

PROGRAMA

MASAJE PROFESIONAL

DISTANCIA

MODULO 1

Preparación de Gabinete: temperatura, color de las paredes. Higiene. Tipos de cremas. Tipos de gel. Camilla. Definición de masajes. Contraindicaciones. Calentamientos de manos.

Anatomía del Pie. Huesos que lo conforman. Movimiento articular del tobillo. Características de la fascitis plantar, extensores comun de los dedos. Flexor común de los dedos. Apoyo Platar.

Práctica: Masaje del pie. Movimientos articulares.

Relajación de los musculos platares. Descompresión articular de cara dedo.

Descompresión y movilización de la articulación del tobillo.

Anatomía de pie y pierna: huesos y musculos. Tobillo, rodilla, cadera, cuadriceps, isquiotibial, abductor, aductor, gemelos, tendon de aquiles.

Definición de masaje. ¿Que es la hiperemia? Acciones del masaje sobre piel. Tejido adiposo. Tejido muscular.

Accion general del masaje (relajación).

Tipos de maniobras: roles, friccion, amasado, pinzamiento, percusión.

Práctica: masaje parte anterior del pie: extensores, flexores, descompresiones de las articulaciones metatarsofalangica de los dedos y del tobillo.

Celulitis: definición, causas: endogenas y exogenas. Cambios de habitos.

Evacuacion de trastornos hepáticos, tiroideo, hormonal, intestinal.

Clasificación: dura - flaccida.

- Fibroedematosa
- Induracion dolorosa
- Mixta

Dietas. Alimentación adecuada. Ejercicios fisicos para contrarrestar la celulitis.

Tratamiento: drenaje linfático manual.

Vendas frías. Utilización de gel criógeno.

Cremas. Prácticas: masaje hasta el muslo.

PROGRAMA

MASAJE PROFESIONAL

DISTANCIA

MODULO 2

Practica de masaje y drenaje de toda la pierna.

Drenaje manual: desde pie hasta ingle.

Relajación de piernas profunda (masaje).

Relajación superficial: drenaje.

Repaso general desde el pie hasta la ingle (masaje y drenaje).

Abdomen. Características de los músculos abdominales. Ubicación anatómica.

Tendinitis: pubalgia (recto anterior). Masaje de relajación de los músculos abdominales.

Brazo. Características de los músculos (bíceps-triceps-flexor común de los dedos, extensor común de los dedos) Huesos de brazo y ante brazo y mano.

Relajación muscular y descompresión de dedos y muñecas.

Pecho. Características de los musculos del pecho (pectoral mayor y pectoral menor). Tendinitis. Relajación muscular. Practica: masaje : abdomen, brazo y pecho.

Musculos de la cara: ubicación, acciones, relajacion muscular. Paralisis facial y neuralgia del trigemino.

Estetica: arrugas faciales.

Huesos y musculos del craneo.

Características: frontal, parietal, temporal, occipital.

Relajación muscular (cefalea y contracturas)

Estetica: caída del pelo. Práctica: masaje de cara y cabeza.

Musculos de espalda: características y ubicacion anatomica.

Cervicalgia, dorsalgia, lumbalgia. Practica: relajacion muscular total de cuello , dorsales y trapecio.

PROGRAMA

MASAJE PROFESIONAL

DISTANCIA

MODULO 3

Calambre: causas endogenas y exogena. Alimentación. Calambres: diurnos y nocturnos. Relajación muscular activa y preventiva.

Elongación de músculos. Fascitis plantar, gemelos, soleo, cuadriceps, isquiotibial, dedos del pie.

Tensión arterial.

Formas de tomar la tensión. Valores normales. Palpación de arteria, causas de tensión. ¿Que es hipertension? ¿Que es hipotension?

Practica de tensión arterial.

Vendaje: tipos de vendas. Inmovilización parcial o contención articular.

Realización en articulación musculo o tendon.

Se realiza en la práctica en tobillo: esguince leve. Rodilla : esguince leve.

Mano: muñeca y dedos, esguinces leves.

Codo: esguince leve.

Hombro: post luxación.

Tratamiento de estética. Piernas y abdomen. Colocación de vendas frías.

Clasificación de cremas y geles. Duración y acciones.

Se realizan 3 protocolos diferenciales en pierna y abdomen.

Contractura: definicion , causas, diagnostico manual. Contractura cervical: musculos del cuello. Características de la cabeza. Cervicalgia: sintomas, técnicas para el vertigo y la cefalea. Características de las vertebrae cervicales, contracturas dorsales: localizada o generalizada. Palpación manual. Tecnicas para el dolor punzante o quemante. Caraterísticas de las vertebrae dorsales.

Lumbares: localizacion del cuadrado lumbar. Trabajo manual y elongación.

Características de las vertebrae lumbares. Practicas: masaje descontracturante de cuello dorsal y lumbar.

PROGRAMA

MASAJE PROFESIONAL

DISTANCIA

MODULO 4

LESIONES DE PIE

Tobillo: anatomía , características de la articulación tibioperoneoastragalina. Localización de los ligamentos peroneoastragalino anterior, posterior y peroneocalcáneo . Esguince de tobillo: diferentes grados (I, II, III y IV). Inmovilización y tratamiento de cada grado. Espolón Calcáneo: origen, causas, prevención, diagnóstico (Rx). Utilización de suelas especiales. Tratamiento médico y kinésico . Fascitis plantar: definición, localización, síntomas, tratamiento médico y kinésico. Utilización de frío (técnica de criomasaje) Hallux Valgus: definición, diagnóstico, causas, manipulaciones, diferentes correctores . Tratamiento kinésico y médico (infiltración y cirugía). Tendinitis y ruptura del tendón de Aquiles: definición, tendinitis aguda y crónica, diagnóstico y tratamiento . Ruptura del Tendón de Aquiles. Ruptura parcial o total, causas, diagnóstico. Tratamiento (quirúrgico). Practica: rehabilitación de todo el pie.

RODILLA

Anatomía, características del cóndilo del fémur, platillo tibial, menisco interno y externo, ligamento lateral interno y externo, ligamento cruzado anterior y posterior, rotula, tendón rotuliano. Características de una rodilla normal y una lesionada. Distensión de los ligamentos laterales interno y externo, ruptura total y parcial de dichos ligamentos. Distensión de los ligamentos cruzado anterior y posterior. Ruptura parcial y total de dichos ligamentos . Meniscos: ruptura de menisco interno y externo, total o parcial Tendinitis, ruptura parcial o total del tendón rotuliano. Fractura de rotula, características de la fractura transversal o longitudinal. Tratamiento kinésico o quirúrgico. Quieste de Baker: características de la inflamación de la bursa (tamaño), bursitis. Tratamiento kinésico y medico. Artrosis de rodilla: características de la articulación, grados de desviación, compromiso del cartílago, grados de incapacidad. Tratamiento médico y kinésico. Practica: rehabilitación de todas las patologías de rodilla.

PROGRAMA

MASAJE PROFESIONAL

DISTANCIA

CADERA. Características de la articulación, grados de degeneración de la articulación coxofemoral (coxartrosis). Síntomas iniciales y tardíos. Fractura de cadera: grados de dolor e incapacidad funcional. Signos de fractura, técnicas kinésicas para la artrosis de cadera. Movimientos, ejercicios, fortalecimiento muscular. Fractura (cirugía-prótesis). Practica: rehabilitación de la artrosis de cadera, movilidad articular y fortalecimiento muscular . Fractura de cadera , cirugía y rehabilitación con precaución

MANO. Características de la mano (carpo, metacarpo y falanges). Lesiones de los tendones (flexores y extensores). Esguince de dedos: causas, diagnóstico y tratamiento. Luxación de dedos, causas, diagnóstico y tratamiento. Fractura falángica: causa, diagnóstico y tratamiento. Fractura del quinto metacarpiano: causa, diagnóstico y tratamiento. Fractura del Escafoides : causa, diagnóstico y tratamiento. Esguince de muñeca: causa, diagnóstico y tratamiento. Fractura de muñeca : causa , diagnóstico y tratamiento. Artritis reumatoidea: definición, diagnóstico, síntomas y tratamiento. Corrección de la desviación de dedos. Ejercicios de fortalecimiento , tratamiento médico y kinésico. Practica: rehabilitación de toda la mano, ejercicios de recuperación y fortalecimiento