

Universidad de Verano del Rincón de Ademuz

(3ª edición)



UV
Universidad de Verano
Rincón de Ademuz

Gemma Victoria Espí López

“Masaje oriental: shiatsu”

VNIVERSITAT
ID VALÈNCIA



Facultat de **Fisioteràpia**



Universitat + Territori + Diputació

UNIVERSITATS
ESTACIONALS



VNIVERSITAT ID VALÈNCIA
Vicerektorat de Projectió Territorial i Societat

¿QUÉ ES EL SHIATSU?

- **TERAPIA ALTERNATIVA**
- **TERAPIA NO INVASIVA**
- **TERAPIA DE FÁCIL APLICACIÓN**



¿QUÉ ES EL SHIATSU?

- TERAPIA ALTERNATIVA
- TERAPIA NO INVASIVA
- TERAPIA DE FÁCIL APLICACIÓN



¿...QUÉ MÁS?

- **TERAPIA DE CÓMODA APLICACIÓN**
- **TERAPIA REFLEJA**
- **POCAS CONTRAINDICACIONES**



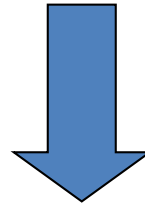
¿CÓMO SE DEFINE?

“La terapia Shiatsu es una forma de manipulación administrada mediante los pulgares, los dedos y las palmas de las manos, sin el uso de ningún instrumento mecánico ni de ningún otro tipo, para aplicar presión a la piel humana, con el fin de corregir disfunciones internas, promover y mantener la salud y tratar enfermedades específicas”.

Ministerio japonés de Salud y Bienestar

ESTILOS

**SHIATSU ESTILO NIPÓN
(Tokujiro Namikoshi)**

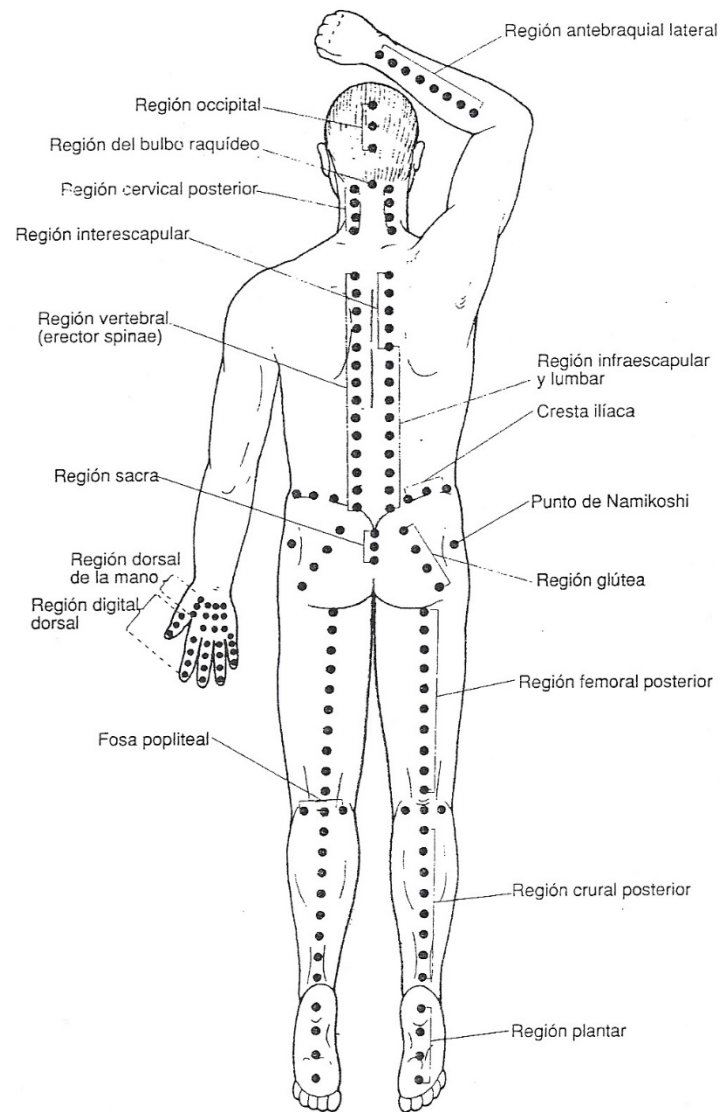
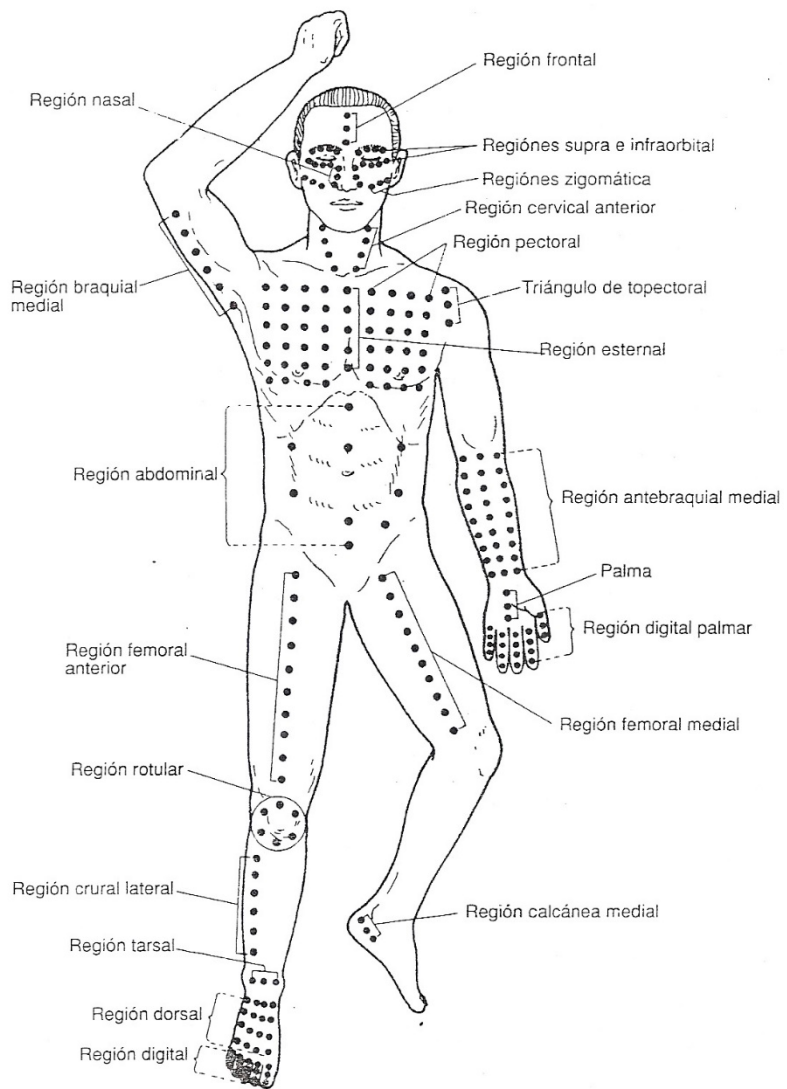


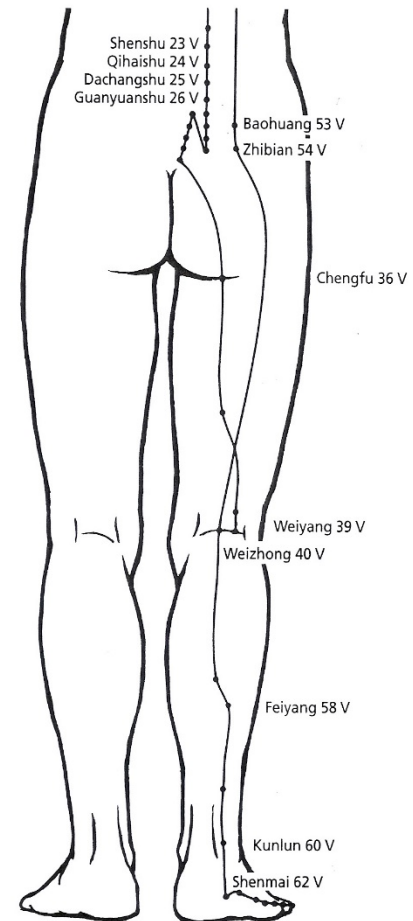
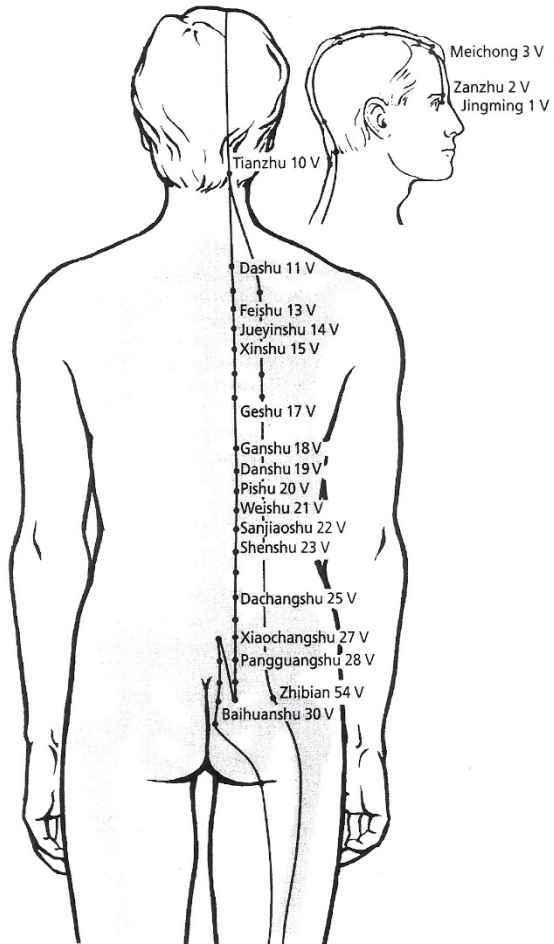
FISIOLOGÍA OCCIDENTAL

+

CANALES CLÁSICOS DE ENERGÍA







¿CÓMO APLICAMOS SHIATSU?

- En el suelo...



- En la camilla...



- En una silla...



¿CUÁNDO APLICAMOS SHIATSU?

- **CUANDO QUERAMOS PREVENIR**
- **CUANDO EXISTA DOLOR MUSCULAR**
- **CUANDO APLIQUEMOS TÉCNICAS DE FISIOTERAPIA**



¿...Y ADEMÁS?

- **CUANDO OTRAS TÉCNICAS ESTÉN CONTRAINDICADAS**

- **PARA RECUPERARSE DE FORMA GENERAL DE ALGUNA ENFERMEDAD**

¿DÓNDE APLICAMOS SHIATSU?

- **EN LA ESPALDA**



- **EN CARA Y CUELLO**



- **EN LAS PIERNAS**



- **EN LOS BRAZOS**



- EN LA CABEZA



- EN EL TÓRAX Y ABDOMEN



- **EN LOS PUNTOS MOTORES...**
- **EN LOS PUNTOS DE ACUPUNTURA (DTP)**



CARACTERÍSTICAS

- **UTILIZA SÓLO LAS MANOS**
- **DETECTA Y TRATA LAS DISFUNCIONES**
- **PREVENTIVO**
- **TERAPÉUTICO**
- **TRATA EL CUERPO TOTAL O PARCIAL**



EFFECTOS DEL SHIATSU

- **FLEXIBILIZA LOS MÚSCULOS**
- **MOVILIZA LAS ARTICULACIONES**
- **VITALIZA LA PIEL**

...Y ADEMÁS

- **REGULARIZA LAS FUNCIONES NEURALES**
- **MEJORA EL SISTEMA VISCERAL**
- **MEJORA LA VASCULARIZACIÓN**

...Y ADEMÁS

- **REGULARIZA LA RESPIRACIÓN**
- **MASAJE REFLEJO**
- **RELAJACIÓN PROFUNDA**

REQUERIMIENTOS PARA HACER SHIATSU

- **AMBIENTE ADECUADO**
- **INTENCIÓN CLARA**
- **PRESIÓN ADECUADA**

- **UTILIZACIÓN DE LAS DOS MANOS**
- **VACÍO FÍSICO**
- **VACÍO PSÍQUICO**

INDICACIONES

ALTERACIONES DE:

- ***SISTEMA CIRCULATORIO***
- ***SISTEMA NERVIOSO PERIFÉRICO***
- ***SISTEMA DIGESTIVO***
- ***SISTEMA MÚSCULO-ESQUELÉTICO***
- ***SISTEMA RESPIRATORIO***

CONTRAINDICACIONES

- **INFECCIONES**
- **ONCOLOGÍA**
- **FIEBRE**
- **SENTIDO COMÚN...**
- **EN PROCESOS QUE SEA IMPRESCINDIBLE Y ÚNICO UN TRATAMIENTO MÉDICO**



NORMAS DE PRECAUCIÓN

- UÑAS LIMPIAS Y CORTAS
- ROPA FINA Y CÓMODA
- UNIFICAR LA RESPIRACIÓN
- USO CORRECTO DE LAS MANOS
- TIEMPO DE APLICACIÓN
- OBSERVAR LAS CONTRAINDICACIONES



TIPOS DE PRESIÓN

- APOYOS

PALMA DE LA MANO:

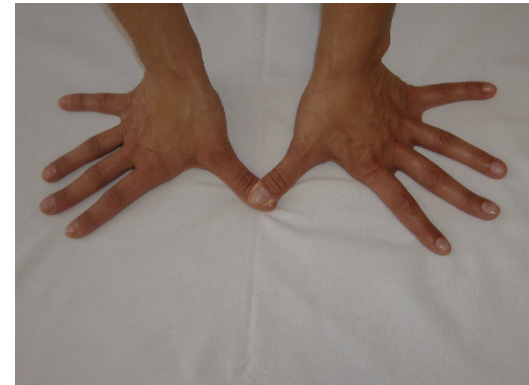
- UNA SÓLA PALMA
- LAS DOS PALMAS

PULGAR:

- UN SOLO PULGAR
- LOS PULGARES JUNTOS
- LOS DOS PULGARES SUPERPUESTOS

DEDO MEDIO-ÍNDICE:

- UN SOLO DEDO
- LOS DOS SUPERPUESTOS



CLASES DE PRESIÓN

- **PRESIÓN SOSTENIDA**
- **PRESIÓN INTERMITENTE**



TERAPIA SHIATSU

- **MANIOBRAS PRELIMINARES**

(RESPIRACIÓN, RELAJACIÓN)

PROTOCOLO

- **SUPINO MANIOBRA PRELIMINAR**
- **PRONO: ESPALDA-ESCÁPULA-CUELLO-CABEZA-PELVIS-SACRO-PIERNAS-PIES**
- **SUPINO: PIERNAS-BRAZOS-CABEZA-FACIAL-TÓRAX-ABDOMEN**

AUTOSHIATSU



CONCLUSIONES

- **Es una terapia no invasiva**
- **De fácil aplicación**
- **No utiliza aparatos**
- **Se realiza en el suelo, camilla o silla**
- **Es equilibrante**
- **Efectos beneficiosos**
- **Es relajante**



**MUCHAS GRACIAS POR SU
ATENCIÓN**



Universidad de Verano del Rincón de Ademuz

(3ª edición)



UV

Universidad de Verano
Rincón de Ademuz

MUCHAS GRACIAS POR SU
ATENCIÓN

Gemma Victoria Espí López

“Masaje oriental: shiatsu”

VNIVERSITAT
ID VALÈNCIA



Facultat de Fisioteràpia



Universitat + Territori + Diputació

UNIVERSITATS
ESTACIONALS ()



VNIVERSITAT ID VALÈNCIA
Vicerectorat de Projecció Territorial i Societat