

TÉCNICA MANUAL - Automasaje

AUTOMASAJE DE BRAZO

Objetivo General:

Promover el conocimiento y la práctica del Auto-Masaje TNDR como herramienta natural, accesible y cotidiana para la autoobservación, el alivio de molestias, la regeneración corporal y el fortalecimiento de la implicación personal en la propia salud y bienestar.

Objetivos específicos:

- Iniciar en los conocimientos teórico-prácticos del libro Exploración y Masaje en Patologías Dolorosas del Dr. Cayo Martín.
- Descubrir la técnica de Exploración y Masaje TNDR para aplicar en el automasaje mediante las prácticas guiadas por el profesor.
- Descubrimiento de los propios bloqueos dolorosos TNDR.
- Comprender y valorar el dolor de forma directa.
- Aplicar en la vida diaria el automasaje para mejorar pequeñas molestias.
- Aplicar técnicas básicas de auto-masaje para aliviar pequeñas molestias y favorecer la regeneración natural del organismo.
- Comprender la relación entre dolor, bloqueos y comportamiento, integrando las funciones físico-psíquicas del brazo en la vida diaria.
- Desarrollar una actitud de auto-valoración y responsabilidad personal en el cuidado de la salud y el equilibrio.
- Regular la intensidad y el tiempo del masaje según las necesidades individuales, reconociendo cuándo acudir a un profesional TNDR.
- Integrar hábitos de autocuidado natural (respiración, exploración, meditación y silencio) como complemento al auto-masaje.

TÉCNICA MANUAL - Automasaje AUTOMASAJE DE BRAZO

Contenidos del Curso:

UNIDAD 0. Antes de comenzar

- TEST inicial valoración del dolor.
- Masaje TNDR:
 - Video: ¿Qué es la TNDR?
 - Video: Exploración y Masaje TNDR
 - Video: Naturopatía Manual TNDR
 - Video: Natural, Artificial y Ecológico.
 - Video: TNDR y TADB
 - Blog: un nuevo paradigma en las ciencias de la salud.

UNIDAD 1. Nos preparamos

- Libro Exploración y Masaje TNDR en Patologías Dolorosas. Pdf.
- Video: Funciones Físico-Psíquicas
- Video: Protocolos TNDR
- Cuadernillo de prácticas
- Material necesario
- Atención- importante

UNIDAD 2. Comenzamos

- **Antebrazo:**
 - Video: Automasaje de antebrazo derecho por Dr. Cayo Martín
 - Video: Automasaje de antebrazo izquierdo por Dr. Cayo Martín
 - Video: Extra automasaje antebrazo Carmen SM
 - Video: Extra automasaje antebrazo Alex K.
- **Brazo:**
 - Video: Automasaje de brazo derecho por Dr. Cayo Martín
 - Video: Automasaje de brazo izquierdo por Dr. Cayo Martín
 - Video: Extra automasaje brazo Carmen SM
 - Video: Extra automasaje brazo Alex K.

TÉCNICA MANUAL - Automasaje AUTOMASAJE DE BRAZO

Cont. Contenidos del Curso:

- **Palma y dorso de la mano:**
 - Video: Automasaje de palma y dorso mano derecha por Dr. Cayo Martín
 - Video: Automasaje de palma y dorso mano izquierda por Dr. Cayo Martín
 - Video: Extra automasaje palma y dorso mano Carmen SM
 - Video: Extra automasaje palma y dorso mano brazo Alex K.

- **Dedos de la mano:**
 - Video: Automasaje dedos de la mano derecha por Dr. Cayo Martín
 - Video: Automasaje dedos de la mano izquierda por Dr. Cayo Martín
 - Video: Extra automasaje dedos de la mano Carmen SM
 - Video: Extra automasaje dedos de la mano Alex K.

- **Hombro:**
 - Video: Automasaje hombro derecho por Dr. Cayo Martín
 - Video: Automasaje hombro izquierdo por Dr. Cayo Martín
 - Video: Extra automasaje hombro Carmen SM
 - Video: Extra automasaje hombro Alex K.

- **Brazo completo:**
 - Video: Automasaje brazo completo izquierdo por Dr. Cayo Martín
 - Video: Extra automasaje brazo completo Carmen SM
 - Video: Extra automasaje brazo completo Alex K.

- **Brazo completo:**
 - Video: Automasaje brazo completo por Dr. Cayo Martín

TFC: Trabajo final - Presentación de cuadernillo de prácticas.

TEST Valoración Dolor: test final

MÁS IFNO DE LA TNDR:

- Video: Teoría TNDR
- Blog: La Máquina Ser Humano
- Amor, Dignidad y los Cuatro Complejos

TÉCNICA MANUAL - Automasaje AUTOMASAJE DE BRAZO

TEMARIO:

- Técnicas básicas de auto-masaje
- Autoexploración TNDR del brazo completo

DIRIGIDO A :

- Todo el público, y en especial a profesionales y estudiantes de las Ciencias de la Salud.
- Cualquier persona que quiera iniciarse en los conocimientos TNDR.
- Estudiantes de Exploración y Masaje TNDR.

PROFESORADO:

- Dr. Cayo Martín Valencia y tutores autorizados.
- El **Dr. Cayo Martín Valencia** es el Creador de la Técnica Manual TNDR, aún continua sus investigaciones y estudios desde el I + D+ i TNDR .

PRÁCTICAS:

- ON LINE TUTORIZADAS 100%

CERTIFICADO: se entrega diploma de aprovechamiento on line por 25 horas al tras superar la parte on line .

La superación de esta formación es necesaria en los programas de formación de:

- Exploración y Masaje TNDR
- Monitor CEM
- Formación de formadores