

Instituto de Capacitación para el Trabajo

del Estado de Quintana Roo

# Dirección General

Dirección Técnica-Académica

## PROGRAMA DEL CURSO NO REGULAR

## “ALINEACION AL CURSO DE TÉCNICAS

## BÁSICAS DE MASAJE”

**HORAS: 20**

|  |
| --- |
| PRESENTACIÓN |
| El instituto de capacitación para el trabajo del estado de Quintana Roo ha elaborado el programa del curso de capacitación **“ALINEACION AL CURSO DE TÉCNICAS BÁSICAS DE MASAJE”.**  Este curso consta de 20 horas y se encuentra organizando en 5 unidades las cuales son:   1. GENERALIDADES DEL MASAJE 2. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA 3. MANIPULACIONES TÉCNICAS 4. PREPARACION DEL ÁREA DE TRABAJO 5. TÉCNICAS BÁSICAS DEL MASAJE   Con este contenido los capacitando tendrán una guía teórica y práctica para completar su curso de técnicas básicas, así mismo también les ayudará si desean posteriormente tomar el curso de certificación en Rocco de técnicas básicas de masaje. |

|  |
| --- |
| JUSTIFICACIÓN |
| En el Instituto de Capacitación para el Trabajo del Estado de Quintana Roo, atendiendo la demanda de la sociedad, desarrolla el presente programa de (alineación al curso de técnicas básicas de masaje) que dará a conocer al alumno los principios teóricos y técnicos para el dominio de las técnicas básicas del masaje ya que hoy en día se requiere que los terapeutas estén bien preparados para la posible exigencia de la industria hotelera del concepto spa que demanda que los terapeutas estén certificados.  Con este programa se pretende beneficiar a la sociedad de terapeutas que aun no están actualizados puedan a través de este curso alcanzar ese objetivo. |

|  |
| --- |
| OBJETIVO |
| **Al finalizar este curso el capacitando obtendrá de manera teórica y práctica los principios y fundamentos del masaje.**  **Así mismo dominará las maniobras del masaje con sus diferentes grupos manipulativos, además tendrá la capacidad de ejecutar de manera técnica las diferentes modalidades del masaje como son: masaje neuro sedante, relajante, deportivo, aroma terapéutico y prenatal.** |

|  |
| --- |
| DIRIGIDO A |
| El curso “alineación al curso de técnicas básicas de masaje” de modalidad CAE está dirigido específicamente a fisioterapeutas, quiro masajistas y masoterapeutas; que deseen validar sus conocimientos de una forma profesional.  El aspirante que desee ingresar a este curso, deberá cubrir los siguientes requisitos:   * Aplicar la comunicación verbal * Saber leer y escribir * Aplicar las cuatro operaciones básicas * Edad mínima de 15 años * Ganas de aprender   Además para poder inscribirse, el aspirante deberá entregar la documentación siguiente:   * Acta de nacimiento * Comprobante de domicilio * CURP * Solicitud de inscripción con los datos requeridos   Lo anterior, de acuerdo con las Normas de Control Escolar de las Unidades de Capacitación para el Trabajo, autorizadas por la Dirección General de Centros de Formación para el Trabajo (DGCFT). |

**PRESENTACIÓN DE LOS CONTENIDOS TEMÁTICOS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CONTENIDOS** | | | NOMBRE |
| **UNIDAD** | **TEMA** | **SUBTEMA** |
| **1** |  |  | **Generalidades del masaje** |
|  | **1.1** |  | **Historia** |
|  | **1.2** |  | **Fundamentos del masaje** |
|  |  | 1.2.1 | contraindicaciones |
|  |  | 1.2.2 | indicaciones |
|  |  | 1.2.3 | Seguridad e higiene |
|  |  | 1.2.4 | Ficha clínica |
|  |  | 1.2.5 | Toma de signos vitales |
|  |  |  |  |
| **2** |  |  | **Anatomía y fisiología** |
|  | **2.1** |  | Anatomía topográfica |
|  |  | 2.3.1 | Región corporal y de órganos |
|  |  | 2.3.2 | Anatomía sistemática |
|  |  | 2.3.3 | Sistema óseo |
|  |  | 2.3.4 | Sistema articular |
|  |  | 2.3.5 | Sistema muscular |
| **3** |  |  | **Manipulaciones técnicas del masaje** |
|  | 3.1 |  | Bases técnicas |
|  |  | 3.4.1 | Manipulaciones y su efecto fisiológico |
|  |  | 3.4.2 | Grupos manipulativos |
| **4** |  |  | **Preparación del área de trabajo** |
|  | 4.1 |  | La cabina |
|  |  | 4.5.1 | protocolos |
|  |  | 4.5.2 | Estándares y procedimientos |
|  |  |  |  |
| **5** |  |  | **Técnicas básicas del masaje** |
|  | 5.1 |  | Masaje neuro sedante |
|  | 5.2 |  | Masaje relajante |
|  | 5.3 |  | Masaje deportivo |
|  | 5.4 |  | Masaje aroma terapéutico |
|  | 5.5 |  | Masaje prenatal |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ACTIVIDADES ACADÉMICAS** | | | |
| **ASISTENCIA** | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| **20** | 16 | Se precisa al menos 80 de asistencia, salvo que el capacitando justifique previamente sus faltas |
| EVALUACIÓN CONTINUA | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| **40** | 32 | Se evalúa participación en dinámicas continuas |
| **EVALUACIÓN ESCRITA Y/O PRÁCTICA** | **%** | MÍNIMO REQUERIDO | OBSERVACIONES |
| **40** | 32 | Al finalizar el curso se aplica una evaluación general |
| **HORAS DE PRÁCTICA** |  | **MÍNIMO REQUIRIDO** | **Observaciones** |
|  | **20** | **16** | Se precisa al menos el 80 de prácticas relacionado con cada uno de los temas. |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **1. GENERALIDADES DEL MASAJE** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| **PROPÓSITO:** | **El capacitando aprenderá los fundamentos del masaje y el cuidado de la salud del usuario spa** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | | | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Generalidades del masaje    1. Historia del masaje    2. Fundamentos del masaje    3. Indicaciones.    4. Contraindicaciones y precauciones.    5. Seguridad e higiene.    6. Ficha clínica    7. Toma de signos vitales. | | | **Encuadre grupal:**   * Presentación general del tema   **Contextualización:**   * El instructor hará un recuento de los centros de trabajo sobre el masaje * Cada participante compartirá sus experiencias y sus conocimientos previos de los temas   **Teorización:**   * Explicación de las teorías del masaje. * El instructor explicará y demostrará las precauciones, seguridad e higiene que se debe tener en el masaje.   **Ejercitación :**   * Se realiza prácticas relacionado con cada uno de los temas.   **Reflexión**   * Se realizará retro alimentación de cada uno de los temas visto donde cada practicante dará su punto de vista. | Instalaciones   * Aula o taller de capacitación   Mobiliario   * Mesas de masaje * Sillas * Pintarron * Proyector * Computadora   Materiales   * Manómetro * Termómetro * Y el material que el instructor considere necesario. | Evaluación diagnostica   * Cuestionario   Evaluación formativa   * Guía de observación * Lista de cotejo | 2 horas |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **2.ANATOMIA Y FISIOLOGIA** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| **PROPÓSITO:** | **El capacitando aprenderá las diferentes partes anatómicas corporales y comprenderá el funcionamiento del cuerpo.** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | | | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Anatomía y fisiología    1. Anatomía topográfica    2. Anatomía sistemática | | | **Encuadre grupal:**   * Presentación general del tema * Cada participante compartirá sus experiencias y sus conocimientos previos de los temas   **Teorización:**   * Explicación y demostración de las teoría anatómicas   **Ejercitación:**   * Se realiza prácticas relacionado con cada uno de los temas.   **Reflexión:**   * Se realizará retro alimentación de cada uno de los temas visto donde cada practicante dará su punto de vista. | Instalaciones   * Aula o taller de capacitación   Mobiliario   * Mesas de masaje * Sillas * Pintarron * Proyector * Computadora   Materiales   * Graficas de regiones corporales * Graficas de órganos internos * Y el material que el instructor considere necesario. | Evaluación diagnostica   * Cuestionario   Evaluación formativa   * Guía de observación * Lista de cotejo | 2 horas |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **3.MANIPULACIONES TECNICAS** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| **PROPÓSITO:** | **El capacitando aprenderá el uso de las diferentes maniobras del masaje.** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | | | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Manipulaciones técnicas    1. Bases técnicas    2. Efecto fisiológico de las manipulaciones    3. Grupos manipulativos | | | **Encuadre grupal:**   * Presentación general del tema * Cada participante compartirá sus experiencias y sus conocimientos previos de los temas   **Teorización:**   * Explicación de la teoría de las técnicas.   **Ejercitación :**   * Se realiza prácticas relacionado con cada uno de los temas.   **Reflexión :**   * Se realizará retro alimentación de cada uno de los temas visto donde cada practicante dará su punto de vista. | Instalaciones   * Aula o taller de capacitación   Mobiliario   * Mesas de masaje * Sillas * Pintarron * Proyector * Computadora   Materiales   * Aceite vehicular * esencias * Y el material que el instructor considere necesario. | Evaluación diagnostica   * Cuestionario   Evaluación formativa   * Guía de observación * Lista de cotejo | 2 horas |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **4. preparación del área de trabajo** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| **PROPÓSITO:** | **El capacitando aprenderá el arreglo de su cabina así como utilizar de manera optima los protocolos y estándares de servicio.** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | | | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Preparación del área de trabajo    1. La cabina    2. protocolos    3. estándares y procedimientos | | | **Encuadre grupal:**   * Presentación general del tema * Cada participante compartirá sus experiencias y sus conocimientos previos de los temas   **Teorización:**   * Explicación de las formas de trabajo * El instructor explicará y demostrará los protocolos que se deben guardar antes y durante el masaje.   **Ejercitación.:**   * Se realiza prácticas relacionado con cada uno de los temas.   **Reflexión.:**   * Se realizará retro alimentación de cada uno de los temas visto donde cada practicante dará su punto de vista. | Instalaciones   * Aula o taller de capacitación   Mobiliario   * Mesas de masaje * Sillas * Pintaron * Proyector * Computadora   Materiales   * Accesorios de spa * Y el material que el instructor considere necesario. | Evaluación diagnostica   * Cuestionario   Evaluación formativa   * Guía de observación * Lista de cotejo   Evaluación final   * Cuestionario * Guía de observación * Lista de cotejo | 2 horas |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **5.TECNICAS BASICAS DEL MASAJE** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| **PROPÓSITO:** | **El capacitando aprenderá a diferenciar las modalidades técnicas básicas del masaje.** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | | | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Técnicas básicas del masaje    1. Masaje neuro sedante    2. Masaje relajante    3. Masaje deportivo    4. Masaje aroma terapéutico    5. Masaje prenatal | | | **Encuadre grupal:**   * Presentación general del tema * Cada participante compartirá sus experiencias y sus conocimientos previos de los temas   **Teorización:**   * Explicación de las teorías de las teorías básicas del masaje * El instructor explicará y demostrará cada una de las técnicas del masaje.   **Ejercitación :**   * Se realiza prácticas relacionado con cada uno de los temas.   **Reflexión :**   * Se realizará retro alimentación de cada uno de los temas visto donde cada practicante dará su punto de vista. | Instalaciones   * Aula o taller de capacitación   Mobiliario   * Mesas de masaje * Sillas * Pintarron * Proyector * Computadora   Materiales   * Manómetro * Termómetro * Aceite vehicular * Esencias aromáticas * Y el material que el instructor considere necesario. | Evaluación diagnostica   * Cuestionario   Evaluación formativa   * Guía de observación * Lista de cotejo   **Evaluación final**   * Cuestionario * Guía de observación * Lista de cotejo | 12 horas |

**DISTRIBUCIÓN DE CARGA HORARIA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD** | **TEMAS** | **SUBTEMAS** | **CARGA HORARIA** | **HORAS DE PRÁCTICA** |
| 1 | 4 | 5 | 2 | 1 |
| 2 | 1 | 5 | 2 | 1 |
| 3 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| 4 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| 5 | 5 | 0 | 12 | 10 |
| **TOTALES** | **12** | **14** | **20** | **14** |

|  |
| --- |
| BIBLIOGRAFÍA |
| **LIBRO: Manual de masajes, Atlas de anatomía y salud corporal, Educación para la salud.**  **AUTOR; Lisette Lanvin, Javier Crespo, Nuria Currel y Jordi Currel, Salas Álvarez.**  **EDITORIAL: Olimpo, Euro México y Prentice Hall.** |

|  |
| --- |
| CRÉDITOS |
| ELABORÓ:  **INSTITUTO DE CAPACITACIÓN PARA EL TRABAJO DEL ESTADO DE QUINTANA ROO**  **QUIROTERAPEUTA, PEDRO MARIANO BÁEZ MOJICA**  REVISÓ:  Germán Solana Rodríguez  Departamento de Programas de Capacitación y Desarrollo Docente |