



MASOTERAPIA PROFESIONAL

**Programa de la
Capacitación**

PROGRAMA DE LA CAPACITACIÓN MASOTERAPIA PROFESIONAL

La **acción del masaje**, de frotar o presionar con firmeza distintas partes de nuestro cuerpo es fundamental para **aliviar el dolor y las tensiones** del cuerpo.

La **masoterapia** engloba diversas modalidades de masaje como: el masaje descontracturante, el drenaje linfático manual, la liberación del estrés miofascial, el masaje relajante, el crio-masaje, entre otros.

El **masaje** es un arte y también una ciencia en constante cambio y adaptación, la **relajación** ayuda a las personas a disminuir el estrés, a descontracturarse, a relajarse y a sentirse mejor. Este curso está dirigido en general a toda persona que quiera capacitarse en el tema, sin necesidad de tener estudios previos, como así también a esteticistas, cosmetólogas/os y profesionales vinculados a la estética integral.

OBJETIVOS DE LA CAPACITACIÓN



- Adquirir conocimientos sobre anatomía y fisiología general.
- Aprender las técnicas específicas de cada tipo de masaje, tales como: el masaje sueco, deportivo, prenatal, etc.
- Aprender los diferentes elementos utilizados en el área, como las piedras calientes, la aromaterapia, uso de aceites, cremas naturales y mucho más.
- Formarte acerca de las afecciones tanto fisiológicas como estéticas y la aparatología que se utiliza en cada caso.
- Aprender a hacer la anamnesis, ficha técnica y profesional del paciente.
- Aprender las nociones básicas de la Cosmecética y Cosmetología.
- Proporcionar un excelente servicio priorizando conocimiento, ética profesional, y excelente relación social con pares y empleadores.



✓ **Fundamentos Anatómicos y Fisiológicos del Masaje**

- Introducción a la Masoterapia.
 - Historia de la masoterapia.
 - Introducción al masaje - Conceptos básicos, objetivos y beneficios.
 - Contraindicaciones del masaje.
- Anatomía y Fisiología Humana.
 - Fundamentos de la columna vertebral.
 - Cráneo y columna cervical.
 - Columna torácica y tórax.
 - Abdomen.
 - Hombro.
 - Brazo.
 - Codo.
 - Mano y muñeca.
 - Columna lumbar.
 - Pelvis y articulación de cadera.
 - Rodilla.
 - Pierna.
 - Muslo.
 - Pie y tobillo.

✓ **Ética e Introducción al Masaje**

- Ética.
 - Ética para masajistas profesionales.
 - En qué situaciones no debe hacerse masajes.
 - Cliente - Ficha informativa y consentimiento informado.
- Técnicas de masaje.
 - Técnicas básicas del masaje.

- Ambiente y utilización correcta de las manos.
- Posición correcta en el masaje.
- Preparación y uso de aceites esenciales.
- El masaje en el suelo, sobre una mesa y la cabina.
- Contractura muscular.
- Puntos gatillo.
- Código de vestimenta.

✓ **Tipología de Masajes**

- Tipos de masaje.
 - Masaje profundo o terapéutico.
 - Shiatzu.
 - Masaje relajante.
 - Masaje facial relajante.
 - Masaje aroma terapéutico.
 - Masaje sueco.
 - Quiromasaje.
 - Masajes descontracturantes.
 - Masaje podal.
 - Masaje con piedras calientes.
 - Masaje prenatal.
 - Drenaje linfático manual.
 - Masaje deportivo.
 - Masaje infantil.
- Automasaje.
 - Automasaje.
 - Cuádriceps.
 - Drenaje linfático manual.
 - Manos.
 - Nuca y musculatura suboccipital.
 - Músculo pectoral.
 - Piernas.

- Cuello, hombros y trapecio.
- Lumbar y glúteos.

✓ **Masajes por Zonas del Cuerpo**

- Espalda, cuello y cabeza.
- Lumbar.
- Glúteos.
- Brazo y mano.
- Tórax y pecho.
- Abdomen.
- Pierna y gemelos.
- Pierna en supino.
- Pie.

✓ **Drenaje Veno-Linfático Manual**

- Introducción y Fundamentos.
 - Historia y origen de la técnica - Método del Dr. Emil Vodder.
 - Anatomía básica - ¿qué es la linfa y cómo funcionan los ganglios linfáticos?
 - Efectos fisiológicos (desintoxicación, regeneración tisular, absorción de edemas, relajación).
- Parámetros Clínicos.
 - Indicaciones: uso en pre y post operatorios, celulitis, estrés, artritis, insomnio, entre otros.
 - Contraindicaciones: casos restrictivos como insuficiencia cardiaca o renal, cáncer, flebitis, trombosis e hipertensión.
- Mapa Linfático (Ubicación de Ganglios)
 - Cabeza, cara y cuello (occipitales, parotídeos, mentonianos, términos, etc.).
 - Extremidades superiores e inferiores (axilares, inguinales, poplíteos).
 - Abdomen - Cisterna de Pecket.

- Metodología y Práctica: Maniobras.
 - Tipos de movimientos: círculos fijos, círculos en espiral, papel secante, pase de gato, bombeo y arrastre.
 - Reglas de aplicación: secuencia de "Estímulo - Arrastre - Estímulo".
 - Posicionamiento del paciente y duración de la sesión (1.5 a 2 horas).
- Protocolo de Drenaje Completo (Paso a Paso).
 - Apertura obligatoria: vaciado de cuello.
 - Tren superior: cara, cabeza, extremidades superiores y tórax (incluye protocolo opcional de senos).
 - Tronco: abdomen, espalda y glúteos.
 - Tren inferior: extremidades inferiores (parte delantera y posterior).

✓ **Otras Técnicas Masoterapéuticas**

- Masoterapia Holística.
 - Concepto, visión integral y personalización.
 - Técnicas variadas y enfoque energético.
 - Beneficios físicos, mentales y emocionales.
- Terapia con Piedras Calientes.
 - Mecanismo de acción y uso de piedras de basalto.
 - Beneficios físicos (alivio del dolor, circulación, desintoxicación).
 - Beneficios mentales, emocionales y estéticos.
- Moxibustión.
 - Fundamentos de la terapia tradicional china con moxa.
 - Beneficios para el dolor, circulación y problemas crónicos.
 - Consideraciones de seguridad y contraindicaciones.
- Terapia con Ventosas.
 - Cómo funciona la técnica de succión y vacío.
 - Beneficios: reducción de inflamación, alivio del dolor y relajación.
 - Aplicaciones en problemas respiratorios y salud de la piel.

- Magnetoterapia con Imanes.
 - Usos en problemas articulares, lesiones deportivas y fracturas.
 - Beneficios principales: efecto analgésico, antiinflamatorio y regeneración tisular/ósea.
 - Contraindicaciones importantes (embarazo, marcapasos, etc.).
- Auriculoterapia.
 - Funcionamiento de la oreja como mapa reflejo del cuerpo.
 - Manejo del dolor físico (cervical, rodilla, fibromialgia).
 - Tratamiento de problemas emocionales, trastornos del sueño, control de peso y adicciones