



CUADRO SINÓPTICO

NOMBRE DEL ALUMNO (A): MARISOL LÓPEZ ORDOÑEZ

*NOMBRE DEL TEMA: MASAJES TRADICIONALES MEXICANOS Y
CLASIFICACIÓN DE LAS TÉCNICAS DE MASAJES*

PARCIAL: 2

*NOMBRE DE LA MATERIA: ENFERMERÍA Y PRACTICAS ALTERNATIVAS DE
SALUD*

NOMBRE DEL PROFESOR: SANDRA JAZMÍN RUIZ FLORES

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERÍA

CUATRIMESTRE: 8

**MASAJES
TRADICIONALES
MEXICANOS**

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.

Las grandes culturas como china, Egipto, Mesopotamia, india y por supuesto el Anáhuac (territorio de lo que hoy es México y parte Sudamérica) desarrollaron sus propios sistemas de masajes.

Su proceso de cambio ha ido a la par de la evolución de la sociedad, adaptándose a las características culturales, climáticas y temperamentales de cada pueblo o nación.

**LA MESOTERAPIA MEXICANA INCLUYE POR SI MISMA UNA
MISCELÁNEA TERAPÉUTICA DE VARIAS TÉCNICAS DE**

MASAJES

MASAJE OTOMÍ

Se enfoca en la conexión entre el cuerpo y la naturaleza y suele incluir cantos o rezos que buscan armonizar tanto el cuerpo físico como el espiritual.

MASAJE ZAPOTECO

Masaje terapéutico completo que se enfoca en el estomago y vientre.

MASAJE PURÉPECHA

Se realiza con el objetivo de mover la relajación, aliviar tensiones musculares y mejorar el bienestar general.

MASAJE MAYA

Es una técnica ancestral de curación y bienestar que utiliza rebozos, plantas y estimulación de puntos reflejos.

MASAJE WIRRARIKA

MASAJE NAHUA

**MASAJE MEDICINA
TRADICIONAL MEXICANA**

Es un recurso terapéutico de la medicina tradicional mexicana que se utiliza para tratar diversas dolencias.

Masaje corporal: atiende la parte física del cuerpo humano.

Las técnicas de terapia manual son técnicas específicas para el tratamiento del dolor y otros síntomas de disfunción neuro-musculo-esquelético de la columna vertebral y de las extremidades, que se caracterizan por ser aplicadas manualmente y de forma instrumental.



Técnicas manuales:

- Lo conocemos como la reflexoterapia

Técnicas de los hueseros tradicionales que tratan esguinces, torceduras, fracturas

- Ajustes quiroprácticos, osteopáticos y preso punturas

Técnicas de los sobadores tradicionales

- Tronada de anginas
- Sobada de empacho
- Masaje de embarazos



CLASIFICACIÓN DE LAS TÉCNICAS DE MASAJES

Masaje espiritual: atiende a un padecimiento de la energía vital, de los centros anímicos del espíritu.

Es una terapia complementaria que combina trabajo corporal y energético.



- Técnicas para tratar el espanto, levantamiento de mollera, mal de ojo.
- Tratamiento para goles de calor, fiebres internas, decaimiento físico.
- Tratamiento para daños espirituales
- Técnicas terapéuticas pueden ser: levantada de sombra, sobada energética, sudada, paladeada.



Masaje anímico: atienden un padecimiento del alma (emociones y de la mente).

Este masaje sirve para el estado ánimo.



Técnicas manuales acompañadas de rituales para tratar:

- Nerviosismo, vergüenza, angustia



REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Antología UDS “enfermería y practicas alternativas de la salud”
2. <https://www.medicinatradicional.mx/masaje-tradicional-mexicano/>
3. <https://www.enbuenasmanos.com/el-masaje-tradicional-mexicano>
4. <https://hanapsicologia.com/tecnicas-cambiar-estado-animom/>
5. <https://www.mvclinic.es/tratamientos/terapia-manual>