

IMPRESSÕES SOBRE A PRIMEIRA EXPERIÊNCIA COM A MASSAGEM DE PEDRAS QUENTES

Naime, Stefânia Alexandre, Santos¹, Carla Maria Pereira¹, Garcia Heloisa Guimarães¹, Vigato, Adriana Araujo².

¹Graduandas do curso de Cosmetologia e Estética – UNINCOR/FCTE.

²Professora do curso de Cosmetologia e Estética – UNINCOR/FCTE

Palavras Chaves : Terapia de pedras quentes, Massagens relaxantes – técnicas, Massagens relaxantes – terapias

Resumo

A utilização de banhos e massagens relaxantes não são muito comuns na sociedade em que vivemos, no entanto tais práticas são utilizadas há milênios pelos orientais e hindus. Que encontram nelas propriedades terapêuticas e de manutenção da saúde física e mental. No intuito de se divulgar as massagens relaxantes, a terapia de pedras quentes foi escolhida para esta pesquisa por abranger uma ampla gama de técnicas como massagem manual, termoterapia, geoterapia, aromaterapia, proporcionando um relaxamento profundo, equilíbrio energético, diminuição das tensões e prevenindo o aparecimento de diversas patologias ligadas ao corre corre do dia a dia. . As terapias usando o calor (termoterapia) e usando o frio (crioterapia) quando aplicados adequadamente, reduzem o espasmo muscular e a sintomatologia dolorosa, preparando a região afetada para a aplicação das técnicas terapêuticas. Terapia das Pedras Quentes é, clinicamente, a aplicação de termoterapia, em que a condução do calor é transmitida ao corpo através de pedras plutônicas formadas na parte baixa do vulcão. Tais pedras foram esfriadas de forma lenta ao longo de milhares de anos, permanecendo em sua composição todo o seu potencial energético e bioquímico, como a olivina policristalina e o silicato de ferro e de magnésio. As pedras foram formadas na parte baixa na terra, e esfriadas lentamente, sofrendo modificações em sua composição em razão da metamorfose e cristalizando várias vezes, aumentando a densidade. A pesquisa dar-se-á com 10 pessoas, sendo 5 do sexo masculino e 5 do sexo feminino, com idade superior a 20 anos, escolhidas aleatoriamente. Será então, registrado as primeiras impressões dos indivíduos ao serem submetidos a uma sessão de relaxamento com Pedras Quentes. Para tal, escolheu-se a técnica de pesquisa qualitativa defendida por Minayo, Bauer e Gil. Buscando proporcionar maior conhecimento acerca do assunto, a fim de que o pesquisador possa formular problemas mais precisos ou criar hipóteses que possam ser pesquisadas por estudos posteriores, ao mesmo tempo em que proporciona aos voluntários uma experiência diferenciada de relaxamento que poderá ser incorporadas às práticas diárias para uma maior qualidade de vida e bem estar.