

Masaje Zonal y Drenaje Aplicados a la Estética Integral

➤ Modalidad: Distancia

➤ 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 maniobras: 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.
- 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: tsubos. 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.
- Drenaje linfático del Cuello.
- Drenaje linfático de la Cara.
- Drenaje linfático de la Nuca.
- Drenaje linfático del Pecho y Drenaje linfático del Abdomen.
- Drenaje linfático manual de la Espalda. Drenaje linfático manual de la Región Lumbar.
- Drenaje linfático de las Extremidades Superiores.
- Drenaje linfático de las Extremidades Inferiores.

- 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.