

BENEFÍCIOS DA MASSAGEM TERAPÊUTICA

Aluna: Stela Lorediane Ferreira dos Santos

Orientador: Professor Rodrigo Isaldo de Souza

Curso de Massoterapia

A massagem terapêutica consiste em um conjunto de manobras e técnicas manuais realizadas com o objetivo de promover o equilíbrio do corpo e a saúde, atuando em tecidos moles. É executada de acordo com a queixa de cada paciente, chegando ao total relaxamento muscular.

Baseia-se na aplicação de pressão em pontos específicos do corpo humano de forma a eliminar a fadiga, criando sensações agradáveis e estimulando as defesas do organismo.

Os efeitos da massagem se dão em várias partes do corpo, principalmente nos tecidos. E ainda se diferenciam de acordo com a intensidade da massagem, se for rápida têm efeito estimulante, circulatório e desintoxicante. Se for lenta têm efeito calmante e relaxante. Ela também atua em todo o corpo auxiliando na renovação celular e ajudando na circulação e irrigação dos órgãos e tecidos



Os benefícios das massagens a nível do sistema nervoso são:

Possui efeitos sedativos contra a dor.

Favorece o relaxamento físico e psíquico.

Reduz a tensão e a dor, prevenindo estados de stress, ansiedade e insônia.

Os benefícios das massagens a nível dos órgãos internos são:

Melhoria do funcionamento dos órgãos internos.

Ajuda a eliminar resíduos orgânicos.

Os benefícios das massagens a nível subcutâneo são:

Facilita a absorção de líquidos, prevenindo o edema.

Dissolve as acumulações de gordura, prevenindo desta forma a celulite.



Centro de Educação Profissional

SÃO CARLOS

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site www.SAOCARLOSCURSOS.com.br