

PROCEDIMENTO

**Massagem Relaxante**

PÚBLICO

**Equipe**

CATEGORIA

**Estética**

SEÇÕES

**1**

## Conteúdo

Clinica de Estetica Avancada IzabellasPOP - Uso de EPIs, Paramentacao e DesparamentacaoCodigo: POP-BIO-004Versao: 2.0Emissao: 09/05/2026RT: Izabela Karoline de Lima SaadeBiomedica - CRBM 3250Revisao: anual ou quando houver alteracaoPagina: controle automatico no Word

Identificacao do estabelecimento

Razao SocialIzabellas Estetica Avancada LtdaNome FantasiaClinica de Estetica Avancada IzabellasCNPJ56.322.004/0001-40EnderecoRua Coronel Marcos Rovaris, 1503 - Centro - Icara/SCTelefone(48) 99127-3623E-mailizabellasesteticaavc@gmail.comResponsavel TecnicaIzabela Karoline de Lima SaadeConselhoBiomedica - CRBM 3250Funcionarios03 colaboradoresHorarioSegunda a sexta das 10h as 19h; sabado das 8h as 12hColetora RSSCOLIX Solucoes para Residuos

Controle documental

VersaoDataDescricao da revisaoElaborado porAprovado por1.010/03/2026Versao inicial da clinica.Izabela Karoline de Lima SaadeIzabela Karoline de Lima Saade2.009/05/2026Revisao tecnica para atendimento das exigencias sanitarias e padronizacao dos registros.Izabela Karoline de Lima SaadeIzabela Karoline de Lima Saade

### 1. Objetivo

A massagem relaxante é uma técnica manual que utiliza movimentos suaves, rítmicos e contínuos, focando na estimulação da circulação sanguínea, alívio de tensões musculares, nódulos de estresse e promoção de bem-estar geral. No contexto estético, este procedimento atua profundamente na inibição da dor e na diminuição dos níveis de cortisol, proporcionando leveza física e mental. É um procedimento não invasivo, indicado para combater o estresse diário, fadiga e melhorar a qualidade de vida do cliente. 2. Áreas de Aplicação

Corporal. 3. Responsabilidades

Massoterapeutas, esteticistas, cosmetologas, fisioterapeutas e biomedicas 4. Materiais / Equipamentos  
Necessários DESCRIÇÃO QUANTIDADE MÍNIMA (Unidade) Lençol 01 Toalha 01

Manta 01 Creme de massagem 01

Oleo de massagem 01 Álcool 70% 01 5. Descritivo da Execução

1. Verificar se todos os materiais necessários estão na sala.
2. Ligar som ambiente e ajustar iluminacao;
3. Chamar o cliente pelo nome, cumprimentar com simpatia usando "bom dia", "boa tarde" ou "boa noite".
4. Apresentar-se ao cliente.

5. Encaminhar o cliente para a sala orientar de como sera realizado o procedimento e posicioná-lo na maca em decúbito dorsal.
6. Cobrir as partes íntimas com uma toalha, sobre os olhos colocar uma toalha e sobre as pernas colocar uma mantinha;
7. Realizar a higienização das mãos com água e sabonete líquido antisséptico conforme POP (Higiene das Mãos);
8. Aplicar creme ou oleo de deslizamento sobre a regio a ser trabalhada;
9. Realizar manobras de deslizamento, amassamento e rolamento (entre outras manobras que promovam o relaxamento).
10. Com o cliente em decúbito ventral, iniciando pelas pernas e finalizando nas costas, realize manobras de deslizamento, amassamentos e rolamento (entre outras manobras que promovam relaxamento).
11. Finalizar a massagem pelas costas e apos os movimentos de relaxamento realizar manobras de terapeutica, um pouco mais rapidas e continuas para que o paciente acorde e entenda que esta sendo finalizado o tratamento.
12. Higienizar os pes do paciente com uma toalha para que nao fique deslizando no calçado;
13. Auxiliar o paciente na vestimenta da roupa caso necessario;
14. Liberar o paciente e certificar-se sobre a satisfacao do tratamento;
15. Higienizar a sala e a maca com alcool 70%
16. Duração do procedimento: sessenta minutos (uma hora).

#### 6. Limpeza e desinfecção das superfícies

1. A organização da sala é de responsabilidade do funcionário, assim como a limpeza e desinfecção das bancadas e macas.
2. Os lençóis devem ser tirados em frente ao cliente e armazenados no local indicado.

#### 7. Indicações

1. Redução de estresse e ansiedade.
2. Alívio de tensões musculares e contraturas.
3. Melhora da circulação sanguínea.
4. Aumento da sensação de bem-estar e relaxamento profundo.

#### 8. Contraindicações

1. Trombose e tromboflebite.
2. Hipertensão não controlada.
3. Tumores malignos.
4. Infecções agudas, feridas abertas ou dermatites na área a ser tratada.

#### 9. Anexos

##### Referencias tecnicas e sanitarias

RDC Anvisa n. 222/2018 - Boas Praticas de Gerenciamento dos Residuos de Servicos de Saude.

RDC Anvisa n. 63/2011 - Requisitos de Boas Praticas de Funcionamento para os Servicos de Saude.

RDC Anvisa n. 36/2013 - Acoes para a seguranga do paciente em servicos de saude.

RDC Anvisa n. 42/2010 - Disponibilizacao de preparacao alcoolica para friccao antisseptica das maos.

Nota Tecnica Anvisa n. 01/2018 - Higienizacao das maos em servicos de saude.

RDC Anvisa n. 67/2007 - Boas praticas de manipulacao de preparacoes magistrais e officinais para uso humano em farmacias, aplicavel a rastreabilidade de manipulados recebidos de farmacia regular.

Manual de Seguranga do Paciente em Servicos de Saude - Anvisa, quando aplicavel.

Icara/SC, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2026.

Izabela Karoline de Lima Saade

Biomedica - CRBM 3250

Responsavel Tecnica

