



CURSO DE
QUIROMASAJE
DEPORTIVO

ALTORENDIMIENTO.COM



Profesores: Rafael Serrano Puche

Tipo: Curso online

Plazo: 6 meses

Horas Lectivas: 150 horas

Materiales: Libro. Anatomía para el movimiento.

DESCRIPCIÓN DEL CURSO DE QUIROMASAJE DEPORTIVO

El quiromasaje significa literalmente masaje con las manos o masaje manual, y se usa dicho término para diferenciarlo de los masajes mediante aparatos eléctricos o instrumentos mecánicos. Las técnicas de masaje se establecen y aplican en función del objetivo específico a conseguir.

El quiromasaje deportivo es una parte muy importante en la preparación física de los deportistas, tanto para conseguir su mejor rendimiento durante la competición como para asegurar una recuperación rápida y completa después del esfuerzo físico.

En el curso de quiromasaje deportivo de Alto Rendimiento, el profesor Rafael Serrano añade a una base teórica muy sólida el contenido didáctico multimedia (imágenes, videos) que te ayudarán a ser un verdadero profesional del quiromasaje deportivo. El apoyo del profesor será completo mediante sesiones y tutorías online tanto en grupo como individuales, para poder resolver todas tus dudas.

TEMARIO DEL CURSO

Parte 1. Anatomía

Unidad 1: Generalidades

- La posición anatómica
- Planos del movimiento
- El esqueleto
- El hueso
- La articulación
- El cartílago
- La cápsula
- La sinovial
- Los ligamentos
- El músculo
- Formas musculares
- Formas de contracción

Unidad 2: El tronco

- Morfología
- Movimientos del tronco
- Columna vertebral
- Vértebras
- Pelvis
- Sacro
- Columna lumbar
- Columna dorsal
- Columna cervical
- Músculos posteriores del tronco
- Músculos anteriores del cuello
- Músculos del tórax
- Diafragma
- Músculos laterales de la columna lumbar
- Músculos abdominales
- Caja abdominal

Unidad 3: El hombro

- Morfología
- Movimientos del hombro
- Cintura escapular
- Clavícula
- Omóplato
- Húmero
- Articulación escapulohumeral
- Músculos del hombro escapulotórácico
- Músculos del hombro escapulohumeral

Unidad 4: El codo

- Morfología
- Movimientos de flexión-extensión
- Radio
- Cúbito
- Articulaciones del codo
- Músculos de la flexión-extensión del codo
- Movimientos de pronosupinación del antebrazo
- Las superficies articulares de la pronosupinación
- Los músculos de la pronosupinación

Unidad 5: la muñeca y la mano

- Morfología
- Dispositivo óseo de la mano
- La articulación de la muñeca
- El metacarpo y las falanges
- Los músculos de la muñeca
- Los músculos extrínsecos de los dedos
- Los músculos intrínsecos de los dedos
- La columna del pulgar
- Los músculos del pulgar

Unidad 6: La cadera y la rodilla

- Morfología
- Movimientos de la cadera
- El fémur
- La articulación de la cadera
- Movimientos de la rodilla
- El fémur y la tibia
- La articulación de la rodilla
- La rótula
- Los músculos de la cadera
- Los músculos de la cadera y de la rodilla
- Los músculos de la rodilla
- Los músculos de la cadera y de la rodilla al andar

Unidad 7: EL tobillo y el pie

- Morfología
- Dispositivo óseo del pie
- Movimientos del pie
- La articulación de la cadera
- Movimientos de la rodilla
- El fémur y la tibia
- La articulación de la rodilla
- La rótula
- Los músculos de la cadera
- Los músculos de la cadera y de la rodilla

Parte 2. Quiromasaje

Unidad 1: Historia del masaje

Unidad 2: Definición de masaje

Unidad 3: Principios del masajista

- La sesión del masaje
- El ritmo
- La intensidad
- La presión
- El tiempo
- La posición
- Los movimientos
- El contacto
- ¿Donde actua el masaje?
- Los errores mas frecuentes
- El masaje ¿debe provocar dolor?

Unidad 4: Efectos fundamentales del masaje

- Analgésico
- Estimulante
- Vasodilatador y estimulante circulatorio
- Elastificantes de tejidos
- Importante efecto psicológico

Unidad 5: Preparativos

- Del terapeuta
- Del paciente
- Del entorno

Unidad 6: Indicaciones y contraindicaciones del masaje

- Indicaciones generales del masaje
- Contraindicaciones generales del masaje
 - Contraindicaciones absolutas
 - Contraindicaciones relativas
 - Contraindicaciones en rehabilitación
 - Contraindicaciones específicas del aparato locomotor

Parte 3. Quiromasaje prácticas

Unidad 1: Manipulaciones básicas de masaje.

- Toma de contacto
- Pases suaves.
- Fricciones.
- Vasoconstricción.
- Amasamiento.
- Presiones.

- Pellizqueos.
- Tecloteos.
- Rodamientos.
- Sacudidas..
- Balanceos.
- Percusiones.
- Vibraciones.

Unidad 2: Secuencia general del masaje.

- Miembro inferior parte posterior (con el paciente en decúbito prono)
- Miembro inferior parte anterior (con el paciente en decúbito supino) .
- Movimientos articulares del miembro inferior.
- Espalda.
- Miembro superior (el receptor en decúbito supino).
- Movimientos articulares del miembro superior.
- Abdomen.
- Torax.
- Cabeza (el receptor en decúbito prono).
- Cara (desde la cabecera del receptor).
- Ejercicios de fortalecimiento y elasticidad.

Unidad 3: Tipos de masaje.

- Masaje relajante.
- Masaje circulatorio.
- Masaje tonificante.
- Masaje descontracturante.

Certificación. Técnico especialista en quiromasaje deportivo

PRUEBAS DE EVALUACIÓN

- Preguntas de autoevaluación (Para cada unidad)
- Preguntas de repaso global (Examen)
- Examen oral vía Skype
- Supuestos practicos (Programación)
- Experiencia de aprendizaje
- Evaluación final a cargo del tutor del curso Rafael Serrano

VENTAJAS DEL CURSO

El proceso de formación de Alto Rendimiento, para este curso, pasa por el estudio del temario del libro "Anatomía para el movimiento", el cual se actualiza periódicamente, por la evaluación de los diferentes contenidos mediante pruebas tipo test y por la elaboración de varios trabajos prácticos que demuestren la adquisición de los diferentes conocimientos y habilidades por parte del alumno. Todo eso potenciado con el apoyo por parte del profesor Rafael Serrano Puche, resolviendo dudas, corrigiendo los trabajos, programando tutorías individuales ilimitadas vía Skype o Fuze Meeting, etc.

Como es costumbre, en Alto Rendimiento venimos reuniendo a un amplio grupo de profesores con una excelente reputación, una dilatada experiencia en cada uno de las disciplinas que impartimos y lo

más importante de todo, con una especial predisposición a la hora de guiar a nuestros alumnos en su formación como profesionales del fitness o el deporte en general.

Además, recibirás toda la colección congresos valorada en 228€ y todos los ejemplares de la revista alto rendimiento valorados en 292€ totalmente gratis.

CERTIFICACIÓN

Aquellos alumnos certificados por Alto Rendimiento, quedan vinculados a este centro de por vida, siendo atendidos en el momento que necesiten aclarar cualquier duda que les surja en materia de quiromasaje deportivo y disfrutando de descuentos en formación, compra de material deportivo en nuestra tienda online, etc. Además, debido a la estrecha relación que Alto Rendimiento guarda con numerosas entidades deportivas de todo el mundo, servimos como vínculo entre éstas y los alumnos cuando las primeras requieren de profesionales del ejercicio físico para cubrir puestos de trabajo en sus instalaciones.

¿Que Opinan nuestros alumnos sobre el Curso de Quiromasaje?



Para todos los cursos de Alto Rendimiento que se imparten mediante la plataforma online, podrás realizar las prácticas en tu ciudad. Contáctanos para más información.

Notas: Aquellos exalumnos que hayan realizado algún curso en Alto Rendimiento y/o estudios superiores y estén interesados en los Master de especialización, Experto universitario o Especialista universitario, y deseen convalidar asignaturas o gestionar créditos ECTS, por favor contactar con el Departamento de Dirección.

Aquellos alumnos que deseen solicitar una beca de estudios por favor poneros en contacto con el Departamento de Dirección.

Los plazos de estudio son flexibles pero todos los cursos tienen plazo máximo para su finalización y fechas parciales obligatoria para la entrega de trabajos o exámenes.

No cumplir con estas fechas implicará la cancelación automática del curso.

Consultar con el tutor o secretaría. Los contenidos, el profesorado, la metodología y la evaluación de los cursos están sujetos a posibles modificaciones, cambios o ajustes para mantener la información y formación actualizada.

Los contenidos de los cursos ofrecidos por Alto Rendimiento pueden estar publicados en otras plataformas externas pero el contenido final será siempre el que aparezca en nuestra página web.

CERTIFICA



AVALA



Nos encontrarás en:

**Complejo Deportivo Municipal
Eduardo Latorre**
Avda. Juan Gil Albert nº 6
03804 Alcoy (Alicante) España

Tlf: (0034) 96 633 71 35

Horario de atención al cliente:

09:00h. a 14:00h.

16:00h. a 19:00h.

Número de teléfono gratuito

800 007 970
(Sólo para España)

CURSO DE
QUIROMASAJE
DEPORTIVO