

MASAJE Y TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS

**Gemma Martín Paniego
Carolina Navarro Vidagañy**

© Gemma Martín Paniego y Carolina Navarro Vidagañy

© Derechos de edición:

Nau Llibres

Periodista Badía 10. 46010 Valencia. Tel.: 96 360 33 36

E-mail: nau@naullibres.com - web: www.naullibres.com

Diseño de portada e interiores:

Pablo Navarro y Artes Digitales Nau Llibres

Imágenes e ilustraciones:

Pág. 022 @glisic_albina	Pág. 087 @kopitin	Pág. 133 @Noppharat_th
Pág. 024 @nd3000	Pág. 088 @Dudaeva	Pág. 133 @spline_x
Pág. 029 @SerbBgd	Pág. 091 @liza5450	Pág. 134 @robynmac
Pág. 030 @robertprzybysz	Pág. 091 @liza5450	Pág. 135 @spline_x
Pág. 032 @baranq	Pág. 092 @liza5450	Pág. 136 @andresvic
Pág. 033 @belchonock	Pág. 092 @liza5450	Pág. 137 @MadeleineSteinbach
Pág. 038 @Equatore	Pág. 098 @darvale	Pág. 137 @griffin024
Pág. 040 @pakhay	Pág. 101 @serezniy	Pág. 138 @spline_x
Pág. 042 wikimedia L0026364	Pág. 111 @kentoh	Pág. 139 @aomner7
Pág. 044 @mazzachi	Pág. 112 @Vallabh	Pág. 143 @duskbabe
Pág. 047 @jbroggi	Pág. 114 @microgen	Pág. 153 @edesignua
Pág. 049 @Furian	Pág. 117 @duskbabe	Pág. 153 @olinchuk
Pág. 051 @EdZbarzhyvetsky	Pág. 119 @natis76	Pág. 154 @starast
Pág. 053 @cokacoka	Pág. 123 @VadimVasenin	Pág. 154 @VGGeorgiev
Pág. 058 @imagepointfr	Pág. 125 @AlexSmith	Pág. 157 @rolencino
Pág. 060 @ktsdesign	Pág. 127 @chormail@hotmail.com	Pág. 164 @aremafoto
Pág. 084 @kotin	Pág. 129 @amnachphoto	Pág. 166 @coolvectormaker

Imprime:

Podiprint. Impreso en España. Printed in Spain.

ISBN13: 978-84-19755-16-2

Depósito Legal: V- 3748 - 2023

Nau Llibres apoya las leyes de propiedad intelectual que protegen a los creadores de contenido, fomentan la diversidad de ideas, estimulan la creatividad y favorecen el desarrollo de nuestra sociedad. Gracias por comprar una edición autorizada de este libro y por no reproducir, escanear ni distribuir ninguna parte de esta obra por ningún medio sin autorización previa. De esta forma, usted está respaldando a los autores y permitiendo que Nau Llibres continúe publicando libros. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita utilizar algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 27204 45).





Agradecimientos

Este libro no hubiera sido posible sin el trabajo y dedicación de ambas autoras y mucho menos sin las horas robadas al editor (perdón Pablo por tantos cambios y tanta faena que te hemos dado).

Agradecer a nuestras familias y en especial a nuestras parejas, por no dejar que nuestra luz se apagara en ningún momento y sobre todo a nuestras hijas, por aguantar las horas de dedicación, algunas de las cuales se las hemos robado a ellas.

Y como la familia no es sólo en la que naces, también agradecer la presencia en este libro de nuestras Esther y la colaboración de las Guamanzara, que sirvieron de modelos para las fotos y sin las que sin duda este proyecto no habría salido a la luz.

Gracias infinitas. Os queremos

Índice

Agradecimientos.....	5
TEMA 1. DEONTOLOGÍA PROFESIONAL.....	15
1. Introducción	15
2. Origen del concepto	16
3. Importancia de la deontología profesional en estética.....	17
4. Principios éticos en la deontología profesional en estética.....	18
5. Normas de conducta en la deontología profesional en estética.	18
6. Conclusiones y reflexiones finales.....	19
7. Propuesta de actividades.....	20
TEMA 2. ERGONOMÍA.....	21
1. Introducción	21
2. Corrección postural.....	22
3. Ergonomía de la clientela.....	23
4. Ergonomía del/la profesional	23
5. Conclusiones y reflexiones finales.....	24
6. Propuesta de actividades.....	25
TEMA 3. PARÁMETROS Y FASES DEL MASAJE	27
1. Entrevista	27
2. Exploración	29
3. Acomodación de la clientela	29
4. Preparación de las manos.....	30
5. Realización del masaje	30
6. Principales parámetros de un masaje.....	31
7. Conclusiones y reflexiones finales.....	33
8. Propuesta de actividades.....	34
TEMA 4. HISTORIA.....	35
1. Introducción	35
2. Países.....	36
2.1. China.....	36
2.2. India.....	36

2.3. Egipto.....	37
2.4. Grecia.....	37
2.5. Roma.....	38
3. Épocas y autores/as	39
3.1. Edad media.....	39
3.2. Renacimiento.....	40
3.2.1. Leonhart Fuchs.....	40
3.2.2. Ambroise Paré (Francia, 1510-1590).....	41
3.2.3. Girolamo Fabrizi d'Acquapendente (Italia, 1537-1619).....	41
3.2.4. Hyeronimus Mercurialis (Italia, 1530-1606).....	41
3.2.5. Timothy Bright (Inglaterra, 1551-1615).....	41
3.3. Siglo XVII y XVIII.....	41
3.3.1. Thomas Sydenham (Inglaterra, 1624-1689).	41
3.3.2. Nicholas Andry de Boisregard (Francia, 1658-1742)	42
3.3.3. Samuel Theodor Quellmalz (1696-1758 Alemania).....	42
3.3.4. Friedrich Hoffmann (Alemania, 1707-1743).....	42
3.3.5. Dorothea Christiane Leporin (Erleben)	42
3.3.6. Anne Charles Lorry (Francia, 1726-1783).....	43
3.3.7. Joseph Clement Tissot (Francia, 1747-1826).....	43
3.4. Siglo XIX.....	43
3.4.1. Pierre Adolphe Piorry (Francia 1794-1879).....	43
3.4.2. Balfour	43
3.4.3. John Grosvenor (Inglaterra, 1742-1823)	43
3.4.4. Concepción Arenal (Galicia, 1820-1893).....	44
3.4.5. John Shaw (Inglaterra, 1825)	44
3.4.6. Per Henrik Ling (Suecia, 1776-1909).....	44
3.4.7. Andrew Taylor Still (Virginia, 1828-1917). Osteopatía	45
3.4.8. Jean Dominique Joachim Estradère (Francia 1833-1919)	45
3.4.9. Sebastián Busqué Torró (España, 1831-1880).....	45
3.4.10. Johann Georg Metzger (Holanda, 1839-1909).....	45
3.4.11. Just Lucas-Championnière (Francia, 1843-1913).....	45
3.4.12. Rosalind Page (Inglaterra, 1855-1948)	46
3.4.13. Jenette H. Bolles (Colorado, 1863-1930).....	46
3.5. Siglo XX	46
3.5.1. Jacquet-Leroy. Masaje plástico (Francia 1860-1914).....	46
3.5.2. Elizabeth Kenny (Nueva Gales del Sur 1880-1952).....	47
3.5.3. Alphonse Cornelius. Masaje reflejo (Alemania).....	47
3.5.4. Henry Head (Inglaterra, 1861-1940) y	48

3.5.5. Elizabeth Dicke. Masaje reflejo del tejido conjuntivo	48
3.5.6. P. Vogler (Alemania) y H. Krauss. Masaje perióstico Vogler-Krauss	48
3.5.7. William Fitzgerald (América, 1872-1942) e	48
3.5.8. Emile (Dinamarca, 1896-1986) y Estrid Vodder.	49
3.5.9. James Ciryax (Inglaterra). Masaje transverso profundo.....	50
3.5.10. Andrew Taylor Still (América). Osteopatía.....	50
3.5.11. Daniel David Palmer (Canadá). Quiropraxia.....	50
3.5.12. Sarkisov Serazini (1887-1964). Masaje deportivo	51
3.5.13. James Beaver Mennell (Inglaterra)	51
3.5.14. Vicente Lino Ferrándiz García (España) Quiromasaje	52
3.5.15. Randolph Stone (América). Terapia de Polaridad.....	52
3.5.16. M. Porskver. Terapia Respiratoria.....	52
3.5.17. Ida Rolf. Rolfing	53
3.5.18. Tokujiro Namikoshi y Shizuto Masunaga. Shiatsu.....	53
3.5.19. Celedonia Iguar Camacho (España, 1965-).....	54
3.5.20. Michael Murphy y Dick Price. Masaje Californiano.....	54
4. Conclusiones y reflexiones finales	54
5. Propuesta de actividades.....	55
TEMA 5. EFECTOS DEL MASAJE.....	57
1. Introducción	57
2. Efectos.....	58
2.1. Piel.....	58
2.2. Tejido subcutáneo.....	58
2.3. Musculatura Esquelética.....	59
2.4. Articulaciones y ligamentos	59
2.5. Circulación	59
2.6. Órganos internos	59
2.7. Sistema nervioso.....	60
3. Conclusiones y reflexiones finales	60
4. Propuesta de actividades.....	61
TEMA 6. INDICACIONES.....	63
1. Introducción	63
2. Indicaciones	63
3. Conclusiones y reflexiones finales	65
4. Propuesta de actividades.....	66

TEMA 7. CONTRAINDICACIONES	67
1. Contraindicaciones absolutas	68
2. Contraindicaciones relativas	68
3. Conclusiones y reflexiones finales	69
4. Propuesta de actividades.....	69
TEMA 8. MANIOBRAS DE MASAJE.....	71
1. Introducción	71
2. Maniobras.....	72
2.1. Pases suaves - Roces - Effleurage	72
2.2. Fricciones.....	72
2.3. Vasoconstricción.....	72
2.4. Amasamientos.....	72
2.5. Percusiones	73
2.6. Pellizqueos	74
2.7. Vibraciones	74
3. Conclusiones y reflexiones finales	74
4. Propuesta de actividades.....	75
TEMA 9. PROTOCOLOS DE MASAJE.....	77
1. Introducción	77
2. Masaje corporal	78
2.1. Espalda.....	78
2.2. Extremidad inferior prono	80
2.3. Extremidad inferior supino	81
2.4. Abdomen	83
2.5. Cuello (prono).....	84
2.6. Extremidad superior	85
2.7. Tórax	87
2.8. Glúteos.....	88
2.9. Conclusiones	89
3. Masaje facial	90
3.1. Masaje cuello (supino).....	90
3.2. Masaje facial.....	91
4. Propuesta de actividades.....	92

TEMA 10. TÉCNICAS SENSORIALES	95
Cromoterapia, Musicoterapia, Aromaterapia	
1. Cromoterapia	97
1.1. Historia.....	97
1.2. Consideraciones.....	99
1.3. Principios básicos de aplicación	99
1.4. Precauciones	100
1.5. Formas de aplicación.....	100
1.5.1. Ambiental.....	100
1.5.2. Cromopuntura (puntual)	100
1.5.3. Barrido	100
1.5.4. Baño.....	101
1.6. Efectos	101
1.6.1. Rojo	101
1.6.2. Naranja	102
1.6.3. Amarillo	102
1.6.4. Verde	102
1.6.5. Azul.....	103
1.6.6. Índigo.....	103
1.6.7. Morado.....	103
1.6.8. Violeta.....	103
1.6.9. Turquesa	103
1.6.10. Oro	104
1.6.11. Lavanda.....	104
1.6.12. Blanco	104
1.6.13. Rosa	104
1.7. Cromoterapia aplicada a la estética.....	104
1.8. Conclusiones y reflexiones finales.....	106
1.9. Propuesta de actividades	107
2. Musicoterapia	108
2.1. Historia.....	108
2.2. Formas de uso.....	110
2.2.1. Música como elemento ambiental	110
2.2.2. Musicoterapia	111
2.3. Efectos	113
2.4. Aplicación.....	114
2.5. Contraindicaciones.....	115

2.6. Conclusiones y reflexiones finales.....	115
2.7. Propuesta de actividades	116
3. Aromaterapia.....	117
3.1. Aceites esenciales	122
3.1.1. Definición.....	123
3.1.2. Clasificación	124
3.1.3. Extracción.....	124
3.1.4. Criterios de calidad.....	126
3.1.5. Aplicación	126
3.1.6. Usos	127
3.1.7. Combinaciones	135
3.1.8. Conservación	140
3.1.9. Conclusiones y reflexiones finales	140
3.1.10. Propuesta de actividades	141
3.2. Aceites vehiculares.....	142
3.2.1. Introducción.....	142
3.2.2. Métodos de extracción	143
3.2.3. Contraindicaciones.....	144
3.2.4. Conclusiones y reflexiones finales	144
3.2.5. Propuesta de actividades	145
TEMA 11. OTROS PROTOCOLOS.....	147
1. Protocolos de masaje facial	147
1.1. Gua sha	147
1.1.1. Historia.....	147
1.1.2. Partes de la Gua Sha.....	148
1.1.3. Indicaciones.....	148
1.1.4. Contraindicaciones.....	148
1.1.5. Protocolo.....	149
1.2. Masaje Kuaizi	150
1.2.1. Descripción	150
1.2.2. Características.....	150
1.2.3. Efectos	150
1.2.4. Indicaciones.....	150
1.2.5. Precauciones.....	150
1.2.6. Objetivos.....	150
1.2.7. Materiales y medios.....	151
1.2.8. Protocolo.....	151

2. Protocolos de masaje corporal	153
2.1. Masaje anticelulítico	153
2.1.1. Introducción	153
2.1.2. Protocolo	154
2.1.3. Núcleo del tratamiento:	154
2.2. Masaje circulatorio	156
2.2.1. Protocolo	156
2.2.2. Núcleo del tratamiento	156
3. Bambuterapia	159
3.1. Efectos	159
3.2. Indicaciones	160
3.3. Contraindicaciones	161
3.4. Maniobras	161
4. Ventosas	162
4.1. Historia	162
4.2. Generalidades	162
4.3. Contraindicaciones:	162
5. Técnica metamórfica	163
5.1. Historia	163
5.2. Práctica	163
5.3. Protocolo Técnica Metamórfica	164
5.3.1. Pies	164
5.3.2. Maniobras masaje Metamórfico	164
5.3.3. Manos	165
5.3.4. Cabeza	165
6. Reflexología podal	166
6.1. Historia	166
6.2. Contraindicaciones	167
6.3. Consideraciones	167
6.4. Técnica	167
6.5. Secuencia	168
6.6. Duración de la sesión y sesiones posteriores	168
6.7. Reacciones de la clientela	169
7. Piedras calientes	169
7.1. Historia	169
7.2. Generalidades	169

7.3. Efectos.....	170
7.4. Contraindicaciones.....	170
7.5. Protocolo	170
BIBLIOGRAFÍA.....	173