes avances de las ciencias básicas y aplicadas han permitido descubrir todos los beneficios de las corrientes eléctricas sobre el cuerpo humano, *técnica llamada (Estimulación Tens®).*

¿Qué es la electroterapia?

La electroterapia es un método de entrenamiento de eficacia comprobada, utilizado para la rehabilitación, el tratamiento del dolor y el entrenamiento de deportistas.

El principio de funcionamiento de la electroestimulación es muy simple. Reproduce fielmente los procesos que intervienen en la contracción muscular que el cerebro ordena. De esta manera, con la electroestimulación, se desencadena la excitación de los músculos por impulsos eléctricos que los aparatos envían a nivel del nervio motor.

Los músculos no notan la diferencia entre una contracción desencadenada por el cerebro y la que origina la electroestimulación. Estas contracciones se denominan electroinducidas.

CORRIENTE nº 1: Estimulación muscular

Electro gimnasia; corriente eléctrica usada como terapia para tonificar y marcar el musculo de la zona tratada.

Aplicación:

- El regulador de frecuencia tiene que estar ubicado en posición nº 4 o 5
- El regulador de intensidad/potencia de cada canal tiene que ir subiendo hasta sentir el paso de corriente o ver la contracción del musculo.
- Recomendación: Comenzar con sesiones de 25 minutos y no superar los 40 minutos.

CORRIENTE nº 2: Electro-analgesia

Aplicación de corriente eléctrica para calmar el dolor.

Aplicación:

- El regulador de frecuencia tiene que estar ubicado en nº 8
- El regulador de intensidad/potencia de cada canal tiene que ir subiendo hasta sentir la sensación de hormigueo.
- Recomendación: No realizar sesiones menores a 15 minutos.

CORRIENTE nº 3: Iontoforesis

La iontoforesis consiste en introducir determinadas sustancias químicas medicamentosas, con la finalidad de ejercer una actuación de este fármaco en forma localizada