

Unidade Curricular	Técnicas Terapêuticas de Massoterapia	Área Científica	Saúde - programas não classificados noutra área de formação
CTeSP em	Termalismo e Bem-Estar	Escola	Escola Superior de Saúde de Bragança
Ano Letivo	2023/2024	Ano Curricular	2
Nível	0-2	Créditos ECTS	5.0
Tipo	Semestral	Semestre	1
Código	4085-618-2104-00-23		
Horas totais de trabalho	135	Horas de Contacto	T - - TP - - PL - - TC - - S - - E - - OT 60 O - -

T - Ensino Teórico; TP - Teórico Prático; PL - Prático e Laboratorial; TC - Trabalho de Campo; S - Seminário; E - Estágio; OT - Orientação Tutoria; O - Outra

Nome(s) do(s) docente(s) Flávio Teresinho Mendonça

Resultados da aprendizagem e competências

No fim da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:

1. Conhecer a evolucao das diversas tecnicas de massagem.
2. Identificar e compreender os diferentes tipos de massagem.
3. Indicar as condicoes basicas para a massagem.
4. Indicar os componentes da massagem.
5. Identificar os efeitos terapeuticos associados a cada tecnica de massagem, suas indicações e contra-indicações.
6. Caraterizar e distinguir as diferentes tecnicas de massagem.
7. Posicionamento correto do técnico durante a execucao da manobra.
8. Executar as diferentes tecnicas de massagem.

Pré-requisitos

Antes da unidade curricular o aluno deve ser capaz de:
Não aplicável.

Conteúdo da unidade curricular

1- Conceitos básicos e princípios de aplicação da massagem. 2- A mecânica corporal e a massagem - indicações, contra indicações e cuidados a observar. 3- A massagem manual - posicionamentos; sequências, tempo, ritmo, local e técnicas de aplicação; equipamentos de apoio.

Conteúdo da unidade curricular (versão detalhada)

1. Historia da massagem: introducao e evolucao das tecnicas de massagem.
2. Definição de massagem.
3. Componentes da massagem.
4. Principais efeitos da massagem sobre o organismo.
5. Mecanica corporal.
6. Indicacoes e contra-indicacoes da massagem.
7. Principais cuidados a observar durante a execucao da massagem.
8. Tipos e tecnicas de massagem.
9. Massagem manual local (tecnicas; ritmo; pressao; frequencia; equipamento; local; cuidados).
10. Massagem manual geral (sequencia; tempo; tecnicas; ritmo; pressao; frequencia; local; cuidados).
11. Descricao teorico-pratica das tecnicas de Massagem.

Bibliografia recomendada

1. Cassar, M. P. (2006). Manual de Massagem Terapeutica – Um guia completo de massoterapia para o estudante e para o terapeuta. Ed. Manole
2. Pinheiro, J. (2006). Medicina de Reabilitacao em Traumatologia do Desporto. Editora Caminho;
3. Ellsworth, A. , & Peggy, A. (2012). Massagem: Anatomia Ilustrada - Guia Completo de Tecnicas Basicas de Massagem. Ed. Manole;
4. Fritz, S. (2002). Tecnicas de Massagem. 4aed. , Edicoes Manole/Dinalivro;
5. Domenico, G. , & Wood, E. (2006). Tecnicas da Massagem de Beard. Edicoes Manole.

Métodos de ensino e de aprendizagem

As aulas sao essencialmente expositivas e de interacao, seguindo o programa e os objetivos da disciplina. O trabalho do estudante sera acompanhado atraves de orientacao tutorial, em que as aulas serão de caráter presencial e com recurso a metodologias ativas. Enfatiza-se a componente pratica, solicitando a resolucao de problemas e pratica simulada.

Alternativas de avaliação

- Avaliação 1 - (Ordinário, Trabalhador) (Final, Recurso, Especial)
- Exame Final Escrito - 100% (componente Teórica - (50%) - nota mínima segundo regulamento; componente Prática (50%).)

Língua em que é ministrada

Português

Validação Eletrónica

Flávio Teresinho Mendonça	Maria José Gonçalves Alves	Luis Migue Fernandes Nascimento	Adília Maria Pires da Silva Fernandes
10-11-2023	08-12-2023	08-12-2023	08-12-2023