



EDM - 76755 - BOLSA DE GEL CALOR/FRÍO EDM 9X28CM 150GR

La referencia 76755 corresponde a una bolsa de gel para calor y frío (de medidas 23 x 13 cm y un peso de 255 gramos).

Su funcionamiento depende del beneficio terapéutico que busques (termoterapia o crioterapia):

Cómo funciona en CALOR (Termoterapia)?

Se utiliza para aliviar dolores musculares, contracturas o tensiones.

1. Calentamiento: Introduce la bolsa de gel en el microondas. Es importante hacerlo en intervalos cortos de tiempo (por ejemplo, de 30 en 30 segundos) para comprobar la temperatura y evitar que el plástico se dañe o explote.
2. Aplicación: Envuelve siempre la bolsa en un paño fino o funda antes de ponerla sobre la piel para evitar quemaduras.

Cómo funciona en FRÍO (Crioterapia)

Se utiliza para rebajar inflamaciones, esguinces, golpes recientes o dolor de cabeza.

1. Enfriamiento: Coloca la bolsa de gel directamente en el congelador durante un mínimo de 1 a 2 horas. El gel interior está diseñado para enfriarse al extremo sin llegar a solidificarse por completo, manteniéndose flexible para adaptarse al cuerpo.
2. Aplicación: Al igual que con el calor, colócala protegida por un paño sobre la zona afectada durante un máximo de 15-20 minutos.