



ORTHOS



MASAJE DEPORTIVO

DURACIÓN: 40 horas

OBJETIVO GENERAL

Utilizar diversas técnicas manuales para recuperar tras el esfuerzo, prevenir lesiones y mejorar el rendimiento de los deportistas. Detectar y tratar zonas de sobrecarga, restricción y lesión por medio de maniobras de masaje, estiramientos u otras técnicas específicas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Alivio del dolor y alteraciones del aparato locomotor en un entorno deportivo. Las sobrecargas deportivas deben prevenirse y cuidarse; y son el origen de lesiones y degeneraciones del aparato locomotor.

Medicina

Reconocer los mecanismos del dolor.
Ser capaz de realizar una historia clínica y una valoración general del deportista.
Señalar perfectamente cada zona anatómica y sus componentes.
Relacionar los distintos tejidos.
Educar en salud.

Tecnología

Reconocer las distintas zonas anatómicas por el tacto.
Identificar distintos tipos de lesiones.
Realizar distintas técnicas de masaje adecuadas a cada zona o lesión a tratar.

Habilidades/Actitudes

Demostrar un método de trabajo.
Coordinar movimientos: derecha-izquierda, de frente-espalda; del paciente y del masajista.
Atender las necesidades efectivas, físicas, psíquicas del cliente desde la entrada del cliente hasta la salida.
Demostrar una actitud comunicativa, motivadora, e interés por mejorar.

PROGRAMA

Fundamentos de fisiología del deporte. Respuestas y adaptaciones. La periodización en el deporte. Sistemas de recuperación. Fases del proceso inflamatorio y de recuperación. Actuación básica. Generalidades de las lesiones agudas y por estrés. Huesos y articulaciones (1). Generalidades de las lesiones agudas y por estrés. Articulaciones (2). Generalidades de las lesiones agudas y por estrés. Músculos, tendones, vainas y bolsas. Generalidades de las lesiones agudas y por estrés. Sistema nervioso. Lesiones de la piel, heridas, contusiones,.. actuación básica. Tecnopatías. Sistemas de recuperación en deporte. Crioterapia, hidroterapia, termoterapia, etc.

ORTHOS ESCUELA DE TÉCNICAS MANUALES