

Terapia de FLOTACION

El mejor aliado para tu
bienestar

O^{*}Spa

RELAX Y
BIENESTAR



Que es la terapia de flotacion?

La terapia de flotación es una técnica de relajación que consiste en sumergirse en un tanque de agua con sales de Epsom en un ambiente de privación sensorial:

Se trata de una cabina insonorizada y oscurecida donde los pacientes se acuestan en una capsula individual.

El agua está a temperatura corporal y la concentración de sales de Epsom es muy alta.

La densidad de las sales es similar a la del Mar Muerto, lo que permite flotar sin esfuerzo y perder la noción del peso del cuerpo.

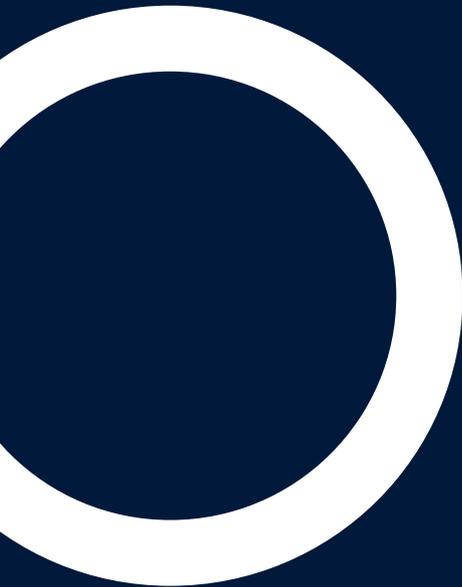
El aislamiento sensorial y la sensación de flotar ayudan a desconectar el cerebro de los estímulos externos y a relajarse profundamente.



Beneficios



- ★ Disminuye la tensión muscular, dolores crónicos como la artritis, artrosis
- ★ Altamente recomendado para pacientes con fibromialgia
- ★ Pacientes en tratamientos oncológicos
- ★ Ayuda a aliviar ansiedad y depresión
- ★ Mejora la calidad del sueño y reduce el insomnio.
- ★ Mejora la circulación y distribución del oxígeno.
- ★ Refuerzo del sistema inmunológico
- ★ Acelera procesos de rehabilitaciones musculares.
- ★ Reduce la presión arterial y el ritmo cardíaco



HISTORIA



Durante los años 50, John C. Lilly, un neuropsiquiatra americano, realizó una investigación sobre el origen de la consciencia y su relación con el cerebro. Este hecho le hizo descubrir la eficacia de la flotación para conseguir altos niveles de relajación. Fue así como John C. Lilly se convirtió en el inventor de los tanques de aislamiento sensorial



El tanque de aislamiento sensorial contiene en su interior 400-600 litros de agua y 250-350 kilogramos de sales Epsom (sulfato de magnesio, un compuesto químico conocido con la fórmula $Mg SO_4 \cdot 7H_2O$). De esta forma, se consigue crear una densidad como la del Mar Muerto donde cualquier intento de sumergirse se ve frustrado ya que el cuerpo flota sin ningún tipo de esfuerzo. Se pierde la noción del peso del cuerpo. La temperatura del agua oscila entre los 35° y los 37.5 °C, de esta forma no se siente ni frío ni calor. La persona que entra en el tanque tiene la sensación de que su cuerpo se funde con el agua.

UN POCO MAS ...

La cámara de aislamiento sensorial tiene distintos beneficios. Los expertos creen que el tiempo en el tanque puede reducir el sistema nervioso simpático y encender el sistema nervioso parasimpático, relacionado con el descanso, de manera que se induce a un estado neurológico de sueño.

La producción de hormonas del estrés se ralentiza reduciendo así, los niveles de estrés físico y mental. Otro efecto es el aumento de la secreción de endorfinas, conocidas como las hormonas de la felicidad y consideradas analgésicos naturales producidos por el cerebro. Como consecuencia, la mente entra en un estado de relajación que permite usar partes inactivas del cerebro y armonizar los dos hemisferios. Este equilibrio garantiza una mejora de la salud física, mental y emocional.

Durante la flotación se ralentizan los patrones de las ondas cerebrales (conocidas como la onda theta) Estas solamente se experimentan durante el proceso de la meditación profunda o justo antes del sueño. A raíz de esta característica, se plantea que 45 minutos de flotación en el tanque de aislamiento sensorial equivale a cuatro horas de sueño.

Este método se recomienda en tratamientos de ansiedad, depresión y épocas de cansancio acumulado. Sirve para combatir el insomnio, el dolor premenstrual, los dolores crónicos (migrañas, asma, dolor de espalda, hombros y cuello, artritis, trastornos gastrointestinales y cardiovasculares, etc.), mitiga las consecuencias del jet lag y funciona para luchar contra las adicciones como el tabaco y el alcohol. Además, las sales minerales del agua son beneficiosas para la piel.





Testimonios

Compartimos algunos de las devoluciones de nuestros pacientes luego de la sesión.



Eduardo 70años

Hacia muchos años que no sentía mi cuerpo sin el temblor, pude dejar sin movimiento mi brazo durante toda la terapia. ¡Fue una hermosa sensación no sentir que tengo pârkinson!

Walter 50años

Con el transcurso de los días senti como el cuerpo se liberaba de dolores y molestias ocasionadas por una fractura que tuve. Muy relajado y con mucha paz.

Analia 35años

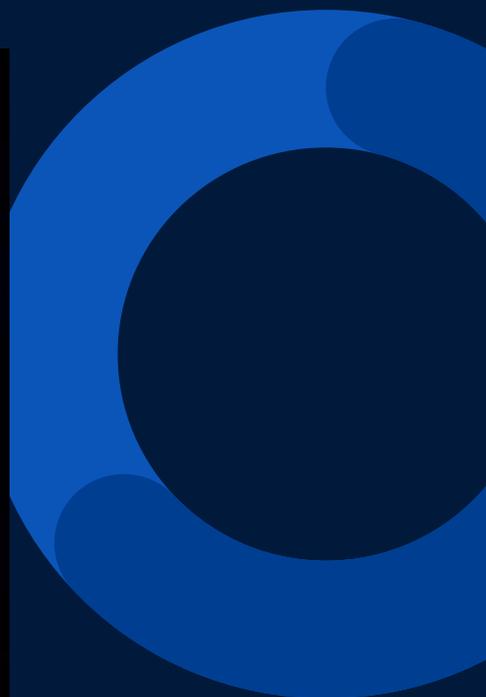
Llevaba días sin poder dormir, con mucha fatiga por lo cotidiano. La noche que realice la sesión dormí toda la noche, Increible!



RELAX Y
BIENESTAR



NOS ENCANTARIA QUE
TRABAJEMOS JUNTOS



Nos encontramos en:

Hotel Ayres del Champaqui/ Villa General Belgrano



03546651812



HOTELAYRESDELCHAMPAQUI

