

# Flashcards de Estudo

## Fundamentos da Massoterapia: Uma Abordagem Histórica e Prática

Total: 8 flashcards

### Introducao

**Pergunta:**

Qual é o propósito principal da massoterapia?

**Resposta:**

Aliviar dores e desconfortos, promovendo bem-estar físico e mental.

### Capitulo 1

**Pergunta:**

Qual é o objetivo principal da massoterapia?

**Resposta:**

Promover o relaxamento, aliviar a tensão muscular e melhorar o bem-estar geral.

### Capitulo 2

**Pergunta:**

O que é massoterapia?

**Resposta:**

É a arte e ciência de curar através do toque, manipulando tecidos do corpo para promover relaxamento e saúde.

## Capítulo 3

**Pergunta:**

Qual é a base de qualquer técnica de massagem?

**Resposta:**

Estabelecer uma conexão profunda com o indivíduo, respeitando suas necessidades e limitações.

## Capítulo 4

**Pergunta:**

Qual é o benefício mais abrangente da massagem terapêutica?

**Resposta:**

Melhora a circulação sanguínea, contribuindo para a distribuição de oxigênio e nutrientes.

## Capítulo 5

**Pergunta:**

Qual o impacto principal da massoterapia no bem-estar emocional?

**Resposta:**

Reduz ansiedade e estresse, promovendo relaxamento e liberação de endorfinas.

## Capítulo 6

<b>Pergunta:</b>
Qual é o pilar central da ética na massoterapia?
<b>Resposta:</b>
O respeito pela dignidade e privacidade do cliente.

## Conclusao

<b>Pergunta:</b>
Qual é o objetivo primordial da massoterapia?
<b>Resposta:</b>
Promover alívio de dores, melhorar a circulação sanguínea e facilitar bem-estar geral.