

Instituto de Capacitación para el Trabajo

del Estado de Quintana Roo

# Dirección General

Dirección Técnica-Académica

## PROGRAMA DEL CURSO NO REGULAR

## “MASAJE DE TEJIDO PROFUNDO BÁSICO”

**HORAS: 30**

|  |
| --- |
| PRESENTACIÓN |
| El instituto de capacitación para el trabajo del estado de Quintana Roo presenta el programa del curso de capacitación “Masaje de tejido profundo básico” Este curso consta de 30 horas y se encuentra organizando en 3 unidades las cuales son:  - Anatomía y Fisiología  - Base teórica y fundamentos masaje de tejido profundo  -Propedéutica clínica Y patologías del sistema osteomuscular  **DESCRIPCIÓN:** Esta capacitación describe los principios y fundamentos de todos los conceptos e ideas en referencia a las actividades y responsabilidades del **Terapeuta de masaje**  encuadradas dentro de la industria de la hospitalidad de un Spa o clínica de masaje  En primera instancia, se abordan consideraciones teóricas de orden general, analizando posteriormente técnicas específicas del masaje, así como la forma correcta de recomendarlo, con absoluto dominio de la misma y las actividades que involucra.  A saber,   * Conocimiento del concepto e historia de masaje de tejido ´profundo * Procedimiento ético y profesional * Conocimiento teórico del masaje * Conocimiento teórico de la anatomía y fisiología del cuerpo * Dominio de la propedéutica clínica * Conocimiento de las patologías * Dominio absoluto de las manipulaciones del masaje * Conocimiento absoluto del efecto de las manipulaciones * Utilización correcta de las posturas y sugerencias para aplicar el masaje * Aplicación correcta de los estándares, procedimientos y protocolos del masaje. |

|  |
| --- |
| JUSTIFICACIÓN |
| El instituto de capacitación para el trabajo del Estado de Quintana Roo, atendiendo la demanda de la sociedad desarrolla el presente programa de masaje de tejido profundo básico, debido a la necesidad de los usuarios spas y clínicas de masaje que reciben a diario  Clientes con necesidades de un masaje más especializado que cumpla con la expectativa de aliviar sus contracturas y dolores musculares.  Con este programa se pretende beneficiar al usuario spa así como también las diferentes clínicas locales que requieren contar con un tratamiento más terapéutico, así de esa forma se suple la necesidad del cliente que no solo busca relajarse si no también recibir alivio de sus dolencias crónicas en los músculos. |

|  |
| --- |
| OBJETIVO |
| **OBJETIVO GENERAL:** Fomentar en el estudiante su capacidad de desenvolvimiento en un área de masaje de tipo más terapéutico.  **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Al término del proceso de preparación el estudiante calificará para validar académicamente su experiencia en la especialidad ya mencionada dominando las técnicas y estrategias terapéuticas del masaje de tejido profundo. |

|  |
| --- |
| DIRIGIDO A |
| El curso “Masaje de tejido profundo básico” de modalidad CAE está dirigido a terapeutas que hayan terminado sus estudios como terapeutas en técnicas básicas de masaje además que tengan mínimo 6 meses de trabajo laboral. También lo pueden tomar terapeutas de masaje holístico que le puede servir de complemento para sus terapias alternativas, al igual fisioterapeutas que quieran reforzar sus técnicas En masaje terapéutico dado la clasificación de este masaje.  El aspirante que desee ingresar al curso deberá cubrir requisitos de la normatividad que el ICATQR requiere. |

**PRESENTACIÓN DE LOS CONTENIDOS TEMÁTICOS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CONTENIDOS** | | | NOMBRE |
| **UNIDAD** | **TEMA** | **SUBTEMA** |
| **1** |  |  | **Anatomía y fisiología** |
|  | **1.1** |  | **Osteología** |
|  | **1.2** |  | **Estructura y función física** |
|  |  | 1.2.1 | Tipos de huesos |
|  |  | 1.2.2 | Esqueleto axial |
|  |  | 1.2.3 | Esqueleto apendicular |
|  |  | 1.2.4 | Cinturón escapular y pélvico |
|  |  | 1.2.5 | Tipos de articulación |
|  |  |  |  |
|  | **1.3** |  | **Miología** |
|  |  | 1.3.1 | Función del sistema muscular |
|  |  | 1.3.2 | Estructura muscular |
|  |  | 1.3.3 | Tipos de músculos |
|  |  | 1.3.4 | Características de los músculos |
|  |  | 1.3.5 | Denominación de los músculos |
|  |  | 1.3.6 | Disposición de los fascículos |
|  |  | 1.3.7 | Movimiento y función |
|  |  | 1.3.8 | Origen e inserción |
| **2** |  |  | **Masaje de tejido profundo** |
|  | 2.1 |  | **Bases y fundamentos del masaje de tejido profundo** |
|  | 2.2 |  | **Beneficios** |
|  | 2.3 |  | **Indicaciones** |
|  | 2.4 |  | **Contraindicaciones y precauciones** |
|  | 2.5 |  | **Maniobras técnicas básicas y su efecto fisiológico** |
|  | 2.6 |  | **Método manual reforzado** |
|  | 2.7 |  | **Secuencia técnica corporal** |
|  |  |  |  |
| **3** |  |  | **Propedéutica clínica** |
|  | 3.1 |  | **Introducción** |
|  | 3.2 |  | **Salud** |
|  | 3.3 |  | **Asepsia y antisepsia** |
|  | 3.4 |  | **Ficha clínica** |
|  | 3.5 |  | **Toma de signos vitales** |
|  | 3.6 |  | **Método de exploración física** |
|  | 3.7 |  | **Lesiones del aparato osteomuscular** |

**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** |
|  | **30** | **24** | Se precisa al menos el 80 de prácticas relacionado con cada uno de los temas. |

**NOTA: DE ACUERDO AL CURSO Y A SUS CARACTERÍSTICAS PARTICULARES SE PUEDEN TOMAR EN CUENTA OTROS ASPECTOS COMO ELEMENTOS DE EVALUACIÓN.**

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **1. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA** | | | | |
|  |  | | | | |
| **PROPÓSITO:** | **El capacitando obtendrá los conocimientos de las diferentes estructuras y funciones del cuerpo.** | | | | |
|  |  | | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Anatomía y fisiología    1. Osteología    2. Estructura y función física       1. Tipos de huesos       2. Esqueleto axial       3. Esqueleto apendicular       4. Cinturón escapular y pélvico       5. Tipos de articulación    3. Miología   1.3.1. función del sistema muscular  1.3.2. Estructura muscular  1.3.3. Tipos de músculos  1.3.4. Características de los  Músculos.  1.3.5. denominación de los  Músculos.  1.3.6. disposición de los  Músculos.  1.3.7. movimiento y función  1.3.8. origen e inserción | | Encuadre grupal   * Explicación del objetivo general del curso. * Presentación del temario y la duración en horas. * Aplicación de técnicas rompe hielo. * Aplicación de evaluaciones diagnósticas.   Contextualización  Se realizara retroalimentación de cada uno de los temas visto donde cada practicante expondrá sus dudas o los comentarios que tenga de la unidad.  ***Teorización:***  Explicar los diferentes aparatos y sistemas del cuerpo  Integrar el aprendizaje a través  de resúmenes, cuadros  sinópticos y mapas  Conceptuales.  **Ejercitación:**  Demostrar las diferentes regiones del cuerpo de una forma topográfico y biomecánica  Organizar ejercicios prácticos  Principalmente de los movimientos articulares **Reflexión**  Se realizara 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 * Grabadora   Materiales   * Laminas * Y el material que el instructor considere necesario. | **Evaluación Diagnóstica:**  Cuestionario  **Evaluación Formativa:**  Aplicar evaluaciones formativas a  través de:  **Cuestionario de conocimientos**  del cuerpo humano  Lista de cotejo para el reconocimiento del cuerpo  **Guía de observación para el:**  reconocimiento muscular  reconocimiento óseo   * Reconocimiento de órganos * Reconocimiento de regiones corporales | 6 hrs. |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | **2. BASES Y FUNDAMENTO DEL MASAJE DE TEJIDO PROFUNDO** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| **PROPÓSITO:** | **El capacitando aprenderá el fundamento y la teorías del masaje además de dominar la técnica de tejido profundo.** | | | | | |
|  |  | | | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | | | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Masaje de tejido profundo    1. Bases y fundamento del masaje de tejido profundo.    2. Beneficios.    3. Indicaciones.    4. Contraindicaciones y precauciones.    5. Maniobras técnicas básicas y su efecto fisiológico.    6. Método manual reforzado.    7. Secuencia técnica corporal. | | | ***Encuadre grupal:***  Presentar el propósito y el  Contenido de la Unidad.  ***Contextualización:***  Presentar un video donde se  Proporcione un masaje de tejido profundo.  ***Teorización:***  Explicar cómo desarrollar cada técnica reforzada para el masaje de tejido profundo  Integrar el aprendizaje a  través de resúmenes, cuadros  sinópticos y mapas  conceptuales  **Ejercitación:**  Demostrar los conocimientos  De las técnicas del masaje de tejido profundo  Organizar ejercicios prácticos  de las técnicas reforzadas  Trabajo en equipo en relación  al conocimiento de las  técnicas reforzadas  Aplicar evaluaciones   * formativas a través de prácticas   ***Reflexión:***  Organizar sesiones de  retroalimentación al desarrollo  del curso y el desempeño de  los participantes.  Verificar el logro del resultado  de aprendizaje  Coordinar conclusiones  generales en cuanto al  conocimiento básico de las técnicas reforzadas. | Instalaciones     * Aula o taller de capacitación   Mobiliario   * Mesas de masaje * Sillas * Pintarron * Proyector * Computadora * Grabadora   Materiales   * Laminas * Toallas * Rodillos * Sabanas * Bata * Pantuflas * baumanómetro * Termómetro * Y el material que el instructor considere necesario. | Evaluación diagnostica     * Cuestionario   Evaluación formativa   * Guía de observación * Lista de cotejo * Postura correcta * Técnica reforzada * Ritmo e intensidad de presión * Tiempo de la maniobra   Evaluación final   * Cuestionario * Guía de observación * Lista de cotejo | 20 horas |

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES POR UNIDAD

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DE LA UNIDAD:** | | **3. PROPEDÉUTICA CLINICA** | | | | |
|  | |  | | | | |
| **PROPÓSITO:** | | Que el participante se responsabilice con la trascendencia e impacto del profesional del Masaje. Que realice el  llenado de hoja clínica y la toma de signos vitales para verificar que no haya contraindicaciones y que las  Condiciones del usuario sean aptas para recibir el servicio que se ha seleccionado. | | | | |
|  | |  | | | | |
| DESARROLLO TEMÁTICO | | ESTRATEGIA DIDÁCTICA | | **APOYO DIDÁCTICO** | **CRITERIO DE EVALUACIÓN** | **TIEMPO** |
| 1. Propedéutica clínica    1. Introducción    2. Salud    3. Asepsia y antiasepsia.    4. Ficha clínica.    5. Toma de signos vitales.    6. Método de exploración física.    7. Lesiones del aparato osteomuscular. | | ***Encuadre grupal:***  Aplicación de la técnica para la  Integración grupal.  Presentación general del curso  Material didáctico  Forma de trabajo  Explicación de las metas,  beneficios y fines del curso  Aplicación de evaluación  diagnostica  ***Contextualización:***  Comentar experiencias en cuanto  Ala salud de los usuarios del masaje .  ***Teorización:***  Explicar los datos de la Hoja  clínica para detectar de qué  manera actuar y que no hacer,  contraindicaciones y beneficios  de cada una técnica de  Masaje.  Integrar el aprendizaje a través  de resúmenes, cuadros  sinópticos y mapas  Conceptuales.  **Ejercitación:**  Demostrar el correcto llenado  de la Hoja clínica  Organizar ejercicios prácticos   * del llenado de la Hoja clínica | | . ***Instalaciones:***  Aula – taller de  capacitación  ***Mobiliario:***  Sillas  Mesas  Pizarrón  ***Material audiovisual:***  Computadora  Cañón  CD  ***Material impreso:***  Manual del  Participante.  Lista de asistencia  Hoja clínica  ***Materiales:***  Termómetro  Baumanómetro  Estetoscopio  Reloj con segundero  Alcohol con algodón  (para limpiar el   * termómetro). | **Evaluación Diagnóstica:**  Cuestionario  **Evaluación Formativa:**  Aplicar evaluaciones formativas a  través de:  Cuestionario de conocimientos para la  historia fundamentos y  contraindicaciones  **Lista de cotejo para la hoja clínica**  Guía de observación para la toma  de signos vitales:  Temperatura  Presión arterial   * Frecuencia cardiaca | 4 hrs. |

**DISTRIBUCIÓN DE CARGA HORARIA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD** | **TEMAS** | **SUBTEMAS** | **CARGA HORARIA** | **HORAS DE PRÁCTICA** |
| 1 | 3 | 13 | 6 | 4 |
| 2 | 7 | 0 | 20 | 17 |
| 3 | 7 | 0 | 4 | 3 |
| **TOTALES** | **17** | **13** | **30** | **24** |

|  |
| --- |
| BIBLIOGRAFÍA |
| **LIBRO: masaje de los tejidos profundos, Manual de masajes, Atlas de anatomía y salud corporal, Educación para la salud.**  **AUTOR; Art Riggs, Lisette Lanvin, Javier Crespo, Nuria Currel y Jordi Currel, Salas Álvarez.**  **EDITORIAL; Paidotibo, 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** |