

Flashcards de Estudo

Fundamentos da Massoterapia: Uma Abordagem Histórica e Prática

Total: 8 flashcards

Introdução

Pergunta:

Qual é o propósito principal da massoterapia?

Resposta:

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

Capítulo 1

Pergunta:

Qual é o objetivo principal da massoterapia?

Resposta:

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

Capítulo 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:

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

Capitulo 6

Pergunta:

Qual é o pilar central da ética na massoterapia?

Resposta:

O respeito pela dignidade e privacidade do cliente.

Conclusao

Pergunta:

Qual é o objetivo primordial da massoterapia?

Resposta:

Promover alívio de dores, melhorar a circulação sanguínea e facilitar bem-estar geral.