

BENEFÍCIOS DA MASSOTERAPIA

Aluna: Zilda Pedroso dos Santos

Orientador: Professor Rodrigo Isaldo de Souza

Curso de Massoterapia

A Massagem na Terceira Idade

A massagem é uma forma ideal para ajudar o idoso a manter a qualidade de vida, ajudando e aliviando os problemas físicos e emocionais mais comuns da terceira idade. Com ela, problemas como artrite, reumatismo, fadiga muscular, dores na coluna, problemas digestivos e intestinais, cansaço, ansiedade e depressão podem ser amenizados.

Além dos benefícios físicos e mentais e da melhora na qualidade de vida, a massagem no idoso ajuda no aumento da autoestima, pois ela tem o poder de resgatar o bem estar pessoal, devolvendo o prazer e a vontade de viver. Nossos idosos já viveram tanto tempo e tem tanto a nos ensinar, que merecem chegar a essa fase da vida com um pouco mais de carinho e atenção.

A massagem traz ótimos resultados à terceira idade, pois esta é uma fase tão sensível que apenas um toque pode mudar a vida de um idoso, trazendo estímulo para ver a vida com mais expectativa. Ela representa apenas uma das várias portas a serem abertas pelo idoso para continuar a viver com mais alegria, tranquilidade e positividade.

Sua aplicação é tão gratificante para quem aplica quanto para quem recebe e a oportunidade de desfrutar o simples prazer do toque humano, mesmo que num breve período de tempo, é para muitos idosos um momento de alegria e descontração.



Centro de Educação Profissional

SÃO CARLOS

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site www.SAOCARLOSCURSOS.com.br