

Masajes

Que el trabajar en la enseñanza es intrínsecamente estresante es conocido por todos los afectados y afectadas, que lo han padecido durante muchos años y con el correr de los tiempo se ha acentuado. Ahora parece que se ha encontrado un principio de solución: el masaje relajante, que, además, eleva el rendimiento del trabajador/a.

Según los estudios que ha desarrollado la Universidad de Miami, a las personas que habían recibido masajes se les redujeron los niveles de estrés, amén de trabajar más, mejor y tener menos ideas depresivas.

Sería conveniente que nuestras patronales y Ministerio tomaran estos datos en cuenta y habilitasen soluciones como la apuntada para que, además de mejorar nuestra salud, se pudieran ahorrar bastantes miles de pesetas en atención médica.