

Quick Massage em empresas - Melhorando a Qualidade de Vida

Normal 0 21 false false false MicrosoftInternetExplorer4 Hoje em dia estâ na moda ouvir falar sobre Qualidade de Vida. O que muitas pessoas esquecem, â que no trabalho tambâm â importante termos um tempo para relaxamento. Conheça a Quick Massage e seus benefícios. O que â? [Quick Massage](#) â uma tâcnica de massagem realizada em uma cadeira, especialmente projetada para essa finalidade, onde a pessoa fica em uma posição confortâvel e relaxante, proporcionado logo no primeiro atendimento, o alívio imediato de dores musculares das regiões cervical, dorsal, lombar e membros superiores e das tensões e cansaço do dia-a-dia. Histôria A Quick Massage â uma massagem derivada das tânicas orientais Shiatsu e Anâ. A Quick Massage foi levada para os EUA e divulgada no início da dâcada de oitenta, pelo terapeuta David Palmer. Seu trabalho começou a ganhar notoriedade atuando junto aos funcionârios da Empresa Apple, fabricante de computadores. A empresa estava encontrando dificuldades em relação ao alto índice de afastamentos em decorrência dos casos de L.E.R e D.O.R.T. Em pouco tempo, os ôtimos resultados obtidos fizeram com que a tâcnica ganhasse o devido reconhecimento, evitando inúmeros casos de doenças relacionadas ao trabalho. Atualmente, David Palmer mantâm clínicas e escolas licenciadas em seu país e na Europa. A quem se destina a Quick Massage? A Quick Massage ou traduzindo,“Massagem Râpida” como o prôprio nome diz, â indicada para quem possui pouco tempo disponível, pois cada sessão dura de 15 a 20 minutos. &Eacirc; muito comum ver a Quick Massage em empresas, aeroportos e shoppings. Inclusive a massagem em empresas â uma solução que muitos empresârios acharam para ajudar seus funcionârios a ter uma melhor Qualidade de Vida. Benefícios • Alivia a tensão muscular;
 • Ativa a circulação sanguínea;
 • Melhora a disposição;
 • Prevenção de doenças relacionadas ao stress como dores de cabeça, insônia, irritabilidade, ansiedade, depressão, gastrite, enxaquecas, tendinites etc. Benefícios para a empresa contratante • Funcionârios motivados e saudâveis;
 • Redução nos casos de LER/DORT;
 • Diminuição de custos com assistência mâdica;
 • Redução no absenteísmo;
 • Retorno positivo do investimento;
 • Baixo custo para implantação.

Sobre o Autor

Rafael Lobo â Palestrante e Sôcio-Diretor da empresa Conceito Zen - Consultoria em SIPAT (palestras, teatros e mensagens), Treinamentos Corporativos e Coaching.

Source: <http://www.artigopt.com>