



Programa Académico

Certificación **Masaje Corporal**

Qué Aprenderás en esta Certificación

Técnicas completas de masaje corporal.

Cómo leer e interpretar signos vitales antes de aplicar un masaje.

Fundamentos de anatomía, fisiología y sistemas del cuerpo humano.

Técnicas para brindar atención al cliente de alto nivel.

Uso de herramientas y materiales del masajista profesional.

Establecimiento de una cabina segura y profesional (esterilización y bioseguridad).

Aplicación correcta del masaje antiestrés y sus beneficios psicológicos.

Reflexología podal aplicada para tratar alteraciones comunes como el insomnio o el estrés.

Masaje deportivo antes, durante y después del ejercicio.

Masaje reductor, post-liposucción y técnicas para levantar glúteos y reafirmar busto.

Manejo del sistema linfático y drenaje linfático manual.

Aplicación de técnicas estéticas con aparatología: ventosas, ultrasonido, vendas frías, etc.

Protocolos de evaluación y seguimiento del cliente.

Cómo fijar precios y estructurar un negocio rentable de masaje.

Identificación de zonas de riesgo y precauciones especiales en el cuerpo humano.



¿A Quién Va Dirigida Esta Certificación?

- Personas interesadas en formarse como masajistas profesionales desde cero.
- Estudiantes y egresados de fisioterapia, estética, educación física o enfermería.
- Emprendedores del sector salud y bienestar que deseen ampliar sus servicios.
- Técnicos y terapeutas que buscan profesionalizarse y obtener un aval formal.
- Personas que desean generar ingresos ofreciendo servicios de masaje desde su hogar o negocio propio.

5 razones para Hacer Esta Certificación

1. Aprenderás una profesión altamente demandada en spas, clínicas, gimnasios y centros de estética, ideal para generar ingresos de forma inmediata.
2. Te conviertes en un agente de bienestar, ayudando a las personas a mejorar su calidad de vida, reducir el estrés y aliviar tensiones físicas y emocionales.
3. Formación integral y práctica, no solo aprenderás técnicas de masaje, también anatomía, atención al cliente, bioseguridad, fijación de precios y estructura del negocio.
4. Oportunidad de independencia económica, al poder trabajar por cuenta propia desde tu casa o abrir tu propio espacio de masajes.
5. Recibirás una certificación con alto valor académico, impartida por una institución reconocida, lo que te brinda respaldo y credibilidad profesional en el mercado laboral.



Descripción

La Certificación en Masaje Corporal es un programa técnico-profesional diseñado para formar expertos en la aplicación segura, efectiva y profesional de masajes terapéuticos, antiestrés, estéticos, deportivos y reductores. Esta formación integral combina conocimientos anatómicos, fisiológicos y técnicas avanzadas de masaje, integrando también elementos de atención al cliente, bioseguridad, ética profesional y estrategias comerciales, preparando al egresado para integrarse al mundo laboral o emprender su propio negocio con total confianza.

Objetivo General

Formar profesionales capacitados para aplicar masajes corporales de forma efectiva, garantizando la salud, bienestar y seguridad del cliente, con una sólida base anatómica y fisiológica, habilidades técnicas actualizadas, y conocimientos que les permitan ofrecer un servicio de calidad y alto valor en el sector del bienestar.

Objetivos Específicos

1. Conocer la anatomía y fisiología del cuerpo humano aplicadas al masaje.
2. Desarrollar destrezas técnicas en la aplicación de diversas modalidades de masaje.
3. Aplicar protocolos de bioseguridad, desinfección y esterilización en cabina.
4. Interpretar signos vitales y entender su importancia en la práctica del masaje.
5. Identificar las necesidades del cliente y brindar un servicio profesional y empático.
6. Establecer precios adecuados y comprender la estructura del negocio del masaje.
7. Distinguir las indicaciones y contraindicaciones del masaje en contextos estéticos, deportivos y de salud.
8. Promover el autocuidado, el estilo de vida saludable y el uso de técnicas naturales.



Módulos a Desarrollar

Módulo 1: Anatomía y Fisiología del Cuerpo Humano

Módulo 2: Introducción al Masaje

Módulo 3: Masaje Antiestrés

Módulo 4: Masaje Estético y Relajante

Módulo 5: Masaje Deportivo

Módulo 6: Masaje Reductor





Módulo 1

Anatomía y Fisiología del Cuerpo Humano

► Conceptos básicos

- El cuerpo humano como un todo organizado
- Posición anatómica
- Partes del cuerpo humano
- Concepto de anatomía y fisiología
- Importancia
- Célula
- Tejido
- Tipos de tejidos
- Órganos y sistemas

► Análisis de los sistemas del cuerpo humano

- Descripción de cada uno de los órganos de estos sistemas y su importancia en el masaje
- Concepto
- Características
- Sistema cardiovascular
- Sistema digestivo
- Sistema endocrino
- Sistema respiratorio
- Sistema linfático
- Sistema nervioso



829-380-7939



@IDFFRD

<https://www.idff.edu.do>



► Sistema circulatorio

- Venas
- Arterias
- Vasos capilares
- Funciones básicas

► Sistema tegumentario

- Dermis
- Epidermis
- Hipodermis
- Glándulas sudoríparas

► Sistema Osteoarticular

- Sistema óseo
- Tipos de hueso
- Función de los huesos
- Columna vertebral y sus regiones
- Sistema articular
- Articulaciones: característica, clasificación y función
- Tendones y ligamentos

► Sistema muscular

- Tipos de músculos
- Función de los músculos
- Músculos esqueléticos

► Las terminaciones nerviosas

- Corazón
- Las arterias
- Las arteriolas
- Los capilares
- Las vénulas
- Las venas
- Las venas arteriolas capilares
- Huesos y músculos
- Las venas arteriolas capilares



► Signos vitales

- Concepto e importancia
- Por qué tomarlos en el masaje

► Presión arterial

- Factores que la alteran
- Valores de la presión arterial
- Hipertensión e hipotensión
- Tratamiento de la presión arterial
- Equipos que se utilizan para tomarla
- Técnica y procedimiento
- Lugares donde se coloca el equipo
- Cuidado del equipo

► Temperatura

- Concepto
- Cifras normales
- Factores que la modifican
- Temperatura corporal
- Equipo para tomarla
- Tipos de termómetros
- Cuidados del termómetro
- Lugares donde se toma la temperatura
- Técnica para tomarla
- Hipertermia e hipotermia

► El pulso

- Concepto
- Valores normales
- Factores que lo modifican
- Taquicardia
- Bradicardia
- Arritmia



► Bacterias

- Concepto
- Tipos de bacterias y de enfermedades que producen
- Principios bacteriológicos
- Enfermedades producidas por las bacterias

► Microbios

- Concepto
- Tipos
- Enfermedades que producen
- Fuentes de contaminación
- Modos de transmisión
- Prevención
- Diferencia entre bacteria y microbio
- Importancia de la prevención de contaminación en el masaje
- Enfermedades producidas por las bacterias
- Fuentes de contaminación
- Lavado de manos y su importancia



► Técnicas de aplicación de masaje corporal

- Efforage
- Sacudidas
- Pellizcamiento
- Torsiones
- Vibración
- Roce
- Fricción
- Percusión
- Tachadura
- Compresión
- Amasamiento
- Vibración
- Tacto y palpación
- Presión y palpitaciones
- Pinzamiento

- El profesional de masaje corporal
- Cualidades y aptitudes importantes para el desarrollo de la práctica profesional de masaje corporal
- Masaje, para no producir una influencia negativa.





Módulo 2

Introducción al masaje

ID FF

► El cliente

- Concepto
- Tipo de cliente
- Servicio al cliente
- Calidad en el servicio
- Trato con cada tipo de cliente

► Necesidades del cliente

- Tipos de necesidades
- Percepciones y diferencias
- Grados de necesidades
- Técnicas de atención y servicio al cliente

► Ficha del cliente

- Datos generales
- Datos médicos de interés de salud
- Hábitos de vida
- Datos que guardan relación con masaje corporal utilizados, tratamientos estéticos realizados.
- La exploración
- Observación directa o con equipos de diagnóstico.

► Introducción a la cabina

- Principios de esterilización
- Desinfección
- Diferencia entre esterilización y desinfección
- Equipos y herramientas
- Agentes químicos y físicos



829-380-7939



@IDFFRD

<https://www.idff.edu.do>





Masaje antiestrés

ID FF

► Pie

- Amasamiento desde los dedos:
- Rotación, flexión, extensión, abducción, abducción dedo por dedo
- Flexión y rotación de todos los dedos
- Frotación lateral del pie
- Trabajo en la planta del pie con los pulgares
- Frotación fuerte en zig-zag
- Vaciado del pie

► Movilización de la articulación:

- Circulación, flexión, extensión y abducción - Movimientos del masaje corporal:
- Frotación del tendón de Aquiles
- Trabajo en el talón con pulgares
- Trabajo en planta con nudillares.

► Piernas extendidas

- Movimientos del masaje corporal:
- Frotaciones suaves de contacto
- Amasamiento palmo digital
- Amasamiento digital
- Nudillares
- Pasos circulares en la rodilla





Masaje estético y relajante

► Drenaje linfático:

- Historia y evolución del drenaje linfático
- Sistema linfático
- Ganglios linfáticos, linfas
- Vasos linfáticos y sus características (capilares linfáticos, vasos linfáticos, troncos y conductos linfáticos)
- Órganos y accesorios del sistema linfático
- Cadena ganglionar de cara, cuello. Miembros superiores, inferiores.
- Troncos y conductos linfáticos
- Dirección de aplicación del drenaje linfático.
- Indicaciones del drenaje linfático: concepto y clasificación
- Contraindicaciones del drenaje linfático: concepto y clasificación
- **Movimientos circulares**
- Deslizamientos con índice y anular
- Bombeo.
- Movimientos de estimulación a ganglios
- Cercanos
- Vaciamiento
- Movimientos circulares fijos
- **Movimientos en J.**
- Estimulación cadena ganglionares
- Movimientos circulares fijos
- Vaciamientos
- Bombeos.





- ▶ Historia del masaje deportivo
 - ▶ El masaje en el deporte y la actividad física
 - ▶ Indicaciones – Contraindicaciones
 - ▶ Anatomía aplicada al masaje deportivo
 - ▶ Agentes físicos terapéuticos complementarios en el masaje deportivo.
 - ▶ Ficha del deportista.
-
- ▶ **Lesión:**
 - Definición
 - Causas de lesión
 - Tipos de lesiones
 - Tortícolis
-
- ▶ **Escoliosis dorsal:**
 - Cifosis
 - Lordosis
 - Hernia discal
 - Paraplejía.



Masaje reductor



- ▶ **Qué es la desintoxicación**
- ▶ **Tipos de desintoxicación**
- ▶ **Desintoxicación del hígado**
- ▶ **Importancia del colon**
- ▶ **Enemas de café**
- ▶ **Desintoxicación iónica**
- ▶ **Desintoxicación con clean star**

- ▶ **Diferentes alternativas para quemar grasas del cuerpo:**
 - Los jugos verdes para adelgazar y desintoxicar nuestro cuerpo
 - Importancia de los ejercicios.

- ▶ **Alteraciones estéticas:**
 - Celulitis clasificación
 - Estrías: tipos
 - Flacidez abdominal
 - Caída del busto
 - Caída de glúteo



► **Pierna:**

- Movimientos del masaje corporal:
- Vaciado de toda la extremidad
- Amasamiento digital
- Amasamiento palmo digital
- Amasamiento digital
- Nudillares, palmar
- Vaciado
- Pellizqueo
- Torsión (frotaciones en zigzag)
- Pases suaves
- Pases de rose y presión
- Tratamiento de masaje zonal

► **El quiromasaje o el masaje con las manos de:**

- Músculos de la cabeza
- Músculos del cuello.

► **Movimientos del masaje corporal:**

- Tórax
- Abdomen
- Miembros superiores.

► **Muslo**

- Movimientos del masaje corporal:
- Vaciado
- Amasamiento palmo digital
- Amasamiento digital
- Nudillares
- Vaciado
- Percusiones
- Vaciado
- Pellizqueo
- Vaciado
- Pases suaves.



► **Masaje de espalda:**

- Movimientos del masaje corporal:
- Pases suaves
- Vaciado venoso, en dos tiempos primero en vertical y luego en horizontal en miembros superiores.
- Amasamiento digital
- Amasamiento palmar
- Vaciado venoso en dos tiempos.
- Amasamiento nudillo.

► **Masaje de pecho**

- Movimientos del masaje corporal:
- Pases suaves
- Vaciado venoso
- Amasamiento digital
- Amasamiento palmar
- Vaciado
- Vibración en la zona del esternón
- Pases suaves.

► **Zonas óseas superficiales**

- Órganos delicados: zona hepática, bazo, estómago y riñones.
- Plexos vasculares y nerviosos:
- Base el cuello, axilas, areolas mamarias, parte interna del codo, pubis, zona de las ingles y fosa poplíteica.



► Reflexología:

- Importancia
- Historia y evolución
- Clasificación de diversas

► Tipos de Reflexología:

- Auricular
- Facial
- Del abdomen
- De la piel
- Iridología.

- Órganos más importantes del cuerpo:
- Cerebro, colon, columna vertebral articulaciones de miembros superiores e inferiores.
- ¿Qué es el Sistema endocrino y sus funciones?
- Glándulas más importantes:
- Hipófisis, suprarrenales, tiroides, estrógeno, testosterona
- **Sistemas digestivos**
- Sistema respiratorio
- Sistema glandular
- Sistema reproductivo
- Localización de los diferentes órganos y sistema del cuerpo.
- Anatomía ósea (pie)
- Anatomía nerviosa (pie)
- **Anatomía muscular (pie)**
- Sistema circulatorio (pie).
- Divisiones longitudinales y transversas del cuerpo y pies, según concepto del Dr. Willian Figerald
- Sistema arterial de miembros inferiores
- Órganos que corresponden en esa división.



► **Lesiones del deporte que requieren masaje.**

- Definición
- Causas

► **Fracturas:**

- Definición
- Causas

► **Tipos de fracturas**

- Fractura de columna
- Fractura de miembro superior
- Fractura de miembro inferior

► **Heridas:**

- Definición
- Causas
- Armas que producen heridas
- Armas de fuego
- Armas blancas
- Accidentes
- Tipos de tratamiento inmediato

- Técnicas empleadas en el masaje deportivo
- El masaje en las diferentes regiones del cuerpo
- El masaje antes, durante y después de la actividad
- El masaje durante la recuperación de lesiones
- Materiales, equipos y herramientas que utiliza el masajista en el deporte



- ▶ Historia clínica y ficha técnica
- ▶ Medidas del busto
- ▶ Cintura y cadera
- ▶ Alimentación apropiada
- ▶ Sueño
- ▶ Actividad física
- ▶ Tóxico

- ▶ **Ejercicios para tonificar:**
 - Abdomen
 - Glúteos
 - Senos

- ▶ **Masaje reductor:**
 - Concepto, importancia, objetivo
 - Evaluación del usuario
 - Técnicas de aplicación:
 - o Amasamiento
 - o Pellizqueo
 - o Fricciones.



► **Ejercicios para reafirmar abdomen:**

- Glúteos y bustos.
- Masaje reductor
- Masaje post-liposucción
- Masaje para levantar el glúteo
- Gel Termo génico o de crioterapia
- Tratamiento para glúteos Flaccidez:
 - o Peeling o exfoliación
 - o Máscara exfoliativa
 - o Hidrataciones corporales
 - o Algas marinas, chocolatera pía.
 - o Tratamiento para estrías y flacidez.
 - o Yesoterapia lipolítica con aparatología e instrumentos
 - o Ventosas
 - o Meso terapia virtual

► **Electroporador ultrasonido**

► **Remodelación de busto**

► **Tratamiento de frío y termoterapia**

► **Aplicación de vendas frías y calientes**

► **Aplicación de parafina**

► **Máscara de fango y arcilla**

NOTA IMPORTANTE:

Este curso no incluye los materiales para sus prácticas.



► Alteraciones patológicas que se pueden trabajar con reflexología:

- Cefalea
- Insomnio
- Estreñimiento
- Stress
- Nerviosismo.
- Alteraciones hormonales
- Dolor en cualquier área de la columna
- Bursitis.
- Técnica de aplicación de la reflexología
- Preparación para la aplicación del masaje de reflexología
- Ambiente apropiado y Materiales a utilizar
- Observación y exploración de los pies
- Identificación de los diferentes tipos de pie: pie plano, cavo, esquinó varus, sambo, sindactilia, callosidades, juanete.
- Tipos de presiones a utilizar
- Duración de tratamiento
- Reacciones a la reflexología. – Reflexología Podal:
- Para estimular todos los órganos del cuerpo.





Última Actualización
16 de Mayo de 2025