

AROS DE FLEXO-EXTENSIÓN

Set 5 Resistencias Progresivas • Ø 35 cm / Ø 18 cm

Los Aros de Flexo-Extensión FISIOMED son dispositivos kinésicos de rehabilitación manual diseñados para el fortalecimiento progresivo de manos y dedos. Su sistema de 5 colores por nivel de resistencia permite un protocolo clínico ordenado, con feedback visual del progreso terapéutico.

Aptos para uso en consulta clínica y ejercicios domiciliarios, su diseño perforado facilita el agarre y permite ejercicios epicríticos (dedos individuales) y globales (ambas manos simultáneas). Cumplen con normativas ISO, CE y FDA.



Set completo – 5 niveles de resistencia progresiva

ISO Certificado

CE Marcado

FDA Aprobado

USO KINÉSICO

LIBRE DE LÁTEX

1. NIVELES DE RESISTENCIA POR COLOR

Color	Nivel	Resistencia	Diámetro	Perfil de usuario recomendado
AMARILLO	Nivel 1	X-Light (Extra Suave)	Ø 18 cm	Inicio de rehabilitación, artritis activa, dolor severo, adulto mayor
ROJO	Nivel 2	Light (Suave)	Ø 18 cm	Post-quirúrgico temprano, edema residual, estimulación sensitiva
VERDE	Nivel 3	Medium (Medio)	Ø 35 cm	Fase activa de fortalecimiento, rehabilitación deportiva, adultos
AZUL	Nivel 4	Heavy (Firme)	Ø 35 cm	Fortalecimiento avanzado, regreso laboral, deportistas en recuperación
NEGRO	Nivel 5	X-Heavy (Extra Firme)	Ø 35 cm	Mantenimiento atlético, máxima resistencia, usuarios avanzados

2. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Producto	Aros / Anillos de Flexo-Extensión para Manos y Dedos
Presentación	Set de 5 unidades – un aro por nivel de resistencia
Diámetros disponibles	Ø 35 cm (aros grandes: niveles 3, 4 y 5) — Ø 18 cm (aros pequeños: niveles 1 y 2)
Material	Goma / Caucho sintético elastómero de alta durabilidad

Diseño	Perforado (patrón de orificios distribuidos uniformemente)
Normativas cumplidas	ISO · Marcado CE · FDA
Libre de látex	Sí — Apto para uso clínico y hospitalario
Temperatura de uso	10 °C a 40 °C
Limpieza	Paño húmedo con desinfectante neutro. No sumergir en agua caliente.
Almacenamiento	Lugar fresco y seco, alejado de luz solar directa y solventes
Vida útil estimada	Según uso e intensidad — inspección periódica recomendada
Uso	Clínico (kinesioterapia, terapia ocupacional) y domiciliario

3. GALERÍA DE USO CLÍNICO



Apertura de mano — Aro grande Ø 35 cm



Extensión de dedos — Ejercicio epicrítico



Agarre con dedos — Aro pequeño Ø 18 cm



Agarre de fuerza — Compresión global



Flexión de dedos — Control individualizado



Pellizco y pinza — Resistencia X-Light

4. EJERCICIOS Y APLICACIONES CLÍNICAS

■ Flexo-extensión de dedos — global con aro grande	■ Agarre de fuerza — compresión bilateral del aro
■ Extensión de dedos — aro pequeño en dorso de la mano	■ Ejercicio bimanual — aro Ø 35 cm con ambas manos

■ Pellizco lateral (llave) — entre pulgar e índice	■ Oposición de pulgar — con resistencia progresiva
■ Pellizco de yema — pinza digital fina	■ Estabilización de muñeca — movimientos de desvío
■ Separación de dedos — dedos en orificios del aro	■ Ejercicios epicríticos — control dedo a dedo

5. INDICACIONES CLÍNICAS POR ESPECIALIDAD

Especialidad / Área	Indicación terapéutica
Kinesiología	Rehabilitación post-fractura de mano y muñeca, lesiones tendinosas, síndrome del túnel carpiano
Terapia Ocupacional	Desarrollo de destreza manual para AVD, reeducación sensoriomotriz, integración sensorial
Reumatología	Mantenimiento y fortalecimiento en artritis reumatoide y artrosis interfalángica (fase no aguda)
Medicina Deportiva	Recuperación de esguinces, luxaciones y lesiones de ligamentos de dedos y muñeca
Neurorehabilitación	Estimulación de movimientos finos en secuelas de ACV, parálisis cerebral y neuropatías
Pediatría	Estimulación de motricidad fina, desarrollo de pinza y escritura en niños
Geriatría	Mantenimiento de fuerza de agarre, prevención de sarcopenia digital, autonomía funcional

6. PROTOCOLO DE PROGRESIÓN SUGERIDO

1	Evaluar el nivel basal de fuerza y tolerancia al ejercicio del paciente antes de seleccionar el aro.
2	Comenzar siempre con el nivel Amarillo (X-Light) o Rojo (Light) en pacientes con dolor, edema o post-cirugía reumática.
3	Indicar 10–15 repeticiones por ejercicio, 2–3 series, con 30–60 segundos de descanso entre series.
4	Progresar al siguiente color cuando el paciente completa sin dificultad 3 series de 15 repeticiones.
5	El feedback visual del color permite al paciente registrar su avance de forma autónoma en casa.
6	Combinar ejercicios epicríticos (dedos individuales) con ejercicios globales (toda la mano) según objetivo.
7	Limpiar el aro después de cada sesión clínica con paño húmedo y desinfectante neutro.

7. PRECAUCIONES Y CONTRAINDICACIONES

- **ADVERTENCIAS CLÍNICAS IMPORTANTES:**
- **Contraindicado** en presencia de heridas abiertas, infecciones cutáneas activas o fracturas sin consolidar.
 - Suspender el ejercicio inmediatamente ante aparición de dolor agudo, parestesias o incremento del edema.
 - No forzar el rango de movimiento; respetar siempre los límites del paciente y la indicación del profesional.
 - El uso debe ser prescrito y supervisado por un kinesiólogo o terapeuta ocupacional habilitado.
 - No exponer a solventes, calor extremo ni superficies cortantes; puede deteriorar el material.
 - Inspeccionar el aro antes de cada uso; desechar si presenta grietas, deformaciones o pérdida de elasticidad.
 - Mantener fuera del alcance de niños menores de 3 años (riesgo de ingesta de fragmentos).

8. CONTENIDO DEL SET Y DISTRIBUCIÓN

Contenido	Descripción
5 × Aros de Flexo-Extensión	1 unidad por nivel: Amarillo, Rojo, Verde, Azul y Negro
Guía de ejercicios	Ilustraciones de ejercicios básicos y protocolo de progresión
Embalaje	Bolsa individual por aro + packaging colectivo identificado por color
Distribución en Chile	FISIOMED LTDA — Distribuidor especialista en insumos kinésicos

FISIOMED LTDA – ESPECIALISTA EN INSUMOS KINÉSICOS

RUT: 76.184.288-9 | General del Canto #105 Of. 602, Providencia, Santiago de Chile
Correo: ventas.fisiomed@gmail.com
Especialista en Insumos para Rehabilitación Física e Instrumentos de Evaluación Clínica