

# LEG-ESTIRA

## Grupo 5

### INTRODUCCIÓN

La acondroplasia es una enfermedad que afecta tanto a los huesos como a los músculos y a los cartílagos, provocando en las personas una columna lumbar curvada (joroba), disminución a nivel muscular, articulaciones débiles y fisuras en los huesos de la columna.



1 de cada 15 personas  
Padece de acondroplasia  
en Chile

A nivel mundial hay alrededor de **250.000 personas** que padecen esta enfermedad y en **Chile** cerca de **1.500**.

Esta enfermedad causa dolores constantes y sobrepeso en los que la padecen, y su tratamiento es de gran costo ya que requiere de intervención quirúrgica y de medicamentos.

### PROYECTO

**¿Qué?** LEG-ESTIRA es una base de madera, cuenta con una base acolchada y dos cuerdas las cuales permiten levantar las plataformas.

**¿Para qué?** Facilita y permite la elongación de piernas a personas con acondroplasia, disminuyendo los dolores que padecen, trabaja los abdominales y ayuda a la irrigación sanguínea.

**¿Por qué?** Los problemas musculares y oseo con los cuales nacen los acondroplásicos les hace padecer dolores físicos constantes y obesidad.

## DISPOSITIVO



## COMPETENCIAS



### DESVENTAJAS

- Distancia de pierna no es ajustable.
- Requiere mucho espacio.
- No es portátil.



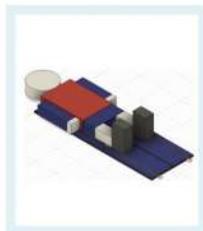
### DESVENTAJAS

- Frágil frente al uso constante.
- Poca versatilidad de estiramientos.

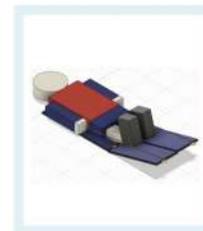
## MODO DE USO



El usuario debe colocarse sobre la plataforma procurando que sus piernas y glúteos queden correctamente posicionados.



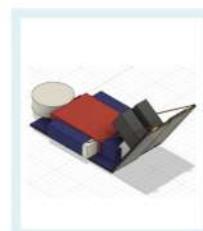
La persona debe colocar la espalda sobre la superficie de la plataforma y con ambas manos agarrar las cuerdas de los costados.



Se deben tirar ambas cuerdas haciendo que las plataformas (de las piernas) se vayan acercando hacia el usuario.



Al tirar las cuerdas, el usuario debe encontrar el punto óptimo (donde sienta un tirón en las piernas) para efectuar la elongación.



Ya en el punto de elongación el usuario debe mantener esa posición entre 20 a 30 segundos y repetir la ejecución entre 4 a 5 veces.

## OPORTUNIDAD DE DISEÑO

Debido a las condiciones físicas de los futbolistas de talla baja queremos mejorar y facilitar la elongación de las personas para mejorar su calidad de vida y rendimiento deportivo.

## PROYECCIONES

LEG-ESTIRA será utilizado por toda persona que quiera mejorar su estado y salud física, destacando en toda área relacionada con el deporte y el bienestar humano. Se destaca su capacidad de ser transportable y utilizable de forma autónoma.