

¿Un masaje en la calle o en la playa? Mejor conocer los riesgos



Un masaje, mejor siempre de las manos de un profesional cualificado.

Ampliar

- Puede estar contraindicado si hay proceso infeccioso o tumoral, hernias, lesiones.
- La ausencia de medidas higiénicas pueden contagiar infecciones y hongos.
- Un solo masaje mal hecho puede producir problemas musculares o articulares.

ECO [®] Actividad social ^{¿Qué es esto?} 50% 4

CONSUMER/EROSKI. 17.08.2012 - 11.13h

Twitter

Si quieres twitear esta noticia
[#masajes](#) [#masajesdeplaya](#)



[holidayhydros](#)

No olvides las principales virtudes de los [#masajes](#)
<http://t.co/chtRjPyQ>



[escorts](#)

[#Masajistas](#) [#Masajes](#) [\$201 a \$300] Agostina de Platynum - Villa Urquiza: Paso a relatar mi exp... <http://t.co/QkqTLXXh> < Capital Federal

Ya es una imagen habitual: en plena calle o este verano en la playa, una silla, un papel (a modo de certificado o explicación) y una sonrisa. Nos ofrecen un masaje relajante, estético, inofensivo... Nos puede parecer un oportuno capricho, pero puede acarrear problemas físicos. Los expertos advierten que incluso **la pareja, un familiar o amigo puede dañar la espalda** de su ser querido si la masajea y ejerce mucha presión en determinados puntos sin conocimiento.

Hace ya tiempo que el [Consejo de Colegios de Fisioterapeutas desaconseja los masajes en la calle](#). "Es importante **que la población sepa que conlleva un riesgo potencial** debido a la falta de higiene, de conocimientos profesionales de quien lo realiza y por las infraestructuras inexistentes en el lugar", [comenta a Consumer/Eroski](#), Manel Domingo, decano del Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña.

Conlleva un riesgo por la falta de higiene, de conocimientos y de medios

Ver todos los tweets

La frontera entre el masaje terapéutico y el estético está clara: tener o no tener una lesión. Sin embargo, buena parte de la población desconoce que tiene un problema y puede someterse, por ignorancia, a un masaje estético que puede agravarse, cuando necesitaría un tratamiento practicado por un fisioterapeuta.

Así que, teniendo en cuenta los consejos de los profesionales, de los fisioterapeutas homologados, repasamos las **razones para evitar un masaje improvisado** en calles y playas:

- **La superficie no es la idónea**
Echarse sobre una toalla, sobre la superficie ondulada e irregular de la arena no es lo adecuado. El masaje más típico, el de espalda, siempre **debe realizarse tumbado sobre una camilla o sentado en una silla ergonómica** (en el caso de las mujeres embarazadas). El paciente se coloca boca abajo, con la cara reclinada sobre un orificio, y provisto de elementos correctivos, como un cojín en el abdomen o un rulo para elevar las piernas y colocarlo en una postura con la que se sienta cómodo.
- **Ausencia de medidas higiénicas**
El lavado de manos es fundamental para evitar la transmisión de infecciones. Así, si se ha estado en contacto con unos pies con hongos u otro problema cutáneo y acto seguido se da un masaje a otra persona sin haberse lavado las manos **se pueden contagiar infecciones fúngicas o dermatitis**. En una consulta, los fisioterapeutas no solo son escrupulosos con el lavado de manos y otras medidas higiénicas, sino que utilizan productos desinfectantes.
- **El masaje puede estar contraindicado**
No se puede realizar si hay un proceso infeccioso o tumoral, fiebre, hernias discales, lesiones agudas o si se toman medicaciones como los anticoagulantes, ya que, al practicar **maniobras agresivas, se pueden provocar hematomas**.