

MANUAL PROFESIONAL DEL MASAJE

GUÍA PRÁCTICA

Dr. Jesús Vázquez Gallego

Coordinador



ÍNDICE

Colaboradores, v

<i>Capítulo 1.</i>	Introducción y etimología.....	1
<i>Capítulo 2.</i>	Historia de los masajes.....	3
<i>Capítulo 3.</i>	Masaje: concepto y comentarios.....	15
<i>Capítulo 4.</i>	Clasificación y maniobras del masaje.....	21
<i>Capítulo 5.</i>	Efectos fisiológicos del masaje.....	47
<i>Capítulo 6.</i>	Indicaciones generales del masaje.....	55
<i>Capítulo 7.</i>	Conceptos anatómicos básicos.....	59
<i>Capítulo 8.</i>	Normas y consejos.....	81
<i>Capítulo 9.</i>	Masaje sueco (masaje clásico).....	113
<i>Capítulo 10.</i>	Quiromasaje.....	117
<i>Capítulo 11.</i>	Masaje transverso profundo de Cyriax.....	125
<i>Capítulo 12.</i>	Masaje terapéutico con aguas mineromedicinales.....	135
<i>Capítulo 13.</i>	Crioterapia y criomasaje (masaje con hielo).....	157
<i>Capítulo 14.</i>	Masajes con dispositivos diversos.....	173
<i>Capítulo 15.</i>	Masaje drenaje linfático.....	185
<i>Capítulo 16.</i>	Masaje en la medicina del deporte.....	225
<i>Capítulo 17.</i>	Masaje en las lesiones más frecuentes del deportista.....	249
<i>Capítulo 18.</i>	Masaje de restauración en el deportista.....	261
<i>Capítulo 19.</i>	Automasaje en el deportista.....	271
<i>Capítulo 20.</i>	Masaje en el ciclismo.....	289
<i>Capítulo 21.</i>	Masaje ruso.....	295

<i>Capítulo 22.</i>	Otros masajes. Masajes con nombre propio	303
<i>Capítulo 23.</i>	Masajes reflejos	313
<i>Capítulo 24.</i>	Reflexoterapia podal.....	323
<i>Capítulo 25.</i>	Masaje chino.....	335
<i>Capítulo 26.</i>	Shiatsu (masaje japonés).....	367
<i>Capítulo 27.</i>	Masaje ayurvédico.....	427
<i>Capítulo 28.</i>	Masaje tradicional tailandés	441
<i>Capítulo 29.</i>	Masaje californiano	451
<i>Capítulo 30.</i>	Método Trager®.....	457
<i>Capítulo 31.</i>	Masaje de espalda.....	465
<i>Capítulo 32.</i>	Masajes en la liberación miofascial. Terapia de los puntos gatillo.	487
<i>Capítulo 33.</i>	Quiromasaje abdominal. Tratamiento de aerofagia y estreñimiento.....	499
<i>Capítulo 34.</i>	Masaje en las cicatrices.....	509
<i>Capítulo 35.</i>	Masaje cardíaco externo	515
<i>Capítulo 36.</i>	Masaje infantil	521
<i>Capítulo 37.</i>	Masaje en la tercera edad	529
<i>Capítulo 38.</i>	Masaje en condiciones especiales.....	535
<i>Capítulo 39.</i>	Masaje en la fibromialgia	547
<i>Capítulo 40.</i>	Masaje en silla.....	559
<i>Capítulo 41.</i>	Masaje en estiramiento.....	577
<i>Capítulo 42.</i>	Flexibilidad, su entrenamiento y su relación con la salud	581
<i>Capítulo 43.</i>	Nuevos masajes. La era del bienestar.....	593
<i>Capítulo 44.</i>	Masaje en el entorno Pilates.....	603
<i>Capítulo 45.</i>	Osteopatía.....	609
<i>Capítulo 46.</i>	Técnica metamórfica.....	619
<i>Capítulo 47.</i>	Método funcional de tratamiento neuromiofascial basado en la técnica de Nimmo.....	627
<i>Capítulo 48.</i>	Acupuntura y técnicas manuales	633

Bibliografía, 651

COORDINADOR

Dr. Jesús Vázquez Gallego

Doctor en Medicina y Cirugía

Especialista en Rehabilitación y Medicina Física

Especialista en Traumatología y Cirugía Ortopédica

Especialista en Gerontología Clínica y Social

Jefe del Servicio de Rehabilitación del Hospital Xeral-Calde de Lugo

Autor de la obra *El masaje terapéutico y deportivo* (7 ediciones)

Médico de la Villa Olímpica Barcelona'92 y de la Comisión Médica del C.O.E.

COLABORADORES

Dra. R. Solana Galdámez

Especialista en Medicina del Deporte y de la Educación Física. Máster en Medicina Evaluadora Servicios Médicos de AZKAR-Fútbol Sala. Lugo. Supervisión

Dra. Arantxa Vázquez Doce

Especialista en Rehabilitación y Medicina Física. Máster en Valoración de discapacidades Hospital Universitario de La Princesa. Madrid

D. Andrés Vila Álvarez.

Fisioterapeuta. Osteópata. Lugo

D. Claudio Mazères Monge

Quiromasajista. Barcelona

D. Oscar Mazères Ferrer

Quiromasajista. Barcelona

Dra. M. Jesús Vázquez Doce

MIR. Hospital de Burela. Lugo
Quiromasajista

D. Basilio Pérez Rivero

Quiromasajista. Lugo

Dr. J. Sagra Ferrándiz

Director de la "Escuela de masaje manual". Barcelona

Dña. Lourdes Argote

Fisioterapeuta. Londres (Reino Unido)

D. Gurudass S. Khalsa, C.T.

Director del Instituto Khalsa de Quiropraxia y Terapias Manuales. Barcelona

Dr. Antonio Hernández Torres

Especialista en Hidrología Médica. Madrid

Dr. Manuel Perea Horno

Especialista en Hidrología Médica. Madrid

Dra. Ángela García Matas

Especialista en Hidrología Médica. Madrid

D. Toni Bové

ATS, Fisioterapeuta, Quiromasajista.
Fútbol Club Barcelona.

Dr. Juan José González Iturri

Especialista en Rehabilitación y Medicina Física
Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte
Clínica de Rehabilitación y Medicina Física. Pamplona

Dr. Andoni Jauregi Crespo

Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte

Especialista en Medicina Manual
Director de la “Escuela de Terapias Manuales”. Bilbao

Dr. Jaume Albareda i Llao

Especialista en Rehabilitación y Medicina Física.
Barcelona.
Director Médico de QUIROTEMA (Escuela Superior de Quiromasaje y Terapias Manuales). Barcelona

Dr. José María Gil Vicent

Especialista en Traumatología y Cirugía Ortopédica.
Barcelona
Especialista en Rehabilitación y Medicina Física

D. Chema Robles

Fisioterapeuta
Doctor en Acupuntura por el C. I. E. (República P. China)
Director de la “Escuela Superior de Técnicas Parasitarias”. León

D. Shigeru Onoda

Director de la “Escuela Japonesa de Shiatsu”. Madrid

Dra. Ángela Sanz

Directora de la Escuela Internacional de la Cultura Ayurvédica. Barcelona

Prof. Subhash Ranade

Medicina Ayurvédica. India

Dr. Rajan Rawat

Medicina Ayurvédica. India

D. Eduardo Velasco

Profesor titulado en Masaje Tradicional Tailandés por International Training Massage School de Chiang Mai y por The Wat Po Traditional Medical School de Bangkok. Madrid

D. Anand Gopur

Representante Oficial del método THE TRAGER® APPROACH en España. EE.UU.

Dr. Miguel Ángel Fernández López

Especialista en Medicina Intensiva
Complejo Hospitalario Xeral-Calde. Lugo

Dª Esperanza Elizalde

Quiromasajista infantil. Barcelona

D. Manuel Pómba Fernández

Licenciado en Educación Física
Profesor del INEF de Galicia. La Coruña

Dña. Esther Sualdea

Jefa de Redacción de “Vida Estética”. Barcelona

Dr. Juan Bosco Calvo

Profesor Titular de la Universidad de Alcalá de Henares. Madrid
Médico Introdutor del Método Pilates en España

Rosa Casal

Naturópata. Barcelona

Dr. C. Daniel Strán Frugoni

Doctor en Medicina. Médico Ortopedista de columna vertebral.
Montevideo. Uruguay

Dr. Antonio Carlos Nogueira Pérez

Médico Acupuntor. Madrid

Dª María Expósito

Quiromasajista. Lugo

OTROS COLABORADORES

Elisa Mar Martín González. Fisioterapeuta. Lugo

Basilio Pérez Riveiro. Quiromasajista. Lugo

Ana Jara. Terapeuta Ocupacional. Lugo

Antonio Vázquez. Masajista. La Coruña (†)

Mercedes Arias López. Masajista. Lugo