

Programa del Curso de QUIROMASAJE (2019-20)

Tema 1

Introducción y fundamentos de anatomía

- 1.1 Qué son la anatomía y la fisiología (definiciones)
- 1.2 Cómo se organiza el cuerpo humano
- 1.3 Posición anatómica, planos corporales y términos para la orientación
- 1.4 Los 3 planos y sus respectivos movimientos
- 1.5 Principales partes del cuerpo humano
- 1.6 Por qué el aparato locomotor
- 1.7 Los huesos
- 1.8 Las articulaciones
 - 1.8.1 Articulaciones fibrosas (sinartrosis)
 - 1.8.2 Articulaciones cartilaginosas (anfiartrosis)
 - 1.8.3 Articulaciones óseas (sinostosis)
 - 1.8.4 Articulaciones sinoviales (diartrosis)
- 1.9 Los músculos

Tema 2

El sistema esquelético (huesos y articulaciones)

- 2.1 La formación y el crecimiento óseo
- 2.2 Los huesos de la cabeza
- 2.3 Los huesos del tronco
 - 2.3.1 La columna (vértebras, ligamentos vertebrales, médula y disco intervertebral)
 - 2.3.2 El tórax (costillas y esternón)
- 2.4 Los huesos de la extremidad superior (EES)
- 2.4.1 La cintura escapular (clavícula y escápula)
- 2.4.2 El húmero
- 2.4.3 La articulación glenohumeral (el hombro)
- 2.4.4 Radio y cúbito
- 2.4.5 El codo
- 2.4.6 Huesos de la muñeca y la mano
- 2.5 Los huesos de la extremidad inferior (EEII)
 - 2.5.1 La pelvis
 - 2.5.2 El fémur
 - 2.5.3 La articulación de la cadera (ligamentos)
 - 2.5.4 Tibia, peroné y rótula
 - 2.5.5 La rodilla (ligamentos y meniscos)
 - 2.5.6 Huesos del pie
 - 2.5.7 El tobillo (ligamentos)

Tema 3

El sistema muscular

- 3.1 Los músculos de la cara y la cabeza
- 3.2 Los músculos del tronco
 - 3.2.1 Músculos posteriores del cuello y del tronco

- 3.2.2 Músculos del tórax
- 3.2.3 El diafragma
- 3.2.4 Los músculos del periné (diafragma pélvico)
- 3.2.5 Músculos anteriores y laterales del cuello
- 3.2.6 Músculos laterales de la región lumbar
- 3.2.7 Músculos abdominales
- 3.3 **Los músculos de la EESS**
- 3.2.1 Músculos de la articulación escapulotorácica
- 3.2.2 Músculos de la articulación escapulohumeral
- 3.2.3 Músculos de la flexo-extensión del codo
- 3.2.4 Músculos de la prono-supinación del antebrazo
- 3.2.5 Músculos de la muñeca y extrínsecos de la mano
- 3.4 **Los músculos de la EEII**
- 3.4.1 Músculos profundos de la cadera
- 3.4.2 Músculos superficiales de la cadera
- 3.4.3 Musculatura del muslo
- 3.4.4 Musculatura de la pierna (=extrínseca del pie)

Tema 4

Introducción al masaje

- 4.1 **Qué es el masaje**
 - 4.1.1 Etimología
 - 4.1.2 Definición
 - 4.1.3 Diferentes tipos de masaje
- 4.2 **Historia del masaje**
 - 4.2.2 Historia del masaje en nuestro país
- 4.3 **Efectos del masaje sobre el organismo**
- 4.4 **Indicaciones del quiromasaje**
- 4.5 **Contraindicaciones y precauciones en la aplicación del masaje**
- 4.6 **Características del masaje**
- 4.7 **Los materiales necesarios para el masaje**
- 4.8 **Ejercicios de quirogimnasia**

Tema 5

La técnica del masaje (práctica)

- 5.1 **Las maniobras básicas del masaje**
 - 5.1.1 Los pases neurosedantes
 - 5.1.2 Los vaciajes venosos
 - 5.1.3 El amasamiento digital
 - 5.1.4 El amasamiento palmar
 - 5.1.5 El amasamiento nudillar
 - 5.1.6 El amasamiento pulpopulgar
 - 5.1.7 El amasamiento reforzado
 - 5.1.8 Las fricciones
 - 5.1.9 Los cacheteos cubitales
 - 5.1.10 Los cacheteos cóncavos
 - 5.1.11 Los tecloteos
 - 5.1.12 Las vibraciones
 - 5.1.13 Las sacudidas
 - 5.1.14 El pinzado rodado

- 5.2 Los protocolos básico de masaje
 - 5.2.1 El masaje de espalda
 - 5.2.2 El masaje de EEII (cara anterior)
 - 5.2.3 El masaje de EEII (cara posterior)
 - El masaje del pie (forma parte del masaje de EEII cara posterior)
 - 5.2.4 El masaje de abdomen
 - 5.2.5 El masaje de brazos
 - 5.2.6 El masaje de cervicales
 - 5.2.7 El masaje de la cabeza y la cara
- 5.3 Técnicas específicas y/o complementarias al masaje
 - 5.3.1 Las ventosas / el masaje con ventosas
 - 5.3.2 Estiramientos
 - 5.3.3 Masaje funcional (=masaje en estiramiento)
 - 5.3.4 Cyriax (=masaje tranverso profundo)
 - 5.3.5 T.G.R. (tratamiento global de relajación)
 - 5.3.6 El masaje descontracturante
 - 5.3.7 Puntos gatillo miofasciales (=trigger points)
 - 5.3.8 Termoterapia (utilización terapéutica del frío y el calor)
 - 5.3.8.1 Las velas de masaje y los aceites calientes
 - 5.3.8.2 El "rodillo caliente"
 - 5.3.8.3 El criomasaaje: masaje con hielo, *cool-roller*, y similares.
 - 5.3.9 La Aromaterapia aplicada al masaje (aceites, esencias y extractos en el masaje)
 - 5.3.10 La observación del paciente y búsqueda de zonas de conflicto
 - 5.3.10.1 Las zonas de retracción y de expansión
 - 5.3.10.2 Dismetrias / desequilibrios musculares
- 5.4 Algunos casos clínicos...e ideas para su tratamiento mediante masaje
 - 5.4.1 Tendinitis del supraespinoso / síndrome subacromial
 - 5.4.2 Epicondilitis / Epitrocleitis
 - 5.4.3 Síndrome del túnel carpiano / tendinitis tabaquera anatómica / rizartrosis
 - 5.4.4 Cervicalgia / Síndrome cervicobraquial / neuralgia cervicobraquial
 - 5.4.5 Dorsalgia / esguince intercostal
 - 5.4.6 Síndrome lumbar / lumbalgia / lumbago / lumbociática
 - 5.4.7 Artrosis de cadera (coxartrosis)
 - 5.4.8 Esguince de tobillo
 - 5.4.9 Tendinitis del tendón de Aquiles / Fascitis plantar / espolón calcáneo
- 5.5 Anamnesis, exploración y ficha del paciente.

Principales datos del Curso de Quiromasaje 2019-20:

Inicio del curso: miércoles **2 de octubre de 2019**. (finalizando el miércoles 17 de junio de 2020).

Duración del curso: 9 meses (110 horas lectivas).

Turno de mañanas: todos los **miércoles de 9.30 h a 12.30 h**.

Turno de tarde: todos los **miércoles de 19.00 h a 22.00 h**.

Precio y pagos: **180 € de matrícula** (al reservar la plaza) y **9 pagos mensuales de 90 €** (a pagar el día 1 de cada mes, de octubre a junio). 10% de descuento en pagos íntegros realizados al inicio del curso (precio con descuento = 890€).

E-mail: info@tempsdesalut.com

Lugar: Temps de Salut · c/ del Sastre 6 · 08401 Granollers (BCN) · Tel. 93 879 31 50 · www.tempsdesalut.com

Datos para pago de la matrícula mediante ingreso/transferencia:

Nº de cuenta (IBAN): **ES31 0182 8679 7002 0053 3247 (BBVA)**

Ordenante: hacer constar **nombre completo del alumno** (importante!), consultar disponibilidad de plazas, y enviarnos sus datos (a través del formulario web) antes de realizar ingresos.