**ENTREVISTA**

Temos vivido tempos de muito estresse e ansiedade. Tempos de muitas surpresas, instabilidades de forma geral, e o pior de tudo, perdas irreparáveis.

Nunca foi tão necessário cuidarmos de nossa saúde física, mental e emocional, e por isso, nesta entrevista falaremos um pouco aqui sobre as Terapias Alternativas / Holísticas que atuam diretamente na busca de bem-estar geral para as pessoas, e que está disponível no **Espaço Glori Studio Care**, localizado no Platinum Advanced Offices.

Especialistas no assunto, as fisioterapeutas Cleide Cerqueira e Carolina Nogueira falarão um pouco sobre as duas técnicas.

**1 - O que são Reprogramação Biológica e Método Thai Flown Training ( Thai Massagem)?**

Cleide: A Reprogramação Biológica é uma abordagem terapêutica que trata disfunções corporais, através de técnicas como massagens específicas. Se baseia na relação entre os conflitos emocionais produzidos durante a vida e as doenças orgânicas por eles geradas.

Carolina: O Método Thai Flown Training é baseado em uma terapia curativa Tailandesa, onde o Terapeuta procura restabelecer o fluxo de energia vital de seu paciente, liberando pontos de tensões / bloqueios através de pressões profundas, alongamentos, manipulações e torções. Ou seja, é uma técnica curativa, que traz relaxamento para o corpo e para a alma, deixando o paciente em estágio meditativo, de mente pacificada.

**2 - Como as duas Técnicas podem atuar diretamente no bem-estar geral de cada paciente?**

Cleide: O tratamento será feito de acordo com a necessidade de cada pessoa, NA SUA DOR, assim propiciará alívio satisfatório. Entre alguns distúrbios causados pelos conflitos vividos, citamos dores de cabeça, dores musculares (fibromialgias), bronquites, sinusites, rinites, depressões, doenças reumáticas, câncer, alergias e outros.

Carolina: A Thai Massagem busca restabelecer o equilíbrio psíquico e mental do paciente, devido à liberação de endorfina e um trabalho de conscientização da respiração, que ocorre durante a massagem. O que propicia um profundo relaxamento físico e mental, facilitando a liberação de bloqueios emocionais, tais como ansiedade, pânico, estresse e cansaço. Além de diminuir tensões e rigidez musculares e melhorar a circulação.

No final da sessão o paciente se sente mais bem-disposto, relaxado, alongado e em conexão com o seu próprio corpo.

**3 - Por que Reprogramação Biológica?**

Cleide: Segundo estudos, o corpo possui um programa biológico de sobrevivência devido às influências traumáticas sofridas pelo paciente, então essa técnica consiste em estimular o organismo do paciente à reprogramação, como um “reset” nas funções do nosso organismo.

**4 - Como surgiu a técnica Thai Flown Training (Thai Massagem)?**

Carolina: Thai Massagem é um dos nomes ocidentalizados para definir a terapia manual que se desenvolveu na Tailândia, denominada Nuad Bo´Rarn, que significa “Massagem Antiga”. Influenciada pela cultura médica indiana, foi desenvolvida por um monge nascido na Índia chamado Shivago, um homem santo na Tailândia, que foi médico de Buda, em quem aplicava a técnica.

**5 - Quanto tempo dura cada sessão?**

Cleide: O tempo de cada sessão varia de paciente para paciente, mas geralmente dura mais de uma hora.

Carolina: Geralmente dura de uma hora a uma hora e meia.

**6 - Quantas sessões são necessárias?**

Cleide: Uma sessão a cada dois meses, pelo menos.

Carolina: Varia de paciente para paciente.

**7 - Existe alguma contraindicação?**

Cleide: Não. Apenas as pessoas devem estar livres, dispostas e capazes de entrar em uma sessão, em que serão abordadas suas DORES.

Carolina: Sim. Pessoas com infecções, osteoporose e doenças cardíacas (consultar cardiologista).