

**Ficha de Planificación de Programas, U3E.  
Centro de Estudios Universitarios para la Tercera Edad.**

Título Programa:	MASOTERAPIA NIVEL II
Profesor:	HECTOR ARAYA BENITEZ
Duración:	03 de agosto al 18 de diciembre
Horario:	Lunes y viernes 11:20 a 12:50

Descripción general:

Curso destinado a continuar los estudios ya realizados en el nivel I, es un curso más avanzado de nivel intermedio, se enseñaran métodos de manejo del dolor, estas maniobras esencialmente apuntan a los tejidos con restricción de movilidad.

Descriptores del programa:

Técnicas basadas en el manejo del tejido muscular y tendinoso, tienen la característica de ser maniobras que se trabajan con dolor al máximo de la tolerancia, son suaves superficiales y pueden en ocasiones ser profundas.

Objetivos:

- 1.- aplicar las técnicas para sedar dolor.
- 2.- aplicar las técnicas para liberar adherencias.
- 3.- realizar un plan de intervención en personas con dolor miotendinoso

Competencias:

Reconocer el dolor miotendinoso y poder realizar maniobras que permitan relajar y sedar el dolor. Tener un comportamiento ético de acuerdo a sus capacidades obtenidas.

Aprendizajes esperados al término de la asignatura (logros):

Poder tratar a una persona con dolor miotendinoso y obtener en ella la relajación y sedación del dolor.

Programa Académico, contenidos para el logro del aprendizaje esperado:

Contenido o Unidad	Sesiones
Fascias Tejido tendinosos Tejido muscular Punto gatillo Adherencias Bandas tensas Petrisage Fricción Presiones estáticas Presiones deslizantes vibraciones	36

Metodología:

Clases teóricas  
Clases prácticas  
Resolución de problemas  
Atención de personas

Evaluación:

Pauta de evaluación conceptual, práctica.

Bibliografía:

- Masaje, principios y técnicas. Beard – Wod. 1966
- Manual de Masaje. Dr. Maurice Boigey. 5ª edición. 1983.
- Ortopedia Clínica. James Cyriax. 8º edición. 1973.
- Masaje Muscular de las Zonas Reflexogenas. M. Kohlrausch. 2º edición. 1968.
- Técnicas Manuales, Masoterapia. Sebastián Canamasas. 2º edición. 1992.
- Fricción Transversa Profunda “Masaje de Cyriax” y otras Técnicas Manuales en las Lesiones del Sistema Músculo Esquelético. Dr. Andoni Jauregui. 1998.
- Masaje Técnica de Beard. Giovanni De Domenico & Elizabeth C. Wood. Cuarta edición. 1998.
- El Libro del Masaje. Manual de las técnicas de Oriente y de Occidente. Lucinda Lidell y col. 1989.