|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NOMBRE DEL CURSO:** | MASAJE TERAPEUTICO SPA | **TIPO DE CURSO:** |  |
| **ÁREA:** | Servicios de Spa | **DURACIÓN:** | 30 horas |
| **CICLO:** | Semanal | **PERIODO:** |  |
| **HORARIO:** |  | **LUGAR DE INSTRUCCIÓN:** |  |
| **NOMBRE DEL INSTRUCTOR:** | Rosalba Campos Chávez. | **N° DE PARTICIPANTES:** |  |

|  |
| --- |
| **I. PROPOSITO DEL CURSO:** |
| Proporcionar a los participantes, los conocimientos, habilidades y actitudes, que les permitan obtener y/o actualizar los conceptos y herramientas de las técnicas básicas de masaje de terapéutico en la modalidad de Spa, a fin de contribuir a la profesionalización de los mismos. |
| **II. DIRIGIDO A:** |
| Personal del área de la salud y belleza, turismo Spa; Médicos, Terapeutas y personas interesadas en homologar sus conocimientos en el área de técnicas básicas de masaje de Masaje Terapéutico Spa. |
| **III. INTRODUCCION** |
| La gran competencia que existe en el mercado turístico, nos lleva a buscar nuevas formas de innovación en los ámbitos técnicos, de mercadotecnia, así como de eficiencia y eficacia en la prestación de servicios, teniendo como eje rector un sentido ampliamente humanista y ético.  Dentro de la industria turística, una vertiente muy importante son los servicios SPA. Es bien sabido que los clientes buscan una estancia placentera y plena a la hora de solicitar un servicio y está plenitud de descanso la encuentra precisamente en el SPA, un espacio no solo para recreación, sino para relajación, en el cual se pueden generar nuevos ambientes que permitan una satisfacción total en el servicio. Además, dentro de la amplia gama de servicios que presta un SPA, el que más demanda tiene, es el masaje, en todas sus modalidades, seguido por los tratamientos faciales y corporales.  Como se puede observar, los servicios de spa representan un mercado creciente y prometedor en el sector turístico. Por tanto, los puntos principales del éxito del Spa están en el personal que sabe la diferencia entre proporcionar un servicio ordinario y un extraordinario y la eficiencia con que se realicen, promuevan y administren los servicios que se ofrecen. |
| **IV. JUSTIFICACION** |
| El ajetreo de la vida actual, la tensión en el trabajo, los altos índices de estrés, y la gran competencia, llevan a que el ámbito Spa no solo se mejore, sino que busque estrategias que vean al cliente como una persona con necesidades particulares, que se pueden atender mediante un servicio especializado y profesional.  El 55% de las personas que asisten a un Spa es por recomendación, por lo tanto es necesario crear un programa de capacitación constante, en el prestador de servicios Spa, haciendo hincapié en la formación *técnico profesional:*  El presente programa que tiene como finalidad actualizar los conocimientos del terapeutas Spa, implementando estándares de calidad internacionales, según las necesidades del mercado.  En el mundo de los spas, hay muchos servicios que se ofrecen a los clientes como tratamientos terapéuticos en todas sus formas, entre ellos encontramos el masaje Terapéutico. Como su nombre lo indica el Masaje Terapéutico es un conjunto de maniobras técnicas que aplicadas al organismo, influyen en el organismo de manera directa o refleja, produciendo efectos Psicológicos, locales y generales.  El Masaje Terapéutico es prácticamente un método de valoración, mediante la palpación, y de tratamiento manual, Cuando los músculos se tensionan, bloquean los nutrientes y evitan que el oxígeno llegue al destino correcto, esto conduce a la inflamación que acumula toxinas en los tejidos musculares. Estas toxinas y la inflamación puede contribuir al dolor y el estrés, produciendo un circulo vicioso. Un Masaje Terapéutico, ayuda a aflojar los tejidos musculares, libera toxinas de los tejidos y ayuda a mejorar la postura y devolver la movilidad articular, es especialmente útil para las zonas crónicamente tensas y contraídas, tales como la rigidez de cuello, rigidez lumbar y dolor de hombros.  Un servicio de masaje de Masaje Terapéutico debe ser proporcionado por terapeutas conocedores de anatomía, fisiología humana, y patologías comunes del aparato locomotor; Además de desarrollar sensibilidad táctil y la habilidad para percibir y reconocer tanto la naturaleza física como emocional de los tejidos blandos afligidos con habilidad para la aplicación de las diferentes técnicas.  En ese contexto, surge el presente programa de "Masaje Terapéutico Spa", el cual tiene como objeto proporcionar a los profesionales en masaje Spa, los conocimientos teórico prácticos propios de estas técnicas. |
|  |
| **V. DESCRIPCION DEL CURSO** |
| El Masaje Terapéutico, posee un conjunto de técnicas que lo distinguen de otras formas de trabajo corporal por lo que es necesario utilizar efectivamente distintas partes de las manos, falanges, nudillos, antebrazos y codos en posiciones específicas y movimientos diseñados para responder a las diversas características y problemáticas de los tejidos que mejoran la efectividad de este trabajo.  En este curso se integran conceptos tradicionales y modernos con el objeto de preparar al estudiante para trabajar con un amplio rango de receptores. Aprenderá a reconocer y a responder a necesidades individuales específicas y a diseñar sesiones basadas en estas necesidades.  Durante el curso se trabajara regionalmente sobre el cuerpo enfocándose particularmente en la identificación de músculos específicos, grupos de músculos y protuberancias óseas. En cada zona se estudiarán las problemáticas, características y técnicas específicas y complementarias para su tratamiento como los puntos gatillo.  La mecánica corporal, es un aspecto fundamental en el trabajo de Masaje Terapéutico por lo que se da importancia al conocimiento de movilizaciones articulares y elongaciones pasivas y resistivas con el fin de incorporarlas directamente dentro de las rutinas de este trabajo. Dada la lentitud y profundidad con la que se aplican estas técnicas, el estudiante comprenderá durante sus prácticas, que es de vital importancia aplicar el uso eficiente de la postura corporal para mejorar la calidad y sensibilidad de su trabajo y al mismo tiempo aumentar su comodidad. |
| **VI. OBJETIVOGENERAL** |
| Al termino del curso, el capacitando será capaz de aplicar las técnicas de masaje de tejido profundo por regiones del cuerpo, en la modalidad de servicio Spa, considerando la relación de los efectos de las técnicas con la anatomía y fisiología del aparato locomor en zonas especificas como: cintura escapular y cintura pélvica así como; realizar la valoración física del receptor tomando en cuenta sus límites, los riesgos y medidas de seguridad, con el fin de brindar un servicio personalizado y de calidad. |
| **VII. OBJETIVOS PARTICULARES** |
| **Durante el desarrollo del curso el participante:**   * Identificara conceptos y bases teóricas que fundamentan el Masaje terapéutico * Considerara la importancia en la relación del aparato locomotor y los efectos de las técnicas a aplicar * Identificara las técnicas que fundamentan el Masaje Terapéutico, sus usos y aplicaciones, * Identificara riesgos y medidas de seguridad en la aplicación de las técnicas * Valorara físicamente al usuario considerando signos y síntomas de los problemas más comunes * Identificara indicaciones y contraindicaciones * Seleccionara las técnicas de masaje con base a los requerimientos del usuario y condiciones físicas. * Aplicara las técnicas de Masaje Terapéutico y complementos como: *(Estiramientos, Puntos gatillo y movilizaciones articulares).*. * Realizara las actividades con base en los estándares de servicio al cliente dentro de un Spa. * Valorarara las funciones y alcances de la estimulación de las diferentes zonas del cuerpo. * Reconocerá sus límites en la practica |
| **VIII. CONTENIDOS TEMÁTICOS** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **UNIDAD I**  **BASES TEORICAS Y FUNDAMENTOS** | **UNIDAD 2**  **ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA BÁSICA** | **UNIDAD 3**  **USOS Y APLICACIONES** |
| I**.I Bases y fundamentos teóricos del Masaje de tejido profundo**  **1.1.1** historia del masaje  **1.1.2** fundamentos del Masaje Terapéutico  **1.1.3** clasificación de los efectos del masaje  **1.1.4** indicaciones y contraindicaciones generales del masaje | **2.1. Anatomía estructural de músculos y huesos aplicada al masaje.**  2.1.1 Cuello  2.1.2 Cintura escapular  2.1.3 Cintura pélvica | **3.1 Recomendaciones generales**  3.1.1 Preparación de la cabina  3.1.2 Determinación de servicio  3..1.3 Indicaciones y contraindicaciones  3.1.4 Mecánica corporal apropiada del  receptor y del terapeuta.  **3.2 Aplicabilidad de las técnicas de Masaje Terapéutico**  3.2.1 Técnicas básicas del  3.2.2 El uso apropiado de los pulgares, dedos, manos,  antebrazos y codos.  3.2.3 Movilizaciones articulares y  elongaciones  3.2.4 Liberación de tensión en los tejidos  profundos.  3.2.5 Puntos gatillo como técnica complementaria. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Requerimiento del lugar de instrucción:** | *El lugar asignado para la impartición del curso, deberá contar con buena iluminación, ventilación, aire acondicionado, servicio de agua, contactos eléctricos y servicios sanitarios, espacio suficiente para 15 sillas con paleta y 1 sin paleta, 5 camillas de masaje.* |
| **Perfil del participante:** | **Formación académica:**   * *Nivel medio (secundaria)*   **Conocimiento:**   * *Contar con conocimientos básicos de Anatomía y fisiología básica del cuerpo humano.* * *Contar con conocimiento de técnicas básicas de masaje Relajante Deportivo o activante.* * **Habilidades:** * *Interés en la* *promoción de la salud preventiva a nivel individual, grupal y social.* * *Ser creativo,* * *Tener actitud de respeto y empatía* |
| **Requisitos para inscripción** | * *Acta de nacimiento* * *Llenado de ficha de registro* * *Curp* * *Comprobante de domicilio* * *Credencial de elector* * *Ultimo comprobante de estudios* * *Edad mínima de 18 años* * *Pago de inscripción* |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **MOBILIARIO** | **EQUIPO** | **MATERIAL DIDACTICO** | **COPIAS DE FORMATOS** |
| * 15 sillas con paleta * 1 silla sin paleta * 1 base de Rotafolios * 1 Pizarrón * 3 camillas para masaje * 1 Aire acondicionado | * 1 Proyector * 1 Laptop * 1 Bocinas * 1 Apuntador láser * 1 contacto eléctrico * 1 Extensión eléctrica | * 15 Gafetes * Diapositivas del curso * Graficas de anatomía del cuerpo humano. * 3 hojas de rotafolios * 10 lapiceros tinta negra * 3 plumones para pizarrón *(negro, azul y rojo)* * Maskin tape * Música relajante * Crema o aceite para masaje * 6 Sabanas tamaño queen * 6 Toallas de mano * 6 toallas faciales * 3 rodillos *para pies* * **15 manuales del participante** | **1 CARPETA DEL INSTRUCTOR:**   * Lista de verificación * Lista de asistencia * Reporte final de curso * Contrato de aprendizaje * Compromisos generados * Indicadores de satisfacción * Evaluación diagnostica * Evaluación formativa * Evaluación final   **10 CARPETAS DEL PARTICIPANTE:**  Compromisos generados en el curso, Expectativas del curso, Ficha de Registro e Indicadores de Satisfacción. |

**Elaborado por: Coordinadora:**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Instructora: Rosalba Campos Chávez. Lic. Isabel Marmolejo Anda.**