

## Programa Quiromasaje Profesional y Deportivo

### 1. Introducción:

- Historia del Masaje y su proyección a través del tiempo.
- El Masaje; su definición y efectos. Indicaciones y contraindicaciones.
- El quiromasajista; su higiene y preparación. Código deontológico.
- Publicidad e intrusismo.  
Diferentes aspectos y consideraciones en relación a la práctica del masaje (elección de la camilla, estado de la sala de masaje, elección del medio lubricante, etc.).  
Diferentes aspectos y consideraciones en relación a la práctica del masaje (elección de la camilla, estado de la sala de masaje, elección del medio lubricante, etc.).

### 2. Técnicas básicas.

- Apartado Teórico-práctico: Estudio del aparato locomotor.
  - Práctica de las técnicas fundamentales: fricciones, amasamientos, vaciados venosos, neurocutáneos, percusiones, desfibrizaciones (masaje del tejido conjuntivo), flexibilizaciones.
- Pautas del masaje:
  - Sentido y dirección, ritmo, amplitud, presión.
  - Regulación del tiempo y frecuencia entre sesiones.
  - Otras consideraciones de interés.
- Práctica del Quiromasaje en posición decúbito prono:
  - Técnicas y orden a seguir en extremidades inferiores, glúteos, espalda, zona específica escapular, raquis, musculatura del cuello y zona cefálica.
- Práctica del Quiromasaje en posición decúbito supino:
  - Técnicas y orden a seguir en extremidades inferiores, abdomen, tórax, extremidades superiores, cuello y zona facial.

### 3. Técnicas Avanzadas :

- Curso completo de Cyriax.
- Pruebas musculares.
- Estiramientos musculares.
- Técnica Jones (punto gatillo).
- Pruebas osteopáticas.
- Técnicas especiales de relajación osteopática.
- Síndrome de la 1ª costilla.
- Trabajo vertebral específico.
- Otras técnicas neuromusculares.

### 4. El Quiromasaje y sus técnicas específicas en los distintos campos.

- El Quiromasaje y la celulitis:
  - Apartado anatómico- fisiológico.
  - Formas y distribución de la celulitis .Síntomas y manifestaciones.
  - Práctica del Quiromasaje en este campo.
  - Indicaciones y contraindicaciones.
- El Quiromasaje y la circulación sanguínea:
  - Apartado anatómico-fisiológico.
  - El Sistema Venoso. Alteraciones en la circulación del retorno: varices, úlceras varicosas, edemas, calambres, flebitis, sensación de piernas pesadas.
  - Práctica del Quiromasaje en la circulación de retorno.
  - Indicaciones y contraindicaciones.
- El Quiromasaje en el deporte antes /durante y después:
  - Apartado anatómico (visto en 1º ciclo).
  - Pautas del Quiromasaje en el deporte.

- Alteraciones musculares: contracturas, agujetas, roturas y secuelas, tendinitis, tenosinovitis y otras alteraciones.
- Práctica del Quiromasaje muscular y tendinoso.
- Alteraciones articulares: esguince, subluxación, artrosis y artritis.
- Práctica de Quiromasaje. Indicaciones y contraindicaciones.
- El Quiromasaje en la zona del raquis:
  - Alteraciones del raquis y espalda: cifosis, escoliosis, lordosis.
  - Lumbalgias, Dorsalgias y Cervicalgias. Dolor general de espalda.
  - Práctica del Quiromasaje muscular en las distintas zonas del raquis.
  - Indicaciones y contraindicaciones.
- El Quiromasaje en la zona toraco- abdominal:
  - Alteraciones del sistema respiratorio. Asma.
  - Alteraciones del sistema digestivo. Estreñimiento. Aerofagia.
  - Práctica del Quiromasaje en tórax y abdomen.
  - Indicaciones y contraindicaciones.

#### **5. El Masaje Dinámico Reflejo (MDR)**

- Está basado en las técnicas del Dr. Terrier. Dadas las características del mismo, son realmente espectaculares los efectos que produce en las hipomovibilidades articulares como en el caso de artrosis (sobre todo las incipientes) o las producidas por los períodos de inmovilización (escayolas, férulas), en el caso de fracturas, esguinces etc. También es muy eficaz en cuadros crónicos de esclerosamiento y adherencias de los diferentes tejidos como ocurre en antiguas roturas musculares, distorsiones ligamentosas y tendinitis. Aquí, su combinación con el masaje transversal Cyriax sería de gran utilidad. También se verá en estos casos de hipomovilidad y dolor la aplicación de la técnica del "rodillo caliente".

#### **6. Técnicas de liberación miofascial**

- El desarrollo de estas técnicas nos permitirá actuar sobre el tejido miofascial con formas nuevas y eficaces de abordar los desequilibrios de algunos músculos y zonas del cuerpo.

#### **7. Acupuntura analgésica sintomática y moxa.**

- Se usa para abordar el dolor crónico donde la técnica manual propiamente dicha es insuficiente. Aquí, la combinación de la electroacupuntura analgésica y la estimulación térmica de la moxa es de extraordinaria eficacia en esguinces, lumbalgias, tendinitis y puntos dolorosos instalados a lo largo del tiempo y no solventados por otros medios terapéuticos. También observaremos la aplicación de la electroacupuntura analgésica en algunos casos de fase dolorosa aguda.

#### **8. Técnica humoral con ventosa (ventosa escarificada).**

- Su principal objetivo es el drenaje de la acidosis de los tejidos en diferentes zonas del cuerpo mediante la técnica de ventosa. Con ello no sólo conseguimos liberar la toxicidad y el dolor que pueda afectar a diferentes músculos y zonas de tejido conectivo, sino que también, por vía refleja, actuaremos sobre órganos y vísceras, que por otro lado suelen ser el elemento causal de esas zonas dolorosas y de acidificación.