PROGRAMA PEDAGÓGICO

INSTITUIÇÃO DE ENSINO	
RAZÃO SOCIAL:	CURSOS VIRTUAIS LTDA
NOME FANTASIA:	CURSOSVIRTUAIS.NET
CNPJ:	08.179.401/0001-62
REGISTRO ABED:	7734 - CATEGORIA INSTITUCIONAL

CURSO	
NOME:	MASSOTERAPIA
MODALIDADE:	CAPACITAÇÃO LIVRE OFERTA - EAD

Metodologia: O conteúdo do curso é disponibilizado ao aluno para estudo online em uma interface diagramada de fácil navegação AVA (Ambiente Virtual de Estudos). O acesso ao material é bastante intuitivo e proporciona uma experiência de interatividade no processo de aprendizagem a distância. O curso conta com a realização de atividade avaliativa ao término de cada aula/módulo e também realização da prova final.

Formato: O curso é ofertado de forma assíncrona e conta com atividades complementares síncronas, permitindo que o aluno organize seus estudos conforme sua disponibilidade. Os módulos de aprendizado são liberados de maneira assíncrona e progressiva, sendo necessário concluir cada etapa para avançar à seguinte. Complementarmente, o curso conta com atividade síncrona por meio do suporte em tempo real com o professor, disponível às terças e quintas-feiras, das 15h às 16h, na ferramenta de tira-dúvidas.

Tutoria e formas de interação: Os alunos recebem suporte de uma tutoria especificamente designada. A interação é realizada por meio do da Área do Aluno, no Ambiente Virtual de Estudos (AVA). A tutoria consiste na assistência didática, compartilhamento de informações, troca de experiências visando o melhor aproveitamento dos conteúdos estudados.

Prova final/Certificação: A prova final é quantitativa. A geração do certificado é condicionada à verificação de aproveitamento mínimo de 70% (setenta por cento) na prova final. O curso conta com ferramenta de avaliação de conteúdo (aprendizagem) correspondente à carga horária certificada.

Organização curricular: O curso apresenta organização curricular elaborada a partir de projetos pedagógicos específicos por uma equipe pedagógica multidisciplinar, que acompanha toda a concepção dos conteúdos.

Tecnologia de EAD/e-learning: Após a elaboração dos conteúdos é realizada a migração para o ambiente de estudos na área do aluno, que é um AVA otimizado para nossa plataforma de ensino.

Materiais didáticos: O conteúdo programático é desenvolvido com base em apostilas e outros materiais didáticos atualizados. Além do material de estudo, o aluno conta com diferentes ferramentas de aprendizagem, como grupo de estudos com tutor/professor, tira-dúvidas por inteligência artificial, atividades avaliativas ao longo das aulas e prova final para avaliação do aprendizado.

Interação e suporte administrativo: O curso conta – além do suporte de tutoria - com uma infraestrutura de apoio que prevê a interação entre alunos e professores/tutores; e alunos e equipe de apoio administrativo. Essa interação é garantida por meios eletrônicos e/ou por meio telefônico, conforme o caso. O Ambiente Virtual de Estudos (AVA) utilizado pela CURSOS VIRTUAIS LTDA é uma

plataforma proprietária, desenvolvida e atualizada permanentemente.

Sobre a instituição de ensino: A CURSOS VIRTUAIS LTDA é uma escola de educação à distância. Iniciamos nossas atividades em 2006 e contamos com mais de 500 mil alunos matriculados em diversos cursos. Além disso, somos associados da ABED - Associação Brasileira de Educação a Distância. Legalmente constituída inscrita no CNPJ 08.179.401/0001-62, atua com a idoneidade e credibilidade auxiliando diversos órgãos públicos e empresas privadas, além de milhares de profissionais, servidores públicos, estudantes e professores de todo o país.

ESTRUTURA DO CURSO - COMPONENTES CURRICULARES

NOME DA CAPACITAÇÃO: Massoterapia

BASE LEGAL: CF/88, arts. 206, II, e 209; na LDB 9.394/96, arts. 39, § 2º, I, e 40; e no Decreto 5.154/2004, art. 3, em consonância com a Resolução CNE/CP 1/2021 (MEC), arts. 14 e 37, quanto à formação e aperfeiçoamento profissional.

OBJETIVO DE APRENDIZAGEM: Ao concluir o curso de Massoterapia, o aluno deverá ser capaz de compreender os fundamentos históricos e fisiológicos da massagem, reconhecendo seus efeitos nos sistemas corporais, suas indicações e contraindicações. Também deverá desenvolver conhecimentos e habilidades para aplicar manobras clássicas e técnicas de massagem relaxante, modeladora, craniana, sueca, oriental, drenagem linfática, pedras quentes e bambuterapia, considerando pressão, ritmo, fluidez e posicionamento corporal. Deverá ainda preparar adequadamente o ambiente de atendimento, adotar postura ergonômica e seguir práticas de biossegurança, higiene, esterilização, uso de equipamentos de proteção e gerenciamento de resíduos.

ATIVIDADES/AULAS:
1) Introdução
2) Massoterapia
3) Massagem Craniana
4) Técnicas de Massagem
5) Massagem Relaxante
6) Massagem nas Pernas
7) Massagem com Pedras Quentes e Bambuterapia
8) Massagem com Pedras Quentes
9) Biossegurança e Boas Práticas

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO DETALHADO:
Histórico da massagem e considerações gerais
História da massagem
A massagem na pré-história
A massagem na história antiga
Condições do ambiente, componentes da massagem e postura profissional
Preparação do ambiente de massagem
Iluminação
Temperatura
Música
Os utensílios utilizados na massagem
Os componentes da massagem
Postura profissional
Posicionamento do profissional

Como o profissional se posiciona na técnica
Postura de esgrimista
Postura de esgrimista com cotovelo flexionado
Postura do t’ai chi
Postura ereta
Postura de vaivém
Postura inclinada
Posição sentado na maca
Efeitos fisiológicos da massagem
Efeitos sobre o sistema muscular
Efeitos sobre o sistema nervoso
Efeitos sobre o sistema circulatório
Efeitos sobre o sistema linfático
Efeitos sobre o sistema tegumentar
Indicações e contraindicações da massagem
Descrição das manobras de massagem clássica
A arte da massagem
Descrição das manobras, movimentos e técnicas de massagem
Manobra de effleurage ou deslizamento
Deslizamento superficial
Deslizamento profundo
Deslizamento com o polegar
Efeitos proporcionados pelo deslizamento
Manobra de compressão
Amassamento
Técnica de fricção
Rolamento
Percussão
Tapotagem
Vibração
Pinçamento
Aspectos da massagem relaxante e sua aplicabilidade
Cromoterapia
Aplicabilidade da massagem relaxante
Massagem relaxante facial
Aspectos da massagem modeladora e sua aplicabilidade
Massagem modeladora
Tecido adiposo
Definição e movimentos usados na técnica
Ação da massagem modeladora
Benefícios da massagem modeladora
Indicações da massagem modeladora
Modelagem corporal e perda de medidas
Combate ao fibroedema geloide e lipodistrofia localizada
Frequência de tratamento
Componentes da técnica da massagem modeladora
Descrição das manobras de massagem modeladora
Massagem modeladora em abdômen
Massagem modeladora em membros inferiores
Massagem modeladora em braço e antebraço
Massagem modeladora em panturrilhas

Massagem modeladora em coxa posterior
Massagem modeladora em região glútea
Massagem modeladora em região de flancos
Massagem modeladora em região de costas
Massagem modeladora facial
Massagem turbinada
Protocolos com a associação da massagem modeladora e turbinada
Protocolos destoxi e redução
Protocolo para redução de medidas
Consciência corporal, relaxamento e alongamentos para a qualidade de vida
O estresse
Tipos de estresse
Tipos de estressores
Fisiologia do estresse
Efeitos do estresse
Como evitar o estresse
Relaxamento e qualidade de vida
Massagem antiestresse associada à aromaterapia
Origem e história da massagem craniana
Benefícios gerais da técnica
Massagem indiana tradicional
Champissage e Ayurveda
Importância cultural e social da massagem na Índia
Expansão e adaptação da técnica no Ocidente
Benefícios físicos, mentais e emocionais
Principais efeitos benéficos da massagem craniana
Principais indicações
Principais contraindicações
Preparativo para a prática da massagem craniana
Sequência prática
Posicionamento do cliente
Exercício de aquecimento das mãos
Troca térmica
Deslizamento longitudinal com os polegares
Deslizamento sobre as sobrancelhas
Dedilhamento e deslizamento com os dedos
Massageamento circular
Deslizamento com os dedos sobre os lábios
Deslizamento sobre a região da mandíbula
Deslizamento com tração na orelha
Movimento circular da orelha
Dedilhamento sobre a face
Beliscamento terapêutico alternado
Deslizamento em prece sobre a face
Deslizamento com os dígitos dos dedos
Objetivos
Massagem Sueca
Effleurage
Petrissage
Amassamento reptante
Amassamento rolante

Amassamento pinçante
Tapotage
Bordo cubital
Palmar
Mão em concha
Punho fechado
Cutiladas
Tamborilamento
Fricção
Vibração
Rolamento
Massagem facial
Deslizamentos a partir do centro da testa para a periferia
Deslizamento nas pálpebras
Deslizamentos no nariz
Deslizamentos e movimentos circulares nas bochechas
Deslizamento acima dos lábios
Deslizamento no queixo
Deslizamento do pescoço para o queixo
Massagem nas orelhas
Massagem abdominal
Effleurage
Diamante
Ondulante
Mão em cuia
Fricções
Massagem do tecido conjuntivo
Palpação diagnóstica ou fricção diagnóstica
Evidência na palpação diagnóstica de duas ondas cutâneas
Rolamento para quebra de aderências
Drenagem linfática
Deslizamento em quatro tempos
Bombeamento para safena
Bombeamento na lateral
Deslizamento alternado
Compressão e descompressão
Massagens orientais
Shiatsu
Sequência de abertura
Técnicas
Shantala
Massagem ayurvédica
Decúbito ventral
Sentado
Em decúbito dorsal
Massagem Relaxante
Massagem nas Pernas
Massagem com Pedras Quentes
Massagem com pedras quentes e frias
Conceito e história
Tipos de pedras

Preparação para o tratamento
Efeitos, indicações e contraindicações da massagem com pedras quentes
Efeitos terapêuticos da massagem com pedras quentes
Os chakras
Sequência básica da massagem com pedras quentes
Posicionamento das pedras
Considerações finais
Bambuterapia ou massagem com bambu
Conceitos e história
Tipos de bambus
Técnicas associadas à bambuterapia
Indicações e contraindicações
Sequência básica da massagem com bambu ou bambuterapia
Região dos pés
Região da perna e coxa anterior
Região do abdômen
Região do braço
Região dos pés e perna posterior
Região glútea
Região das costas
Risco em estabelecimentos de embelezamento
Riscos aos trabalhadores
Riscos aos clientes
Cabeleireiro, barbeiro, manicuro e pedicuro
Esteticista
Manual de rotinas e procedimentos
Medidas preventivas no ambiente profissional
Programa de controle médico de saúde ocupacional
Equipamentos de proteção individual (EPI)
Higiene ambiental
Piso
Vaso sanitário
Mobiliário
Portas e paredes
Roupas
Filtros de ar-condicionado
Higiene pessoal
Lavagem das mãos
Procedimentos de limpeza e esterilização
Limpeza manual
Limpeza mecânica
Tratamento dos artigos – utensílios e instrumentais
Artigos críticos
Artigos não críticos
Esterilização por calor úmido – autoclave
Esterilização por calor seco – estufa
Área física
Setor de manicure e pedicure
Sala de depilação e massagem
Área de guarda de estoque de produtos e equipamentos
Sanitários e vestiários

Área de rouparia
Área de armazenamento de resíduos sólidos
Edificação e instalações necessárias
Produtos
Equipamentos
Depilação
Gerenciamento de resíduos sólidos

DOCUMENTO ASSINADO DIGITALMENTE

CURSOS VIRTUAIS LTDA - CNPJ 08.179.401/0001-62
Assinatura eletrônica qualificada com certificado digital ICP-Brasil

Código: **409**