



Instituto de Enseñanza
ATRICA

Junín 328, C.A.B.A – Argentina
Tel.: 4953-6900
www.institutoatrica.com

PROGRAMA DE MASAJE PROFESIONAL

BOLILLA NRO. 1:

¿Qué es el masaje? Definición. Indicaciones y contraindicaciones. Preparación del gabinete. Que tipos de aceites y cremas se usan. (Acciones y contraindicaciones de las mismas).

BOLILLA NRO. 2:

Tipos de masaje. Técnica: roces cortos, largos, superficiales, profundos, remociones, fricciones, amasamiento unimanual, bimanual; percusiones: picoteo, palmoteo, ventoseo; estiramiento: en músculos largos y cortos. Masaje regional: miembro inferior: pie, pierna, muslo y abdomen; miembro superior: mano, brazo, antebrazo. Tronco: pectoral mayor, glúteos, espalda. Como se realizan (indicaciones y contraindicaciones). Nociones sobre aparato cardiovascular. Descripción de los signos vitales (pulso, tensión arterial, frecuencia respiratoria). Realizaciones prácticas.

BOLILLA NRO. 3:

Descripción anatómico-funcional de huesos, músculos y articulaciones. Videos de músculos y huesos. Descripción de nociones básicas de aromaterapia.

BOLILLA NRO. 4:

Celulitis: causas, factores predisponentes, localización más frecuente, factores agravantes, evolución, corrección postural. Utilización de vendas frías. Utilización de iontoforesis y ultrasonido.

BOLILLA NRO. 5:

Obesidad: causas, localización, factores predisponentes. Tratamiento estético, médico y quirúrgico. Utilización de electroestimulador.

BOLILLA NRO. 6:

Drenaje linfático: Tratamiento de edema de miembro inferior y superior. Indicaciones y contraindicaciones. Masajes específicos.

BOLILLA NRO. 7:

Repaso de los masajes de todo el cuerpo: pie, pierna, muslo abdomen, pecho, mano, antebrazo, brazo, cara, cabeza, espalda, cervical y trapecio. Se realizaran 150 maniobras a lo largo de todo el cuerpo. Duracion aprox. 60-90 minutos.

BOLILLA NRO. 8:

Diferencia entre esguince y luxación. Compromisos articulares. Vendajes específicos para cada lesión.

BOLILLA NRO. 9:

Contractura: Definicion, causas, ubicación de la contractura en diferentes partes del cuerpo. Tratamiento medico y kinesico. Realizacion de los masajes específicos de acuerdo a la ubicación en el cuerpo. Utilizacion de aparatos kinesicos. Elongacion del musculo que sufre la contractura .

BOLILLA NRO. 10:

Desgarro: definición y causas. Tratamiento medico y kinesico de acuerdo al grado de lesión. Ejercicios posteriores para la recuperación muscular.

BOLILLA NRO. 11:

Calambre: Definicion y causas. Tratamiento medico y kinesico, pre y post calambre. Masajes específicos para relajar el musculo, elongación de los musculos comprometidos.

BOLILLA NRO. 12:

Masaje deportivo: definición, importancia del masaje en la competencia. Como realizar el masaje previo y posterior a la competencia. Masaje especifico para el deporte (tenis, boxeo, futbol, etc.).

APARATOS

Iontoforesis: Permite la entrada de un medicamento a través de la piel.

Ultrasonido: Favorece la vasodilatación (microcirculacion).

Electroestimulacion: Tonifica y favorece la consistencia del musculo.

- 1) Las clases serán teoricas-practicas y estarán a cargo de personal especializado.
- 2) Se proyectaran videos y diapositivas.
- 3) El Instituto posee: esqueleto anatomico para la visualización de los diferentes huesos y articulaciones, corazón anatomico para ver la configuración interna del mismo, tensiómetros para las practicas de signos vitales.
- 4) Se utilizaran en clase los aparatos anteriormente mencionados para la realización de las practicas