



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Hogla Rubí Sangeado Domínguez

Nombre del tema: Tipos De Masajes En Medicina Tradicional

Parcial: II Parcial

Nombre de la Materia: Medicina Tradicional

Nombre del profesor: L.E.Q Cecilia De La Cruz Sánchez

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería

Cuatrimestre: 8vo Cuatrimestre

TIPOS DE MASAJES EN LA MEDICINA INTERNA

CONCEPTO

Los masajes constituyen una forma de medicina complementaria que utiliza las terminaciones nerviosas del cuerpo y determinados puntos de presión para inducir relajación.



MASAJE SHIATSU

El Shiatsu es una terapia manual, o un masaje terapéutico, de origen japonés que busca armonizar cuerpo, mente y emociones mediante el contacto, con el objetivo de mejorar la salud y la vitalidad de la persona que lo recibe.

Una parte importante del Shiatsu se basa en el concepto oriental de energía, El Shiatsu trata al cuerpo en su totalidad, estimulando y favoreciendo su reencuentro con un estado de equilibrio y armonía natural.

uno de sus objetivos principales es permitir que esta energía vital, fluya sin obstáculos y de este modo estimular y apoyar los procesos naturales de autocuración y de bienestar, manteniendo la salud y ayudando a prevenir enfermedades.



A diferencia de otras técnicas de masaje, el Shiatsu trabaja a un nivel más profundo y sutil, teniendo un efecto directo en las funciones metabólicas del cuerpo, en el estado emocional y mental de la persona, además de a nivel estructural.

Además, el Shiatsu tiene capacidad de unificar los distintos planos del ser, y nos ayuda a aumentar nuestro nivel de consciencia, a sentir más y mejor nuestro cuerpo, a conectar con nuestros sentimientos y nuestras necesidades, siendo una herramienta de crecimiento personal.

TERAPIA HELLERWORK

CONCEPTO

La terapia de Hellerwork utiliza el masaje profundo del tejido muscular para ayudar a reducir el estrés y facilitar la movilidad



CÓMO FUNCIONA

La terapia de Hellerwork se basa en la premisa de que el estrés físico y emocional puede hacer que el cuerpo pierda su alineación vertical y causar que el tejido conectivo conocido como fascia se vuelve rígido e inflexible.



QUÉ SE BUSCA

Se busca realinear el cuerpo mediante el uso de presión intensa y masaje para estirar y recuperar la forma original de la fascia.



OBJETIVO

El objetivo es suavizar y flexibilizar la fascia para restaurar su equilibrio natural en relación a los músculos, huesos y tendones.



MASAJES MANUALES

CONCEPTO

Los masajes manuales engloban al conjunto de acciones mecánicas (de mayor o menor intensidad), rítmicas y profundas que se aplican con las manos para influir sobre el organismo con el fin de lograr un equilibrio físico y mental.

MASAJE SUECO

es un tipo de masaje vigoroso y muy técnico que abarca grandes zonas. El masaje sueco actúa especialmente a nivel muscular, aunque indirectamente también afecta a otras estructuras (piel, tejido adiposo, articulaciones, sistema nervioso, psique).

EFFECTOS

- Limpia la piel y elimina células descamadas
- Provoca vaso dilatación capilar.
- Destruye las células adiposas y ayuda a disolver los acúmulos de grasa.
- produce un aumento circulatorio y metabólico.
- Aumenta la tonicidad y contractibilidad de los músculos.
- Mejora el retorno venoso.
- Aumenta la oxigenación.
- Ayuda a eliminar las sustancias tóxicas mediante la potenciación del sistema linfático.



DRENAJE LINFÁTICO MANUAL

CONCEPTO

El drenaje Linfático Manual está destinado a mejorar las funciones del sistema circulatorio linfático.



EFFECTOS

- Tiene efecto antiedemizante.
- Tiene efecto sedante sobre el sistema nervioso.
- Tiene efectos relajantes sobre las fibras musculares.
- Favorece la respuesta inmunitaria.



SHIATSU

DEFINICIÓN

El shiatsu es una terapia de origen japonés que comparte la filosofía de la medicina tradicional china.

OBJETIVO

Corregir irregularidades, equilibrar la energía, mantener y mejorar la salud, aliviar diversos trastornos.



MASAJES NO MANUALES

DEFINICIÓN

se basan en la utilización de equipos técnicos para realizar masajes que ayuden o que incluso sustituyan las manos del profesional.



HIDROTERAPIA

DEFINICIÓN

La hidroterapia utiliza el agua para provocar un masaje mecánico sobre el cuerpo de distintas formas, trabajando con diferente presión e intensidad.

Algunos de los equipos técnicos que se usan en hidroterapia están las bañeras, las duchas, los chorros y los baños especialmente preparadas para este fin



ELECTROTERAPIA

La electroterapia se basa en la utilización de la electricidad para producir una serie de efectos. La electroterapia usa técnicas como la mecanoterapia y las corrientes variables.



CRIOTERAPIA Y TERMOTERAPIA

Estas técnicas consisten en la aplicación de frío y calor como complemento del masaje.



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

<https://www.cimformacion.com/blog/salud-y-bienestar/masajes-clasificacion-y-tipologia-en-funcion-de-sus-objetivos/#:~:text=En%20la%20actualidad%2C%20existen%20muchas,en%20funci%C3%B3n%20de%20sus%20objetivos>

[hemocare.com/es/complementary-medicine.aspx#:~:text=Los%20masajes%20constituyen%20una%20forma ,m%C3%A9todo%20Hellerwork%20y%20la%20Reflexolog%C3%ADa.](http://hemocare.com/es/complementary-medicine.aspx#:~:text=Los%20masajes%20constituyen%20una%20forma,m%C3%A9todo%20Hellerwork%20y%20la%20Reflexolog%C3%ADa.)