

Informações sobre o serviço de Massagem de Relaxamento na Gravidez

A massagem na gravidez, no Instituto4Life, é uma técnica realizada apenas por fisioterapeuta.

Está indicada nas seguintes situações: aumentar a circulação, prevenir a retenção de líquidos e promover a sua drenagem, inibir dores e desconfortos, melhorar a mobilidade geral durante a execução das tarefas diárias, diminuir a tensão muscular global e ainda para aumentar a sensação de bem-estar físico e psicológico.

A sensação de músculos doridos após a sessão poderá ser um efeito colateral, mas é passageiro e considerado normal.

Contraindicações:

- Sangramento vaginal
- Risco de parto prematuro
- Hipertensão induzida pela gravidez (HIG)
- Pré-eclâmpsia
- Edema acentuado
- Pressão arterial elevada
- Dores de cabeça fortes e repentinas
- Primeiro trimestre de gravidez
- Alterações da placenta e útero



Nas situações apresentadas anteriormente, é obrigatório declaração médica a autorizar a realização da massagem de relaxamento.

Desejamos-vos uma ótima experiência de massagem!

A equipa Instituto4Life