

Quick Massage Para Empresas!

Benefícios da Quick Massage.

Os melhores 15 minutos do seu dia do seu colaborador!

“Quick Massage é um estilo de massagem realizada em uma cadeira desenvolvida especialmente para o ambiente corporativo. A pessoa que recebe a massagem fica em uma posição confortável, onde todas as cadeias musculares conseguem ter um excelente nível de relaxamento. Não há necessidade de grandes espaços, não é necessário tirar nenhuma peça de roupa, não é necessário usar cremes ou óleos e é extremamente eficaz”.

“Com duração de 15 minutos aproximadamente, a Quick Massage se tornou uma grande vantagem para quem tem pouco tempo e mesmo assim quer comprovar os benefícios que a massagem proporciona.

Devido aos diversos e poderosos benefícios da Quick Massage como um aliado no combate ao estresse da vida moderna, podemos dizer que esta é uma técnica de massagem relativamente nova e que chegou para ficar de vez em locais de muita circulação de pessoas e tem se tornado o desejo de muitas empresas brasileiras que já entenderam o poder que esta massagem tem para seus colaboradores.

Quando pensamos na própria origem desta massagem (década de 80 para funcionários da Apple), percebemos que ela foi direcionada para quem sempre está na correria do dia a dia e não tem tempo ou oportunidade para receber uma massagem completa que tem duração aproximada de 1 hora.

Para muitos funcionários de empresas, pensar em receber uma massagem relaxante completa seria uma oportunidade única, um sonho para alguns até, mas quando sabem do tempo de duração, muitos simplesmente dizem que não podem se “desligar” tanto tempo de seus afazeres, mesmo por que, também, o custo de uma massagem completa inicia em torno de R\$ 100,00 o que para alguns é um empecilho muito maior.

Abordaremos neste artigo os principais benefícios da Quick Massage para que você possa entender melhor por que esta técnica rápida de massagem conquistou tanta gente em tão pouco tempo desde sua criação.

Benefícios em curto prazo.

Com a vida agitada, compromissos e responsabilidades que temos diariamente, é muito fácil estarmos estressados, ansiosos, com dores musculares, sensação de cansaço e sem motivação para fazer atividades simples e rotineiras.

A Quick Massage surgiu como um alívio imediato destas tensões, pois cada atendimento tem em média 15 minutos de duração e já no primeiro atendimento é possível sentir os benefícios que esta massagem pode proporcionar, mesmo não havendo necessidade de locais específicos para sua realização.

Como o próprio nome já diz, “Quick” significa rápido e “Massage” significa massagem, ou seja, está é uma técnica de massagem que tem como objetivo aliviar sintomas de tensão em pouco tempo.

Quais os principais benefícios desta técnica de massagem?

Para o segmento empresarial, podemos destacar como principais benefícios da Quick Massage:

- *Combate ao estresse.*
- *Alívio imediato de dores musculares*
- *Ativa a circulação sanguínea*
- *Reduz a sensação de ansiedade e irritação*
- *Promove o sentimento de bem estar*
- *Melhora a disposição para voltar à rotina*

Estas são apenas algumas vantagens que a Quick Massage pode proporcionar para o funcionário após a sessão de massagem.

Esta técnica serve como uma pausa para que o colaborador por 15 minutos tenha uma experiência relaxante, pois é um dos únicos momentos do dia em que ele irá ter realmente uma pausa, se desligar dos compromissos, ouvir uma música relaxante, respirar de forma adequada, conseguir diminuir a sensação de ansiedade e desgaste e poder resgatar a motivação para voltar às suas tarefas diárias.

Quais os benefícios para a empresa que contrata este serviço?

Para as empresas que pretendem investir na saúde dos funcionários através de sessões de massagem, podemos destacar as seguintes vantagens da Quick Massage.

- *Melhora a imagem da empresa junto ao funcionário*
- *Baixo custo de investimento para sua implantação*
- *Não é necessário reservar grandes espaços no interior da empresa*
- *Não é necessário que o funcionário tire a roupa*
- *Não exige que o funcionário fique muito tempo fora do local de trabalho*
- *Tempo de pausa para que o funcionário recupere a energia para voltar à rotina*
- *Aumento da produtividade*
- *Colabora com a redução de afastamentos por dores musculares*

A Quick Massage é sempre feita em uma cadeira que foi desenvolvida especialmente para que a pessoa fique em uma posição ergonômica e relaxada durante os 15 minutos de atendimento. Neste tempo, a pessoa recebe a massagem na cabeça, no pescoço, nas costas, nos braços e nas mãos.

O massoterapeuta e/ou fisioterapeuta, profissionais que realizam os atendimentos de massagem, levam todos os equipamentos necessários para a realização da massagem. Estes equipamentos incluem cadeiras, aparelho de som para reprodução de música relaxante, álcool para higienização das cadeiras e toucas descartáveis para o encosto da cabeça que são trocadas a cada atendimento.

Uma das principais vantagens em ter a Quick Massage como uma atividade de um programa de qualidade de vida no trabalho e no seu evento é seu baixíssimo valor de investimento. Enquanto que uma sessão de massagem completa se inicia com o valor de R\$ 100,00 por sessão em grandes cidades, a Quick Massage custa em torno de R\$ 15,00 por funcionário.

Há algum estudo sobre a eficiência da Quick Massage?

Antes de qualquer investimento feito por uma empresa, sabemos muito bem que é necessário que haja um estudo comprovando que a aplicação tenha um retorno positivo para a empresa em curto, médio ou longo prazo.

Um estudo muito interessante sobre a eficiência da Quick Massage foi realizado pelas fisioterapeutas Talita de Oliveira e Edivanice Alves e que são bem esclarecedoras para as empresas que pretendem investir na massagem aos seus funcionários.

Neste estudo realizado pelas 2 fisioterapeutas, 20 colaboradores de uma empresa com idade entre 20 e 50 anos receberam uma sessão de 15 minutos de Quick Massage 1 vez por semana durante o período de 2 meses consecutivos. Após este período, chegou-se ao seguinte resultado das pessoas avaliadas:

- 50% relataram diminuição das dores musculares
- 40% relataram diminuição de níveis de estresse
- 75% relataram que estavam mais relaxadas
- 20% relataram sensação maior de disposição
- 30% relataram diminuição da tensão muscular
- 70% relataram que aumentaram sua produtividade

A conclusão deste estudo sobre a Quick Massage foi que esta técnica se mostrou muito eficaz, pois seus efeitos foram reconhecidos pelos participantes que foram avaliados. Outro fator que cabe destacarmos foi que, ficou evidente durante a aplicação da técnica, a diminuição de fatores que poderiam levar ao surgimento de doenças relacionadas a LER/DORT, uma das principais causas de afastamentos pelo INSS.

Este estudo serve como um fator comprovante de que todas as empresas brasileiras merecem conhecer os benefícios que esta técnica de massagem pode proporcionar. Portanto, se sua empresa ainda não conta com a Quick Massage, que tal recomendar este artigo para o profissional responsável pela área de benefícios de sua empresa?"

Créditos;

Fonte:
<https://www.conceitozen.com.br/beneficios-da-quick-massage.html>
Autor: Rafael Lobo
<https://www.facebook.com/rafael.lobo.104>

Para orçamento envie as informações solicitadas abaixo!

- 🚩 Nome de empresa, e-mail e telefone?
- 🚩 Endereço onde será realizado o trabalho?
- 🚩 Quantidade de funcionários da empresa?
- 🚩 O benefício será para todos ou um grupo específico? Se sim, quantas pessoas?
- 🚩 Será mensal? Quantas vezes por semana?
- 🚩 Dia(s) da semana que será realizado o trabalho?
- 🚩 Horário de início e término do trabalho na empresa?

**Enviar informações para o e-mail: contato.alemsg101@gmail.com ou
WhatsApp 0(11) 99216-2253.**

Imagem Ilustrativa (Internet)



Imagem Ilustrativa (Internet)



ALÊ