



Programa Académico

Curso Especializado
Masaje Corporal Básico

Introducción

Descubre cómo analizar las características estructurales del cuerpo humano y aplicar los conocimientos de anatomía y fisiología del ser humano que te permitan ofrecer una atención segura, de calidad, buen trato, rapidez y eficiencia, de acuerdo con la demanda del cliente.

¿Qué vas a aprender?

Técnicas básicas de masaje: Aprenderás técnicas fundamentales como amasamiento, fricción, percusión y palpación, que son esenciales para realizar diferentes tipos de masaje.

Anatomía y fisiología: Conocimientos sobre la estructura del cuerpo humano, especialmente músculos y tejidos, que te ayudarán a entender cómo y dónde aplicar las técnicas de masaje de manera efectiva.

Tipos de masaje: Descubrirás diferentes estilos de masaje, como masaje sueco, deportivo, de tejido profundo y reflexología, y cuándo aplicar cada uno según las necesidades del cliente.

Beneficios y contraindicaciones del masaje: Aprenderás los beneficios terapéuticos del masaje, así como las contraindicaciones y cuándo evitar ciertas técnicas para no perjudicar al cliente.

Práctica profesional y ética: Desarrollarás habilidades para manejar adecuadamente la interacción con los clientes, incluyendo como mantener la privacidad, crear un entorno cómodo y seguro, y como comunicarte efectivamente durante las sesiones de masaje.



Módulos a Desarrollar

Módulo 1: Anatomía y fisiología del cuerpo humano

Módulo 2: Introducción al masaje

Módulo 3: Masaje antiestrés



Anatomía y Fisiología del Cuerpo Humano

► **Conceptos básicos**

- El cuerpo humano como un todo organizado
- Posición anatómica
- Partes del cuerpo humano
- Concepto de anatomía y fisiología
- Importancia
- Célula
- Tejido
- Tipos de tejidos
- Órganos y sistemas

► **Análisis de los sistemas del cuerpo humano**

- Descripción de cada uno de los órganos de estos sistemas y su importancia en el masaje
- Concepto
- Características
- Sistema cardiovascular
- Sistema digestivo
- Sistema endocrino
- Sistema respiratorio
- Sistema linfático
- Sistema nervioso



► Sistema circulatorio

- Venas
- Arterias
- Vasos capilares
- Funciones básicas
- Sistema muscular, músculos más importantes
- Músculos de la cara

► Sistema tegumentario

- Dermis
- Epidermis
- Hipodermis
- Glándulas sudoríparas

► Sistema Osteoarticular

- Sistema óseo
- Tipos de hueso
- Función de los huesos
- Columna vertebral y sus regiones
- Sistema articular
- Articulaciones: característica, clasificación y función
- Tendones y ligamentos

► Sistema muscular

- Tipos de músculos
- Función de los músculos
- Músculos esqueléticos



► Las terminaciones nerviosas

- Corazón
- Las arterias
- Las arteriolas
- Los capilares
- Las vénulas
- Las venas
- Las venas arteriolas capilares
- Huesos y músculos
- Las venas arteriolas capilares

► Signos vitales

- Concepto e importancia
- Por qué tomarlos en el masaje

► Presión arterial

- Factores que la alteran
- Valores de la presión arterial
- Hipertensión e hipotensión
- Tratamiento de la presión arterial
- Equipos que se utilizan para tomarla
- Técnica y procedimiento
- Lugares donde se coloca el equipo
- Cuidado del equipo

► Temperatura

- Concepto
- Cifras normales
- Factores que la modifican
- Temperatura corporal
- Equipo para tomarla
- Tipos de termómetros
- Cuidados del termómetro
- Lugares donde se toma la temperatura
- Técnica para tomarla
- Hipertermia e hipotermia
- Medios de control



► El pulso

- Concepto
- Valores normales
- Factores que lo modifican
- Taquicardia
- Bradicardia
- Arritmia

► Bacterias

- Concepto
- Tipos de bacterias y de enfermedades que producen
- Principios bacteriológicos

► Microbios

- Concepto
- Tipos
- Enfermedades que producen
- Fuentes de contaminación
- Modos de transmisión
- Prevención
- **Diferencia entre bacteria y microbio**
- Importancia de la prevención de contaminación en el masaje
- Enfermedades producidas por las bacterias
- Fuentes de contaminación
- Lavado de manos y su importancia



► El cliente

- Concepto
- Tipo de cliente
- Servicio al cliente
- Calidad en el servicio
- Trato con cada tipo de cliente

► Necesidades del cliente

- Tipos de necesidades
- Percepciones y diferencias
- Grados de necesidades
- Técnicas de atención y servicio al cliente

► Ficha del cliente

- Datos generales
- Datos médicos de interés de salud
- Hábitos de vida
- Datos que guardan relación con masaje corporal utilizados y tratamientos estéticos realizados
- La exploración
- Observación directa o con equipos de diagnóstico

► Introducción a la cabina

- Principios de esterilización
- Desinfección
- Diferencia entre esterilización y desinfección
- Equipos y herramientas
- Agentes químicos y físicos

Masaje antiestrés

ID FF

► Técnicas de aplicación de masaje corporal

- Efforage
- Sacudidas
- Pellizcamiento
- Torsiones
- Vibración
- Roce
- Fricción
- Percusión
- Tachadura
- Compresión
- Amasamiento
- Vibración
- Tacto y palpación
- Presión y palpitaciones
- Pinzamiento

► Movimientos de las articulaciones

- Circunducción
- Flexión
- Extensión
- Abducción
- Adducción
- Rotación



► Movimientos del masaje corporal

- Tórax
- Abdomen
- Miembros superiores
- Miembros inferiores

► Pie

- Amasamiento desde los dedos
- Rotación, flexión, extensión, abducción y abducción dedo por dedo
- Flexión y rotación de todos los dedos
- Frotación lateral del pie
- Trabajo en la planta del pie con los pulgares
- Frotación fuerte en zig-zag
- Vaciado del pie

► Pierna

- Movimientos del masaje corporal
- Vaciado de toda la extremidad
- Amasamiento palmo digital
- Amasamiento digital
- Nudillares
- Palmar
- Vaciado
- Pellizqueo
- Torsión (frotaciones en zigzag)
- Pases suaves
- Pases de rose y presión
- Tratamiento de masaje zonal



► Cabeza y cuello

- Músculos de la cabeza
- Músculos del cuello

► Muslo

- Vaciado
- Amasamiento palmo digital
- Amasamiento digital
- Nudillares
- Percusiones
- Pellizqueo
- Pases suaves

► Piernas extendidas

- Frotaciones suaves de contacto
- Amasamiento palmo digital
- Amasamiento digital
- Nudillares
- Pasos circulares en la rodilla

► Masaje de espalda

- Movimientos del masaje corporal
- Pases suaves
- Amasamiento digital
- Amasamiento palmar
- Vaciado venoso en dos tiempos
- Amasamiento nudillo



► Masaje de pecho

- Pases suaves
- Vaciado venoso
- Amasamiento digital
- Amasamiento palmar
- Vaciado
- Vibración en la zona del esternón

► Zonas óseas superficiales

- Órganos delicados: zona hepática, bazo, estómago y riñones
- Plexos vasculares y nerviosos:
- Base el cuello, axilas, areolas mamarias, parte interna del codo, pubis, zona de las ingles y fosa poplíteica





Última Actualización
20 de Septiembre de 2024