



Curso:

Taller de Masaje con PINDAS



www.emaformacion.com
info@emaformacion.com

Docente: Marta Diaz

Talle de Masaje con Pindas

TIPO: Taller

CATEGORIA: Salud

MODALIDAD: PRESENCIAL

Desde tiempos inmemorables, el hombre ha utilizado el masaje como método para restablecer la salud. Con diferentes técnicas y apoyándose en las propiedades curativas de las plantas medicinales, para realizar ungüentos, emplastos o cataplasmas.

También descubrió que si se eleva la temperatura de estos preparados, aportaría calor a las zonas afectadas influyendo de esta forma a modo analgésico.

Además las plantas medicinales desprenderían mejor sus propiedades activas, aumentando así sus efectos para la salud.

El masaje con pindas tiene su origen en oriente (medicina china) y en la india del masaje ayurvedico. (ayurveda, ciencia de la vida) que se remonta hace mas de 5000 años.

QUE SON LAS PINDAS.

Las pindas son unos saquitos de tela natural de lino o algodón, atadas en su extremo con un cordón que albergan en su interior una mezcla de plantas medicinales y/o hierbas aromáticas, semillas, arroz, garbanzos.

Según el objetivo a seguir, normalmente estas plantas deberán poseer propiedades antiinflamatorias, analgésicas, revitalizantes, antioxidantes o energéticas que van a influir sobre el estado físico, emocional y energético de la persona. Para comenzar esta terapia habrá que realizar previamente una entrevista con nuestro paciente para que nos indique que tipo de dolencia tiene, y así poder elegir el preparado correcto y elaborar su pinda personal desechando su contenido al completo después del masaje.

MATERIALES NECESARIOS

- Tela de algodón para hacer el saquito.
- Semillas para crear la base y evitar que se apelmacen las hiervas.
- Hiervas aromáticas y medicinales.
- Cordón de algodón para atar el extremo.
- Calentador de agua o vaporera,
- Aceite de almendras o neutro.
- Aceites esenciales para crear la mezcla personalizada en el masaje relajante.

La base de la pinda está hecha con semillas, pueden hacerse con arroz que es la más común, semillas de mostaza, garbanzos..etc.

La base influirá en que el saquito quede más o menos compacto.

Aconsejamos el arroz para un masaje de presión más suave o de garbanzos para presión más fuerte.

Medidas de los saquitos:

Saquitos pequeños- 25x25.

saquitos medianos- 37x37.

Saquitos grandes- 49x49.

PLANTAS AROMATICAS Y MEDICINALES

Canela: antiséptico y prevención de enfermedades relacionadas con bacterias y hongos.

Jengibre: analgésico y antiinflamatorio, dolor e hinchazón, artritis, síndrome del túnel carpiano.

Melisa: antibiótico natural y propiedades relajantes.

Tomillo: relajante muscular, lumbalgias, ciática, artrosis, reuma, exceso de sudoración en los pies.

Romero: dolores musculares y aromaterapia para la depresión.

Lavanda: propiedades antivíricas y antibacterianas, dolores reumáticos, dolor de cabeza, tortícolis.

Árnica: traumatismos, contusiones, hematomas, acné, inflamaciones articulares.

Caléndula: muy similar a la árnica, antiinflamatorio.

Valeriana: relajante y anti-estrés.

Eucalipto: reuma, artritis, artrosis.

Manzanilla: antiinflamatorio, contusiones.

Salvia: relajante muscular, reglas irregulares, mejora síntomas de menopausia, disminuye la sudoración.

Hipérico: ansiedad, depresión, nerviosismo, mejora la calidad del sueño.

Nota: Es importante que el paciente no esté tomando ningún medicamento en el momento del masaje. Ya que las propiedades de algunas de las plantas podrían modificar los efectos de los medicamentos.

INDICACIONES

- Relajación muscular.
- Flexibilización de las fascias.
- Drenaje linfático beneficiando así la desintoxicación de los tejidos.
- Insomnio.
- Nerviosismo.
- Estrés.
- Ansiedad.
- Artritis.
- Artrosis.
- Reuma.
- Disfunciones viscerales.
- Procesos inflamatorios.
- Aumenta la función del sistema inmunológico.

CONTRAINDICACIONES.

Nos abstendremos de dar el masaje relajante en caso de:

- Fiebre: ya que elevaremos la temperatura corporal de 2 a 3 grados.
- Infecciones: al incidir en el sistema circulatorio podríamos propagarla.
- Erupciones o heridas en la piel: podríamos infectarlas con algún componente del preparado.
- Mujeres embarazadas: el uso de algunas hiervas no está indicado en el periodo de gestación. Ni en niños.
- Flebitis: podríamos desprender algún trombo.
- Alergias: deberemos informar al paciente del compuesto que vamos a utilizar por si tuviera alergia a algún componente. Le recomendaríamos que consultara con un naturópata para que el mismo le indicara qué compuesto podría resultarle mejor.

BENEFICIOS.

Con este masaje conseguimos:

- El propio de la técnica manual al tratar el cuerpo.
- Aromaterapia, debido a los olores y principios que emanan los elementos introducidos en las pindas.
- Además de la relajación muscular se produce una exfoliación en la que se eliminan las células muertas a medida que se va realizando el masaje.
- Activación o sedación del sistema nervioso del tal modo que se revitalizan o desactivan ciertas funciones del organismo y se enriquece la función celular.

VAMOS A TRABAJAR

Iniciaremos nuestro masaje relajante con aceites esenciales con el cliente (prono) en la camilla. Bien vestida con toallas suficientes para poder trabajar con comodidad, a la vez que le iremos cubriendo según vayamos trabajado las zonas corporales.

En sentido ascendente empezando por las piernas, glúteo, espalda y terminando en el cuello.

A continuación girarlo (supino) y volver a empezar por las piernas en sentido ascendente hasta el vientre pectoral cuello y cara. De esta forma activaremos la circulación sanguínea y linfática.

Posteriormente al masaje, empezaremos a trabajar con las pindas que previamente deben haber sido calentadas al vapor de agua liberando así las propiedades medicinales y aromáticas de las hierbas.

Al estar calientes, los poros de la piel se dilatarán facilitando de esta forma la absorción de sus beneficios.

Utilizaremos técnicas de presión en puntos concretos, amasamientos, y fricciones.

TITULACIÓN

DIPLOMA: Taller de masaje con Pindas

DURACIÓN

- 4 horas
- HORARIOS: MAÑANA y TARDE

Plazas limitadas _ Grupos reducidos

Centro Adherido:



Lugar de impartición

EMA FORMACIÓN

Calle Londres, 32

Tel: 91 183 72 62

28028 (Madrid)

Metro: Ventas, Manuel Becerra, Diego de León



www.emaformacion.com

Londres 32, 28028 Madrid | . 911837262 | info@emaformacion.com