

La crioterapia es el principal método de recuperación física de los deportistas de élite, según Cryosense

Entre las técnicas más sofisticadas para la recuperación de lesiones se está imponiendo la crioterapia, un tratamiento revolucionario por los numerosos beneficios que conlleva, según apuntan desde Cryosense

Que las cabinas de cryosense.de están de moda no es ninguna novedad; en el deporte de élite cada vez es más normal encontrarnos con profesionales que recurren a ellas para aliviar los dolores de una lesión y conseguir una recuperación más rápida y efectiva, una de las razones de ser de esta técnica.

Cristiano Ronaldo, Rafael Nadal, Conor McGregor, LeBron James, Gareth Bale, Michael Phelps... son solo algunos de los ejemplos de deportistas de talla mundial que no dudan en adentrarse en cabinas de criosauna para conseguir importantes beneficios a distintos niveles.

Algunas de las instituciones deportivas cuentan con una máquina propia en sus instalaciones para el beneficio de sus jugadores: el Real Madrid, el Villarreal, Los Ángeles Lakers, el Centro de Excelencia Médica de la FIFA o los Arizona Cardinals son equipos de distintas disciplinas que en su día decidieron avanzar en el mantenimiento de sus integrantes al mejor nivel físico posible.

La exposición a temperaturas extremas de frío en las cabinas de criosauna, a través de nitrógeno líquido en vapor entre -110 y -180°C, es uno de los métodos más eficaces a día de hoy desde distintos puntos de vista aparte del deportivo: conlleva una serie de avances a nivel estético, de salud y de bienestar general de todo aquel que se somete a este tratamiento.

Principales ventajas de la crioterapia para los deportistas

Entre las razones más importantes por las que los deportistas deciden someterse a este tratamiento, destacan las siguientes:

- Aumento del rendimiento: con la subida del riego sanguíneo, se liberan sustancias químicas para lograr una mayor potencia física, con una mayor velocidad punta y resistencia al cansancio.
- Recuperación tras esfuerzo: supone una alternativa muy adecuada para recuperarse tras un gran esfuerzo físico, consiguiendo así una reducción de molestias y fatiga muscular.
- Recuperación de lesiones: supone una verdadera ayuda para prevenir lesiones aunque, en caso de sufrir alguna, también consigue una recuperación más efectiva y una regeneración muscular más rápida.

- Equilibrio mental: además de las ventajas físicas, la crioterapia también consigue un estado de equilibrio mental, con una liberación de endorfinas que redundan en bienestar, sensación de felicidad y de relajación.

Cryosense es una firma líder del sector de las cabinas de crioterapia y muestra de ello ha sido su éxito en Estados Unidos antes de desembarcar en Europa y otros puntos del planeta, donde está consiguiendo unos datos realmente positivos al implantar esta técnica tan beneficiosa para el organismo humano.

Datos de contacto:

Cryosense
911 59 27 16

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

Categorías: [Fútbol](#) [Básquet](#) [Medicina alternativa](#) [Otros deportes](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>