

INTRODUCCION AL MASAJE



MASAJE THAI

- A pesar de ser una técnica milenaria, el masaje tailandés, se ha convertido en los últimos tiempos en una nueva alternativa dentro de las técnicas de Masoterapia. Impartido dentro de los templos Budistas por mas de 2 mil años, el masaje tailandés se basa en fundamentos energéticos, reuniendo la armonía, equilibrando la circulación de la energía, ayudándose con el yoga, la meditación.

PORQUE SE BASA EN FUNDAMENTOS ENERGÉTICOS?

- ⦿ La energía en nuestro cuerpo se manifiesta a través de los 4 elementos:
- ⦿ Tierra
- ⦿ Agua
- ⦿ Fuego
- ⦿ Aire

CUALES SON SUS CARACTERISTICAS PRINCIPALES?

- ⦿ Se realiza sobre una colchoneta en el piso o una camilla baja.
- ⦿ Se realiza sobre la ropa.
- ⦿ Se desarrolla a través de PRESIONES ,MOVILIZAC. ARTICULARES

Ejemplos



Ejemplos



Objetivos

- Mejorar la circulación de prana o chi por sus canales.
- Mejorar la circulación de todos los fluidos.
- Producir relajación de la musculatura en general
- Producir elongación muscular
- Mejorar la movilidad articular en general.
- Tonificar el sistema nervioso
- Disminuye el estrés
- Regula las funciones endócrinas
- Ayuda a prevenir lesiones tendinosas y musculares.
- Favorece el buen funcionamiento de los órganos internos

Contraindicaciones

- **Cancer en progresión**
- **.Enfermedades agudas**
- **.Insuficiencia Cardíacas**
- **Estados febriles por infección**
- **Tromboflebitis**
- **Observaciones:**
- **Evitar ciertas posturas en algunas dolencias:**
- **Síndrome del seno carotídeo**
- **H:T:A**
- **Lesiones importantes de la columna vertebral**
- **Fragilidad capilar aguda**
- **Varices tortuosas.(3er grado)**
- **Protesis de cadera**
- **Glaucoma**
- **Hernia de hiato**

conclusión

● “ÚNO ES TAN JOVEN
COMO LO SON LAS
ARTICULACIONES Y LOS
VASOS”.

Proverbio Chino

GRACIAS POR SU ATENCIÓN

Lic.Klgo Oscar César Gómez

holistichand@hotmail.com

cel.341- 155864825