**Elektrostymulatory**

**<strong>Elektrostymulatory</strong> to urządzenia, które posiadają szerokie zastosowanie. Wykorzystuje się je podczas rehabilitacji, ale także w przyspieszaniu procesu spalania tkanki tłuszczowej. W jaki sposób działają, a także jakie są ich najważniejsze zalety? Kliknij i dowiedz się więcej!**

**Elektrostymulatory do spalania tkanki tłuszczowej**

Na rynku dostępnych jest wiele urządzeń do elektrostymulacji, których zadaniem jest wyeliminowanie nadmiaru tkanki tłuszczowej. Coraz częściej, sprzęt ten wykorzystuje się również do zabiegów w profesjonalnych gabinetach kosmetycznych. Czy [elektrostymulatory](https://eko-familia.pl/elektrostymulatory-miesni) rzeczywiście są skutecznym sposobem na pozbycie się nadmiaru tłuszczu? Sprawdźmy!

**W jaki sposób działają elektrostymulatory?**

**Elektrostymulatory** wysyłają impulsy elektryczne do organizmu, których skutkiem jest skurcz mięśnia lub grup mięśni. Każdy taki skurcz wiąże się z pracą, a więc z dostarczaniem energii. Od wielu lat urządzenia te stosuje się w rehabilitacji medycznej, u osób, u których występują zaburzenia z naturalną stymulacją mięśni. W przypadku spalania tkanki tłuszczowej sprzęt ten powinien stanowić jedynie uzupełnienie ćwiczeń. Stosując te urządzenia, należy zachować umiar, a także różnorodność. Elektrostymulacja powinna stanowić dodatkowe obciążenie organizmu i pozwalać ćwiczyć osobom, u których normalny wysiłek fizyczny nie jest możliwy lub wskazany. U zdrowych osób powinna stanowić jedynie uzupełnienie naturalnego wysiłku fizycznego, a nie podstawę do budowania tkanki mięśniowej i siły.

**Jakie dodatkowe zalety posiadają te urządzenia?**

Urządzenia te posiadają szereg korzyści. Nie tylko stanowią świetne uzupełnienie procesu odchudzania, redukują bóle mięśni i stawów, ale także poprawiają krążenie krwi i napięcie tkanki łącznej. Niektóre *elektrostymulatory* wyposażone są także w dodatkowe funkcje, których celem jest poprawy urody skóry i sylwetki.