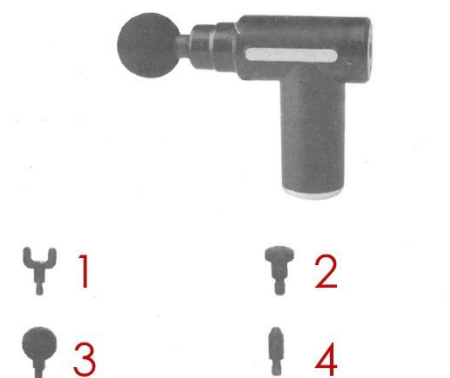


Mini pistola de masaje muscular Fascia Gun BX720 – AF0190

Manual del usuario

Cabezales



1. Cabeza en U / para vértebras
2. Cabeza redonda pequeña/para articulaciones
3. Cabeza de bola/para grandes grupos musculares
4. Cabeza plana pequeña/para todas las partes del cuerpo

Instrucciones

1. Botón de encendido/apagado (pulsación larga para encender / pulsación larga para apagar)
2. Pulse el engranaje clave para cambiar
3. Vibrador desmontable y reemplazable. Al desmontar el vibrador, simplemente tire de él con fuerza.
4. Por favor, seleccione un adaptador de carga de 5V para la carga.
5. Para usar la primera vez, por favor cargue durante 3 horas. Por favor, conecte el cable al adaptador de 5V para la carga.
6. Tipo de botón: cuando se está cargando, las luces parpadearán, cuando esté completa la carga, las luces permanecerán encendidas, y cuando esté funcionando, las luces indicarán la posición de la marcha.
7. Tipo táctil: durante la carga, la pantalla muestra la cantidad de electricidad, durante el funcionamiento, muestra la marcha.

Instrucciones de seguridad

Peligro: Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, incendio y lesiones personales, este producto debe utilizarse de acuerdo con las siguientes instrucciones.

- Sólo para adultos

- Sólo puede utilizarse sobre superficies cutáneas secas y limpias del cuerpo, y no puede utilizarse a través de la ropa. Presione y mueva suavemente sobre la piel. La duración en cada parte no debe exceder de unos 60 segundos.
- Utilice este dispositivo sólo en los tejidos blandos del cuerpo sin causar dolor ni molestias.
- No lo utilice en la cabeza ni en ninguna parte dura o huesuda del cuerpo.
- Utilice sólo el cabezal vibrador que pueda producir los mejores resultados. Pueden producirse hematomas tanto si se ejerce una presión moderada como una presión normal. Compruebe siempre que la zona que aplica puede recibir fisioterapia. Deje de utilizarlo inmediatamente en cuanto aparezca cualquier signo de dolor o molestia.
- Mantenga los dedos, el pelo u otras partes del cuerpo alejados del eje y de la parte posterior del cabezal vibrador, ya que podrían pellizcarse.
- No coloque ningún objeto en el orificio de ventilación del aparato. No lo sumerja en agua ni permita que entre agua en el orificio de ventilación del aparato.
- No deje caer el dispositivo ni lo utilice de forma inadecuada.
- Cargue solo con el cargador adecuado para el dispositivo, Compruebe cuidadosamente el dispositivo y la batería antes de cada uso. No cambie ni modifique el dispositivo de ninguna manera. Nunca utilice o cargue el dispositivo de forma desatendida.

Indicaciones y contraindicaciones

La penetración profunda del aparato puede reducir en poco tiempo el dolor de esguinces articulares, bursitis, calambres musculares, neuralgias y otros trastornos musculoesqueléticos. Casi todas las enfermedades de los tejidos blandos están asociadas a traumatismos, uso excesivo de los músculos o posturas anómalas, y la mayoría de los tejidos cicatriciales implicados en estas enfermedades pueden tratarse con este dispositivo. Evite el estrés excesivo y la fisioterapia prolongada cuando le utilice. Evite también las zonas sensibles como la cabeza, la cara y las vértebras cervicales. Interrumpa la fisioterapia si hay inflamación, hinchazón o aumento del dolor. La investigación en curso es sobre el impacto del entrenamiento vibratorio en condiciones médicas específicas. Es muy probable que se reduzcan los tipos de contraindicaciones mencionados anteriormente, y la experiencia práctica ha demostrado que, en muchos casos, también es una recomendación fisioterapéutica combinar el entrenamiento con vibraciones en los programas de fisioterapia. Esto debe hacerlo un médico, un experto o un fisioterapeuta, o en compañía de ellos.

Indicaciones

- > Dolor y calambres debidos a lesiones musculares, esguinces, distensiones
- > Ayuda al flujo de edema en la zona inflamada
- > Relaja los tejidos conjuntivos engrosados y las fascias
- > Reduce la acumulación de ácido láctico en los músculos

> Aumenta la movilidad articular

> Elimina la fatiga muscular

Contraindicaciones

> Aneurisma, hemorragia, uso de anticoagulantes

> Enfermedades cardíaca, con marcapasos o desfibrilador

> Embarazo, cáncer

> En los 90 días siguientes a la fijación intraarticular, el dispositivo no debe utilizarse a menos de 3 pulgadas de la interfijación.

> Zona sensible: cabeza, cara, vértebras cervicales, columna vertebral

> Posiciones próximas a los huesos con menor cobertura muscular: tibia, dorso del pie, dorso de la mano

Método de uso

Programa de funcionamiento de los miembros inferiores

Decúbito prono

Cabeza plana pequeña verticalmente hacia abajo

Isquiotibiales

Bíceps femoral 20s-30sx3 veces

Semitendinoso 20s-30sx3 veces

Semimembranoso 20s-30sx3 veces

La dirección del movimiento es de arriba hacia abajo.

Pequeña cabeza plana hacia fuera 45°

Gracilis 10s-15sx2 veces

Aductor largo 10s-15sx2 veces

Aductor corto 10s-15sx2 veces

Tríceps surae

Gastrocnemio 20s-30sx3 veces

Sóleo 20s-30sx3 veces

La dirección del movimiento es de arriba hacia abajo.

Pequeña cabeza redonda verticalmente hacia abajo

Poplíteo

Posición de enderezamiento de la rodilla 15s-30s

Posición de flexión de la rodilla 15s-30s

Posición supina

Pequeña cabeza plana verticalmente hacia abajo

Cuadriceps femoral

Rectus femoris 30s-45sx2 veces

Vastus lateralis 30s-45sx2 veces

Vastus medialis 30s-45sx2 veces

Vastus intermedius 30s-45sx2 veces

La dirección del movimiento es de arriba hacia abajo.

Pequeña cabeza plana verticalmente hacia abajo

Sartorio 30S-45S

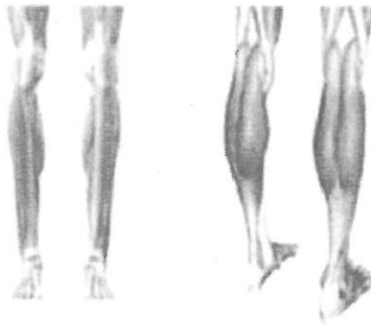
Tensor fasciae latae 15s-20sx2 veces

Tibial anterior 15s-20sx2 veces

Peroneus longus 15s-20sx2 veces

Peroneus brevis 15s-20sx2 veces

La dirección del movimiento es de arriba hacia abajo.



Gonartritis

Decúbito supino

Pequeña cabeza plana verticalmente hacia abajo

Cuádriceps femoral

Recto femoral 30s-45sx2 veces

Vasto lateral 30s-45sx2 veces

Vasto medial 30s-45sx2 veces

Vasto intermedio 30s-45sx2 veces

La dirección del movimiento es de arriba hacia abajo. El paciente flexiona lenta y ligeramente la rodilla.

Pequeña cabeza redonda verticalmente hacia abajo

Borde del hueso ilíaco - hueso ilíaco anterior 30s a 1min

Rectus femoris, inguen 1min

Tensor fasciae latae 15s-20sx2 veces

Zona del ligamento rotuliano 20sx3 veces

Decúbito prono

Pequeña cabeza redonda verticalmente hacia abajo

Poplíteo 30s-45s

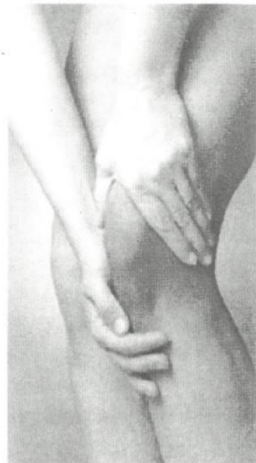
Posición de enderezamiento de la rodilla 15s-30s

Posición de flexión de rodilla 15s-30s

Tríceps surae

Gastrocnemio 20s-30sx3 veces

Sóleo 20s-30sx3 veces



Fascitis plantar

Decúbito prono (un solo lado)

Pequeña cabeza plana verticalmente hacia abajo:

Isquiotibiales Bíceps femoral 20s-30sx3 veces

Semitendinoso 20s-30sx3 veces

Semimembranoso 20s-30sx3 veces

La dirección del movimiento es de arriba hacia abajo.

Cabeza en U vertical hacia abajo

Poplíteo

Posición de enderezamiento de la rodilla 15s-30s

Posición de flexión de la rodilla 15s-30s

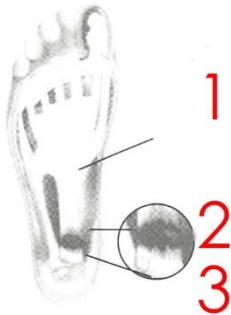
Tríceps surae Gastrocnemio 20s-30sx3 veces

Sóleo 20s-30sx3 veces

La planta del pie delantero toca el suelo.

Pequeña cabeza redonda vertical a la planta pedis:

Fascia plantar



1. Fascia plantar (Inflamación o laceraciones mínimas), 2. Calcáneo próximo, 3. Calcáneo

Programa de operación de la parte sacroilíaca

Decúbito prono (un solo lado)

Pequeña cabeza plana vertical hacia abajo:

Glúteo medio 30s - 1minx4 veces

Glúteo mayor 30s - 1minx4 veces

Piriforme 1min - 1,5min

Articulación sacroilíaca 1min - 1,5min

La dirección es de dentro arriba a fuera abajo, siguiendo la dirección muscular.



Isquiotibiales

Bíceps femoral 20s-30sx3 veces

Semitendinoso 20s-30sx3 veces

Semimembranoso 20s-30sx3 veces

De arriba a abajo

Decúbito supino

Tibial anterior 15s-20sx2 veces

Peroneo largo 15s-20sx2 veces

Peroneo corto 15s-20sx2 veces

La dirección del movimiento es de arriba hacia abajo.