

Le principe de la pressothérapie

La pressothérapie est un procédé de drainage qui propose de profiter de massages prodigués par le biais d'accessoires bien précis tels que les bottes, les manchons ou encore la ceinture. Ces derniers seront choisis suivant les résultats désirés. Concrètement, ces accessoires sont dotés d'alvéoles qui s'emplissent d'air à des cadences différentes, opérant une infinité de petites pressions sur la zone concernée. La pressothérapie permet de stimuler la circulation du sang et d'activer l'élimination des toxines. Si sa vocation première s'apparentait plutôt à la kinésithérapie, la pressothérapie est désormais utilisée pour remodeler sa silhouette et chasser la cellulite ou pour se sentir mieux dans sa peau en chassant les sensations de jambes lourdes.

Comment se passe une séance de pressothérapie ?

Quelle que soit la partie du corps à traiter, la pressothérapie se déroule dans la position allongée avec les jambes ou les bras qui sont légèrement surélevés. D'une manière générale, les accessoires qui sont utilisés sont en vinyle souple, ce qui permet au curiste de se sentir entièrement à son aise. Une fois que l'accessoire est activé, le curiste ressent des pressions totalement indolores sur les parties concernées. Une séance de pressothérapie dure habituellement une demi-heure.

Les bienfaits de la pressothérapie

La pressothérapie est un programme qui agit immédiatement sur les jambes lourdes. Tous ceux qui en ont profité affirmeront qu'il s'agit d'une technique particulièrement efficace pour lutter contre ce genre de sensation. D'abord, on notera qu'une sensation de jambes lourdes est due à un système veineux faible. En penchant pour une séance de pressothérapie, la circulation du sang dans les veines est accentuée : le curiste se sent tout léger dès la première séance. Attention ! Il est bon de noter qu'une seule séance de pressothérapie ne suffit pas pour faire durer cette sensation de détente extrême.

Des séances régulières et rapprochées (pour les premières) sont nécessaires. On ne manquera d'ailleurs pas de noter que des séances assidues de pressothérapie opèrent un effet positif sur la rétention d'eau pouvant ainsi atténuer la cellulite et par la même occasion, rendre la silhouette plus fine. Combinée avec le drainage lymphatique, les résultats seront tout simplement spectaculaires.

Contre-indications de la pressothérapie

Toute personne souffrant d'une thrombophlébite, d'un œdème aigu pulmonaire, de troubles cardiaques, d'une thrombose veineuse doivent faire particulièrement attention et doivent demander l'avis d'un spécialiste avant de se lancer.