



## **Masaje de los tejidos profundos. Guía visual de las técnicas**

## Masaje de los tejidos profundos. Guía visual de las técnicas

**Duración:** 80 horas

**Precio:** 350 euros.

**Modalidad:** A distancia

### Metodología:

El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line. El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo

El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación si el curso es on line. Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido y de las horas del mismo.

## Profesorado:

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes: Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licenciados/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadores/as sociales etc...

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

- Por el aula virtual, si su curso es on line
- Por e-mail
- Por teléfono

## Medios y materiales docentes

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación.

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.



## Bolsa de empleo:

El alumno en desempleo puede incluir su currículum en nuestra bolsa de empleo y prácticas. Le pondremos en contacto con nuestras empresas colaboradoras en todo el territorio nacional

## Comunidad:

Participa de nuestra comunidad y disfruta de muchas ventajas: descuentos, becas, promociones, etc....

## Formas de pago:

- Mediante transferencia
- Por cargo bancario
- Mediante tarjeta
- Por Pay pal
- Consulta nuestras facilidades de pago y la posibilidad de fraccionar tus pagos sin intereses

## Titulación:

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por correo o mensajería la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.



## Programa del curso:

### Capítulo primero. Teorías generales

- Principios del masaje de los tejidos profundos
- Lectura corporal
- Refinar el tacto
- Calidad del tacto
- Cómo cultivar el tacto
- Recibe el trabajo de masajistas consumados
- Sigue asistiendo a cursos de formación
- Programa una tutoría
- Practica la palpación
- Algunos aspectos que definen el tacto
- Un tacto suave
- La distinción entre comprimir y estirar el tejido
- Biomecánica

- Distancia correcta para trabajar con el cliente
- La importante fusión del tejido muscular
- Unas notas sobre el dolor
- Dirección de los movimientos
- Algunas estrategias para los movimientos básicos
- Movimientos de elongación
- Sujetar y estirar
- Trabajar en la dirección del estiramiento
- Masaje cruzado de las fibras musculares
- Separación de los compartimientos musculares
- Liberación de las compresiones musculares
- Permitir el acortamiento de un músculo

### Capítulo segundo. Técnicas generales

- La jerarquía de la potencia
- Di «no» a los pulgares
- Empleo correcto de los dedos
- Empleo de los nudillos en vez de los pulgares
- Un ejemplo. Nudillos y dedos: occipucio, frente, sienes
- Empleo de los puños
- Empleo de los antebrazos
- Empleo del codo
- Estrategias generales
- Colocación de los músculos en posición estirada
- Empleo de la postura en decúbito lateral
- Trabajo con los aductores en decúbito lateral

Otros usos del decúbito lateral  
Empleo de todo el abanico de posiciones alternativas

## Capítulo tercero. Estrategias específicas

Trabajo con el pie y la pierna  
Arcos plantares elevados y bajos  
La superficie plantar del pie  
Retináculo del tobillo  
Porción anterior de la pierna  
Porción posterior de la pierna  
Posición en decúbito prono  
Posición en decúbito lateral y decúbito supino  
Trabajo con el muslo  
Trabajo con los aductores en decúbito lateral  
Variaciones con el muslo  
Abductores de la pierna  
Tensor de la fascia lata  
Trabajo con la pelvis  
Músculo glúteo mayor  
Rotadores externos de la pierna  
Otras opciones con la pelvis  
El sacro  
El cóccix  
El ligamento sacrotuberoso  
Trabajo con la pelvis y la región lumbar  
Cuadrado lumbar  
Trabajo con el abdomen  
Músculos psoas e ilíaco  
Trabajo con la respiración  
Trabajo con las regiones media y superior de la espalda  
Vértebra, costillas y músculos paraspinosos  
Técnicas en decúbito lateral  
Extensión de la espalda  
Flexión de la espalda  
Técnicas de rotación vertebral  
Trabajo con la cintura escapular y el pecho  
El pecho  
El manguito de los rotadores  
La escápula  
Liberación de la escápula lateral  
Liberación del borde medial de la escápula  
Trabajo con los brazos  
Trabajo con las manos  
Trabajo con el cuello  
La primera costilla y su importancia para el trabajo del cuello  
Trabajar con la porción anterior del cuello  
Estrategias para el trabajo del cuello en decúbito prono  
Trabajo con el cráneo  
La cresta occipital  
Trabajo general con el cráneo  
Trabajo con las porciones anterior y medial del cráneo  
Trabajo con la mandíbula y la ATM  
Descompresión craneal

Capítulo cuarto. Tu papel en la salud de los clientes

Un poco de prevención  
Dolor de espalda  
Dolor de cuello  
Cefaleas  
Enfermedades de mayor gravedad  
Melanoma  
Cáncer de mama  
Emociones y masaje

## Capítulo quinto. Estrategias terapéuticas para tratar síntomas y lesiones corrientes

El tobillo  
Estrategias para los tejidos blandos  
Trabajo con la fuerza de la gravedad  
Estrategias de fortalecimiento  
Estrategias de estiramiento  
Fascitis plantar  
Estrategias para los tejidos blandos  
Estrategias de estiramiento  
La rodilla  
Alineación rotuliana  
Estrategias para los tejidos blandos  
La cintilla iliotibial  
Trabajo con los aductores  
Palpación de la trayectoria de la rodilla  
Estrategias de fortalecimiento  
Estrategias de estiramiento  
Codo de tenista y codo de golfista  
Estrategias para los tejidos blandos  
Estrategias de fortalecimiento  
Estrategias de estiramiento  
Síndrome del canal carpiano  
La región lumbar  
Estrategias para los tejidos blandos  
Trabajo con la región lumbar en flexión y extensión  
Estrategias de fortalecimiento  
Estrategias de estiramiento  
Ciática  
Estrategias para los tejidos blandos  
Estrategias de fortalecimiento y estiramiento  
Síndrome del piriforme y ciática  
Localización del piriforme  
Estrategias de los tejidos blandos para el piriforme  
El hombro  
Estrategias para los tejidos blandos  
Estrategias de fortalecimiento  
Determinación de las restricciones a la rotación del brazo  
Estrategias de estiramiento  
Estiramientos de FNP

## Capítulo sexto. Planificación de las sesiones

Establecimiento de una estrategia para las sesiones

Tirantez primaria y secundaria  
Músculos cortos y tirantes frente a largos y tirantes  
Lectura corporal  
Equilibrio anteroposterior  
Equilibrio laterolateral  
Patrones internos frente a externos  
Movimientos activos frente a pasivos  
Trabajo en sedestación  
Trabajo con el trapecio en sedestación  
Trabajo con la escápula en sedestación  
Extensión de la columna dorsal  
Estiramiento de la fascia lumbar  
Masaje de la cintura escapular  
Integración de movimientos y estrategias en tu estilo de masaje

Capítulo séptimo. Realizarse a través de una profesión próspera

Las realidades de formar parte de la profesión de masajista  
Asuntos prácticos  
Autoestima  
Distinguirse  
Realizarse mediante la expresión de uno mismo

Acerca del autor

Lista de figuras