



UDS

Mi Universidad

SUPER NOTA

Nombre del alumno (a): Lourdes Álvarez Hernández

Nombre del tema: tipos de masaje

Parcial:1

Nombre de la Materia: enfermería y practicas
alternativas de salud

Nombre del profesor: Alfonso Velázquez Ramirez

Nombre de la Licenciatura: enfermería

Cuatrimestre: 8

MASAJES TRADICIONALES MÉXICANOS

Hablar de masaje mexicano, es hablar de un conjunto de técnicas manuales y con complementos, empleados por la medicina tradicional para tratar enfermedades y lesiones físicas, emocionales y espirituales.



Es probable que el masaje fuera el primer método terapéutico empleado por el hombre, o dicho de otra manera, "la sobada" sería la primera expresión de la medicina, fue y ha sido desde siempre un recurso natural "de primera mano" para tratar el dolor.



La masoterapia mexicana incluye por sí misma una miscelánea terapéutica muy variada de técnicas, que agrupan un sinfín de posibilidades si tan sólo hablamos de acuerdo a la etnia:

ETNIAS

- Masaje otomí (ñato nahua)
- Masaje zapoteco
- Masaje purépecha
- Masaje maya (tzotzil y tzotzil)
- Masaje wirrarika
- Masaje Nahua (tenoxca o mexica)



Las culturas del México Antiguo tenían otras palabras para llamarle al masaje. El masaje en México significa mucho más que su nombre en castellano, porque el masaje mexicano está DISEÑADO con base en la COSMOVISIÓN y en la IDENTIDAD de las culturas anahuacas.



CLASIFICACION DE LAS TECNICAS DE

MASAJE

PROPOCITO DEL MASAJE

Las diferentes técnicas son amplias y variadas, todos buscan re establecer el equilibrio integral (cuerpo, alma y espíritu), no obstante, también es cierto que todos buscan un objetivo prioritario, sea físico (corporal), anímico (alma o psicológico) o espiritual (energético).



TIPOS DE MASAJES



MASAJE CORPORAL

El masaje corporal es una técnica terapéutica que se realiza en todo el cuerpo para mejorar la circulación sanguínea y relajar los músculos.



- Técnicas manuales: o Terapia manual de zonas (lo que hoy conocemos como reflexoterapia)
- Técnicas de los hueseros tradicionales que tratan esguinces, torceduras, fracturas o Ajustes quiroprácticos, osteopáticos y de presopuntura.
- Técnicas de los sobadores tradicionales: o Tronada de anginas o Sobada de empacho o Masaje para embarazadas



Masaje anímico:

atienden un padecimiento del alma (emociones y de la mente). Técnicas manuales acompañadas de rituales para tratar: o Nerviosismo, vergüenza, angustia.



LAS TECNICAS

INCLUYEN



- armonizaciones del chimaltonalli (Aura): o
- Frotamiento con plantas y hierbas, huevo, limón o Friega,
- restregada, soplado, rociados de bebidas, o
- Aplicación de aceites, incienso, copal, humo de cigarro, o
-
-
- Chupadas o Limpias con fuego Temazcalli o Ingestión de brebajes, musicoterapia, termoterapia, cromoterapia, técnicas de psicoterapia.

MASAJE ESPIRITUAL



Atiende un padecimiento de la energía vital, de los centros anímicos, del espíritu. Incluye todas las manipulaciones corporales acompañadas o no de actos rituales para atender un padecimiento energético o espiritual,

- Técnicas para tratar curada de espanto,
- levantamiento de mollera, mal de ojo. o T
- tratamiento para sangre gruesa, sangre delgada,
- aires, enfriamientos, golpes de calor,
- fiebres internas, decaimiento físicos o Tratamiento para daños espirituales



TECNICAS

Técnicas terapéuticas pueden ser: levantada de sombra, sobada energética, sudada, paladeada, ajuste de Tonalli, entonación de pulso

referencia bibliográfica

1.-antologia UDS

2.-[https://www.google.com/search?](https://www.google.com/search?q=QUE+ES+EL+MASAJE+CORPORAL+MEXICANO&sca_esv=b77a4349b7fa2da9&biw=1321&bih=546&sxsrf=AHTn8zo_r13Lp4RxPZlY2mLYVMtEmvvCIA%3A1739846345717&ei=yfKzZ8e9K7DOKPIWk_roA4&ved=0ahUKEwiHxpnb)

q=QUE+ES+EL+MASAJE+CORPORAL+MEXICANO&sca_esv=b77a4349b7fa2da9&biw=1321&bih=546&sxsrf=AHTn8zo_r13Lp4RxPZlY2mLYVMtEmvvCIA%3A1739846345717&ei=yfKzZ8e9K7DOKPIWk_roA4&ved=0ahUKEwiHxpnb

3.-<https://www.google.com/search?>

sca_esv=b77a4349b7fa2da9&sxsrf=AHTn8zoYoYFOoJPTMgA6qCt1EZ3Jscz8zQ:1739846342737&q=QUE+ES+EL+MASAJE+CO

4.-[https://www.google.com/search?](https://www.google.com/search?q=QUE+ES+EL+MASAJE+CORPORAL&sca_esv=b77a4349b7fa2da9&udm=2&biw=1321&bih=546&sxsrf=AHTn8zoDGU_eqQ36IRMoxZkQXOg1WTbljw%3A1739845813495&ei=tfCzZ8vYHZj9kPIpof-HeQ&ved=0ahUKEwiLh7XdlsyLaxWYPkQIHah_IQ8Q4dUDCBE&uact=5&oq=QUE+ES+EL+MASAJE+CORPORAL&gs_lp=EgNpbWciGVFVRSBFUyBFTCBNQNBSkUgQ09SUE9SQUwyBRAAGIAEMgQQABgeSJ9GUMcVWP9CcAJ4AJABAjgBYaAB_xGqAQlyNbgBA8gBAPgBAZgCGqAC9RkoAgrCAgoQlxgnGMkCGOoCwglHECMYJxjJAsiCDhAAGIAEGLDGIMBGloFwglLEAAYgAQYsQMYgwHCAggQABiABBiXa8ICChAAGIAEGEMYigXCAg0QABiABBixAxhDGloFmAMKiAYBkgcEMTkuN6AHy4MB&sclient=img)

q=QUE+ES+EL+MASAJE+CORPORAL&sca_esv=b77a4349b7fa2da9&udm=2&biw=1321&bih=546&sxsrf=AHTn8zoDGU_eqQ36IRMoxZkQXOg1WTbljw%3A1739845813495&ei=tfCzZ8vYHZj9kPIpof-

HeQ&ved=0ahUKEwiLh7XdlsyLaxWYPkQIHah_IQ8Q4dUDCBE&uact=5&oq=QUE+ES+EL+MASAJE+CORPORAL&gs_lp=EgNpbWciGVFVRSBFUyBFTCBNQNBSkUgQ09SUE9SQUwyBRAAGIAEMgQQABgeSJ9GUMcVWP9CcAJ4AJABAjgBYaAB_xGqAQlyNbgBA8gBAPgBAZgCGqAC9RkoAgrCAgoQlxgnGMkCGOoCwglHECMYJxjJAsiCDhAAGIAEGLDGIMBGloFwglLEAAYgAQYsQMYgwHCAggQABiABBiXa8ICChAAGIAEGEMYigXCAg0QABiABBixAxhDGloFmAMKiAYBkgcEMTkuN6AHy4MB&sclient=img

5.-<https://www.google.com/search?>

sca_esv=b77a4349b7fa2da9&sxsrf=AHTn8zpA6TNhlejz6r5ijFAp5Wd0QaNhIQ:1739845732987&q=imagen+de+masaje+tradicional+mexicano&udm=2&fbs=ABzOT_BnMAgCWdhr5zilP5f1cnRvK9uZj3HA_MtJAA6lXR8yQIHhBi298nC38CQZOY2HEJbzdXfjmMbf5S48k7ONt_PROVPlzOWHTXzqSPATiEvcJPfEA9f_MaFcR9F57Azx_0Zmj5xaUkOwsHgNEDTUCJ2EszulrtaYhICsZpqGzo3jn3YN8Nv7Nn_EMxwOTX2lybT1h3lQXHZr6O0Ry4J6T7TN9XE-mw&sa=X&ved=2ahUKEwjlu4O3lsyLaxXVDEQIHapjD6QQtKgLegQIDhAB&biw=1321&bih=546&dpr=1

6.-[https://www.google.com/search?](https://www.google.com/search?q=IMAGEN+DE+MASAJE+ANIMICO++MEXICANO&sca_esv=b77a4349b7fa2da9&udm=2&biw=1321&bih=546&sxsrf=AHTn8zq7vB8E7As1p)

q=IMAGEN+DE+MASAJE+ANIMICO++MEXICANO&sca_esv=b77a4349b7fa2da9&udm=2&biw=1321&bih=546&sxsrf=AHTn8zq7vB8E7As1p