



**PROTOCOLO MASAJE DESCONTRACTURANTE**  
**M-APT-FT-PT-005 VI, 19-01-2022**

**1. OBJETIVO**

Lograr una intervención pronta y eficaz donde disminuya y relaje la tensión muscular, incorporando al paciente en actividades físicas, académicas y laborales, en lo posible sin secuelas ni complicaciones.

**2. RESPONSABLE**

Fisioterapeuta

**3. ALCANCE**

El presente protocolo aplica a todo paciente que presente contracturas musculares, artritis, parálisis muscular, calambres y dislocaciones.

**4. ENFOQUE DIFERENCIAL**

El principio de enfoque diferencial reconoce que hay poblaciones con características particulares debido a su edad, género, raza, etnia, condición de discapacidad y víctimas de la violencia.

En Cecimin S.A.S reconoce y ampara los derechos humanos, prestando el servicio a todo paciente que sospeche o presente tensión muscular, esto sin ningún tipo de discriminación, marginación, invisibilización y violencia, ciclo de vida (niño, adolescente, adulto y vejez), inclusión étnica (afrodescendiente, indígena, Rron, Gitano), Orientación sexual e identidad de género (hombre, mujer y población LGTBI), población rural y urbana, Migrantes, nivel educativo y víctimas de conflicto armado. Como está descrito en el procedimiento de ENFOQUE DIFERENCIAL.

**5. RECURSOS**

**5.1. Equipos**

- No aplica

**5.2. Insumos**

- Camilla
- Aceite
- Toalla de papel desechable
- Alcohol
- Guantes.

**5.3. Personal**

- Fisioterapeuta

**5.4. Medicamentos**

- No aplica

**6. GENERALIDADES**

**6.1. DEFINICIÓN**

**PROTOCOLO MASAJE DESCONTRACTURANTE**  
**M-APT-FT-PT-005 VI, 19-01-2022**

El masaje descontracturante se utiliza para relajar la musculatura y disolver las contracturas que se producen por estrés, exceso de ejercicio, malas posturas, falta de descanso o una vida demasiado sedentaria.

**6.2. EFECTOS**

- Activa la circulación
- Relaja Músculos y nervios
- Produce descanso psicosomático
- Incrementa la buena digestión
- Normaliza el metabolismo
- Elimina toxinas
- Activa el funcionamiento pulmonar
- Beneficia la secreción glandular
- Aumenta los glóbulos rojos y blancos
- Incrementa el movimiento linfático

**6.3. CONTRAINDICACIONES**

- Inflamación
- Enfermedades infecciosas
- Enfermedades contagiosas
- Cáncer
- Tumores
- Quistes
- Hematomas
- Úlcera gástrica y duodenal
- Vena varice
- Cicatrices de cirugías

**7. PASO A PASO**

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	RESPONSABLE	REGISTRO
Informar al paciente respecto al tratamiento a realizar	Explique los beneficios, alternativas y riesgos del masaje descontracturante y asegúrese que el paciente entiende y consciente	Fisioterapeuta	Historia clínica
Preparar del paciente	Colocar ropa adecuada el paciente, se le entrega Kit de ropa desechable Bata, gorro, polainas	Fisioterapeuta	Historia Clínica
Realizar Antes del tratamiento	Se limpia la zona con alcohol y un paño desechable, se realiza lavado de manos y se colocan guantes.	Fisioterapeuta	Historia Clínica
Ejecutar el masaje	Se aplica aceite y se realizan maniobras de fricción,	Fisioterapeuta	Historia Clínica

**PROTOCOLO MASAJE DESCONTRACTURANTE  
M-APT-FT-PT-005 VI, 19-01-2022**

	frotamientos, pellizcamiento y percusión. Durante 40 minutos		
Recomendación al paciente.	Puede presentar dolor tipo maltrato después del procedimiento y puede durar 24 horas.	Fisioterapeuta.	Historia clínica.

**8. BIBLIOGRAFÍA**

1. Protocolo de fisioterapia en Atención Primaria. Junta de Castilla y León Consejería de Sanidad, Gerencia Regional de Salud, Junio 2018.
2. PROTOCOLO DE PRÁCTICA PARA FISIOTERAPIA EN EL CENTRO INTEGRAL DE REHABILITACIÓN DE COLOMBIA, UNIVERSIDAD EL BOSQUE FACULTAD DE EDUCACIÓN ESPECIALIZACIÓN EN DOCENCIA UNIVERSITARIA BOGOTÁ, COLOMBIA 2020