
Curso: Masaje zonal y drenaje aplicado a la estética integral

Horas:

Objetivos:

Conocer el masaje estético y el drenaje linfático aplicados a la estética y sus maniobras básicas. Aprender las técnicas respiratorias, movilizaciones, estiramientos y los conocimientos anatómicos.

Dirigido a:

A todo tipo de público, tanto a profesionales del mundo del masaje y de la estética, como a aficionados ya que no requiere conocimientos previos.

Capacita para:

Para adquirir los conocimientos básicos en masaje y drenajes linfáticos. Te capacita profesionalmente en el masaje, también te capacita para el ejercicio de la técnica.

Otros datos:

Para interesados sin conocimientos previos que deseen adquirir una buena base en masaje y drenaje aplicados a la estética.

Profesionales que deseen actualizar sus conocimientos y profundizar en aspectos específicos de los masajes y drenajes aplicados a la estética.

Con este curso encontraremos los mejores masajes estéticos y drenajes linfáticos aplicados a la estética.

Dispone de un DVD, con el cual conoceremos las maniobras fundamentales del masaje facial aplicado a la estética, introducción al masaje corporal con maniobras específicas. Se explica con detalle las características anatómicas de cada zona.

Contenido Formativo:

1. Historia del masaje

1.1. China, India, Egipto, Grecia, Roma, Arabia, Edad media, Renacimiento, Siglos XVII y XVIII, Siglo XIX, Siglo XX.

2. Masaje estético: conocimientos de base

2.1. Concepto.

FICHA TÉCNICA

- 2.2. Algunas definiciones de masaje.
- 2.3. Clasificación del masaje estético.
- 2.4. Tipos de masaje estético.
- 2.5. Efectos del masaje.
- 2.6. Indicaciones y contraindicaciones.

3. Conocimientos previos a la práctica del masaje

- 3.1. Condiciones de las/os profesionales del masaje.
- 3.2. Imagen profesional.
- 3.3. La cabina del masaje.
- 3.4. La higiene postural.
- 3.5. Los cosméticos para el masaje.
- 3.6. Entrevista/exploración.
- 3.7. Instalaciones del cliente.
- 3.8. Preparación de las manos: gimnasia manual.

4. Las maniobras básicas del masaje estético

- 4.1. Parámetros que se deben tener en cuenta para realizar cualquier maniobra.
- 4.2. Las maniobra: pases sedantes/ afloraciones.
- 4.3. Frotación.
- 4.4. Fricción.
- 4.5. Presión.
- 4.6. Amasamientos.
- 4.7. Clasificación de las maniobras de amasamiento.
- 4.8. Pellizqueo.
- 4.9. Percusión.
- 4.10. Vibración.

5. Masaje zonal: cráneo, cuello y escote

- 5.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

6. Masaje zonal: cara

- 6.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

7. Masaje zonal: pies

- 7.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

8. Masaje zonal: extremidades inferiores

- 8.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

9. Masaje zonal: abdomen

- 9.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

10. Masaje zonal: tórax y senos

- 10.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

FICHA TÉCNICA

11. Masaje zonal: manos

11.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

12. Masaje zonal: extremidades superiores.

12.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

13. Masaje zonal: glúteos.

13.1. Características anatómicas.

14. Masaje zonal: espalda.

14.1. Mapa anatómico de la zona a tratar.

15. Tipos de masaje estético.

15.1. Masaje circulatorio.

15.2. Masaje relajante.

15.3. Masaje reductor.

15.4. Masaje reafirmante.

15.5. Masaje en el embarazo y postparto.

15.6. Masaje y vida sedentaria.

15.7. Masaje postoperatorio.

16. Técnicas de masaje por presión: el shiatsu. Qué es el shiatsu.

16.1. Los puntos de energía: tsubos.

16.2. La aplicación en estética.

17. Técnicas respiratorias (I)

17.1. El aparato respiratorio: estructura y funciones.

17.2. La respiración.

18. Técnicas respiratorias (II)

18.1. Respiración completa.

18.2. Respiración fisiológica completa.

18.3. Respiración nasal.

18.4. Efectos de la respiración rítmica.

18.5. Ejercicios respiratorios.

19. Movilizaciones y estiramientos

19.1. Estiramientos y movilizaciones pasivas preventivas.

19.2. Estiramientos en decúbito prono.

19.3. Los estiramientos en decúbito supino.

20. Historia: sistema linfático y drenaje linfático manual.

20.1. Antecedentes históricos.

20.2. Siglos XX y XXI.

FICHA TÉCNICA

21. Anatomía, fisiología y patología del sistema linfático.

- 21.1. Anatomía.
- 21.2. Fisiología.
- 21.3. Patología del sistema linfático.

22. El drenaje linfático zonal: la técnica.

- 22.1. Efectos del drenaje linfático.
- 22.2. Bases fundamentales de la técnica.
- 22.3. Características generales de los movimientos o maniobras.
- 22.4. Tipos de maniobras.
- 22.5. Errores más frecuentes que no deben cometerse.
- 22.6. Flujos linfáticos corporales.
- 22.7. Condiciones ambientales óptimas.
- 22.8. Contraindicaciones relativas y absolutas.
- 22.9. Diferencias entre el masaje clásico y el drenaje linfático manual.

23. El drenaje linfático zonal: cuello.

- 23.1. Cuello.
- 23.2. Drenaje linfático del cuello.

24. El drenaje linfático zonal: cara

- 24.1. Cara.
- 24.2. Drenaje linfático de la cara.

25. El drenaje linfático zonal: nuca.

- 25.1. Nuca.
- 25.2. Drenaje linfático de la nuca.

26. El drenaje linfático zonal: pecho y abdomen.

- 26.1. Pecho .
- 26.2. Abdomen.
- 26.3. Drenaje linfático del pecho.
- 26.4. Drenaje linfático del abdomen.

27. El drenaje linfático zonal: espalda y glúteos.

- 27.1. Espalda.
- 27.2. Glúteos.
- 27.3. Drenaje linfático manual de la espalda.
- 27.4. Drenaje linfático manual de la región lumbar.

28. El drenaje linfático zonal: extremidades superiores.

- 28.1. Extremidades superiores.
- 28.2. Drenaje linfático del miembro superior.

FICHA TÉCNICA

29. El drenaje linfático zonal: extremidades inferiores.

- 29.1. Extremidades inferiores.
- 29.2. Drenaje linfático del miembro inferior.

30. El drenaje linfático manual aplicado a los tratamientos estéticos.

- 30.1. El drenaje linfático manual en los tratamientos faciales.
- 30.2. El drenaje linfático manual en los tratamientos corporales.
- 30.3. El drenaje linfático manual en la cirugía estética.

31. ANEXO. Conocimientos anatómicos

32. Los tejidos y la célula.

- 32.1. Teoría celular.
- 32.2. Relación del masaje con los tejidos.

33. Aparato locomotor

- 33.1. Sistema óseo y muscular.

34. Sistema circulatorio sanguíneo

- 34.1. Sistema circulatorio.
- 34.2. Estructura del sistema circulatorio.
- 34.3. La circulación sanguínea.

35. Aparato digestivo

- 35.1. Estructura del aparato digestivo.
- 35.2. Funcionamiento del aparato digestivo.

36. Sistema nervioso

- 36.1. Las neuronas.
- 36.2. Estructura del sistema nervioso.
- 36.3. Relación del sistema nervioso con la piel.

37. Sistema endocrino y sistema reproductor

- 37.1. Sistema endocrino.
- 37.2. Las hormonas.
- 37.3. Sistema reproductor.

38. Contenidos del Dvd:

- 38.1. En este dvd se encuentran videos que tienen relación con:
- 38.2. Masaje facial aplicado a la estética (maniobra fundamentales del masaje).
- 38.3. Masaje corporal (1º parte): introducción al masaje corporal. Maniobras específicas (pies y extremidades inferiores).
- 38.4. Masaje corporal (2º parte): maniobras específicas (abdomen, torax y senos; manos y extremidades superiores).