



## CURSO MASAJE ZONAL

El masaje Zonal utiliza las diferentes técnicas de masaje estético facial y corporal desarrollado por zonas. Antes de describir las maniobras de cada un de las zonas, se explican con detalle sus características anatómicas, enseñando de forma muy sencilla todas las claves del masaje estético.

En CONDUCTA FORMACION entendemos que la formación debe ser continuada para todos los ámbitos profesionales, y por ello ponemos a disposición de nuestros alumnos unos contenidos perfectamente estructurados. El sistema de aprendizaje de los cursos del área de Peluquería y Estética se organiza de la siguiente forma: Modalidad A distancia.

En la modalidad a distancia, el alumno contará con un temario actual y completo, además de un acompañamiento constante en sus progresos a través de un sistema de asistencia básica (por correo electrónico) durante el periodo en el que transcurran los cursos.

La calidad de los contenidos y la versatilidad de los recursos tecnológicos, terminan de conformar el conjunto de elementos necesarios para que el alumno pueda alcanzar con facilidad su objetivo marcado.

### OBJETIVOS

- ✓ Desarrollar la técnica del masaje estético y el drenaje linfático manual, aplicados específicamente al campo profesional de la estética
- ✓ Adquirir los conocimientos de las distintas técnicas de masaje tales como: masaje zonal, facial y corporal

### PROGRAMA

#### **MASAJE Y DRENAJE aplicados a la ESTÉTICA SUPERIOR**

##### EL MASAJE ESTÉTICO

- Tema 1 Historia del masaje
- Tema 2 Masaje estético: conocimientos de base
- Tema 3 Conocimientos previos a la práctica del masaje
- Tema 4 Las maniobras básicas del masaje estético (I)
- Tema 5 Las maniobras básicas del masaje estético (II)
- Tema 6 Masaje zonal: cráneo, cuello y escote
- Tema 7 Masaje zonal: cara
- Tema 8 Masaje zonal: pies
- Tema 9 Masaje zonal: extremidades inferiores
- Tema 10 Masaje zonal: abdomen
- Tema 11 Masaje zonal: tórax y senos
- Tema 12 Masaje zonal: manos
- Tema 13 Masaje zonal: extremidades superiores
- Tema 14 Masaje zonal: glúteos
- Tema 15 Masaje zonal: espalda
- Tema 16 Tipos de masaje estético
- Tema 17 Técnicas de masaje por presión: el shiatsu

## TÉCNICAS ASOCIADAS AL MASAJE ESTÉTICO

Tema 18 Técnicas respiratorias (I)

Tema 19 Técnicas respiratorias (II)

Tema 20 Movilizaciones y estiramientos

## EL DRENAJE LINFÁTICO MANUAL APLICADO A LA ESTÉTICA

Tema 21 Historia: sistema linfático y drenaje linfático manual

Tema 22 Anatomía, fisiología y patología del sistema linfático

Tema 23 Drenaje linfático manual: la técnica

Tema 24 El drenaje linfático zonal: cuello

Tema 25 El drenaje linfático zonal: cara

Tema 26 El drenaje linfático zonal: nuca

Tema 27 El drenaje linfático zonal: pecho y abdomen

Tema 28 El drenaje linfático zonal: espalda y glúteos.

Tema 29 El drenaje linfático zonal: extremidades superiores

Tema 30 El drenaje linfático zonal: extremidades inferiores

Tema 31 El drenaje linfático manual aplicado a los tratamientos estéticos

## ANEXOS. CONOCIMIENTOS ANATÓMICOS

Los tejidos

Aparato locomotor: sistema óseo y muscular

Sistema circulatorio sanguíneo

Aparato digestivo

Sistema nervioso

Sistema endocrino y sistema reproductor

## MASAJE ZONAL - DVD

### MASAJE FACIAL

Maniobras fundamentales del masaje

Masaje zonal:

- Cráneo
- Nuca
- Cuello
- Escote
- Cara

Maniobras específicas

- Alteraciones de la vascularización
- Alteraciones en la secreción sebácea
- Envejecimiento

### MASAJE CORPORAL

Maniobras fundamentales del masaje

Masaje zonal

Extremidades inferiores

- Abdomen
- Tórax y senos
- Manos

Extremidades superiores

## MATERIAL DIDÁCTICO

✓ Manual

✓ DVD

**DURACIÓN:** El alumno dispondrá de 4 semanas para la completa realización del curso.

**OBSERVACIONES:** El curso dará comienzo cuando el alumno formalice la matrícula. El alumno recibirá el material didáctico en un plazo aproximado de una semana.

**DIPLOMA ACREDITATIVO CONDUCTA FORMACIÓN:** Al finalizar el curso, el alumno podrá obtener un certificado que acredite la realización de 40 horas de curso.