

## Referencial de Formação

### Estratégias de Fidelização

**Designação da UFCD:**

Massagem manual geral

**Código:**

4881

**Carga Horária:**

50 horas

**Pontos de crédito:**

4,50

**Objetivos:**

- Distinguir as diferentes técnicas de massagem manual local que levam à massagem geral.
- Identificar os principais efeitos terapêuticos associados a cada técnica de massagem manual e o seu efeito geral no organismo.
- Utilizar o equipamento de apoio adstrito a cada uma das técnicas de massagem manual local.
- Associar coordenadamente várias técnicas de massagem manual local de modo a executar uma massagem manual geral.

**Conteúdos:**

- Massagem dos grupos musculares associados a cada articulação
- Sequência da massagem manual
- Tempos médios para cada zona a massajar e tempos totais
- Técnicas de aplicação
- Posicionamento

- Ritmo e pressão aplicados
- Frequência da massagem
- Local de tratamento
- Equipamento de apoio
- Principais cuidados a respeitar