



**INSTITUTO TECNOLÓGICO
SUPERIOR JAPÓN**

GUÍA
METODOLÓGICA
DE
MASAJE

COMPILADO POR:

MAGÍSTER ANA PEÑA

ESTÉTICA INTEGRAL 2019

AMOR AL CONOCIMIENTO



1. IDENTIFICACIÓN DE

Nombre de la Asignatura: MASAJE		Componente s del Aprendizaje		
Resultado del Aprendizaje: COMPETENCIAS Y OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none">• Aprender los pasos para preparación del paciente y del masajista antes, durante y después de un masaje.• Aprender a tratar al paciente, comandos verbales, comunicación, trato.• Adquirir destrezas de técnicas para desarrollar un masaje relajante, masaje reductor, masaje descontracturante etc.• Reconocer en que pasos está contraindicado aplicar las técnicas dictas.• Resolver casos que se pueden presentar en el ámbito profesional.• Al finalizar la materia las estudiantes están en la capacidad de ser cordiales y tratar correctamente al paciente, realizar una historia clínica o ficha, tomar la decisión correcta de que técnicas aplicar para la necesidad de cada paciente.• Realizar técnicas de masaje.				
Docente de Implementación:				
Lic. Ana Peña		Duración: 50 horas		
Unidades	Competencia	Resultados de Aprendizaje	Actividades	Tiempo de Ejecución



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUÍA DE APRENDIZAJE

Unidad 1	<ul style="list-style-type: none"> - Normas generales antes, durante y después de realizar un masaje. - Historia del masaje, el origen del masaje, como ha ido evolucionando. - Beneficio del contacto físico en el masaje. - Beneficio físico del masaje. - Pautas de seguridad. 	<p>Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 1.</p> <p>Procedimental: A través de las investigaciones realizadas por parte de las estudiantes y exposición de lo consultado.</p> <p>Actitudinal: Aplicar normas generales y el procedimiento al momento de atender al paciente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - En parejas 5 Investigar sobre la historia del masaje en Grecia, Roma, Egipto. - Compartir al grupo lo investigado. - Realizar un masaje en los hombros a una compañera. - Analizar los sentimientos provenientes de la actividad, presión de las manos de su compañera, reacción del contacto.
-----------------	--	---	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 2	<ul style="list-style-type: none">- Postura del masajista.- Postura del paciente, decúbitos, puntos de presión.- Consideraciones al momento de realizar un masaje.- Tipos de masaje, técnicas masaje.- Clasificación de los masajes.- Indicaciones del masaje.- Contraindicaciones del masaje.	<p>Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 2.</p> <p>Procedimental: Proyección de gráficos. Ayuda visual con libros. Practicar a través de la aplicación de técnicas de masaje enseñadas en clase.</p> <p>Actitudinal: Integrar el nuevo conocimiento de los tipos de masaje, indicaciones y contraindicaciones.</p>	<ul style="list-style-type: none">- De manera aleatoria todas las estudiantes se turnan para ser paciente y masajista, y entre ellas deben aplicar los tipos de masaje dictados durante la clase.	5
-----------------	--	--	---	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 3	<ul style="list-style-type: none">- Masaje relajante superficial y profundo.- Revisión de los músculos de la espalda.- Revisión de las capas de la piel.- Revisión de anatomía	Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 3. Procedimental: <ul style="list-style-type: none">- Revisar la anatomía mediante libros de anatomía y apoyo de diapositivas.- Enseñar técnicas de masaje. Actitudinal: Las técnicas aprendidas en clase puedan ser desarrolladas en su profesión.	<ul style="list-style-type: none">- Las estudiantes practican entre ellas las técnicas de masajes impuestas en clase.- Verificación con los estudiantes que las técnicas estén correctamente aplicadas.- Ejercicio de preguntas y respuestas del tema estudiado.	5
-----------------	---	---	--	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 4	<ul style="list-style-type: none">- Masaje en piernas, manos y pies, revisión de músculos.- Historia clínica, la importancia de realizar una anamnesis del paciente en la primera consulta, o antes de ser atendido.- Masaje en rostro.- Revisión de músculos de la cara y sus funciones.	<p>Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 4.</p> <p>Procedimental:</p> <ul style="list-style-type: none">- Desarrollar una historia clínica o ficha.- Enseñar técnicas de masaje en piernas, manos y pies.- Revisión de músculos de la cara con apoyo de libros y diapositivas. <p>Actitudinal: Las técnicas aprendidas en clase puedan ser desarrolladas en su profesión.</p>	<ul style="list-style-type: none">- Las estudiantes de manera participativa, construyen una historia clínica o ficha.- Las estudiantes practicas las técnicas de masaje dictados en clase.	5
-----------------	--	---	---	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
 GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 5	<ul style="list-style-type: none"> - Masaje en rostro, indicaciones y contraindicaciones. - Características del masaje en rostro. - Exposiciones; maderoterapia, masaje shiatsu, aromaterapia, masaje shantal, Hidroterapia, Mecanoterapia, masaje reductivo, vacumterapia 	<p>Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 5.</p> <p>Procedimental:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cada estudiante preparo una exposición de un tema relacionado a las tipos de masaje y técnicas de masaje. - Repaso de masaje en rostro. <p>Actitudinal: Las estudiantes conozcan y aplique nuevas técnicas de masaje.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Exposición de cada estudiante sobre una técnica de masaje. - Al final de cada exposición se abría un tiempo para que el grupo hiciera preguntas. - Las estudiantes continuaron con la parte práctica del masaje en rostro. 	5
-----------------	---	--	--	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 6	<ul style="list-style-type: none">- Masaje descontracturante, puntos gatillos.- Revisión de músculos de la espalda.- Técnica para relajar los puntos gatillos.	<p>Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 6.</p> <p>Procedimental:</p> <ul style="list-style-type: none">- Con apoyo visual, diapositivas y el atlas del cuerpo humano se ubicaron los puntos gatillo, además de revisar los músculos. <p>Actitudinal:</p> <ul style="list-style-type: none">- Las estudiantes pongan en práctica las técnicas impartidas en clase, en sus lugares de trabajo o ya en su vida profesional.	<ul style="list-style-type: none">- las estudiantes localizaron los puntos gatillos en el cuerpo humano.- Realizaron masaje entre ellas, buscando esos puntos donde hay más dolor.	5
-----------------	--	---	---	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
 GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 7	<ul style="list-style-type: none"> - Masaje reductor en abdomen. - Masaje abdominal para estimular el sistema digestivo. - Revisión de anatomía. 	<p>Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 7.</p> <p>Procedimental:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Con apoyo de diapositivas se realiza la clase. - Clase demostrativa de cómo estimular el sistema digestivo. - A través de videos. <p>Actitudinal: Reforzar la anatomía. Las estudiantes adquieren nuevas destrezas y conocimientos en la materia de masaje para ser aplicadas en sus vidas profesionales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Al terminar la clase demostrativa de la técnica para estimular el sistema digestivo las estudiantes deben realizar la técnica entre ellas. - Revisan los videos, las diapositivas. - Revisar la anatomía del cuerpo, en especial las estructuras que van hacer estimuladas durante el masaje. 	5
-----------------	---	---	---	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 8	<ul style="list-style-type: none">- Taller práctico de Masaje reductor en abdomen, brazos y piernas.- Lectura de artículos relacionados a masajes y estética corporal.	<p>Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 8.</p> <p>Procedimental:</p> <ul style="list-style-type: none">- Con apoyo visual de videos en youtube, diapositivas, observen las técnicas y maniobras utilizadas en los masajes reductores.- Al final de cada clase las estudiantes deben realizar una parte práctica de las maniobras dictadas.- Se les facilito estudios sobre los masajes y técnicas de masaje <p>Actitudinal: Las estudiantes pongan en práctica las técnicas impartidas en clase.</p>	<ul style="list-style-type: none">- Se les envió los videos con anterioridad para que ellas puedan estudiar los videos.- Las estudiantes debían poner en práctica las técnicas observadas en el video y las que fueron impartidas en clase.- En grupo las estudiantes debían prepara una exposición sobre los artículos enviados.	5
-----------------	---	---	---	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 9	<ul style="list-style-type: none">- Termogénicos; definición, indicaciones, cremas, geles.- Algas; como tratamiento estético, beneficios, tipos, usos.- Crioterapia, beneficios, contraindicaciones, técnicas.- Taller de vendas frías.	Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 9. Procedimental: <ul style="list-style-type: none">- Con apoyo visual de diapositivas se repartió la clase de termo génico.- Realizar un taller de vendas y geles entre las estudiantes. Actitudinal: Las estudiantes puedan aplicar de principio a fin un plan de tratamiento para bajar medidas. Les permite poner en práctica lo aprendido en sus vidas profesionales.	<ul style="list-style-type: none">- Se realizo 5 clase magistral, con participación de las estudiantes. Al final de cada tema se realizaba preguntas.- Las estudiantes divididas en dos grupos realizaron un taller vendas frías además de poner en práctica los masajes de reductivos dados en las anteriores clases.	5
-----------------	--	--	---	---



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
 GUIA DE APRENDIZAJE

Unidad 10	<ul style="list-style-type: none"> - Examen final, teórico - práctico de lo impartido en la materia. - Resolución teórico - práctico de casos. 	<p>Cognitivo: Aprender todo lo planificado para la Unidad 10.</p> <p>Procedimental:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Poner en práctica lo aprendido a través de ejercicios orales y escritos. - Examen Final: Oral y Escrito. Para evaluar el aprendizaje durante el módulo dictado. <p>Actitudinal: Crear materiales que les servirán para el uso de las estudiantes en su profesión.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Las estudiantes resolvieron un examen escrito. - Resolvieron casos de manera oral y practica. - Se reviso cada caso de manera retrospectiva y aclarando dudas. - Se corrigió y aclaro ciertos puntos importantes de las técnicas implantadas en clase. 	5
------------------	--	---	---	---

2. CONOCIMIENTOS PREVIOS Y RELACIONAD

<p>Co-requisitos</p>



3. UNIDADES TEÓRICAS

- **Desarrollo de las Unidades de Aprendizaje (contenidos)**

A. Base Teórica

Unidad 1:

Normas generales antes, durante y después de realizar un masaje.

Existen normas que se deben tener en cuenta al realizar un masaje, antes se debe escuchar la necesidad del paciente, su situación, para seleccionar un buen tratamiento acorde a su necesidad, durante es importante que la masajista este con las uñas cortas, con ropa cómoda, sin joyería. Después de cada masaje es importante el lavado de manos y ayudar al paciente a incorporarse. Es importante en todo tiempo mantener comunicación con el paciente.

Historia del masaje

El masaje data de siglos atrás, en países como Grecia, Egipto, China entre otros, mencionan como las culturas ya realizaban tratamientos o masajes corporales. Es importante estudiar de donde nace la ciencia que ahora estudiamos. Como los tratamientos han ido evolucionando y implementándose nuevas técnicas.

Beneficio del contacto físico en el masaje.

Existen muchos beneficios del contacto físico pero en especial en este caso al realizar un masaje, el cuerpo reacciona de diferentes maneras. Los masajes le ayudan en distintas áreas como es lo psicológico, emocional, presenta reacciones físicas, tiene una sensación de bienestar entre otros beneficios.

Unidad 2:

Postura del masajista.

Es importante que al momento de realizar un masaje, el masajista este en una postura adecuada, cuidando su espalda, muñecas y codos, que adquiera técnicas para aplicar presión en los casos que sean necesarios. Además de siempre estar en contacto con el paciente.



Postura del paciente, decúbitos.

Cuando trabajamos con un paciente es importante ubicarlo en la camilla de tal manera que se siente cómodo y que el masajista tenga la zona de tratamiento cerca de él y descubierto. Existe varios decúbitos y en cada uno se puede trabajar en distintas zonas del cuerpo entre ellas están:

Decúbito supino: donde el paciente esta recostado sobre su abdomen.

Decúbito prono: más conocido como boca arriba

Decúbito lateral: en este decúbito el paciente se encuentra acostado de lado

Sedente: el paciente está sentado en una silla o banquito

En cada uno de los decúbitos es importante apoyarnos con almohadas para liberar puntos de presión del paciente y mayor comodidad.

Indicaciones y contraindicaciones del masaje.

Los masajes aunque tengan grandes beneficios en la salud del paciente, es importante tener en cuenta ciertos casos donde no se puede realizar una sesión de masaje. Entre esos casos tenemos, heridas abiertas, pues podemos aumentar la circulación, en quemaduras de la piel, en pacientes que tengan la presión alta entre otros.

Clasificación y tipos de masaje

Existen diversos tipos de masaje, van a depender si las sesiones son realizadas con algún tipo de ayuda como el agua, la madera (maderoterapia), ventosas, la electricidad (electroterapia) Que son técnicas que nos van a ayudar a trabajar en el cuerpo humano. Mucho depende de los objetivos del masajista y las necesidades del paciente.

Unidad 3:

Masaje relajante superficial y profundo.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN GUIA DE APRENDIZAJE

Como se mencionó anteriormente existen diferentes tipos de masaje entre ellos las técnicas de masaje superficial y profunda, entre las más conocidas está el effurage, el rodado pinzado, digito presión, entre otras, cada una tiene un reacción en el cuerpo por lo que es importante saber la manera de realizar el masaje.

Revisión de músculos de la espalda. (Revisión de anatomía)

Es importante conocer la anatomía del cuerpo en especial los músculos pues una de las indicaciones al dar masaje es que este debe ir en dirección de las fibras musculares, y evitar hacer presión en las articulaciones y sobre los huesos.

Unidad 4:

Masaje en piernas, manos y pies.

En esta unidad se imparte técnicas manuales para realizar masaje en piernas, manos y pies, ya que los masajes relajantes también incluyen la aplicación de técnicas en estas zonas del cuerpo. El paciente va a experimentar mayor relajación, mejora la circulación de la sangre, se oxigena más los músculos y disminuyen las contracturas musculares.

Historia clínica

La historia clínica es el primer acercamiento que se tiene con el paciente, este es importante ya que nos provee de información; datos personales, motivo de la consulta, enfermedades familiares, enfermedades personales, en esta ficha que se abre del paciente se puede colocar la medidas, peso, talla. Para mantener registrado los avances del paciente.

Masaje en rostro. Revisión de músculos de la cara y sus funciones.

Antes de realizar masaje en rostro es importante tener en cuenta que es una parte sensible y que no se debe realizar un masaje con presión, recordemos que el masaje debe ir en dirección a las fibras musculares por lo que es necesario recordar la anatomía, como están dispuestas las fibras musculares y su acción.



Unidad 5:

Masaje en rostro, indicaciones y contraindicaciones.

Como se estudió en la anterior unidad, es importante conocer las contraindicaciones que son si el paciente presenta una herida, quemadura, sensibilidad, algún tipo de dermatitis.

Para este masaje podemos utilizar pequeñas cantidades de aceite, realizarlo sin presión. En algunas ocasiones este tipo de masaje es utilizado en tratamientos o como masaje relajante.

Como se mencionó anteriormente el masaje se clasifica o divide acorde a la técnica que se utilice o si utilizamos medios físicos con el fin de producir alguna reacción en el cuerpo. Por lo que las estudiantes prepararon las exposiciones sobre estas técnicas. Son técnicas no invasivas.

Unidad 6:

Masaje descontracturante, puntos gatillos.

El punto gatillo muscular (PGM) es un punto altamente irritable de dolor exquisito en un nódulo en una banda tensa palpable de músculo esquelético, el paciente va a presentar doloroso a la palpación/presión y puede desencadenar dolor irradiado característico, también puede afectar en disfunciones motoras e incluso reacciones vegetativas o autonómicas. Estos puntos gatillos son necesarios atenderlos pues necesitan ser presionados y tratarlos con masaje para que el paciente luego de algunas sesiones sienta alivio.

Revisión de músculos de la espalda.

Estos puntos los encontramos en zonas específicas de todo el cuerpo, por lo que es importante revisar anatomía, e ir localizando cada punto sea en espalda, borde interno y



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN GUIA DE APRENDIZAJE

superior de la escapula, en el ángulo inferior, en el musculo esternocleidomastoideo, también se encuentran en brazos, en la inserción de los músculos epicondileos, epitrocheares y también en piernas como es en el tendón de Aquiles, cuádriceps, isquiotibiales.

Técnica para relajar los puntos gatillos.

Esta patología es importante tratarla pues el paciente refiere mucho malestar y dolor, es una patología característica de aquellos que trabajan en posiciones forzadas, trabajan realizando movimientos repetitivos, o aquellos que pasan largas horas en una misma postura.

La técnica nos indica que se debe ubicar el punto doloroso, una vez preparada la zona con masaje se presiona por 10 segundos, siempre a tolerancia del paciente, y continuamos con un masaje y estiramientos.

Unidad 7:

Masaje reductor en abdomen.

El masaje abdominal no solo permite adelgazar, sino también mantener una mejor salud digestiva y un buen funcionamiento de los riñones y la vejiga. Evita el estreñimiento, mejora el funcionamiento del colon, páncreas, vesícula biliar, hígado e intestino delgado, también ayuda a reducir la cantidad de hormona del estrés, encargada de aumentar el volumen de grasa abdominal.

Este masaje en específico está orientado como se menciona en mejorar el sistema digestivo, por lo que es importante revisar la anatomía con el fin de estimular los órganos correctamente.

La técnica trata de ir estimulando de forma circular horaria todo el colon, los intestinos, realizar un effeurage, también se pueden realizar vibraciones; esta trata que el paciente debe estar en decúbito prono, las manos del masajista deben ir al borde de las caderas,



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN GUIA DE APRENDIZAJE

y con movimientos consecutivos y llevando las manos hacia el masajista realiza una vibración o movimientos repetitivos.

Unidad 8:

Taller práctico de Masaje reductor en abdomen, brazos y piernas.

El masaje reductor es un método que se utiliza para combatir y eliminar la acumulación de grasa de una zona localizada del cuerpo, como brazos, abdomen, espalda y piernas.

Entre sus beneficios se encuentran:

Favorece la expulsión de toxinas.

Beneficia el flujo sanguíneo.

Mejora el sistema digestivo, entre otros.

Con este tipo de masaje es posible reducir entre 5 y 10cm el volumen de la zona trabajada y estiliza la figura, siempre que se complemente con una dieta saludable y ejercicio físico.

La técnica del masaje se caracteriza por que se lo realiza con una presión fuerte y una velocidad más rápida a la usual. Se trabaja en zonas con mayor cantidad de grasa del cuerpo, provocando calor con especiales movimientos que ayudan a disolver el tejido adiposo.

Unidad 9:

Termogénicos

Los productos termogénicos son una sustancia que aumenta o disminuyen la temperatura del cuerpo y ayuda a la pérdida de peso.

Proporcionan resultados ya en las primeras semanas de uso, pero es importante acompañarlo de una dieta recomendada por una nutricionista, ejercicio físico. Su eficiencia debe al aumento de la vascularización de la piel y que, por consiguiente, dilata los vasos existentes en la piel, y aumenta con ello la absorción del producto.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN GUIA DE APRENDIZAJE

Para realizar los masajes o tratamientos adelgazantes se utilizan geles o cremas. Estas son a base de cacao, cafeína (principal componente común), té verde e incluso pimienta. Con ello logran transmitir el calor necesario para el tratamiento. Es importante siempre realizar una prueba de alergia antes de aplicar las cremas, pues hay pacientes que pueden tener reacciones alérgicas.

Crioterapia

La crioterapia tiene su origen en tratamientos médicos por sus virtudes de vasoconstricción, analgésica y antiinflamatoria (entre otras). Pero en la estética también se aplica con el fin de bajar de peso general, perder volumen en zonas concretas o mejorar la textura y aspecto de la piel.

El organismo trata de equilibrar el fuerte descenso de temperatura corporal creando calor y lo hace sacando energía de los depósitos de grasa y acelerando el metabolismo, por lo que se produce una eliminación más rápida de los cúmulos de grasa.

La crioterapia activa los músculos y se tonifican ligeramente para producir calor eliminando más calorías, pero a su vez ejercitándose y combatiendo la flacidez.

También encontramos cremas, geles y vendas frías que nos ayudan a realizar esta técnica.

Unidad 10:

Examen final, teórico - práctico de lo impartido en la materia.

Resolución teórico – práctico de casos.

Para esta unidad se resolvieron 8 casos, de manera que las estudiantes debían realizar un protocolo de tratamiento, escoger un plan de acción o tratamiento y aplicarlo en su paciente.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

Esta técnica nos ayuda a que las estudiantes recuerden lo antes estudiado incorporando cada unidad con el fin de dar la mejor atención al paciente.

Los casos fueron dados aleatoriamente, y brindándole información oportuna y necesaria para que ellas puedan resolverlo. Al terminar se realizaba observaciones de manera retrospectiva y aclarando dudas, y corrigiendo las técnicas que ellas empleaban.

B. Base de Consulta

TÍTULO	AUTOR	EDICIÓN	AÑO	IDIOMA	EDITORIAL
Masaje, principios y técnicas	Beard, Gertrude	México	2000	Español	Editorial Interamericana, S.A.
Tratado de masaje terapéutico deportivo y de belleza.	Carro, F.P.	Barcelona	2000	Español	Editorial Sintesis
Masaje terapéutico básico. Integración de anatomía y tratamiento.	James H. Clay. David M. Pounds	Barcelona (España)	2008	Español	Wolters Kluwer
Fundamentos del masaje terapéutico.	Sandy Fritz	Badalona (España)	2008	Español	Paidotribo
Reflexology	Joelle Peeters	Parragon (Reino Unido)	2010	Ingles	Bridgewater Book Company Ltd
Human anatomy	Linda Geddes	United States	2014	Ingles	Dk Publishing
Tortora Grabowski, Principios de anatomía y fisiología	Gerard J. Tortora. Sandra	México	2002	Español	Oxford University Press



	Reynolds Grabowski				
El libro completo de los masajes	Alicia Ciscar Blasco, Ana María González Pietro.	Madrid	2006	Español	Editorial Edaf, S.L.
Puntos Gatillo. Tratamiento para aliviar el dolor	De Laune		2010	Español	Editorial Paidotribo
Manual Profesional del masaje	Jesús Vázquez Gallego	España	2009	Español	Editorial Paidotribo
Fundamentos del masaje terapéutico	Sandy Fritz	Barcelona	2001	Español	Editorial Paidotribo
Salud y relajación gracias al masaje	Falken Verlag	United States	2001	Español	Editorial Paidotribo

C. Base práctica con ilustraciones

Posturas del paciente y el masajista



Figura 1. Posición del masajista-kinesiterapeuta de pie al lado de la mesa.



Figura 3. Posición del masajista-kinesiterapeuta sentado sobre un taburete regulable.

Colocación del paciente

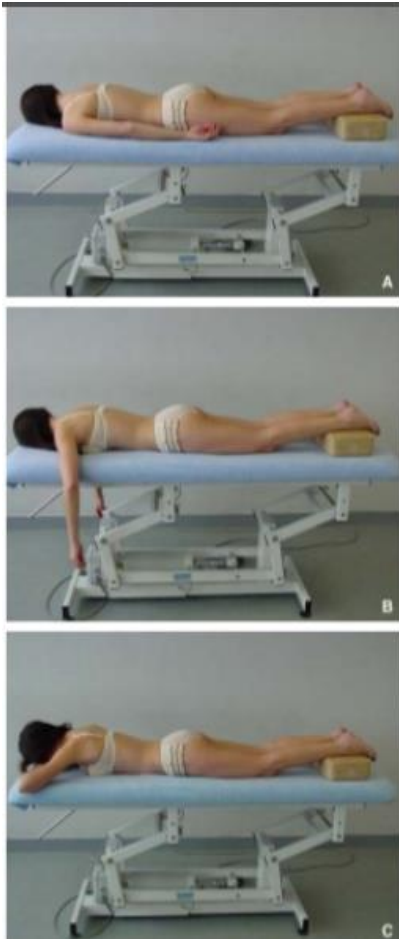
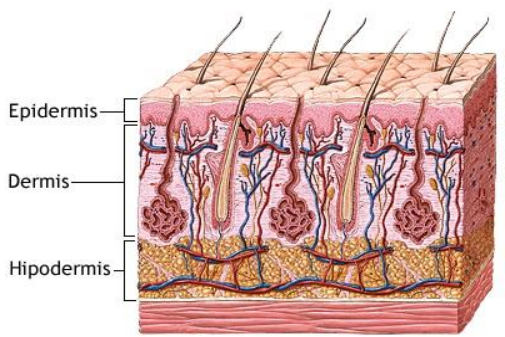


Figura 15. Posición sentada del paciente. Brazos cruzados sobre un cojín, la frente descansa sobre el dorso de las manos (A). El codo descansa sobre un cojín colocado sobre la mesa de masaje (B).

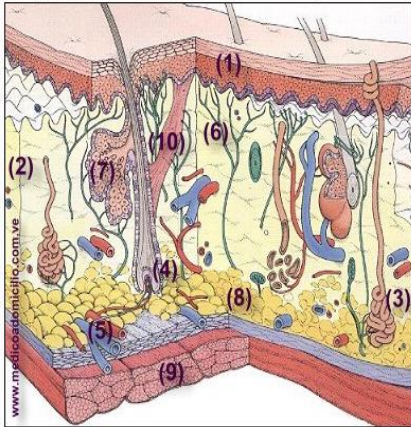
Capas de la piel





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN

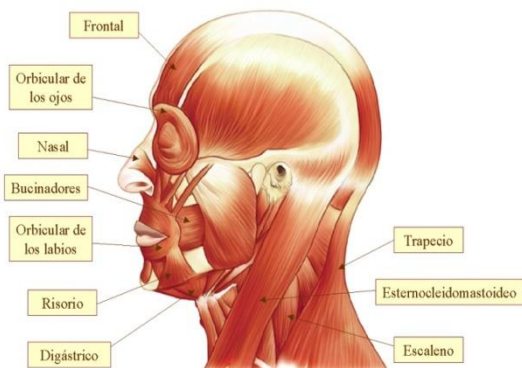
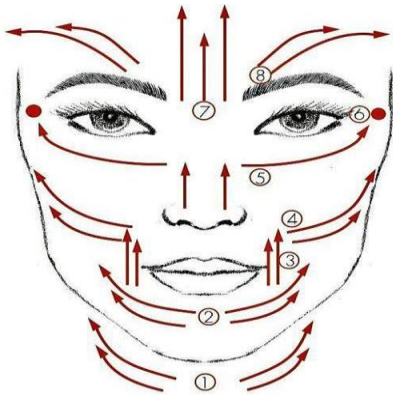
GUIA DE APRENDIZAJE



LAS CAPAS Y ESTRUCTURAS DE LA PIEL

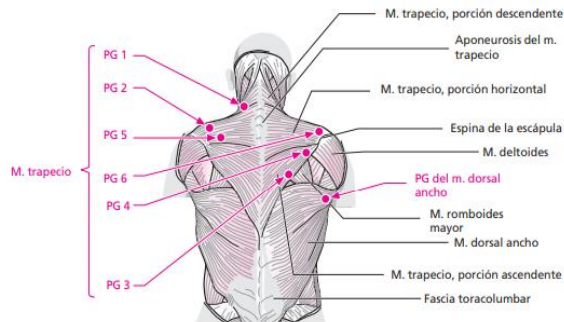
- 1 Epidermis
- 2 Dermis
- 3 Glándula sudorípara
- 4 Folículo piloso
- 5 Vasos sanguíneos: Venas y arterias.
- 6 Nervios y terminaciones nerviosas
- 7 Glándula sebacea
- 8 Tejido celular subcutáneo
- 9 Capa muscular (no pertenece a la piel)
- 10 Músculo piloerector (piel de gallina)

Pasos para masaje en rostro



Puntos gatillos en espalda

16 Dibujos anatómicos



► Figura 16.1 M. trapecio (► apartado 9.1) y m. dorsal ancho (► apartado 10.7)

Compresión isquémica en el músculo infraespinoso

Técnicas de masaje relajante



Figura 4.1a-b. Acariciamiento



Figura 4.7. Presión superficial con la eminencia hipotenar



Figura 4.9a-b. Deslizamiento



4. ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE 1: Análisis y Planeación

Descripción:

Reflexión sobre lo estudiado o expuesto en clase, para luego llevar a la práctica de manera que se pueda ver la aplicación de los métodos.

Utilización de videos, libros, ilustraciones, talleres, logrando una mejor captación de las maniobras y técnicas, promoviendo así, el desarrollo de la habilidad de realizar masaje entre ellas.

Que entre las estudiantes puedan aplicar la técnica o la maniobra.

Ambiente(s) requerido:

Aula amplia con buena iluminación.

Material (es) requerido:

Infocus, Laptop, camilla, sábanas, aceite, toallas, materiales para realizar talleres de vendas frías

Docente:

Con experticia de la materia.

5. ACTIVIDADES

- Exposiciones
- Presentación del Trabajo final en cd
- Tarea en clase, en grupo
- Tareas en casa
- Examen oral y escrito

Se presenta evidencia física y digital con el fin de evidenciar en el portafolio de cada aprendiz su resultado de aprendizaje. Este será evaluable y socializable

6. EVIDENCIAS Y EVALUACIÓN

Tipo de Evidencia	Descripción (de la evidencia)
De conocimiento:	Deberes, sobre técnicas de masaje Trabajos de investigación en clase (grupal)



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

	Pruebas escritas Prueba oral Realización de un video.
Desempeño:	Trabajo grupal e individual se evidencia su conocimiento en especial en el video realizado. Participación activa durante las clases teóricas y prácticas.
De Producto:	Clases magistrales, las dispositivas, videos, estudios realizados relacionados al tema, fotocopias.
Criterios de Evaluación (Mínimo 5 Actividades por asignatura)	1.- Participación en clase. Dar respuesta a las preguntas hechas por el profesor. 2.- Realización de las actividades propuestas en la plataforma virtual. 3.- Ejecución de las técnicas expuestas durante la clase. 4.- Resolución de casos. 5.- Examen oral y escrito.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR JAPÓN
GUIA DE APRENDIZAJE

Compilado por: (Docente)	Revisado Por: (Coordinador)	Reportado Por: (Vicerrector)



INSTITUTO TECNOLÓGICO
SUPERIOR JAPÓN

AMOR AL CONOCIMIENTO

POMASQUI-

c/Marieta Veintimilla E5-471 y Sta. Teresa 4ta transversal

Tlfs: 022356-368 - 0986915506

www.itsjapon.edu.ec