

ESPECIALISTA EN MASAJE DEPORTIVO

Contribuir a que los alumnos comprendan la importancia de realizar estiramientos miofasciales y masaje de calentamiento en el deportista para evitar lesiones que le impidan el desarrollo de la actividad física. Proporcionar al alumno la formación necesaria para dominar las diversas técnicas del masaje terapéutico y así como mostrar cómo se han de aplicar de forma correcta en función de determinadas patologías deportivas. Proporcionar a los profesionales una herramienta útil y práctica para el masaje de restablecimiento y rehabilitador en el deportista que ha realizado un sobreesfuerzo en la competición o el entrenamiento físico.

CONTENIDO DEL CURSO:

1. Introducción a la historia del masaje.
2. Introducción al masaje deportivo.
3. Normas y consejos para la aplicación de un masaje.
4. Quiroginmasia.
5. Conceptos anatómicos básicos para masajistas.
6. Efectos fisiológicos del masaje.
7. Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje.
8. Descripción de las maniobras de quiromasaje deportivo.
9. Estiramientos miofasciales en el deporte.
10. Masaje de calentamiento.
11. Masaje intracompetición.
12. Masaje de restauración o post-competición.
13. Masaje de entrenamiento.
14. Masaje en programas de rehabilitación post-lesiones.
15. Masaje en los deportes más frecuentes.
16. Masaje por regiones.
17. Automasaje en el deportista.
18. Masaje ruso.
19. Reflexoterapia podal en el deportista.
20. Masaje drenaje linfático.
21. Masaje transverso profundo de cyriax.
22. Crioterapia, criomasaje y criocinética.
23. Shiatsu. Masaje japonés.
24. Masaje de frotación con el músculo estirado.

25. Masaje en las lesiones más frecuentes del deporte.

26. Patologías asociadas al deporte.

27. Vendajes funcionales.