

Yudhy Alexandra Rondon Villamil
Carolina Sandoval Cuellar

EL MASAJE Y SUS APLICACIONES



Vigilada Mineducol

UB Universidad de Boyacá®

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CENTRO DE INVESTIGACIONES PARA EL DESARROLLO -CIPADE-

Presidente de la Universidad de Boyacá

Dr. Osmar Correal Cabral

Rectora

Dra. Rosita Cuervo Payeras

Vicerrector Académico

Ing. MSc. Rodrigo Correal Cuervo

Vicerrector Desarrollo Institucional

Ing. MSc. Andrés Correal

**Vicerrectora Investigación Ciencia
y Tecnología**

Ing. Mg. Claudia Patricia Quevedo Vargas

Vicerrectora Educación Virtual

Ing. Mg. Carmenza Montañez Torres

Vicerrector Administrativo y de Infraestructura

Dr. Camilo Correal C.

Decana Facultad de Ciencias de la Salud

Dra. Gloria Eugenia Camargo Villalba

© Las autoras

Yudhy Alexandra Rondon Villamil
Carolina Sandoval Cuellar

Diseño y Diagramación

División de Publicaciones

Director División de Publicaciones

D.G. Mg. Johan Camilo Agudelo Solano

Ilustraciones

D.G. Javier Gonzalo Pinzón Rodríguez

Diseño de cubierta

D.G. Mg. Johan Camilo Agudelo Solano

**Fotografía, Retoque digital
y Diagramación**

D.G. Esp. Daniel Francisco Dueñas Mora

© Ediciones Universidad de Boyacá

Carrera 2ª. Este N° 64-169

Tels.: (8) 7452742 - 7450000 Ext. 3104

www.uniboyaca.edu.co

publicaciones@uniboyaca.edu.co

Tunja-Boyacá-Colombia

ISBN: 978-958-8642-61-1

Primera Impresión: septiembre de 2015

Oferta nacional: 300

Reimpresión: agosto de 2018

Oferta nacional: 400

Esta edición y sus características gráficas son propiedad de la

UB Universidad de Boyacá®

Vigilada Mineducación

© 2018

Queda prohibida la reproducción parcial o total de este libro, por medio de cualquier proceso reprográfico o fónico, especialmente fotocopia, microfilme, offset o mimeógrafo (Ley 23 de 1982).

Presentación

. . .

“El masaje y sus aplicaciones” es resultado de los procesos de actualización docente y apropiación del conocimiento, adelantados en el Grupo CORPS - Cuerpo y Movimiento, perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Boyacá, en la línea de Intervención en Fisioterapia.

El libro tiene por objeto apoyar el proceso de aprendizaje desde el masaje como técnica terapéutica, así como hacer una integración de los conocimientos adquiridos en los semestres básicos de la formación del fisioterapeuta.

Este trabajo académico consta de seis capítulos, los dos primeros, tratan la temática del cuidado biomecánico en el aspecto corporal del fisioterapeuta y el paciente, el desarrollo de la capacidad de palpación, ejercicios de textura y las contraindicaciones del masaje sedativo. En los capítulos tercero y cuarto se exponen las técnicas del masaje sedativo y los efectos fisiológicos que genera, dados por la respuesta directa a la compresión mecánica de los tejidos, o indirecta debido a los cambios fisiológicos relacionados con el flujo sanguíneo y secreción de sustancias químicas o mecanismos neurológicos. En los últimos capítulos se aborda el masaje cicatrizal y el drenaje linfático, por segmentos corporales con sus respectivos efectos.

El texto en forma global cuenta con diversas estrategias pedagógicas para favorecer el proceso de enseñanza - aprendizaje y se refuerza finalmente, con el capítulo de diseño de casos clínicos, descritos según la guía de la Asociación Americana de Terapia Física (APTA), que buscan favorecer en el estudiante la integración de conocimientos en su proceso de formación como futuro profesional de la Fisioterapia.

Claudia Patricia Quevedo Vargas

Rectora (E)

Agradecimientos

• • •

A mi Ángel que hace 16 años me acompaña y me dejó la educación como mejor herencia, A mi Reina Madre por su apoyo incondicional y motor inspirador, a Valentín de mi corazón y a Sarita por todo el apoyo y conocimiento.

Yudhy Alexandra Rondón Villamil

A mis padres por su ejemplo y compañía, a Jaime Andrés, Ana María y Juanita por su comprensión y amor incondicional. A Yudhy por su constancia, honestidad y transparencia y a Sarita mi compañera de años por su paciencia y aportes conceptuales en anatomía.

Carolina Sandoval Cuellar



Tabla de Contenido

. . .

	Introducción	10
cap.01	Preparación de las manos	13
	Ejercicios para desarrollar la capacidad de palpación	15
cap.02	Biomecánica Corporal	29
	Posicionamiento del paciente	31
	Posicionamiento del Fisioterapeuta	35
cap.03	Efectos fisiológicos del masaje sedativo	37
	Contraindicaciones generales del masaje sedativo	44
cap.04	Técnicas de masaje sedativo	45
	Masaje sedativo según segmento corporal	49



cap.05	Masaje Cicatrizal	99
	Técnicas del masaje cicatrizal	104
cap.06	Sistema linfático	109
	Características de las maniobras de drenaje linfático	120
	Indicaciones y contraindicaciones del drenaje linfático	122
	Tipos de manipulaciones del drenaje linfático	130
cap.07	Masaje drenaje linfático, según segmento corporal	139
cap.08	Actividades de integración de las modalidades mecánicas	173
	Referencias bibliográficas	191

Introducción



“C uando el ser humano sufre algún tipo de lesión que produzca dolor siente la necesidad de frotarse en dicha zona”¹, expresión utilizada por este autor para definir el masaje como uno de los medios más naturales e instintivos de aliviar el dolor o malestar. Hace más de 35 siglos² se aplica el masaje como medio profiláctico, sanitario, higiénico, para aumentar los resultados deportivos y como técnica terapéutica coadyuvante en el alivio de la sintomatología.

Históricamente, se ubica al masaje como un elemento de la medicina popular de pueblos y tribus, que remonta su existencia en África central³, hecho documentado por el viajante inglés Prevelle, y hacia los siglos XV - XVII a C a los antiguos países de Oriente medio y norte de África, prueba de ello las representaciones de los distintos métodos y posiciones en papiros y relieves que decoraban los palacios de los antiguos reyes⁴ y en tumbas como la de Ankhmahor o en las pinturas de Kehty en Egipto. Sus orígenes, tienen una estrecha relación con las medicinas tradicional china, herbolariode india y persa.

En China, el canon de la medicina de extremo oriente, tributo al Houang –di (el emperador amarillo), se hallan las primeras menciones del masaje,⁵ así mismo, su uso curativo se describe en el libro “ciencias de la vida” (*Ayurveda*), escrito en los primeros siglos de nuestra era en la India. El desarrollo del intercambio cultural de la China con los países extranjeros permitió que los conocimientos del masaje se expandieran, hecho sucedido en la época de la dinastía Han (207 a.C a 220 d C)⁶.

En la antigua Grecia, las representaciones de las prácticas relacionadas con el cuidado del cuerpo y entre las que se destacaban duchas, fricciones y masajes⁷, eran plasmadas en jarrones. Sobresalen médicos como Hipócrates que abogaba por el masaje y el ejercicio gimnástico, Asclepiades, quien confiaba exclusivamente en el masaje como práctica profesional⁸ y Heradixos (484-425 a.C.), que fue de los primeros divulgadores de los fines terapéuticos y curativos del masaje, reconociendo su influencia fisiológica en el organismo y su importancia en la aplicación en el deporte.

¹ FRITZ, Sandy. Fundamentos del masaje terapéutico. Barcelona: Paidotribo, 2012. p. 2

² Ibid., p. 11

³ BIRIUKOV, Anatollk Andreewicz. El masaje deportivo. 4 ed. Barcelona: Paidotribo, 2003. p. 11

⁴ Ibid., p. 14

⁵ TORRES LACOMBAED, María. Guía de masoterapia para fisioterapeutas. Madrid Médica Panamericana, 2006 p. 5

⁶ BIRIUKOV, Op. cit., p. 11

⁷ BIRIUKOV, Op. cit., p. 14

⁸ FRITZ, Op. cit., p. 14

El también griego Claudius Galenus o Galeno (129-199 d.C.) contribuyó con material escrito a la antigua medicina manual gracias a Julio César (100-44 a.C.) quien hacía que le “pellizcaran” todas las partes a diario para aliviar sus neuralgias y prevenir así sus ataques de epilepsia.

En el imperio Romano, al médico Aulus Cornelius Celsus (25 a.C- 50 d.C), se le atribuye la compilación “De Medicina”, una serie de 8 libros, en donde 7 de ellos trataban extensamente de la prevención y la terapia mediante el empleo de la fricción, ejercicio, baño y unción, trabajo redescubierto durante la edad media por el papa Nicolás V (1397-1455)⁹.

En China, hacia el siglo IV, se creó por primera vez un instituto de medicina donde era obligatoria la materia de masaje. El español Francisco López de Gomara escribió en 1553, que en la India utilizaban el masaje como medio de curación de enfermedades y picaduras de serpiente, para eliminar el cansancio y especialmente para curar las lesiones (esguinces, fracturas y torceduras)¹⁰. Después de la primera guerra mundial el Dr. Forest, entró en contacto con el médico estadounidense John Harvey Kellogg quien dirigió el sanatorio de Battle Creek y de quien aprendió la técnica europea del masaje (alemán y austriaco) gracias a los chinos y japoneses que vivían en Europa¹¹.

El presente manual aborda el uso del masaje como medio fisioterapéutico y técnica mecánica, que etimológicamente deriva de las raíces latina *massa* y griega *massein* o *masso* que significan tocar, asir, amasar o estrujar; en otras acepciones, del verbo francés *masser* de amasar y del árabe *mass* o *mash* y *sancritamakeh* que traducen apretar con suavidad¹² y fundamenta temáticas relativas a los principios básicos para la ejecución de las técnicas de masaje sedativo, cicatrizal y drenaje linfático y sus efectos en los diferentes sistemas. Incluye conceptos sobre la adecuada preparación de las manos y el manejo de la biomecánica corporal del Fisioterapeuta en las diferentes posturas requeridas en su aplicación, además del desarrollo de la capacidad de palpación.

Este texto, estructura en el último capítulo actividades de integración de las modalidades mecánicas y corresponde a un material de trabajo práctico, diseñado para estudiantes en formación en el área de la Fisioterapia, con el objeto de desarrollar las competencias alrededor del masaje para una adecuada aplicación y utilización de estas técnicas en el desempeño profesional.

⁹ FRITZ, Op. cit., p. 15

¹⁰ BIRIUKOV, Op. cit., p. 11

¹¹ VÁZQUEZ GALLEGO, Jesús. Masaje profesional terapéutico. Barcelona: Paidotribo, 2009. p. 17

¹² *Ibid.*, p. 3

• • •

El masaje y sus aplicaciones