

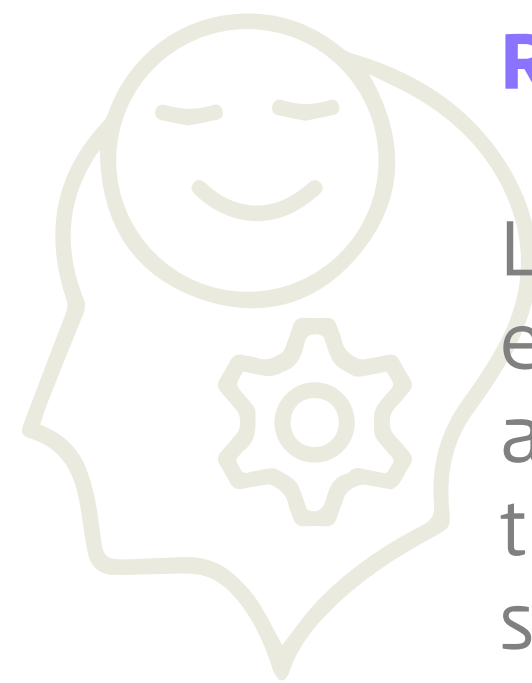
MASAJES EN SILLA

Descripción del Servicio

Servicio orientado a la realización de masajes personales de aproximadamente 10 minutos de duración cada uno. El masaje es realizado por un kinesiólogo (ergónomo) en una silla especialmente diseñada para que el masaje sea efectivo, esto combinado con música relajante y aromaterapia buscan lograr que los pacientes puedan bajar el nivel de estrés que se produce en la jornada laboral.

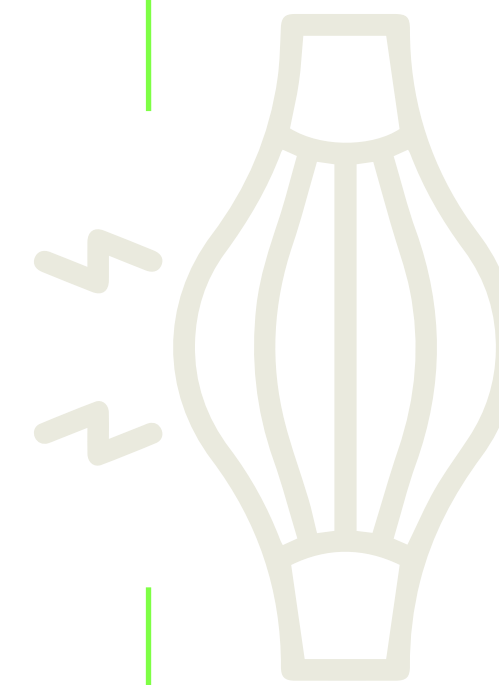


Objetivos y beneficios



Reducir el estrés y la ansiedad:

Los masajes en silla son altamente efectivos para aliviar el estrés y la ansiedad acumulados durante el día de trabajo. En un estudio realizado en 2022 se comprobó que los masajes en silla, logran reducir considerablemente los niveles de cortisol, hormona que está directamente relacionada con los niveles de estrés. Al liberar la tensión muscular y promover la relajación, estos masajes ayudan a los empleados a sentirse más tranquilos y centrados, lo que a su vez mejora su bienestar general y su capacidad para manejar el estrés.



Aliviar la tensión muscular:

El trabajo de oficina y la postura sedentaria pueden provocar rigidez y dolor muscular en el cuello, los hombros y la espalda. Los masajes en silla pueden ayudar a aliviar esta tensión muscular, mejorando la movilidad y reduciendo el riesgo de lesiones relacionadas con el trabajo.



Mejorar la productividad:

Los empleados que se sienten relajados, revitalizados y libres de dolor, son más propensos a ser productivos en el trabajo. Los masajes en silla pueden ayudar a mejorar la concentración, la claridad mental y la energía, lo que puede conducir a un aumento de la productividad y la eficiencia en el lugar de trabajo.



Aumentar la satisfacción laboral:

Ofrecer a los empleados la oportunidad de recibir masajes en silla demuestra que la empresa valora su bienestar y se preocupa por su salud. Esto puede aumentar la satisfacción laboral, lo que a su vez puede contribuir a una mayor retención de empleados y un mejor ambiente de trabajo en general.



Prevenir lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo:

Al reducir la tensión muscular y mejorar la postura, los masajes en silla pueden ayudar a prevenir lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo, como el síndrome del túnel carpiano, las tendinitis en general y el dolor de espalda crónico.