

PROCEDIMENTO

**Procedimento Corrente Russa**

PÚBLICO

**Equipe**

CATEGORIA

**Estética**

SEÇÕES

**1**

## Conteúdo

### 1- Objetivo

A Corrente Russa (ou Estimulação Russa) é uma técnica de eletroterapia citomotora de média frequência (geralmente 2.500 Hz, modulada em baixa frequência), amplamente utilizada na estética corporal e reabilitação para a tonificação muscular e melhora do contorno corporal. Desenvolvida inicialmente para astronautas, a técnica visa estimular fibras musculares brancas e vermelhas, promovendo contrações involuntárias vigorosas e profundas, que simulam e potencializam os resultados de exercícios físicos tradicionais. Este procedimento é indicado para o combate à flacidez muscular, aumento da força, melhora da circulação sanguínea e auxílio na modelagem corporal em áreas como abdômen, glúteos, coxas e membros superiores.

2- Área de Aplicação Corporal 3- Responsabilidades Esteticistas, massoterapeutas, cosmetólogas, biomédicas e fisioterapeutas. 4- Materiais / Equipamentos Necessários Descrição Quant. Mínima. (unid.) Lençol 1 Toalha 1 Aparelho neurodyn 1

Correntes e eletrodos 1 Gel neutro (bisnaga) 1 Álcool 70% (borrifador) 1 5- Descritivo da Execução

1. Verificar se todos os materiais necessários estão na sala, aparelho, eletrodos, gel neutro;
2. Chamar o cliente pelo nome, cumprimentar com simpatia usando “bom dia”, “bom tarde” ou “boa noite”;
3. Apresentar-se ao cliente;
4. Encaminhar o cliente para a sala, realizar as medidas e posicioná-lo na maca em decúbito dorsal ou ventral conforme a região de aplicação;
5. Cobrir a região íntima com uma toalha;
6. Ligar o aparelho e programa-lo de acordo com o objetivo do cliente. **IMPORTANTE VERIFICAR SE O PACIENTE FAZ EXERCÍCIOS FÍSICOS.**
7. Aplicar gel neutro diretamente no eletrodo e fixa-lo na área a ser tratada com uma fita elástica, ou com fita crepe de papel;
8. Pressionar start e aumentar a potencia conforme a tolerância do cliente, sempre verificar se há a necessidade de aumentar a potência do aparelho;
9. Orienta-lo da importância da contração voluntaria do cliente no momento em que o aparelho contrair, para melhor aproveitamento do tratamento;
10. Concluído o tempo de aplicação, higienizar a pele do cliente com a toalha e liberá-lo;
11. Agradecer a presença e certificar-se da satisfação do atendimento;
12. Higienizar o aparelho e a maca com álcool 70%.

6- Limpeza e desinfecção das superfícies • A organização da sala é de responsabilidade do funcionário, assim como a limpeza e desinfecção das bancadas e macas que devem ser feitas com álcool 70%; • Os lençóis e toalhas devem ser tirados em frente à cliente e mandados a lavanderia. 7- Indicações • Melhora do tônus muscular; • Pós parto; • Fortalecimento e definição muscular • Pós emagrecimento; 8- Contraindicações • Cardiopatias congestivas e insuficiência cardíaca; • Portadores de marca-passo; • Indivíduos com patologias circulatórias; • Processos infecciosos e inflamatórios; • Neoplasia; • Doenças renais crônicas; • Patologias pulmonares (como enfisema); • Tumores na pele, doenças de pele extensas; • Implantes metálicos; • Lesões musculares tendinosas e ligamentares que impeçam a contração muscular fisiológica. 9- Anexos Figura1: Aparelho Neurodyn (Ibramed).

