

MASSAGEM TERAPÊUTICA

Aluna: Cheila Aparecida Bertó Moschen

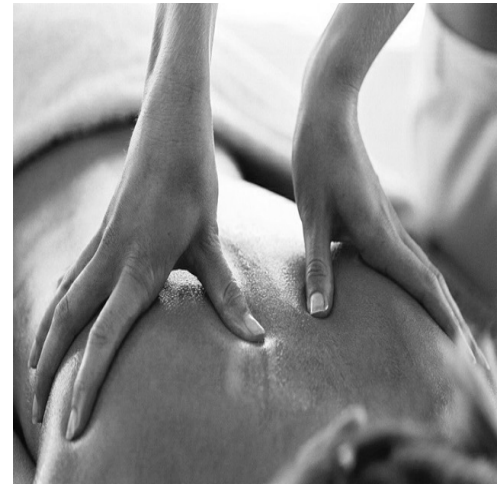
Orientador: Professor Carlos Vanderlei Pukaleski

Curso de Massoterapia

BENEFÍCIOS DA MASSAGEM TERAPÊUTICA

A massagem terapêutica consiste num conjunto de técnicas manuais ou manipulações com o objetivo de promover o equilíbrio de corpo e a saúde.

O poder do toque e manobras realizadas na massagem é capaz de fortalecer o sistema imunológico do corpo, responsável por nossa defesa contra doenças. Os efeitos da massagem terapêutica se dão em varias partes do corpo, principalmente nos tecidos e varia de acordo com a intensidade da massagem, se for rápida, têm efeito estimulante, circulatório e desintoxicante, se for lenta, tem efeito calmante e relaxante, ela também atua em todo o corpo auxiliando na renovação celular e ajudando na circulação dos órgãos e tecidos.



As massagens possuem benefícios para o corpo humano a nível do sistema nervoso, a nível dos órgãos internos e a nível subcutâneo.

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 inchaço;

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