



MASSAGEM TERAPÊUTICA

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

Esta massagem conduz a resultados físicos evidentes, tais como relaxamento, estimulação e regulação do sistema neuro-muscular, favorecendo também a regulação emocional.

A massagem terapêutica é executada de acordo com as necessidades de cada paciente e tem em conta factores como a idade, estrutura e condição física.

Desta forma, há um trabalho específico que promove a melhoria do estado geral de saúde, prevenindo o aparecimento da doença.

Para além do trabalho na estrutura física, há também um equilíbrio do sistema emocional, do ânimo e da auto-estima.

