

**INSTITUTO TECNOLÓGICO NACIONAL DE CIENCIAS
DEPORTIVAS Y TERAPÉUTICAS**

**TEMARIO DEL CURSO
MASAJE DEPORTIVO
Y DESCONTRACTURANTE**

MASAJE DEPORTIVO Y DESCONTRACTURANTE



INTRODUCCIÓN

Certificación dirigida a terapeutas naturista, médicos, enfermeras, terapeutas holísticos y toda aquella persona interesada en la promoción de la salud, en donde podrán adquirir los conocimientos y herramientas para aplicar diferentes técnicas manuales ya sea para uso terapéutico o estético y brindarle una terapia de calidad y profesional a su paciente.

OBJETIVOS ACADÉMICOS

- El alumno podrá realizar diferentes tipos de masajes con fines terapéuticos y estéticos brindando una atención de calidad a sus pacientes con la técnica correcta y lo principal que sea un tratamiento que sea enfocado a lo que necesita el paciente ya sea para una lesión o para eliminar el estrés.

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

- Aprenderá a identificar las necesidades del paciente para brindarle la terapia manual adecuada en la que el paciente obtenga el resultado que busca ya sea terapéutico o estético
- Conocerá diferentes técnicas que podrá combinar a su preferencia para brindar un tratamiento personalizado para cada paciente
- Podrá aplicar diferentes tratamientos estéticos ya sea para relajación o pérdida de peso.

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJES

- Examen escrito 30%
- Examen práctico 70%

NOMBRE DE LA UNIDAD ACADÉMICA: MASAJE DEPORTIVO Y DESCONTRACTURANTE

No.	CONTENIDOS	CARGA HORARIA PRESENCIAL	CARGA HORARIA ON-LINE
M.D.1 M.D.1.1 M.D.1.2 M.D.1.3 M.D.1.4 M.D.1.5 M.D.1.6 M.D.1.7 M.D.1.8 M.D.2 M.D.2.1 M.D.2.2 M.D.2.3 M.D.2.4	Masaje deportivo Para quien va dirigido Beneficios del masaje Consta de 3 masajes Activación Descarga Relajación Indicaciones y Contraindicaciones Aplicaciones del masaje deportivo Protocolo de activación Beneficios Efectos fisiológicos Técnica de la terapia Aplicación de la terapia	4.0	2.0
M.D.1 M.D.3.1 M.D.3.2 M.D.3.3 M.D.3.4 M.D.4 M.D.4.1 M.D.4.2 M.D.4.3	Protocolo de descarga con hielo Beneficios Efectos fisiológicos Técnica de la terapia Aplicación de la terapia Evaluación de masaje deportivo Evaluación del protocolo en decúbito supino Evaluación del protocolo en decúbito prono Aplicación del examen teórico practico	4.0	2.0
D.1 D.1.1 D.1.2 D.1.3 D.1.4 D.2 D.2.1 D.2.2 D.2.3 D.2.4 D.2.5	Descontracturante Beneficios Para quien va dirigido Músculos que se deben de trabajar Diferencia entre el sueco y descontracturante Masaje descontracturante Beneficios de la terapia descontracturante Indicaciones y contraindicaciones Técnica de la terapia Protocolo de la terapia Aplicación de la terapia	4.0	2.0
D.3 D.3.1	Protocolo de masaje descontracturante Aplicación correcta de la técnica		

D.3.2	Proceso del masaje en decúbito supino	4.0	2.0
D.3.3	Proceso del masaje en decúbito prono		
D.4	Evaluación de masaje descontracturante		
D.4.1	Aplicación correcta de las técnicas		
D.4.2	Evaluación del masaje en decúbito supino		
D.4.3	Evaluación del masaje en decúbito prono		
HORAS TOTALES		16.0	8.0

