MASTER

MASTER IN CHIROMASSAGGIO SPORTIVO

ITFMFESN002

- CON RICONOSCIMENTO INTERNAZIONALE DI FEMEFI -



DESTINATARI

Questo corso si rivolge a uomini daffari, manager, imprenditori, lavoratori, studenti e a tutti coloro che desiderano acquisire le conoscenze necessarie in relazione a questo settore professionale.

Permette di conoscere dellanatomia umana, dei fondamenti della fisiologia, della valutazione e della diagnosi nel chiromassaggio, del chiromassaggio sportivo, delle sue tipologie, dei principi biomeccanici e delle attrezzature necessarie, delle tecniche di base del chiromassaggio, di alcune tecniche complementari al chiromassaggio sportivo e di altri metodi di trattamento e riabilitazione, oltre ad altri importanti concetti. Inoltre, alla fine di ogni unità didattica, gli studenti troveranno esercizi di autovalutazione che permetteranno loro di seguire il corso in modo indipendente.

Lo studente riceverà laccesso a un corso iniziale in cui troverà informazioni sulla metodologia di apprendimento, sul titolo di studio che riceverà, sul funzionamento del Campus Virtuale, su cosa fare una volta terminato il corso e su informazioni su **Grupo Esneca Formación**.

SCHEDA TECNICA

ORE DI STUDIO
600H

MODALITÀ
ONLINE
*La modalità comprende moduli con lezioni dal vivo.

CORSO DI PRESENTAZIONE
ONLINE

TUTOR
PERSONALE

LINGUA
ITALIANO

DURATA
FINO AD UN ANNO
*Prorogabile

IMPORTO

IMPORTO ORIGINALE: ~~2720 €~~
IMPORTO ATTUALE: 680 €

TITOLO OTTENUTO

Un volta terminati gli studi e aver superato la prova di valutazione, l'alunno riceverà diploma che certifica il "**MASTER IN CHIROMASSAGGIO SPORTIVO**", di ESNECA BUSINESS SCHOOL, avallato , grazie alla nostra condizione di soci, dal CECAP, cioè la massima istituzione spagnola per la formazione e la qualità.

Con il riconoscimento della Federazione Messicana di Fisioterapia, Terapia Fisica, Kinesiologia e Riabilitazione A.C, la più alta istituzione internazionale messicana di Fisioterapia.

**Il contenuto è orientato all'acquisizione di una formazione teorica complementare. Questa formazione non porta all'ottenimento di una qualifica ufficiale.*

CONTENUTO FORMATIVO

CHIROMASSAGGIO SPORTIVO

INTRODUZIONE

MODULO 1. ANATOMIA UMANA I

UNITÀ DIDATTICA 1. APPARATO MUSCOLO-SCHELETRICO: COMPONENTI

1. Ossa
   -Tipologia
2. Muscoli
   -Classi muscolari
3. Articolazioni
   -Classificazione

UNITÀ DIDATTICA 2. FUNZIONI DELL'APPARATO MUSCOLO-SCHELETRICO

1. Supporto
2. Protezione
3. Movimento
4. Ematopoiesi
5. Riserva

UNITÀ DIDATTICA 3. APPARATO MUSCOLO-SCHELETRICO E *RANGE* DI MOVIMENTO

1. Collo
2. Gamba
3. Polso
4. Spalla
5. Gomito
6. Mani e dita
7. Piede e caviglia

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 2. ANATOMIA UMANA II

UNITÀ DIDATTICA 1. APPARATO CIRCOLATORIO

1. Cuore
2. Vasi sanguigni, arterie, vene e capillari
3. Sangue
   -Circuiti di circolazione sanguigna
4. Meccanismi di regolazione

UNITÀ DIDATTICA 2. APPARATO RESPIRATORIO

1. Tratto respiratorio superiore
2. Tratto respiratorio inferiore

UNITÀ DIDATTICA 3. APPARATO DIGERENTE ED ESCRETORE

1. Processo di digestione
2. Processo di escrezione

UNITÀ DIDATTICA 4. TESSUTO CONNETTIVO

1. Tipi di tessuto connettivo
   -Tessuto connettivo propriamente detto
   -Tessuto connettivo specializzato
2. Composizione cellulare
3. Funzioni del tessuto connettivo

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 3. FISIOLOGIA

UNITÀ DIDATTICA 1. PROCESSI CELLULARI

1. Divisione e crescita cellulare
2. Trasporto attraverso la membrana cellulare
   -Meccanismi passivi
   -Meccanismi attivi
   -Omeostasi
3. Respirazione cellulare
4. Apoptosi o morte cellulare programmata

UNITÀ DIDATTICA 2. GESTIONE DEL DOLORE

1. Concetto di dolore
2. Meccanismo fisiologico del dolore
3. Vie di trasmissione
4. Modulazione del dolore
   -Neurotrasmettitori
   -Neuromodulatori
5. Farmacologia

UNITÀ DIDATTICA 3. RISPOSTA ALLO STRESS

1. Asse ipotalamo-ipofisi-surrene (HPA)
2. Risposta di "lotta o fuga" del sistema nervoso autonomo

UNITÀ DIDATTICA 4. RISPOSTA IMMUNITARIA

1. Approccio agli agenti patogeni
2. Immunità innata e adattativa
3. Cellule del sistema immunitario

UNITÀ DIDATTICA 5. RIGENERAZIONE E GUARIGIONE DEI TESSUTI

1. Tessuto cutaneo
2. Tessuto muscolare

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 4. INTRODUZIONE AGLI INFORTUNI SPORTIVI

UNITÀ DIDATTICA 1. COS'È UN INFORTUNIO SPORTIVO?

1. Fattori di rischio
2. Lesioni acute e lesioni croniche

UNITÀ DIDATTICA 2. PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI

1. Riscaldamento e raffreddamento
   -Protocollo standard di riscaldamento
   -Protocollo standard di raffreddamento
2. Attrezzature adeguate allo sport praticato
3. Aumento progressivo di fattori quali l'intensità e il carico
   -Intensità
   -Carico
4. Applicazione corretta della tecnica
5. Riposo, alimentazione e idratazione
6. Dispositivi tecnologici per la prevenzione degli infortuni

UNITÀ DIDATTICA 3. LESIONI IN BASE AL TESSUTO INTERESSATO

1. Lesioni cutanee
2. Lesioni muscolari
3. Lesioni ai tendini
4. Lesioni dei legamenti
5. Lesioni alle articolazioni e alle ossa
6. Lesioni vascolari
7. Danni ai nervi

UNITÀ DIDATTICA 4. INDOLENZIMENTO MUSCOLARE A INSORGENZA RITARDATA (*DELAYED-ONSET MUSCLE SORENESS*)

1. Fisiopatologia
   -Teoria della distruzione muscolare
   -Teoria dell'infiammazione muscolare
   -Teoria dello spasmo muscolare

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 5. NOZIONI DI BASE SUL CHIROMASSAGGIO E SUL CHIROMASSAGGIO SPORTIVO

UNITÀ DIDATTICA 1. DEFINIZIONE E ORIGINE

1. Che cos'è il chiromassaggio sportivo?
2. Differenze con altre pratiche
   -Chiropratica
   -Fisioterapia
   -Osteopatia

UNITÀ DIDATTICA 2. PRINCIPI E BENEFICI

UNITÀ DIDATTICA 3. ALTRE TECNICHE DI MASSAGGIO

1. Massaggio svedese
2. Massaggio dei tessuti profondi
3. Massaggio thailandese
4. *Shiatsu*

UNITÀ DIDATTICA 4. CAMPO DI APPLICAZIONE E REGOLAMENTAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 5. CONTROINDICAZIONI GENERALI

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 6. VALUTAZIONE E DIAGNOSI NEL CHIROMASSAGGIO I

UNITÀ DIDATTICA 1. CARTELLA CLINICA E ANAMNESI

1. Ispezione e osservazione
2. Palpazione e mobilizzazione
   -Catene muscolari

UNITÀ DIDATTICA 2. VALUTAZIONE FUNZIONALE

1. Classificazione Internazionale del Funzionamento, della Disabilità e della Salute
2. Test standardizzati
   -Test di Oswestry

UNITÀ DIDATTICA 3. VALUTAZIONE POSTURALE

1. Che cos'è la postura?
2. Posizione anatomica
3. Piani e assi di movimento
   -Piano sagittale - Trasversale - Flessione ed estensione
   -Piano frontale - Anteroposteriore - Abduzione e Adduzione
   -Piano trasversale - Verticale - Rotazione
4. Termini direzionali
   -Termini di relazione e di confronto
   -Termini di lateralità

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 7. VALUTAZIONE E DIAGNOSI NEL CHIROMASSAGGIO II

UNITÀ DIDATTICA 1. TEST DI MOBILITÀ E RESISTENZA

1. Test di Mobilità Articolare Funzionale (*Functional Movement Screen*)
2. Test dinamici di resistenza muscolare del tronco
   -Test a tempo (*timed test*)
   -Test di cadenza
3. Test isometrici di forza/resistenza dei muscoli flessori, estensori e di inclinazione del tronco
   -Test di Biering-Sorensen
   -*Side Bridge Test* (SBT)
   -*Plank test*
4. Dinamometro isocinetico

UNITÀ DIDATTICA 2. FORMULAZIONE DI UN PIANO DI TRATTAMENTO

1. Frequenza e durata delle sessioni
2. Esercizi complementari
3. Valutazione dei progressi e adeguamenti del piano

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 8. CHIROMASSAGGIO SPORTIVO: TIPI, PRINCIPI BIOMECCANICI E ATTREZZATURE

UNITÀ DIDATTICA 1. MASSAGGI APPLICATI IN AMBITO SPORTIVO

1. Massaggi di riscaldamento
2. Massaggio post-allenamento
3. Massaggi di scarico

UNITÀ DIDATTICA 2. PRINCIPI BIOMECCANICI NEL MASSAGGIO

1. Forza applicata
   -Compressione
   -Tensione
   -Flessione
   -Taglio
   -Torsione

UNITÀ DIDATTICA 3. ATTREZZATURE RICHIESTE

1. Lettini
2. Oli e creme
   -Selezione degli oli essenziali
3. Altri accessori
   -Terapia percussiva

UNITÀ DIDATTICA 4. CONSIDERAZIONI SUL CHIROMASSAGGIO SPORTIVO

1. Durata
2. Aree di intervento

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 9. ETICA PROFESSIONALE NEL CHIROMASSAGGIO SPORTIVO E CURA PERSONALE DELL'OPERATORE

UNITÀ DIDATTICA 1. RELAZIONE TERAPEUTA-PAZIENTE

UNITÀ DIDATTICA 2. *PRIVACY* E CONSENSO INFORMATO

UNITÀ DIDATTICA 3. NORME IGIENICHE

1. Sala massaggi

UNITÀ DIDATTICA 4. ATTITUDINE DEL TERAPEUTA DURANTE LA SEDUTA

UNITÀ DIDATTICA 5. CURA PERSONALE DELL'OPERATORE

1. Tecniche di protezione del corpo
   -Postura
   -Esercizi di *stretching* e rafforzamento
2. Salute mentale
   -Equilibrio tra lavoro e riposo

3. Alimentazione e abitudini sane
   -Dieta sana
   -Esercizio fisico
   -Riposo

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 10. TECNICHE DI BASE DEL CHIROMASSAGGIO SPORTIVO

UNITÀ DIDATTICA 1. FASCE

1. Anatomia della fascia: distribuzione e stratificazione
2. Terapia di rilascio miofasciale
   -Tecniche miofasciali superficiali
   -Tecniche miofasciali profonde
   -Controindicazioni

UNITÀ DIDATTICA 2. POSIZIONE DEL PAZIENTE

1. Massaggi degli arti inferiori
2. Massaggio degli arti superiori
3. Massaggi alla schiena, all'addome e al torace
4. Massaggio ai piedi
   -Riflessologia plantare

UNITÀ DIDATTICA 3. MASSAGGI SUPERFICIALI

1. *Effleurage*
   -Passaggi magnetici
2. Pressione superficiale
3. Scivolamento

UNITÀ DIDATTICA 4. MASSAGGI PROFONDI

1. Sfregamento
2. Frizione
3. Impastamento
   -Impastamento con dita
   -Impastamento digito-palmare
   -Impastamento con polpastrelli e pollici
   -Impastamento con le nocche
4. Percussione
   -Palmata con dita e palmata piatta
   -Picchiettio

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 11. TECNICHE COMPLEMENTARI AL CHIROMASSAGGIO SPORTIVO: APPLICAZIONE DI FREDDO E CALORE

UNITÀ DIDATTICA 1. TERMOTERAPIA

1. Effetti del calore come agente terapeutico
2. Calore umido vs. calore secco

3. Modalità di attuazione
   -Borse calde
   -Lampada riscaldante
   -Sauna
   -Onde corte
   -Ultrasuoni
4. Indicazioni e controindicazioni

UNITÀ DIDATTICA 2. CRIOTERAPIA

1. Effetti del freddo come agente terapeutico
2. Considerazioni generali sulla durata delle applicazioni
3. Metodi di applicazione
   -Impacchi di ghiaccio
   -Bagni freddi
   -Massaggi con ghiaccio
   -Spray freddo
4. Indicazioni e controindicazioni

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 12. ALTRI METODI DI TRATTAMENTO E RIABILITAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 1. *BLOOD FLOW RESTRICTION* (RESTRIZIONE DEL FLUSSO SANGUIGNO)

1. Dispositivi utilizzati
2. Controindicazioni

UNITÀ DIDATTICA 2. OSSIGENOTERAPIA

UNITÀ DIDATTICA 3. MAGNETOTERAPIA

UNITÀ DIDATTICA 4. ELETTROTERAPIA

UNITÀ DIDATTICA 5. PLASMA RICCO DI PIASTRINE (PRP)

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

SOLUZIONI

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTARE