
PROGRAMA FORMATIVO

Masaje Zonal y Drenaje Aplicado a la Estética Integral

Código: 2458

➤ **Modalidad: Distancia.**

➤ **Duración: 120 horas**

➤ **Objetivos:**

Conocer la anatomía descriptiva aplicada al masaje, que muestra y describe las estructuras anatómicas necesarias para su aplicación. Familiarizarse con las diferentes zonas anatómicas y saber aplicar las diferentes maniobras de masaje.

➤ **Contenidos:**

Historia del masaje: China, India, Egipto, Grecia, Roma , Arabia, Edad media, Renacimiento, Siglos XVII y XVIII, Siglo XIX, Siglo XX.

Masaje estético: conocimientos de base: Concepto. Algunas definiciones de masaje. Clasificación del masaje estético. Tipos de masaje estético. Efectos del masaje. Indicaciones y contraindicaciones.

Conocimientos previos a la práctica del masaje: Condiciones de las/os profesionales del masaje. Imagen profesional. La cabina del masaje. La higiene postural. Los cosméticos para el masaje. Entrevista/exploración. Instalaciones del cliente. Preparación de las manos: gimnasia manual.

Las maniobras básicas del masaje estético: Parámetros que se deben tener en cuenta para realizar cualquier maniobra. Las maniobra: pases sedantes/ afloraciones. Frotación. Fricción. Presión. Amasamientos. Clasificación de las maniobras de amasamiento. Pellizqueo. Percusión. Vibración.

Masaje zonal: cráneo, cuello y escote: Mapa anatómico de la zona a tratar.

Masaje zonal: cara: Mapa anatómico de la zona a tratar.

Masaje zonal: pies: Mapa anatómico de la zona a tratar.

Masaje zonal: extremidades inferiores: Mapa anatómico de la zona a tratar.

Masaje zonal: abdomen: Mapa anatómico de la zona a tratar.

Masaje zonal: tórax y senos: Mapa anatómico de la zona a tratar.

Masaje zonal: manos: Mapa anatómico de la zona a tratar.

Masaje zonal: extremidades superiores. Mapa anatómico de la zona a tratar.

Masaje zonal: glúteos. Características anatómicas.

Masaje zonal: espalda. Mapa anatómico de la zona a tratar.

PROGRAMA FORMATIVO

Tipos de masaje estético. Masaje circulatorio. Masaje relajante. Masaje reductor. Masaje reafirmante. Masaje en el embarazo y postparto. Masaje y vida sedentaria. Masaje postoperatorio.

Técnicas de masaje por presión: el shiatsu. Qué es el shiatsu. Los puntos de energía: tsupos. La aplicación en estética.

Técnicas respiratorias (I): El aparato respiratorio: estructura y funciones. La respiración.

Técnicas respiratorias (II): Respiración completa. Respiración fisiológica completa. Respiración nasal. Efectos de la respiración rítmica. Ejercicios respiratorios.

Movilizaciones y estiramientos: Estiramientos y movilizaciones pasivas preventivas. Estiramientos en decúbito prono. Los estiramientos en decúbito supino.

Historia: sistema linfático y drenaje linfático manual. Antecedentes históricos. Siglos XX y XXI.

Anatomía, fisiología y patología del sistema linfático. Anatomía. Fisiología. Patología del sistema linfático.

El drenaje linfático zonal: la técnica. Efectos del drenaje linfático. Bases fundamentales de la técnica. Características generales de los movimientos o maniobras. Tipos de maniobras. Errores más frecuentes que no deben cometerse. Flujos linfáticos corporales. Condiciones ambientales óptimas. Contraindicaciones relativas y absolutas. Diferencias entre el masaje clásico y el drenaje linfático manual.

El drenaje linfático zonal: cuello. Cuello. Drenaje linfático del cuello.

El drenaje linfático zonal: cara. Cara. Drenaje linfático de la cara.

El drenaje linfático zonal: nuca. Nuca. Drenaje linfático de la nuca.

El drenaje linfático zonal: pecho y abdomen. Pecho. Abdomen. Drenaje linfático del pecho. Drenaje linfático del abdomen.

El drenaje linfático zonal: espalda y glúteos. Espalda. Glúteos. Drenaje linfático manual de la espalda. Drenaje linfático manual de la región lumbar.

El drenaje linfático zonal: extremidades superiores. Extremidades superiores. Drenaje linfático del miembro superior.

El drenaje linfático zonal: extremidades inferiores. Extremidades inferiores. Drenaje linfático del miembro inferior.

El drenaje linfático manual aplicado a los tratamientos estéticos. El drenaje linfático manual en los tratamientos faciales. El drenaje linfático manual en los tratamientos corporales. El drenaje linfático manual en la cirugía estética.

ANEXO. Conocimientos anatómicos

Los tejidos y la célula. Teoría celular. Relación del masaje con los tejidos.

Aparato locomotor: sistema óseo y muscular.

Sistema circulatorio sanguíneo: Sistema circulatorio. Estructura del sistema circulatorio. La circulación sanguínea.

Aparato digestivo: Estructura del aparato digestivo. Funcionamiento del aparato digestivo.

Sistema nervioso: Las neuronas. Estructura del sistema nervioso. Relación del sistema nervioso con la piel.

Sistema endocrino y sistema reproductor: Sistema endocrino. Las hormonas. Sistema reproductor.

PROGRAMA FORMATIVO

➤ **Contenidos del Dvd:**

En este dvd se encuentran videos que tienen relación con:

- Masaje facial aplicado a la estética (maniobra fundamentales del masaje).
- Masaje corporal (1º parte): introducción al masaje corporal. Maniobras específicas (pies y extremidades inferiores).
- Masaje corporal (2º parte): maniobras especificas (abdomen, torax y senos; manos y extremidades superiores).