



**HORARIO DE ATENCIÓN:**  
Lunes, Miércoles y Viernes:  
8:00 a.m. a 12:00 m. d.  
Teléfono: 2237-8321  
Correo electrónico: unacursoslibres@gmail.com  
Facebook:

## MASOTERAPIA Y TERAPIAS COMPLEMENTARIAS

“El masaje es algo más que un simple gesto o conjunto de maniobras terapéuticas manuales: es una forma excepcional de comunicarse sin palabras y de transmitir a través de las manos, sensaciones agradables, placenteras, energía curativa y relajación psicofísica” (Saludterapia, 2013)

La anterior definición del Consejo Superior de Cinesiterapia, de la Escuela Francesa, data del 11 de febrero de 1947 y formula de una manera muy amplia la base de nuestro programa modular.

El primer módulo se llama Masaje Terapéutico, y se trabaja en las bases anatomofisiológicas aplicadas al masaje y en las técnicas del masaje terapéutico. La parte práctica del curso se desarrolla entre los estudiantes para que puedan ir comparando y mejorando las maniobras previo a que las pongan en práctica con sus clientes.

El siguiente módulo (Fundamentos de Terapias Complementarias I), se desarrollan los contenidos de Digitopuntura, Reflexología, Aromaterapia y Cromoterapia, lo que lleva al estudiantado a adentrarse en la medicina tradicional china y oriental, con lo que puedan ir ampliando sus servicios y atender a los clientes desde una perspectiva más holística.

La temática de: Masaje Deportivo, Masaje Stretching e Identificación de lesiones, habilita a los y las estudiantes a realizar sus funciones en torneos deportivos o a formar parte del staff de alguna institución deportiva, los cuales son los contenidos de módulo de Masoterapia aplica-

da al Deporte. Debido a que el tratamiento de lesiones requiere de mucho más tiempo y preparación, en este curso se les enseña a los y las participantes a reconocer una lesión para evitar el masaje en esta área y remitir al cliente a un especialista.

Terapias de Bienestar, es el cuarto de los módulos, en él se abarcan los contenidos de: Protocolos de tratamiento y técnicas de masaje con Bambú, piedras calientes, cuarzo y gemas, esferas chinas y pindas tailandesas, además de la elaboración de velas, sinergias y compresas aromáticas. Lo que le permite a la o el estudiante aprender técnicas de masaje y tratamientos corporales aplicados en spa.

El quinto módulo, Fundamentos de Terapias Complementarias II, abarca varios temas que ayudarán a las y los estudiantes a realizar tratamientos integrales en el campo de la Masoterapia y Terapias Complementarias, estos temas son: Ejercicios terapéuticos para la postura, Masaje en el Embarazo, Drenaje Linfático y Fundamentos de Música-terapia y Relajación por medio de la respiración. Lo anterior da al terapeuta la posibilidad de influir positivamente en los estilos de vida de sus clientes más allá de un tratamiento alopático.

Cada Programa Modular se compone por módulos, y cada uno de los módulos tiene una duración de 12 semanas, para un total de 60 horas por curso, otorgándole a la o el estudiante un certificado por cada módulo aprobado; y si concluye satisfactoriamente los módulos del programa, la o el estudiante se hace acreedor del Título del Programa Modular.

Además, como parte de la actualización y capacitación continua, existen “Otros Cursos”, que complementan la formación de los estudiantes y profesionales en las distintas áreas relacionadas a las Terapias Holísticas, Salud y Movimiento Humano.

El requisito general para poder cursar cualquiera de los programas modulares, es tener aprobado el Bachillerato en Secundaria.

Los cursos son de carácter teórico-práctico, y por su alto contenido práctico en las lecciones, la asistencia a cada una de las lecciones es obligatoria.

El proceso de matrícula lo deben seguir todas las personas interesadas, es el siguiente:

1. Verificación de cupo: los interesados deben hacer la reservación del cupo para el curso, para lo que deberán enviar un correo electrónico a unacursoslibres@gmail.com, indicando el curso y el horario en el que lo desea llevar, el nombre completo, número de cédula y número de teléfono.
2. Esperar notificación: Una vez que hayan enviado el correo electrónico, se les enviará la confirmación de dicha reservación, en la cual se les indicará un plazo máximo para que se realice el pago del curso.
3. Pago del Curso: para el pago del curso, el o la estudiante, puede optar por alguna de las siguientes opciones:
  - a) Depósito en el Banco Nacional de Costa Rica cuenta #100-01-004-010272-9 a nombre de la Fundación para el Desarrollo Académico de la UNA, y debe indicar en el detalle el número de proyecto del curso.
  - b) En caso de que haga la transferencia vía SINPE, la cuenta cliente es la 15100410010102725 y la cédula jurídica es 3-006-324743, de igual manera se debe indicar el número de proyecto.
  - c) Cancelación por medio de tarjeta de débito o crédito en las oficinas del Proyecto de Capacitación, sita Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida en Lagunilla de Heredia, 1.5 Kms al oeste de Jardines del Recuerdo, Campus Benjamín Núñez, previa cita.
  - d) Pago a través de la Oficina de la FUNDAUNA ubicada en Plaza Heredia frente al local de Spoon, con horario de 8:00 am a 12:00 md y de 1:00 pm a 4:00 pm de lunes a viernes.
4. Reportar el pago: Una vez cancelado el monto del curso, debe enviar una copia de la factura por medio de correo electrónico.

Es importante que el primer día de lecciones, le entregue una copia física del documento a la persona encargada de recibir el curso.

Curso	
Masaje Terapéutico	Proyecto: 052207-01
Fundamentos de Terapias Complementarias I	
Masoterapia aplicada al Deporte	
Terapias de Bienestar	
Fundamentos de Terapias Complementarias II	
Yoga y Meditación	
Yoga Intermedio: Formando al líder Yogui	
Nutrición el camino hacia el Wellness	Proyecto: 052218-00
Nutrición Aplicada a la Práctica Deportiva	
Evaluación Func. Cliente en el Entrenamiento Personal	
Entrenamiento Contrarresistencia básico	
Entrenamiento Contrarresistencia Intermedio	
Entrenamiento Contrarresistencia Avanzado	
Aeróbic Formación de Instructores nivel básico	
Aeróbic Formación de Instructores nivel intermedio	
Aeróbic Formación de Instructores nivel básico avanzado	
Pilates Formación de Instructores nivel básico	
Pilates Formación de Instructores nivel intermedio	
Estiramiento muscular y relajación	
Reanimación Cardio-pulmonar (RCP)	