



**UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA**

## **SYLLABUS DEL CORSO**

### **Massoterapia**

2324-1-I0201D130-I0201D189M

---

#### **Obiettivi**

- Conoscere i principi di base della massoterapia
- conoscere i principali approcci alla massoterapia
- saper applicare correttamente le tecniche di massoterapia convenzionale

#### **Contenuti sintetici**

#### **Programma esteso**

- Cenni storici: prime forme conosciute, evoluzione della metodica nel tempo.
- Tipologie di massaggio attualmente praticate : classico-svedese(Pehr Henrik Ling), connettivale riflessogeno, linfodrenaggio, tradizionale cinese Tui Na, Ayurveda.
- Modalità di massaggio: igienico, terapeutico, sportivo, estetico.
- Meccanismi di azione del massaggio: diretto o meccanico, indiretto o riflesso
- Manualità: Principali: Sfiornamento superficiale, sfioramento appoggiato, frizione, impastamento, Accessorie, percussioni , scuotimenti, rotolamenti, pizzicamenti, vibrazioni
- Controindicazioni, precauzioni

- Indicazioni manualità rivolte a: regione lombare, dorso – cervicale, arti inferiori (gluteo, coscia anteriore e posteriore, gamba anteriore e posteriore, piede), arti superiori (spalla , braccio, avambraccio)

## **Prerequisiti**

## **Modalità didattica**

Lezioni frontali ed esercitazioni in presenza salvo successive diverse disposizioni legate all'emergenza pandemica.

## **Materiale didattico**

- Dario Fiandesio, "Massofisioterapia – Manuale per operatori sanitari", UTET, 1990 -
- Caspani F., "Teoria e pratica del micromassaggio estremo orientale – l'equilibrio della circolazione energetica", Red Edizioni, 2002
- Caspani F., "Trattato di micromassaggio estremo orientale Dui Na An Mo", Ed. Speciale Riabilitazione, 1999
- Caspani F., dispense corso di studi Tui Na, 2003
- Dicke E., "Massaggio connettivale secondo Dicke", Piccin S.G.
- Salvo, "Massage Therapy : principles and practice", 4a Ed., 2012

## **Periodo di erogazione dell'insegnamento**

primo semestre

## **Modalità di verifica del profitto e valutazione**

Descritto nel syllabus dell'insegnamento

## **Orario di ricevimento**

Su appuntamento

# Sustainable Development Goals

SALUTE E BENESSERE

---