

Denominación del curso: Masaje Deportivo

Duración total del curso: 40 horas.

El masaje deportivo es la especialización profesional pensada para aquellos quiromasajistas que quieran orientar su trabajo a colectivos y centros deportivos. Aprenderás a realizar masaje con movilizaciones articulares, estiramientos analíticos y por grupos musculares mediante técnicas facilitadoras, así como el de masaje transverso (de Cyriax). Además, el masaje aplicado al momento adecuado de la preparación deportiva para mejorar el rendimiento y acelerar la recuperación.

Objetivos Generales

- Utilizar diversas técnicas manuales para recuperar tras el esfuerzo, prevenir lesiones y mejorar el rendimiento de los deportistas.
- Detectar y tratar zonas de sobrecarga, restricción y lesión por medio de maniobras de masaje, estiramientos u otras técnicas específicas.

Asignatura: **Tecnología**

Contenidos:

- Tipos de masaje deportivo: precompetitivo, competitivo y postcompetitivo.
- Principios de los estiramientos. Bases de las técnicas de facilitación.
- Práctica de estiramientos.
- Masaje-Movilizaciones globales de las zonas corporales.
- Masaje transverso profundo (Cyriax).

Asignatura: **Medicina**

Contenidos:

- Fisiología del deporte. La periodización en el deporte. Sistemas de recuperación.
- Fases del proceso inflamatorio y de recuperación. Actuación básica.
- Lesiones agudas y por estrés.
- Lesiones de la piel, heridas, contusiones... Actuación básica.
- Tecnopatías.
- Sistemas de recuperación en deporte. Crioterapia, hidroterapia, termoterapia, etc.