



**ALUMNO:**

MARIA FERNANDA RAMIREZ GARCIA

**DOCENTE:**

LILIA MORENO

**LICENCIATURA EN COSMETOLOGIA Y BELLEZA**

**TRABAJO:**

CUADRO SINOPTICO

**FECHA DE ENTREGA:**

24/03/2021

**Maniobras básicas  
de la MASOTERAPIA**

**TECNICAS BASICAS**

Consiste en un numero de fricciones distintas y repetidas: desplazamiento, profundidad media, fricción profunda y percusión estas 4 formas constituyen el abecedario del masaje.

**FRICCION DE  
DESPLAZAMIENTO**

Se hacen desplazando rítmicamente las manos sobre la piel y se emplean en cualquier parte del cuerpo para empezar y para finalizar el masaje. Se utiliza para extender el aceite y para calentar y relajar la zona.

**FRICCION DE LA  
PROFUNDIDAD MEDIA**

Tras las presiones de desplazamiento se comienza a trabajar más profundamente sobre las grandes masas de músculos amasando, estirando y retorciendo la carne. El estiramiento se hace poniendo una mano en el costado del paciente y la otra cerca, estire hacia arriba alternando las manos llevando cada una dónde está la otra.

**FRICCIONES  
PROFUNDAS**

Estos movimientos deflexión hacen uso de los pulgares las puntas de los dedos y los talones de las manos para llegar a la profundidad del tejido. (rodamiento de los pulgares, presión con las puntas de los dedos, percusión o golpeteo , golpes con los cantos de las manos, golpes con los puños pinzado rodado).