



Feel

Curso de Técnicas de Massagem Geral e Aplicada

Área de Formação: 729 – Serviços de Saúde

O curso de Técnicas de Massagem Geral e Aplicada pretende formar profissionais terapeutas e massagistas abordando conceitos gerais de base na área da saúde e bem-estar.

Esta formação inicial pretende dotar o formando de um conjunto de conhecimentos teóricos e práticos para o exercício da função perspetivando a possibilidade de continuar o seu percurso em outras áreas de actuação nos quais se pode especializar posteriormente, tais como: saúde e terapêutica, estética, SPA e bem-estar. Neste sentido, é dado especial ênfase ao conhecimento do corpo humano e às técnicas naturais de tratamento e bem-estar geral do indivíduo com o objectivo de proporcionar uma melhoria da qualidade de vida, o alívio da dor, estimular a circulação sanguínea, etc.

O curso prepara o formando para o mercado de trabalho vocacionado para o desempenho da função de técnico de massagem em clínicas médicas de reabilitação física, centros de apoio a idosos e a deficientes, departamentos médicos de clubes desportivos, estabelecimentos termais, centros terapêuticos, Spa's, entre outros.

Carga Horária: 132 horas

Destinatários: Público em geral,

Saídas Profissionais:

Alguns sectores onde se insere esta Profissão:

- Clínicas e Centros de Medicina Natural
- Centros de Estética e Beleza
- Consultórios Privados
- Day Spas
- Health Clubs
- Clubes Desportivos
- Apoio Domiciliário
- Entre Outros

Objetivos:

- Adquirir um conjunto de conhecimentos técnicos adequados ao desenvolvimento da função de técnico de massagem nas suas diferentes aplicações
- Desenvolver o conhecimento das Terapias Manuais e Manipulativas
- Conhecer os fundamentos teóricos e práticos da massagem como base das Terapias Manuais
- Conhecer e aplicar todos os procedimentos para a execução de uma massagem
- Conhecer as indicações, contra-indicações e efeitos da massagem

Certificação: O Certificado de Formação Profissional é emitido ao abrigo da Portaria 474/2010 de 8 de Julho, através do Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO).

Conteúdos Programáticos:

Apresentação do programa e objectivos

Anatomofisiologia

Terminologia em Anatomia e Fisiologia

Hierarquia Biológica, célula, tecidos, órgãos e sistemas

Estudo da morfologia e fisiologia dos sistemas:

Cardiorespiratório

Linfático

Endócrino

Nervoso

Digestivo

Tegumentar (pele e anexos)

Osteoarticular (anatomia palpatória)

Muscular (anatomia palpatória)

Primeiros Socorros

Sistema integrado de emergência médica

Comunicações de emergência

Estatísticas

Exame da vítima

Suporte básico de vida

Desobstrução da via aérea

Constituição de mala de primeiros socorros

Queimaduras

Lesões desportivas

Lesões dos tecidos moles

Hemorragias

Ortotraumatologia

Traumatismos Crânio-Encefálicos/Vertebro-Medular

Imobilização do trauma

Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

Generalidades da Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho

Regras de conduta segura no local de trabalho

Factores de risco ligados à actividade profissional

Utilização de EPI's (Equipamentos de Proteção Individual)

Introdução às patologias infeto-contagiosas e meios de prevenção

Cuidados com as mãos – higienização e exercícios dirigidos

Técnicas Aplicadas

Introdução à cinesiologia/estudo do movimento

Alongamentos musculares

Técnicas especiais

Massagem:

Técnicas de Massagem

Enquadramento histórico da massagem

Postura do terapeuta

Efeitos gerais da massagem

Indicações, contra indicações e benefícios gerais da massagem

Técnicas de avaliação corporal

Ficha de anamnese

Cuidados e regras na massagem

Procedimentos de colocação do cliente

Manobras base e adicionais de massagem

Efeitos, indicações e contra indicações de cada manobra

Massagem de Relaxamento - Holística

Abordagem holística da massagem

Abordagem clássica em oposição á abordagem holística da massagem

Óleos e ambiente holístico

Postura do terapeuta

Procedimentos gerais e protocolares da massagem

Receção do cliente em contexto holístico

Técnicas e manobras da massagem

Rituais de boas vindas

Sequência da massagem do corpo e rosto em contexto holístico

Rituais de despedida

Protocolo de Massagem de Corpo e Rosto

Massagem Desportiva

Categorias de massagem desportiva

Técnicas bases de massagem desportiva

Efeitos, indicações e contra indicações de cada técnica

Massagem pré evento, durante e pós-evento