

Saiu na Veja 04/04/2001

## A cadeira da rapidinha

A onda da massagem rapidinha, aquela feita em cerca de quinze minutos numa cadeira especial, espalha-se pelo Brasil. Lojas especializadas e academias de ginástica somam-se agora a grandes empresas que já colocaram o serviço à disposição de seus funcionários durante o expediente, como Unibanco, Merck, Johnson & Johnson e Nestlé. O objetivo é prevenir problemas de saúde e tornar o ambiente de trabalho mais agradável e produtivo. Basta sentar-se na cadeira, apoiar o rosto numa almofada, repousar braços e pernas num apoio acolchoado e desfrutar a sessão, que, para particulares, varia de 15 a 25 reais. "A cadeira é levemente reclinada para amenizar o efeito da ação da gravidade sobre a coluna", explica o massoterapeuta Celso Amil, da Relaxe Express, que atende executivos da Avenida Paulista, centro financeiro de São Paulo. Ele emprega a técnica *trigger-point*, útil em problemas como LER, a lesão por esforço repetitivo. O Instituto Pierre Berjeaut-Overstress, também em São Paulo, enfatiza mais a *overstress*, para as tensões do ombro e da região lombar. Outra técnica muito procurada é a japonesa *shiatsu*.



Se você gostou da matéria e deseja ter mais informações de como ter esse atendimento especializado em sua empresa entre em contato conosco. Somos uma clínica de Fisioterapia com mais de 10 anos de atuação no mercado. Saiba mais :

### Massagem Expressa -

A massagem expressa tem sido aplicada como elemento coadjuvante na prevenção do estresse, aliviando dores musculares e tensões que interferem na atenção e no rendimento dos funcionários.

Executada por massoterapeutas especializados, essa massagem tem a duração de quinze minutos, sendo aplicada nas regiões de maior acúmulo de tensão: costas, ombros, pescoço, braços e cabeça.

## Outros Produtos -

- ⊕ yoga
- ⊕ alongamento
- ⊕ relaxamento
- ⊕ ginástica laboral
- ⊕ ginástica postural
- ⊕ palestras
- ⊕ avaliação e consultoria ergonômica

## Vantagens -

As empresas que contratam nossos serviços, recebem descontos especiais para seus funcionários em atendimentos individuais de outras técnicas de fisioterapia e bem-estar, realizados em um de nossos cinco endereços:

- ⊕ Consultório - Jardim América : R. Lisboa, 347
- ⊕ Academia Studio Fit – Jardins : Av. Brigadeiro Faria Lima , 1853
- ⊕ Academia Activa Training Center – Pinheiros : Av. Henrique Schaumann, 717
- ⊕ Academia Reebok - Morumbi : Av. Duquesa de Goiás, 800

## Contato -

Consultório – fone : 3083-6048

Carlos Wiering - fisioterapeuta responsável – cel.: 9146-2243

Silvana Funicelli - fisioterapeuta responsável – cel.: 9931-1418