



STUDIO OLISTICO E MASSOTERAPICO

DI

SALERNO SONIA

VIA MONFALCONE 25, 74121 TARANTO

CELL. 371.58.77.977

SITO: [WWW.STUDIOLISTICOSALERNO.IT](http://WWW.STUDIOLISTICOSALERNO.IT)

# Massaggio Viso

**Il massaggio al viso è una pratica antichissima che risale al terzo secolo a.C.. Il paese che diede origine a questo tipo di massaggio è la Cina.**

**I massaggi cinesi avevano lo scopo non solo di rilassare ma anche di guarire le persone da alcune malattie. Questi trattamenti erano considerati dei metodi curativi.**



**Le antiche teorie filosofiche orientali sostengono che attraverso la stimolazione di alcune parti del corpo e del viso si libera l'energia che ognuno di noi custodisce. Ed è proprio questa energia che permette l'autoguarigione. Invece in occidente si considera il massaggio una pratica utile per la stimolazione della circolazione sanguigna e linfatica.**

**STUDIO OLISTICO SALERNO  
VIA MONFALCONE 25 – 74121 TARANTO  
CELL, WHATAPP: 3715877977  
SITO: [www.studiolisticosalerno.it](http://www.studiolisticosalerno.it)**

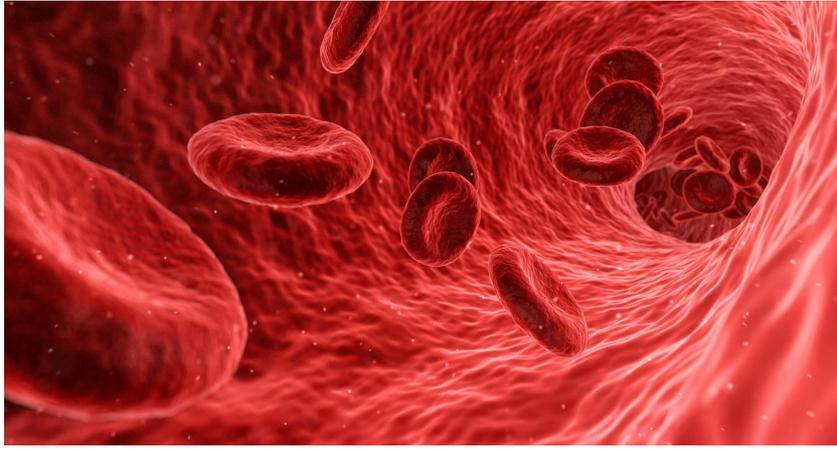
Un buon massaggio al viso se eseguito correttamente,insieme a una buona pulizia quotidiana e una giusta idratazione, aiuta sicuramente a migliorare l'aspetto del volto. Quando il **massaggio al viso** viene fatto con regolarità la pelle risulta piu luminosa, piu liscia e piu tonica poichè il massaggio riattiva la **microcircolazione**.



I massaggi, se effettuati con costanza, rallentano la formazione delle **rughe** e donano elasticita alla pelle perché stimolano la formazione di **elastina** e del **collagene** che rende la pelle piu elastica e compatta. La pratica dei massaggi oltre a essere un ottimo rimedio per contrastare l'invecchiamento della pelle, aiuta anche ad alleviare dolori e tensioni muscolari dovuti al nervosismo e ansia.

Inoltre il massaggio aiuta ad eliminare tossine, stress e dolori della **pelle del viso**.

STUDIO OLISTICO SALERNO  
VIA MONFALCONE 25 – 74121 TARANTO  
CELL, WHATAPP: 3715877977  
SITO: [www.studiolisticosalerno.it](http://www.studiolisticosalerno.it)



**Nel viso ci sono molti muscoli,circa 50,che bisogna allenare; se facciamo tutto questo con regolarità, dopo un mese possiamo notare i primi miglioramenti.**

**L'ayurveda attribuisce grande importanza al viso, in quanto esso contiene i 5 organi di senso ed è sede di punti chiamati marma. Il massaggio del viso (mukhabhyangam) si rivela utile non solo nel campo estetico ,ma anche per alleviare disturbi come le cefalee e i mal di testa.Il nostro viso è un contenitore di molte tensioni anche se noi non ne siamo consapevoli.**

**Gli effetti positivi che ci dona questo massaggio sono:**

- Una pelle piu luminosa e tonica**
- I muscoli del viso sono piu rilassati**
- Le rughe sono spianate**
- Utile per chi soffre di rigidita alla mascella**
- Un rilassamento complete del corpo**