



Eliminación de grasa mediante la maderoterapia ¿Realidad o fantasía? Estudio realizado en mujeres adultas, en la ciudad de Hermosillo, Sonora

Teresita Valencia Falcon¹ y Marquelia Jardón Rosas¹

¹ Universidad Estatal de Sonora. tvalencialed@hotmail.com

El presente trabajo se basa en la investigación analítica donde se establece la comparación de variables entre el grupo de control. Tiene como propósito conocer si la técnica de maderoterapia es un factor determinante en la reducción de grasa en el organismo. La obesidad es el incremento del tejido adiposo por encima de un nivel determinado para la talla de un patrón de población normal promedio (Bray, 1985), en la actualidad, la sociedad busca un sistema que sea efectivo para la reducción de grasa. La maderoterapia es una técnica que consiste en la aplicación de un masaje mediante el empleo de diversos utensilios de madera, de diferentes tamaños y formas, y especialmente diseñados para que se adapten a las distintas zonas del cuerpo, con este masaje, ayuda a la eliminación de grasa por utilizando el dren linfático. Se aplicó esta técnica en el área de brazos a 40 mujeres sedentarias, entre los 33 y 37, durante 20 sesiones (5 días activos por 2 de descanso). Se realizó medición corporal, mediante observación y medición utilizando métodos cuantitativo y cualitativo. Se busca conocer si la maderoterapia es óptima para obtener el resultado que las personas desean. Las mediciones obtenidas muestran que la maderoterapia es una técnica fiable para la reducción de grasa. Sin embargo, creemos que con el apoyo de nutrición adecuada, ejercicios y otras técnicas complementarias, el resultado será mayor y más rápido.