



SANITARIOS

8

## TÉCNICO EN QUIROMASAJE

### PRESENTACIÓN.

La práctica del masaje es muy remota, abarcando diferentes pueblos y culturas, sin embargo tal y como ha llegado a nosotros tiene unas raíces muy concretas pues procede de la mezcla que hicieron los griegos de prácticas dispersas de Egipto y de Oriente.

Actualmente el masaje manual ó quiromasaje es una profesión en clara expansión. El estrés de la vida moderna exige que surjan nuevas técnicas de relajación y de fortalecimiento de la salud. ¿Qué podría ser mejor después de una jornada agobiante y llena de tensiones, que relajar nuestro cuerpo, disolver nuestras contracturas musculares hasta tal punto que seamos capaces de aliviar nuestra mente y dejar que nuestras preocupaciones desaparezcan? Esto es posible de muchas maneras y, de hecho, las horas diarias que dedicamos al sueño cumplen en buena parte esta función. Sin embargo, muchas veces necesitamos otras formas adicionales y el Quiromasaje es una de ellas y se encuentra sin lugar a dudas entre las más agradables.

El aumento de la práctica del deporte y el culto al cuerpo hace que cada vez se necesiten más profesionales especializados y cualificados en quiromasaje. El quiromasajista es una persona que sabe comunicarse positivamente con los demás a través del sentido del tacto, transmitiendo bienestar. Alguien que ha desarrollado este sentido y que domina el lenguaje profundo, claro y directo de las sensaciones corporales, percibiendo y sintonizando con sus manos cómo nos encontramos y qué necesitamos.

### DESTINATARIOS Y SALIDAS PROFESIONALES.

- Este curso va dirigido a todas aquellas personas que sientan un gran interés en el aprendizaje y posterior puesta en práctica de la profesión de Quiromasajista, especialidad de importante y apreciada aplicación en distintos campos tanto físicos como psíquicos: estética, rehabilitación, terapias, deporte, etc.
- Este curso también es aconsejable a toda aquella persona que quiera trabajar de forma autónoma, creando su propia empresa y marcando sus propios horarios y objetivos.

### OBJETIVOS.

- Proporcionar una sólida formación eminentemente práctica (además de teórica) en la especialidad de Quiromasaje.

## ACREDITACIONES.

Al finalizar el curso, y una vez superados los exámenes, el Alumno obtiene:

- Diploma y Certificado de Profesionalidad, expedidos por CENPROEX y avalados por FENACO, con el número de horas lectivas y de prácticas cursadas, así como las calificaciones obtenidas.
- Diploma expedido por el Centro Colaborador que acredita la especialidad cursada.

**- CENPROEX es Centro de Estudios homologado por la Federación Española de Profesionales en Naturopatía (FENACO).** CENPROEX es miembro de FENACO desde el 29 de abril de 2005, con número: 2005.10.109, al mismo tiempo que **ostenta la Presidencia de esta Federación en Extremadura.**

- Los alumnos, una vez terminado el curso, podrán afiliarse a la Federación Española de Profesionales de Naturopatía (FENACO), beneficiándose de todas las ventajas que la misma ofrece (asesorías, gabinete jurídico, información, seguros, etc.).

## CONTENIDO PARTE TEÓRICA.

### MODULO I. GENERALIDADES.

Tema 1. INTRODUCCIÓN.

Tema 2. ANATOMÍA DEL APARATO LOCOMOTOR.

Tema 3. POSICIÓN ANATÓMICA. Ejes del cuerpo. Planos del cuerpo. Direcciones en el espacio.

Tema 4. BIOMECÁNICA DEL APARATO LOCOMOTOR.

Tema 5. EL HUESO. Definición. Clasificación. Estructura. Funciones.

Tema 6. LAS ARTICULACIONES. Definición. Tipos.

Tema 7. EL MÚSCULO. Estructura. Mecánica muscular.

### MODULO II. DESCRIPCIÓN DEL APARATO LOCOMOTOR.

Tema 8. EXTREMIDAD SUPERIOR. Osteología (De la Cintura Escapular. Del Brazo. Del Antebrazo. De la Mano). Articulaciones (De la Cintura Escapular. Del Brazo y Antebrazo. De la Mano). Biomecánica de la Extremidad Superior. Musculatura de la Extremidad Superior.

Tema 9. EXTREMIDAD INFERIOR. Osteología (De la Pelvis. Del Muslo. De la Pierna. Del Pie). Articulaciones (De la Cintura Pélvica. De la Rodilla. Del Tobillo. Del Pie). Biomecánica de la Extremidad Inferior. Musculatura de la Extremidad Inferior.

Tema 10. COLUMNA VERTEBRAL. Funciones de la columna. Osteología de la columna. Articulaciones vertebrales. Biomecánica global del tronco. Musculatura de la espalda

Tema 11. TORAX. Osteología del Torax. Articulaciones del Torax. Músculos: El Diafragma. Respiratorios. Del Torax.

Tema 12. CRANEO. Osteología: De la Cabeza. De la Cara. De la Cavidad Craneal. Articulaciones. Músculos.



### MODULO III. INTRODUCCIÓN AL QUIROMASAJE.

Tema 13. ANÁLISIS GENERAL DEL QUIROMASAJE. ¿Qué es el quiromasaje?. Los mitos del quiromasaje. Aplicaciones del quiromasaje. Tacto y esquema corporal

Tema 14. IMPLICACIONES DEL QUIROMASAJE. Concepto, historia, modalidades y tendencias actuales del quiromasaje. Teoría del masaje (Modo de acción del masaje. Efectos del masaje sobre los diferentes sistemas. El estímulo, su acción y sus efectos. Las maniobras: descripción y requisitos. Resumen de conceptos. Modo de aplicación, condiciones y requisitos. Análisis de la piel y tejido conectivo. Análisis de la musculatura. Las relaciones con el paciente. Preliminares a la sesión de masaje. La sesión de masaje. Contraindicaciones). Complementos del masaje (Combinaciones del masaje). Ejercicios digitales y manuales. Estiramientos para los masajistas (Estiramientos pectorales. Estiramientos para la musculatura posterior del hombro. Estiramientos para la musculatura posterior del brazo. Estiramientos para la musculatura de la espalda. Estiramientos para la musculatura flexora de la extremidad superior. Estiramientos para la zona músculo-tendinosa de los flexores del antebrazo. Estiramientos para la zona tendinosa de los flexores de la mano. Estiramientos para los extensores de los dedos). Movimientos de relajación finales.

### CONTENIDO PARTE PRÁCTICA.

#### VIDEO 1.

Introducción al quiromasaje. Cuestiones profesionales (Actitud del quiromasajista, Cuidados de las manos. La cabina de masaje. Psicología y sensibilidad. Lubricantes). Ejercicios con las manos. Efectos del masaje. El masajista y el receptor (Seguridad. Tacto. Conocimientos de anatomía y fisiología). Una sesión de masaje. Conceptos fundamentales de la técnica (Ritmo. Movimiento. Intensidad. Dirección. Posición del receptor). Clasificación de los masajes (Masaje relajante. Masaje estimulante. Masaje descongestionante. Masaje deportivo: Precalentamiento, Durante el ejercicio, Después del deporte). Maniobras fundamentales I (Pases sedantes. Vacía venoso. Vacía linfático).

#### VIDEO 2.

Maniobras fundamentales II (Amasamiento digital. Amasamiento digito-palmar. Amasamiento pulgo-pulgar. Amasamiento nudillar. Amasamiento nudillar total. Amasamientos reforzados. Palmadas digitales. Palmadas digitales con fricción. Palmadas planas. Palmadas cóncavas. Cachetes digitales. Cachetes dorso palmares. Cachetes cóncavos. Cachete compresivo giratorio. Picoteos. Pellizcos. Pellizcos con torsión. Pellizcos con oleaje. Pellizcos de aproximación y separación. Roces digitales circunflejos. Fricciones palmo-digitales. Otros tipos de fricciones: Cubitales, Hipotenares, Nudillares y Digitales. Tecleteos. Rodamientos. Vibraciones.

#### VIDEO 3.

Movilizaciones en el quiromasaje (Clases de movilizaciones: Movilización activa, Movilización activa con resistencia, Movilización pasiva, Movilización pasiva con resistencia. Movilizaciones en el cuello: Rotación del cuello, Estiramiento del cuello. Movilizaciones en los brazos: Estiramiento de brazos, Circunducción de brazos. Movilizaciones de extremidades inferiores: Estiramiento del talón y rodilla, Circunducción del tobillo, Movilización de la rótula. Movilizaciones zona lumbar (Flexión y Extensión). Tratamientos generales I (Cuello y espalda, Extremidades inferiores y pies, Abdomen, Tórax.

#### VIDEO 4.

Tratamientos generales II (Extremidades superiores. Cara y cabeza. Masaje circulatorio: Pases digitales sedantes y vaciamiento, Amasamientos digital y vaciamiento, Tecleteos y vaciamiento, Amasamiento nudillar y vaciamiento, Amasamiento digital, Tecleteos, Pases digitales sedantes, Masaje linfático). Tratamientos específicos (Traumatología: Artrosis, Artritis, Lumbago o reumatismo, Lumbar, Ciática, Fibrosis, Tendinitis. Abdomen: Estreñimiento. Columna vertebral: Escoliosis, Cervicalgias, Tortícolis. Aparato Respiratorio: Asma Bronquial.