



**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.



### EFECTOS

- 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.)