

<b>Cliente:</b> Clínica Helena Costa – Izabel Guedes	
<b>Veículo:</b> Jornal do Brasil – Online	<b>Data:</b> 13/08/2016
<b>Colunas/Editoria:</b> Ciência e Tecnologia	



Fundado em 1891

# JORNAL DO BRASIL

Sign in Login

O primeiro jornal 100% digital do país

Segunda-feira, 15 de agosto de 2016

Curtir 381 mil G+1

Capa País Rio Economia Internacional Esportes **Ciência e Tecnologia** Cultura Colunistas Fotos e Vídeos JBlogs

## Ciência e Tecnologia

buscar notícia buscar

PUBLICIDADE

13/08 às 10h31 - Atualizada em 13/08 às 10h33

# Especialista fala sobre técnica milenar utilizada por Michael Phelps

Jornal do Brasil



Segundo a fisioterapeuta Izabel Guedes, da Clínica Helena Costa, o tratamento com ventosas é uma técnica milenar que utiliza a sucção como forma terapêutica. Consiste na aplicação de copos de vidro ou acrílico que tem como finalidade criar um vácuo e fazer uma sucção da pele.

*“Ao ser realizada a sucção e a musculatura for pra dentro do copo, o vácuo formado estimula a circulação sanguínea e com este processo são liberados as toxinas existentes no sangue”, explica Izabel.*



Michael Phelps, atleta olímpico dos Estados Unidos, utiliza essa técnica e chamou atenção esses dias com as marcas roxas pelo corpo

<b>Cliente:</b> Clínica Helena Costa – Izabel Guedes	
<b>Veículo:</b> Jornal do Brasil – Online	<b>Data:</b> 13/08/2016
<b>Colunas/Editoria:</b> Ciência e Tecnologia	

Pode ser utilizado como um auxílio para tratamentos com fins terapêuticos e é um grande aliado a outras técnicas de massagem. Quando a circulação é ativada através da ventosa, o aumento do sangue favorece a nutrição dos músculos, alivia tensões, dores musculares e das articulações.

*“Em alguns casos, o uso da técnica também é realizada com objetivos estéticos, como por exemplo ventosaterapia para celulite, estrias, soltar aderências de cicatrizes. Além de todos esses benefícios temos também a desintoxicação do organismo, lombalgias e tratamentos de dores musculares”, diz Izabel.*

A técnica pode ser feita em toda coluna, sendo fixada ou com movimentos de varreduras.