

SHIATSU

TERAPEUTA CORPORAL – ANA CLAUDIA – CRT 31.892

Terapia de Reequilíbrio Físico e Energético

SHIATSU - É definido comumente como uma massagem oriental, baseado na milenar medicina tradicional chinesa. Porém, é muito mais que uma simples massagem, é uma terapia de reequilíbrio físico e energético do organismo. O Shiatsu atua através de pressões com as mãos e os dedos (às vezes cotovelos, pés e joelhos) em partes do corpo onde se localizam os meridianos (canais energéticos) e acupontos (pontos de acupuntura localizados ao longo dos meridianos), além das pressões, os alongamentos também fazem parte desse processo terapêutico de reequilíbrio. Esta técnica corporal é um recurso que permite dar e receber cuidados, calor e saúde por meio de toques suaves e delicados. A sua utilização regular reestabelece as funções orgânicas, elimina bloqueios na circulação de energia, ativa a circulação sanguínea, promove aumento da capacidade respiratória, fortalece o sistema de defesa do organismo, relaxa os músculos, o corpo e a mente, alivia o stress e é muito eficaz na manutenção da saúde plena e na prevenção de doenças.

INDICACÕES E POSSIBILIDADES

Através do Shiatsu há um equilíbrio do sistema energético do corpo criando uma sensação de energia e bem-estar, enfraquecendo os sintomas incômodos presentes, atingindo-os indiretamente.

O Shiatsu é indicado principalmente para a diminuição da tensão física e mental, já que este é um problema que atinge a todos nós em algum momento. As tensões podem ser conscientes e inconscientes e causam diversos problemas físicos. Enfermidades que não são diretamente causadas por tensão, são agravadas por ela e muitas vezes provocam novas tensões.

O Shiatsu é também um excelente auxiliar no tratamento de diversos desequilíbrios e enfermidades. É uma ótima terapia para dores de cabeça, esgotamento físico e mental, sensação de falta de energia, dores musculares e posturais, problemas digestivos, estados emotivos, insônia, mal estar físico e psicológico sem causa

definida, e uma série de outros pequenos distúrbios.

Porém, não é necessário que você esteja mal para usufruir de um bom Shiatsu, pois caso você esteja se sentindo bem, vai terminar uma sessão se sentindo muito melhor.

O grande potencial do Shiatsu está ainda em tornar o paciente consciente do seu próprio corpo, pois ele passa a se sentir, a entrar em contato com as próprias tensões e desequilíbrios e com a própria energia e poder natural de cura existente em seu próprio organismo. Através dessa consciência aprendemos a conhecer melhor o corpo e conhecendo-o, naturalmente passamos também a respeitá-lo, tornando-nos mais sensíveis às suas necessidades. Respeitando o corpo estamos entrando em contato com a inteligência intuitiva nele existente. Sem ouvi-lo não há dieta nem exercícios que nos faça sentir bem, já que damos ao corpo o que pensamos ser bom para ele, e não o que realmente ele necessita.

Temos a oportunidade de nos conscientizarmos também do nosso estado interior, de nossa situação espiritual, psicológica e emocional.

O Shiatsu age também sobre doenças e sintomas. Porém, é uma terapia essencialmente preventiva; de manutenção da saúde e fortalecimento orgânico do paciente.

É um grande recurso para quem busca uma melhor qualidade de vida, pois funciona como um meio de adquirir harmonia, bem-estar, plenitude física, mental, emocional e psíquica.

Casos especiais:

Shiatsu para Idosos – é uma terapia excelente para tratar dores crônicas, doenças da coluna vertebral, articulação e músculos, bem com para prisão de ventre e também problemas cardiovasculares;

Shiatsu para grávidas – a gestante ao receber um shiatsu sente alívio nas dores da coluna, pernas e pés, melhora a capacidade respiratória, a circulação sanguínea, a nutrição do feto, combate náuseas e prisão de ventre.

Curiosidade histórica:

Shiatsu é um termo japonês. Shi – significa dedo, atsu – pressão. Esta técnica foi criada pelas tradições chinesas a menos de 2 mil anos. A partir do século VI a medicina chinesa introduziu-se no Japão passando a ser o principal sistema médico até o século XI. Tornou-se de fato uma terapia há mais ou menos 70 anos.

“Invista em você e seja sua própria Luz Interior.”

Preços: 1 Sessão – R\$ P19 (duração 1:00 h)

2 a 4 sessões – R\$ P20 (duração 1:00 h) – semanal ou quinzenal.

Atendimento somente com hora marcada.