

# APLICACIONES DE LA CRIOTERAPIA DE CUERPO ENTERO (CCE) EN ESTÉTICA

*Cryosense®: la terapia de la Biorregulación*

## ¿Qué es la Crioterapia de Cuerpo Entero?

Es un tratamiento de exposición del cuerpo a muy bajas temperaturas (entre -110 °C y -180 °C) en un corto periodo de tiempo, habitualmente 3 minutos.

Estas condiciones de frío extremo ayudan al cuerpo a liberar endorfinas y otras sustancias que inducen una respuesta corporal muy beneficiosa a tres niveles: sistema circulatorio, sistema muscular y sistema nervioso.

## ¿Qué es una criosauna?

Es una cabina que permite, mediante el uso de nitrógeno líquido evaporado, bajar la temperatura de manera rápida en un entorno controlado.



## ¿El termocontraste es un tratamiento nuevo?

El termocontraste, o aplicación de frío y calor en el cuerpo, se lleva utilizando desde la época de los egipcios para tratamientos de salud y bienestar, y hay testimonios de su uso en muy distintas culturas a lo largo de la historia: baño turco, piscina fría tras la sauna, inmersión en aguas heladas, etc. Por lo tanto, no es un tratamiento nuevo.

Sin embargo, la tecnología actual permite alcanzar temperaturas imposibles hace años, potenciando los beneficios del criocntraste térmico de manera muy sustancial.





## Una experiencia llena de sensaciones, con beneficios para nuestro organismo

Cada sesión es rápida y cómoda... Y aunque parezca increíble por el frío extremo generado durante la sesión, resulta ser ¡Una experiencia realmente placentera!

Y todo se debe a que se trata de frío seco, procedente de vapor de Nitrógeno, que ayuda a liberar Endorfinas y proporciona así una gran sensación de bienestar durante la sesión y especialmente durante las horas posteriores. Además, su utilización favorece la reducción de la inflamación y el dolor, y promueve la activación del sistema inmunológico. Un excelente tratamiento integral, que aumenta el rendimiento muscular y ayuda a recuperar el cuerpo tras un ejercicio intenso.

## Cuáles son los efectos de la CCE sobre el organismo

La CCE provoca la liberación de una serie de sustancias químicas (endorfinas, serotonina, etc.) por todo el torrente sanguíneo, lo que produce tres efectos principales:

- **Analgésico:** el frío actúa sobre el sistema nervioso ralentizando la señal de dolor
- **Antiinflamatorio:** el frío provoca una disminución de la inflamación en los tejidos tumefactos. En el caso de la CCE, al producirse ese efecto no sólo por el frío transmitido sino por las sustancias conducidas a través de la sangre, el efecto antiinflamatorio llega a todos los tejidos del cuerpo por acción sistémica, aunque no hayan sido expuestos al frío.

- **Activación metabólica:** para compensar la disminución de la temperatura superficial, se produce una activación metabólica sobre el organismo que dura unas 6 horas tras la sesión de 3 minutos. Como consecuencia aumentamos el flujo sanguíneo y la oxigenación de las células.

## ¿Cuáles son los beneficios en la medicina estética?

La crioterapia de cuerpo entero ha contado desde su origen con diversas aplicaciones en tratamientos de medicina estética:

### 1. Favorece la quema calórica.

Una sesión de CCE supone un gasto calórico de entre 300 kcal y 800 kcal, dependiendo de las características fisiológicas de cada persona, lo que ayuda a controlar el sobrepeso.

### 2. Favorece la reducción de celulitis.

La activación de la circulación sanguínea producida por la CCE mejora la irrigación de los tejidos, favoreciendo la eliminación de la grasa por el sistema linfático.

La celulitis se caracteriza por una ralentización en el drenaje linfático, que implica la inundación del tejido conjuntivo por líquido tisular, constituyéndose de esta manera un edema intersticial.

La exposición del cuerpo a CCE, provoca un efecto vasoconstrictor generalizado, que activa la circulación sanguínea, mejorando el mecanismo de absorción de nutrientes, de oxigenación celular y de eliminación de los productos de desecho, lo que conlleva a un mejor drenaje linfático y como consecuencia a una disminución de la celulitis.

## Formación de celulitis en la piel

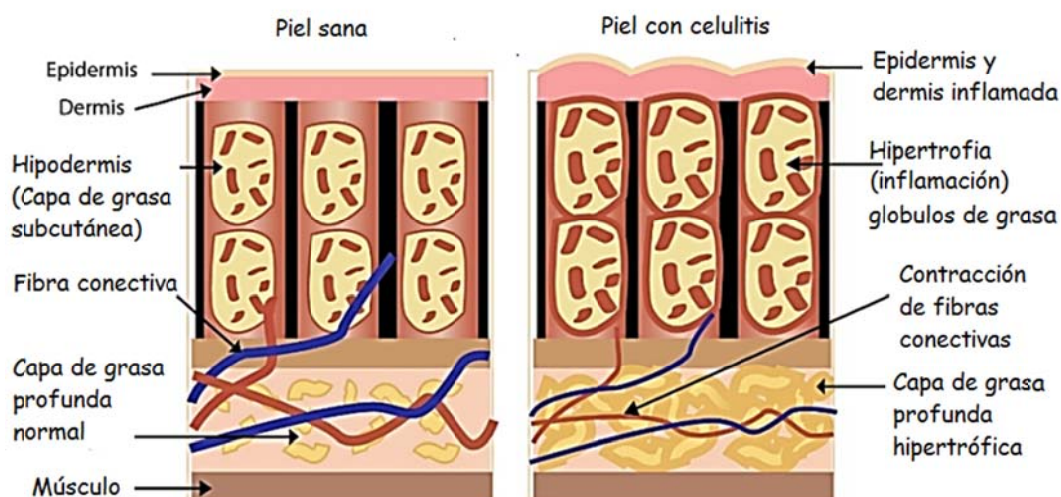


Figura 1. Comparación entre piel sana y piel celulítica (Fuente: MD Ageless solutions)

### 3. Elimina toxinas.

La activación sanguínea favorece el intercambio celular, contribuyendo a la eliminación de toxinas.



### 4. Rejuvenece y mejora la piel.

La activación sanguínea mejora la oxigenación de las células favoreciendo su renovación.

### 5. Efecto reafirmante

La CCE activa la producción de colágeno, elastina y ácido hialurónico, sustancias que contribuyen a mejorar la elasticidad y el tono de la piel.



Estos beneficios se producen de manera completamente natural y han sido demostrados mediante diversos estudios médicos.

### ¿Qué criosauna elegir?

“Cryosense es la única criosauna del mercado con programas especialmente diseñados para distintas aplicaciones, como el sector de la estética. Y es la única que te permite diseñar tus propios programas, si estimas que los

preconfigurados no se adaptan completamente a tus necesidades.”

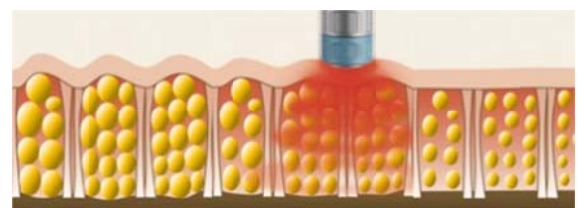
### Combinación de Crioterapia de Cuerpo Entero (CCE) con Aparatología

La CCE se puede combinar con aparatología relacionada con reducción y eliminación de grasa y celulitis en todas sus formas, destacando las siguientes técnicas:

- Cavitación: combinada con CCE se afianzan los resultados obtenidos. Una sesión de CCE previa a esta técnica, acelera el metabolismo y activa la circulación sanguínea, facilitando la eliminación de grasa.



- Dermoplastia: la CCE favorece la eliminación de celulitis, mejora la circulación sanguínea y linfática, promoviendo el drenaje linfático y aumentando la elasticidad de la piel, por lo que en combinación con dermoplastia se produce potenciación de efectos.



- Lasersense® o Dermolisis 3D: la combinación con CCE facilita la eliminación de líquidos retenidos y grasa metabolizada mediante esta técnica.



- Cryolipolisis: la CCE potencia los efectos de esta terapia, ya que favorece la eliminación de grasa localizada y contribuye a la normalización del tejido conjuntivo adyacente a la zona tratada.

#### Bibliografía

Prof. Dr. sc. Med. Winfried Papenfuß. 2005. *Power from the Cold*. Regensburg-Germany. Edition K.

