

ANGHEL DIACONU

**TRATAT DE TEHNICĂ A
MASAJULUI TERAPEUTIC
ȘI
KINETOTERAPIA
COMPLEMENTARĂ**

Vol. I

a VI-a ediție a lucrării, revizuită și completată

– Prima apariție în domeniu –

Tratatul este și manual de studiu pentru școlile de specialitate la toate nivelele,
aprobat de Ministerul Educației Naționale cu Ordinul Nr. 5455 din 18.10.2010.



Editura Academiei Oamenilor de Știință din România, 2017

Coperta de: Mihai Căruțașu
Anca Gabriela Alvirescu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
DIACONU, ANGHEL

Tratat de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară / Anghel Diaconu. -
Ed. a 6-a, rev.. - București : Editura Academiei Oamenilor de Știință din România, 2017

2 vol.

ISBN 978-606-8636-26-9

Vol. 1 - Conține bibliografie. - ISBN 978-606-8636-27-6

615

Toate drepturile editoriale aparțin în exclusivitate Editurii Academiei Oamenilor de Știință din România. Publicația este marcă înregistrată a Editurii Academiei Oamenilor de Știință din România, fiind protejată integral de legislația internă și internațională. Orice valorificare a conținutului în afara limitelor acestor legi este interzisă și pasibilă de pedeapsă. Acest lucru este valabil pentru orice reproducere – integrală sau parțială, indiferent de mijloace (multiplicări, traduceri, microfilmări, transcrieri pe cd-uri, dvd-uri, stick-uri de memorie etc.).

Redactor de carte și corector: Anca Gabriela Alvirescu
Dana Maria Ioniță

Tehnoredactare: Mihai Căruțașu

E-mail autor: anghel.diaconu48@yahoo.com

Copyright© Editura Academiei Oamenilor de Știință din România, 2017

"Medicul trebuie să aibă experiență în multe privințe, dar fără doar și poate în privința masajului, căci masajul poate întări o încheietură care este prea slăbită și poate slăbi o încheietură care este prea înțepenită."

"Organele nu își conservă capacitatea funcțională decât grație acestora și a unui exercițiu fizic adecvat. Așa toți cei care se vor purta astfel, își vor asigura o bună sănătate, o dezvoltare armonioasă și o tinerețe lungă."

"Primum non nocere!" ("În primul rând să nu faci rău!")

**HIPOCRAT din Cos,
Părintele medicinei moderne**

„Tratatul de tehnică a masajului terapeutic este o apariție editorială necesară, are caracter de monografie și calitățile unei ample prezentări, respectând toate secvențele ce se impun unui manual detaliat pentru a oferi informațiile necesare formării profesionale pe secțiunea de masaj terapeutic pentru balneofizioterapeut și fiziokinetoterapeut.”

**Prof. Dr. Adriana Sarah Nica,
Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila”**

„În literatura medicală din țara noastră și din numeroase alte țări nu au fost publicate, până în prezent, monografiile dedicate manevrelor și tehnicilor de executare a masajului terapeutic. Această lucrare, «Tratatul de tehnică a masajului terapeutic», are meritul de a înlătura golul existent în domeniu.

Autorul lucrării, Anghel Diaconu, specialist în balneo-fizioterapie și masaj, având o îndelungată experiență în domeniu, a obținut rezultate remarcabile în ameliorarea stării de sănătate a unui mare număr de pacienți.”

Prof. Dr. Ștefan ȘUȚEANU
Președinte de onoare al Societății Române de Reumatologie

„Cartea își propune o abordare complexă și amănunțită a tehnicilor de masaj, ca metodă de tratament asociată kinetoterapiei și fizioterapiei. Această monografie vine în sprijinul celor care se specializează în acest domeniu, prin furnizarea cunoștințelor teoretice și practice necesare.”

**Conf. Dr. Delia Cintează,
Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie**

Parcurgând monografia am constatat bogăția de informații cu aplicabilitate practică, utile maseurilor și fizioterapeuților cu pregătire diferită (elevi și studenți). Maseurul trebuie să fie un bun cunoscător al tainelor acestei adevărate arte de comunicare nonverbală cu omul suferind, de transmitere a unor mesaje din exterior menite să-i rearmonizeze funcționalitatea somato-psihică.

**Conf. Dr. Gilda Mologhianu,
Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” și INRMFB**

CUPRINS

Volumul 1

Prefață	11
de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica	
Scurt istoric	14
Preambul	15
de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica	
Capitolul I	
Noțiuni esențiale pentru selectarea și pregătirea celor care vor practica masajul	17
A. Pentru selectarea persoanelor	18
B. Pentru pregătirea persoanelor	19
Noțiunile de psihologie și psihoterapie sunt prezentate de Profesor Florentina Avram	
C. Reguli de igienă și de ținută vestimentară a terapeutului	20
D. Condițiile și dotarea sălii de masaj	21
Capitolul II	
Definiția, clasificarea și descrierea masajului terapeutic	23
I. Definiția și clasificarea masajului terapeutic (medical)	24
II. Clasificarea și succesiunea manevrelor masajului	25
III. Descrierea tehnicii de efectuare a manevrelor masajului medical	26
A. Manevrelor principale	27
1. Netezirea (Eflourajul sau mângâierea)	27
2. Frământatul (Petrisajul).....	37
3. Fricțiunea	49
4. Baterea (Tapotamentul)	53
5. Vibrațiile	56
B. Manevrelor complementare	58
1. Rulatul (Mângăluirea)	58
2. Cernutul.....	61
3. Compresiunile.....	63
4. Tracțiunile	66
5. Scuturăturile.....	69
6. Elongațiile	70
C. Kinetoterapia complementară.....	72
Efectele generale ale manevrelor masajului și ale kinetoterapiei complementare asupra țesuturilor, aparatelor și sistemelor corpului uman	75

Capitolul III

Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului terapeutic medical, modul de preluare a țesuturilor pe cele 25 de regiuni și zone ale corpului și kinetoterapia complementară adecvată fiecărei articulații prelucrate.....

I. Reguli generale de respectat pentru efectuarea corectă a tehnicii manevrelor masajului medical pe fiecare zonă a corpului	77
I. Masaj pe regiunea și zona toracală dorsală și kinetoterapia complementară	78
II. Masaj pe regiunea și zona lombosacrală și kinetoterapia complementară	80
III. Masaj pe regiunea și zona feselor și kinetoterapia complementară.....	111
IV. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor coxofemorale și kinetoterapia	131
V. Masaj pe regiunea și zona coapselor și kinetoterapia complementară	146
VI. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor genunchilor și kinetoterapia	173
VII. Masaj pe regiunea și zona gambelor și kinetoterapia complementară.....	198
VIII. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor gleznelor și kinetoterapia	228
IX. Masaj pe regiunea și zona picioarelor propriu-zise (labele picioarelor) și kinetoterapia complementară.....	259
X. Masaj pe regiunea și zona degetelor membrelor inferioare (pelvine) și kinetoterapia complementară.....	291
XI. Masaj pe regiunea și zona abdominală și kinetoterapia complementară	321
XII. Masaj pe zona toracelui anterior (pieptul) și kinetoterapia complementară..	352
XIII. Masaj pe regiunea și zona sânilor în perioada de lactație, în cazul mastitei și în cazul sânelui căzut și kinetoterapia complementară	370
	389

În continuare, celelalte regiuni sunt descrise în volumul 2

Volumul 2

XIV. Masaj pe regiunea și zona cervicală și kinetoterapia complementară.....	429
XV. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor umerilor (centura scapulohumerală) și kinetoterapia complementară.....	445
XVI. Masaj pe regiunea și zona brațelor și kinetoterapia complementară	464
XVII. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor coatelor și kinetoterapia complementară....	479
XVIII. Masaj pe regiunea și zona antebrățelor și kinetoterapia complementară	495
XIX. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor mâinilor (pumni) și kinetoterapia complementară.....	511
XX. Masaj pe regiunea și zona mâinilor propriu-zise și kinetoterapia complementară...	529
XXI. Masaj pe regiunea și zona degetelor membrelor superioare (toracale) și kinetoterapia complementară	552
XXII. Masaj pe regiunea și zona anterioară a gâtului și kinetoterapia complementară...	576
XXIII. Masaj pe zona feței și kinetoterapia complementară.....	591
XXIV. Masaj pe zona frunții și kinetoterapia complementară.....	606
XXV. Masaj pe zona scalpului (cutia craniană) și kinetoterapia complementară.....	612

Capitolul IV

Masaj pe toate regiunile și pe toate zonele corpului (masaj general) 619

Capitolul IV

I. Masajul efectuat pe copil (bebeluș) de către unul dintre părinți

sau de către maseur 685

A. Condițiile și perioada din viață a bebelușului când unul dintre părinți poate să efectueze masajul..... 686

B. Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului și modul de prelucrare a țesuturilor pe fiecare segment sau pe întreg corpul bebelușului de către unul dintre părinți..... 690

C. Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului și modul de prelucrare a țesuturilor pe un segment sau pe întreg corpul bebelușului de către maseur în cazul unor afecțiuni 700

II. KINETOTERAPIA 701

Condițiile și modul de efectuare a gimnasticii pentru copii (0-20 luni)..... 701

Noțiunile de kinetoterapie sunt prezentate de Vadim Panța, kinetoterapeut

Rolul masajului terapeutic în creșterea eficienței masajului limfatic, reflex, sportiv etc 707

Bibliografie..... 708

Capitolul VI

Masajul. Tehnici particulare..... 709

de Conf. Dr. Gilda Mologhianu

Masajul aplicat în diferite afecțiuni prin diferite tehnici particulare derivate din manevrele masajului terapeutic

1. Drenajul limfatic manual (Leduc)..... 710

2. Masajul reflex..... 713

3. Masajul transversal profund Cyriax 724

4. Masajul periostal (Vogler) 726

5. Tehnica de palpări Wettersvald..... 726

6. Masajul manipulativ Terrier..... 726

7. Metoda lui Rabe..... 727

8. Metoda lui Bugnet 727

9. Criomasajul 727

10. Masajul colonului 728

Capitolul VII

Masajul pe segmentele corpului cu pacientul așezat

pe scaun și dispozitive complementare terapiei prin masaj 729

de Instructor terapeuț Mircea Badea Ene Ene

Capitolul V

Masajul terapeutic, procedură de bază în recuperarea diferitelor afecțiuni, cât și pentru prevenirea lor sau/și pentru întreținerea și menținerea stării de bine a tuturor persoanelor 765

de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica

Evaluarea medicală și investigațiile specifice sunt obligatorii anterior aplicării și dezvoltării de masaj terapeutic 767

Indicațiile și obiectivele terapiei prin masaj în funcție de modificările fizio-patologice și de cele psiho-comportamentale 767

Contraindicațiile terapiei prin masaj în funcție de categoriile de patologie 777

Capitolul IX

Masajul în afecțiuni neurologice și reumatismale 781

de Conf Dr. Delia Cintează

Postfață 795

Distincții obținute de autor pentru această lucrare, de la diverse unități de specialitate din domeniul medical și școlar

- Diplomă de excelență, din partea Comisiei de Reabilitare Medicală – Ministerul Sănătății;
- Diplomă de merit, din partea Institutului Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- Diplomă de excelență, din partea Spitalului Clinic Județean de Urgență Ilfov;
- Diplomă de excelență, din partea Școlii Postliceale Sanitare "Fundeni";
- Diplomă de merite deosebite, din partea Școlii Postliceale Sanitare "Fundeni" și altele

Lucrarea a fost analizată și evaluată și de numeroase personalități din domeniul medical:

- **Prof. Dr. Ștefan ȘUȚEANU** – Președinte de onoare al Societății Române de Reumatologie;
- **Conf. Dr. Delia CINTEZĂ** – Catedra Recuperare Medicală de la Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București și de la Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- **Conf. Dr. Gilda MOLOGHIANU** – Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București; Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- **Dr. Bianca-Doina POȘIRCĂ** – Șef catedră B.F.K.T. la Liceul Tehnologic Special „Regina Elisabeta”, București;
- **Dr. Cornelia POPESCU** – Medic primar, cercetător științific gr. I, doctor în medicină
- **Prof. coord. Cristian DRAGOMIR** – Director Școala de Masaj Dragomir și Casa de Sănătate Dragomir;
- **Constantin MOLDOVEANU** – Kinetoterapeut și lector formator la Centrul de pregătire profesională (tehnicieni maseuri) Alexander's;
- **Instructor Mircea Badea Ene Ene** – Școala Regina Elisabeta,
- **Marga Apostoiu** – Școala Sanitară Fundeni,
- Și alții.

PREFAȚĂ

Lucrarea „Tratat de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară”, a IX-a ediție a lucrării – revizuită și completată, publicată de editura A.O.S.R., este o apariție editorială de referință, realitate dovedită atât de nevoia de informare profesională în domeniu, cât și prin modul de prezentare a corelației „masaj terapeutic – kinetoterapie”. Tema abordată, cu o valoare specifică deosebită prin pragmatismul ei, este rodul unei experiențe de peste 45 de ani. În anul 2008, domnul Anghel Diaconu transfera pentru prima dată întreaga sa experiență profesională și didactică în paginile unei lucrări de acest tip. Manualul a acoperit golul existent în literatura medicală de specialitate, atât în țara noastră, cât și în alte țări și s-a dovedit a fi de o utilitate remarcabilă în formarea și perfecționarea aplicării masajului terapeutic pentru un număr important de practicieni, de la fizioterapeuți – nivelul postliceal clasic sau cel special, la fizioterapeuți în registrul universitar, rezidenți și medici specialiști.

Această primă apariție a fost solicitată de un număr extrem de important de specialiști, beneficiari ai informațiilor complexe cu caracter aplicativ privind masajul terapeutic.

În anul 2010, lucrarea a fost atestată de Ministerul Educației Naționale ca manual de studiu pentru școlile de specialitate, la toate nivelele (elevi, studenți).

Ca urmare a cererilor, după atestarea Ministerului Educației Naționale, Editura Medicală a publicat ediția a II-a a „Manualului de tehnică a masajului terapeutic”, revizuit și adăugit.

Editura A.O.S.R. aprobă și publică în anul 2013 ediția a III-a a lucrării cu valoare de tratat de tehnică a masajului terapeutic, precum și ediția a IV-a a cu valoare de tratat de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapie complementară. În anul 2014, a fost publicată cea de-a V-a ediție.

Asociația Nevăzătorilor din România, la cererea membrilor săi care se pregătesc în acest domeniu, a publicat în alfabetul Braille, ediția a V-a a „Manualului de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară”.

Ca urmare a solicitării, Editura A.O.S.R. reeditează manualul cu valoare de „Tratat de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară”, ediția a V-a revizuită și adăugită.

În anul 2016, Editura A.O.S.R. a publicat „Tratatul de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară – revizuită și completată” atât în limba română, cât și în engleză.

În anul 2017, cea de-a VIII-a ediție este publicată în limba engleză de Editura Amazon, iar cea de-a IX-a ediție a lucrării (în limba română) - de editura A.O.S.R.

Lucrarea de față păstrează o parte din conținutul primei apariții, actualizează temele și aduce plusvaloare tehnică și științifică, prin viziunea de prezentare nouă, prin dezvoltarea subiectelor în context corelativ – „masaj terapeutic și kinetoterapie asociată”.

Contextul istoric și realitatea actuală a platformei europene privind formarea diferiților specialiști din grupul de recuperare, impun pregătirea profesională continuă (*long life learning*). Acestui deziderat îi răspunde din plin și fizioterapia, ce necesită periodic actualizarea informațiilor, în vederea unei bune corespondențe între aspectele teoretice și practice ale formării profesionale la nivel național și în conformitate cu nivelul de pregătire din platforma europeană. În acest context, publicațiile privind masajul terapeutic au fost sporadice și insuficiente ca bază de informare și formare pentru practicianul specialist de balneofizioterapie și masaj sau balneofiziokinetoterapie și masaj, astfel încât apariția acestei lucrări a fost extrem de oportună, găsindu-și atât locul, cât și utilitatea.

Lucrarea acoperă o arie importantă a nevoilor de formare profesională teoretică și practică pentru specialistul de Balneofiziokinetoterapie, de Fiziokinetoterapie și Kinetoterapie, prin structurarea materialului, prin detalierea metodologiilor de aplicare a diferitelor categorii de proceduri de masaj terapeutic și prin asocierea unui bogat material ilustrativ.

Conținutul *Tratatului* se structurează logic, inițial cu aspectele specifice, ce țin de infrastructura sectorului de medicină fizică, respectiv masaj terapeutic și kinetoterapie asociată, continuate cu principiile generale după care se ghidează activitatea personalului din sectorul de masaj terapeutic.

Prin modalitățile de prezentare și organizare a capitolelor, metodologiilor, noțiunilor și procedeele tehnice, conținutul *Manualului* corespunde cerințelor de formare și perfecționare a specialiștilor în domeniu, corespunzând în același timp cu programa analitică referitoare la masajul terapeutic indicat ca metodă terapeutică, în contextul programelor de recuperare sau în programe profilactice. Prin conținut, cititorii primesc informații privind particularitățile diferitelor arii topografice, se familiarizează progresiv cu aspectele fiziologice și fiziopatologice la nivelul organelor și țesuturilor pe care se exercită manevrele de masaj, învață să urmărească efectele fiziologice și terapeutice ale diferitelor forme de masaj terapeutic și regăsesc, în manieră aplicativă, justificarea corelațiilor dintre masajul terapeutic și kinetoterapia asociată.

Capitolul I prezintă criteriile esențiale pentru selectarea persoanelor care doresc să devină maseuri. De asemenea, sunt prezentate noțiunile de bază pe care trebuie să și le însușească orice persoană care dorește să practice această profesie și – în continuare – condițiile și dotarea sălii de masaj.

În Capitolul II, autorul Anghel Diaconu clasifică și detaliază structurat tehnica efectuării manevrelor masajului terapeutic.

Capitolul III cuprinde recomandările generale privind tehnica de efectuare corectă a metodologiilor manevrelor masajului terapeutic, tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului pe fiecare regiune și pe fiecare zonă a corpului uman, precum și descrierea anatomofiziologică și topografică a fiecărei regiuni.

Capitolul IV prezintă tehnica de efectuare a masajului general, care este o sinteză a masajului pe regiuni. Autorul insistă asupra respectării reacțiilor de vecinătate, având în vedere pachetul musculo-vasculo-nervos și organele profunde, asupra particularităților algice și trofice locale sau de vecinătate și asupra particularităților de reacție somatică nespecifică și psihocomportamentală. În continuare este prezentat rolul masajului terapeutic în creșterea eficienței tratamentului cu masaj limfatic, reflex și sportiv.

Capitolul V prezintă condițiile și tehnica de efectuare a masajului pe copii (bebeluși) de către mămici sau/și de către maseuri.

Apreciez și consider (căci sunt bine venite și necesare) și următoarele capitole, prezentate de personalități de vârf din sfera medicală, care completează noțiunile tehnico-științifice și practice în domeniu, necesare în pregătirea complexă a persoanelor care vor practica această terapie pentru a reda starea de sănătate a persoanelor aflate în suferință.

În Capitolul VI, Conf. Dr. Gilda Mologhianu prezintă masajul – tehnici particulare.

Capitolul VII, scris de terapeutii Marius Viorel Dincă și Ene Ene Mircea Badea, descrie tehnica de efectuare a masajului pe scaun.

În Capitolul VIII, Prof. Dr. Adriana Sarah Nica prezintă masajul terapeutic – procedură de bază în recuperare, evaluarea medicală, indicațiile și contraindicațiile acestei terapii.

Capitolul IX, scris de Conf. Dr. Delia Cintează, prezintă rolul masajului în terapia afecțiunilor neurologice și reumatismale.

Pe baza acestui *Tratat* cu un conținut clar prezentat, coerent structurat și convingător ilustrat, se pot realiza atât prezentări teoretice, cât și lucrări practice de tip demonstrații comparative, exerciții aplicative, studii de caz, analiză de situații pe diferite categorii de patologie, particularizate pe caz. Lucrarea poate sta la baza dobândirii de competențe și abilități impuse de standardul de pregătire pentru o ofertă profesională de bună calitate. Are un caracter aplicativ, acoperind o nevoie de informare și de exercițiu corectiv în domeniul fizioterapiei, ca ofertă specifică de terapie nonfarmacologică. De remarcat este și aspectul de noutate pentru literatura internațională de specialitate.

Tratatul este scris după o experiență îndelungată de cunoaștere și aplicare a celor prezentate, fiind rodul acumulării secvențiale profesionale atât în zona de aplicare terapeutică, cât și în zona de educație.

Autorul, constant și meticulos în pregătirea și perfecționarea sa permanentă, a absolvit cursurile de nivel european de Preparador formare persoane adulte, organizate de Consiliul Național de Formare Profesională a Adulților, de Ministerul Educației Naționale și de Ministerul Muncii.

Anghel Diaconu a pregătit și format numeroase generații de specialiști în domeniu. De asemenea, a participat la realizarea temelor de cercetare privind recuperarea capacității de muncă a deficienților locomotori din cadrul Laboratorului de Cercetare al Institutului de Expertiză Medicală și Recuperare a Capacității de Muncă și a coordonat direct cursurile de perfecționare și recalificare organizate de Ministerul Muncii în cadrul Institutului.

Totodată, lucrarea sa și-a dovedit utilitatea și în pregătirea persoanelor care vor practica masajul, dovadă fiind aprecierea numeroaselor unități de specialitate, care au considerat că autorul acestei lucrări cu conținut științific și didactic, aprobat de Ministerul Educației Naționale, cu Ordinul Nr. 5455/18.10.2010, ca manual de studiu la toate nivelele, merită să primească aprecierile lor, oferindu-i distincții:

- ❖ Diplomă de excelență din partea Comisiei de Reabilitare Medicală – Ministerul Sănătății;
- ❖ Diplomă de merit din partea Institutului Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- ❖ Diplomă de excelență din partea Spitalului Clinic Județean de Urgență Ilfov;
- ❖ Diplomă de excelență din partea Școlii Postliceale Sanitare “Fundeni” și altele.

De asemenea, lucrarea a fost evaluată de personalități de vârf din învățământ și din unități de specialitate: Prof. Dr. Ștefan Șuțeanu, Conf. Dr. Delia Cintează, Conf. Dr. Gilda Mologhianu, Dr. Bianca-Doina Poșircă și Dr. Cornelia Popescu.

Prof. Dr. Adriana Sarah NICA

Prof. Catedra de Recuperare la Universitatea de Medicină
și Farmacie „Carol Davila” București și la
Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie

SCURT ISTORIC

Masajul are o origine foarte îndepărtată, ca metodă terapeutică descoperită de oameni pentru alinarea celor afectați de suferință.

Primele dovezi ale practicării masajului provin încă din antichitate. În medicina tradițională chineză, masajul era folosit pentru activarea circulației și stimularea, respectiv calmarea nervilor. În India antică, vechii indieni își ungeau corpul cu uleiuri aromate și se îmbăiau în apele fluviilor socotite sacre. Masajul indian constă în neteziri, presiuni și frământări ale părților moi ale corpului, începând cu fața, continuând cu trunchiul și terminând cu membrele superioare și inferioare. Pe membre, manevrele se efectuau în ritm rapid de la rădăcină spre extremități (ca și cum s-ar fi dorit eliminarea răului din acestea). Grecii și romanii, buni cunoscători ai anatomiei omului, foloseau masajul preparator și de refacere pentru atleți. Celebrii medici greci ai antichității, Herodicos și Hipocrat, care cunoșteau beneficiile masajului și influența exercițiilor fizice asupra organismului, au folosit aceste metode în tratarea pacienților. Alte popoare vechi – asirienii, babilonienii – au folosit masajul pentru tratarea războinicilor răniți în luptă (masajul de recuperare).

Bazele științifice ale masajului au fost create de către terapeutul Per Henrik Ling din Suedia. Suferind de artrită reumatoidă, acesta a încercat să identifice o metodă de înlăturare a durerii, prin îmbinarea cunoștințelor medicale cu un complex de manevre (masaj) și exerciții fizice.

În prezent, masajul medical – numit și suedez (după originea celui care l-a creat în forma actuală) – este cea mai populară și cea mai eficientă formă de masaj.

Masajul medical a început să se dezvolte în țara noastră în cea de-a doua jumătate a secolului al XIX-lea. Primii medici care au introdus terapia prin masaj medical au fost specialiști în ortopedie, chirurgie și reumatologie, iar primele lucrări de specialitate privind masajul au fost tezele de doctorat elaborate de R.P. Hanga (în 1885), N. Halmagiu (în 1889), dr. E.T. Petrescu, dr. Adrian Ionescu, dr. Marius Sturza, dr. Traian Dinculescu, dr. T. Agârbiceanu.

Au mai elaborat lucrări privind diverse forme de masaj și alți specialiști în domeniu, precum Prof. Dr. Adriana Sarah Nica, Conf. Dr. Delia Cintează, Conf. Dr. Gilda Mologhianu, Dr. Elena Luminița Sidenco.

Un merit deosebit au avut T. Agârbiceanu și K. Reghina, care au introdus și au predat în școlile de specialitate terapia prin masaj medical, formând numeroase generații de specialiști.

ANGHEL DIACONU

**TRATAT DE TEHNICĂ A
MASAJULUI TERAPEUTIC
ȘI
KINETOTERAPIA
COMPLEMENTARĂ**

Vol. II

a VI-a ediție a lucrării, revizuită și completată

– Prima apariție în domeniu –

Tratatul este și manual de studiu pentru școlile de specialitate la toate nivelele,
aprobat de Ministerul Educației Naționale cu Ordinul Nr. 5455 din 18.10.2010.



Editura Academiei Oamenilor de Știință din România, 2017

Coperta de: Mihai Căruțașu
Anca Gabriela Alvirescu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

DIACONU, ANGHEL

Tratat de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară / Anghel Diaconu. -

Ed. a 6-a, rev.. - București : Editura Academiei Oamenilor de Știință din România, 2017

2 vol.

ISBN 978-606-8636-26-9

Vol. 2 - Conține bibliografie. - ISBN 978-606-8636-28-3

615

Toate drepturile editoriale aparțin în exclusivitate Editurii Academiei Oamenilor de Știință din România. Publicația este marcă înregistrată a Editurii Academiei Oamenilor de Știință din România, fiind protejată integral de legislația internă și internațională. Orice valorificare a conținutului în afara limitelor acestor legi este interzisă și pasibilă de pedeapsă. Acest lucru este valabil pentru orice reproducere – integrală sau parțială, indiferent de mijloace (multiplicări, traduceri, microfilmări, transcrieri pe cd-uri, dvd-uri, stick-uri de memorie etc.).

Redactor de carte și corector: Anca Gabriela Alvirescu
Dana Maria Ioniță

Tehnoredactare: Mihai Căruțașu

E-mail autor: anghel.diaconu48@yahoo.com

Copyright© Editura Academiei Oamenilor de Știință din România, 2017

Cuprins

Volumul 2

XIV. Masaj pe regiunea și zona cervicală și kinetoterapia complementară	429
XV. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor umerilor (centura scapulohumerală) și kinetoterapia complementară	445
XVI. Masaj pe regiunea și zona brațelor și kinetoterapia complementară.....	464
XVII. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor coatelor și kinetoterapia complementară.....	479
XVIII. Masaj pe regiunea și zona antebrățelor și kinetoterapia complementară.....	495
XIX. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor mâinilor (pumni) și kinetoterapia complementară	511
XX. Masaj pe regiunea și zona mâinilor propriu-zise și kinetoterapia complementară....	529
XXI. Masaj pe regiunea și zona degetelor membrelor superioare (toracale) și kinetoterapia complementară.....	552
XXII. Masaj pe regiunea și zona anterioară a gâtului și kinetoterapia complementară ...	576
XXIII. Masaj pe zona feței și kinetoterapia complementară.....	591
XXIV. Masaj pe zona frunții și kinetoterapia complementară	606
XXV. Masaj pe zona scalpului (cutia craniană) și kinetoterapia complementară.....	612

Capitolul IV

Masaj pe toate regiunile și pe toate zonele corpului (masaj general). 619

Capitolul IV

I. Masajul efectuat pe copil (bebeluș) de către unul dintre părinți

sau de către maseur	685
A. Condițiile și perioada din viața a bebelușului când unul dintre părinți poate să efectueze masajul	686
B. Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului și modul de prelucrare a țesuturilor pe fiecare segment sau pe întreg corpul bebelușului de către unul dintre părinți.....	690
C. Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului și modul de prelucrare a țesuturilor pe un segment sau pe întreg corpul bebelușului de către maseur în cazul unor afecțiuni	700
II. KINETOTERAPIA	701
Condițiile și modul de efectuare a gimnasticii pentru copii (0-20 luni).....	701
Noțiunile de kinetoterapie sunt prezentate de Vadim Panța, kinetoterapeut	
Rolul masajului terapeutic în creșterea eficienței masajului limfatic, reflex, sportiv etc	707
Bibliografie.....	708

Capitolul VI

Masajul. Tehnici particulare	709
de Conf. Dr. Gilda Mologhianu	

Masajul aplicat în diferite afecțiuni prin diferite tehnici particulare derivate din manevrele masajului terapeutic

1. Drenajul limfatic manual (Leduc)	710
2. Masajul reflex	713
3. Masajul transversal profund Cyriax	724
4. Masajul periostal (Vogler)	726
5. Tehnica de palpărare Wetters	726
6. Masajul manipulativ Terrier	726
7. Metoda lui Rabe	727
8. Metoda lui Bugnet	727
9. Criomasajul	727
10. Masajul colonului	728

Capitolul VII

Masajul pe segmentele corpului cu pacientul așezat pe scaun și dispozitive complementare terapiei prin masaj	729
de Instructor terapeut Mircea Badea Ene Ene	

Capitolul V

Masajul terapeutic, procedură de bază în recuperarea diferitelor afecțiuni, cât și pentru prevenirea lor sau/și pentru întreținerea și menținerea stării de bine a tuturor persoanelor	765
de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica	

Evaluarea medicală și investigațiile specifice sunt obligatorii anterior aplicării și dezvoltării de masaj terapeutic	767
Indicațiile și obiectivele terapiei prin masaj în funcție de modificările fizio-patologice și de cele psiho-comportamentale	767
Contraindicațiile terapiei prin masaj în funcție de categoriile de patologie	777

Capitolul IX

Masajul în afecțiuni neurologice și reumatismale	781
de Conf Dr. Delia Cintează	

Postfață	795
-----------------------	-----

Distincții obținute de autor pentru această lucrare, de la diverse unități de specialitate din domeniul medical și școlar

- Diplomă de excelență, din partea Comisiei de Reabilitare Medicală – Ministerul Sănătății;
- Diplomă de merit, din partea Institutului Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- Diplomă de excelență, din partea Spitalului Clinic Județean de Urgență Ilfov;
- Diplomă de excelență, din partea Școlii Postliceale Sanitare "Fundeni";
- Diplomă de merite deosebite, din partea Școlii Postliceale Sanitare "Fundeni" și altele

Lucrarea a fost analizată și evaluată și de numeroase personalități din domeniul medical:

- **Prof. Dr. Ștefan ȘUTEANU** – Președinte de onoare al Societății Române de Reumatologie;
- **Conf. Dr. Delia CİNTEZĂ** – Catedra Recuperare Medicală de la Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București și de la Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- **Conf. Dr. Gilda MOLOGHIANU** – Universitatea de medicină și farmacie „Carol Davila” București; Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- **Dr. Bianca-Doina POȘIRCĂ** – Șef catedră B.F.K.T. la Liceul Tehnologic Special „Regina Elisabeta”, București;
- **Dr. Cornelia POPESCU** – Medic primar, cercetător științific gr. I, doctor în medicină
- **Prof. coord. Cristian DRAGOMIR** – Director Școala de Masaj Dragomir și Casa de Sănătate Dragomir;
- **Constantin MOLDOVEANU** – Kinetoterapeut și lector formator la Centrul de pregătire profesională (tehnicienii maseuri) Alexander's;
- **Instructor Mircea Badea Ene Ene** – Școala Regina Elisabeta;
- **Marga Apostoiu** – Școala Sanitară Fundeni,
- Și alții.

Volumul 1

Prefață	11
de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica	
Scurt istoric	14
Preambul	15
de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica	
Capitolul I	
Noțiuni esențiale pentru selectarea și pregătirea celor care vor practica masajul	17
A. Pentru selectarea persoanelor	18
B. Pentru pregătirea persoanelor	19
Noțiunile de psihologie și psihoterapie sunt prezentate de Profesor Florentina Avram	
C. Reguli de igienă și de ținută vestimentară a terapeutului	20
D. Condițiile și dotarea sălii de masaj	21
Capitolul II	
Definiția, clasificarea și descrierea masajului terapeutic	23
I. Definiția și clasificarea masajului terapeutic (medical)	24
II. Clasificarea și succesiunea manevrelor masajului	25
III. Descrierea tehnicii de efectuare a manevrelor masajului medical	26
A. Manevrelor principale	27
1. Netezirea (Eflurajul sau mângâierea)	27
2. Frământatul (Petrisajul).....	37
3. Fricțiunea	49
4. Baterea (Tapotamentul)	53
5. Vibrațiile	56

B. Manevrelle complementare	58
1. Rulatul (Măngăluirea)	58
2. Cernutul	61
3. Compresiunile	63
4. Tracțiunile	66
5. Scuturăturile	69
6. Elongațiile	70
C. Kinetoterapia complementară.....	72
Efectele generale ale manevrelor masajului și ale kinetoterapiei complementare asupra țesuturilor, aparatelor și sistemelor corpului uman.....	75

Capitolul III

Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului terapeutic medical, modul de prelurare a țesuturilor pe cele 25 de regiuni și zone ale corpului și kinetoterapia complementară adecvată fiecărei articulații prelucrate	77
I. Reguli generale de respectat pentru efectuarea corectă a tehnicii manevrelor masajului medical pe fiecare zonă a corpului	78
I. Masaj pe regiunea și zona toracală dorsală și kinetoterapia complementară	80
II. Masaj pe regiunea și zona lombosacrală și kinetoterapia complementară	111
III. Masaj pe regiunea și zona feselor și kinetoterapia complementară.....	131
IV. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor coxofemorale și kinetoterapia	146
V. Masaj pe regiunea și zona coapselor și kinetoterapia complementară	173
VI. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor genunchilor și kinetoterapia	198
VII. Masaj pe regiunea și zona gambelor și kinetoterapia complementară.....	228
VIII. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor gleznelor și kinetoterapia	259
IX. Masaj pe regiunea și zona picioarelor propriu-zise (labele picioarelor) și kinetoterapia complementară.....	291
X. Masaj pe regiunea și zona degetelor membrilor inferioare (pelvine) și kinetoterapia complementară.....	321
XI. Masaj pe regiunea și zona abdominală și kinetoterapia complementară	352
XII. Masaj pe zona toracelui anterior (pieptul) și kinetoterapia complementară..	370
XIII. Masaj pe regiunea și zona sânilor în perioada de lactație, în cazul mastitei și în cazul sânelui căzut și kinetoterapia complementară.....	389

XIV. MASAJ PE REGIUNEA ȘI ZONA CERVICALĂ ȘI KINETOTERAPIA COMPLEMENTARĂ

- **Delimitarea anatomică a zonei cervicale, indicată pentru prelucrarea țesuturilor de pe aceasta cu masaj zonal**

a) *În partea inferioară*

– de linia articulară dintre vertebrele C₇ și D₁;

b) *În partea superioară*

– de linia articulară dintre vertebra C₁ și cutia craniană;

c) *În părțile laterale*

– de extremitatea apofizelor transversale ale vertebrelor cervicale 1-7 și de partea latero-anterioară a mușchiului trapez.

- **Delimitarea regională pentru zona cervicală, indicată pentru prelucrarea țesuturilor de pe aceasta cu masaj regional**

a) *În partea inferioară*

– median de vertebra D₇ și bilateral, de perechea de coaste 7;

b) *În partea superioară*

– de treimea inferioară a osului occipital;

c) *Bilateral*

– de vârful apofizelor transverse ale vertebrelor cervicale și de partea latero-anterioară a fibrelor trapezului, până pe articulația umărului.

- **Descrierea anatomică a zonei cervicale**

Oase: 7 vertebre (fig. III.142a și III.142b)

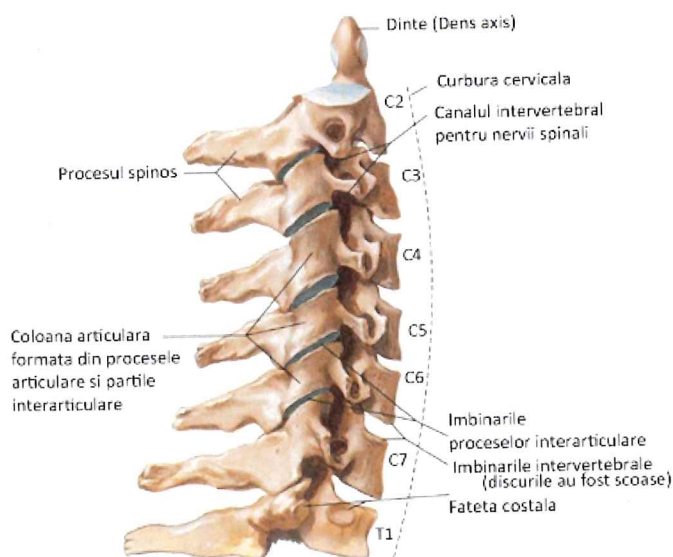


Fig. III.142a – Coloana cervicală

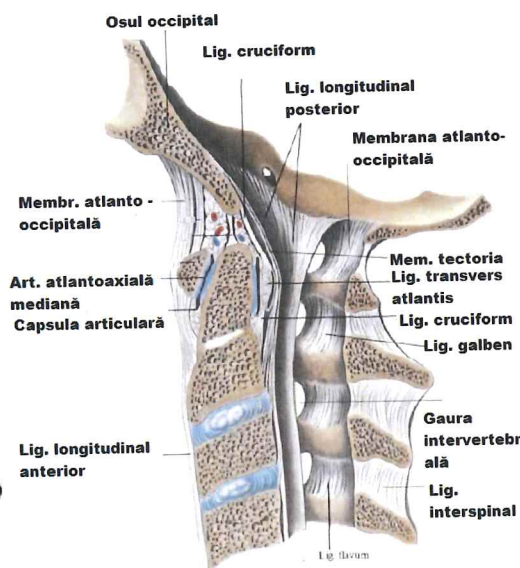


Fig. III.142b – Ligamentele coloanei cervicale

Articulații:

- articulația dintre cutia craniană și vertebra C₁ (mobilă, pluriaxială);
- articulațiile dintre vertebrele C₁-C₇ și vertebrele C₇ și D₁ (mobile, pluriaxiale).

Mușchi (vezi fig. III.143 și tabelul III.XIV).

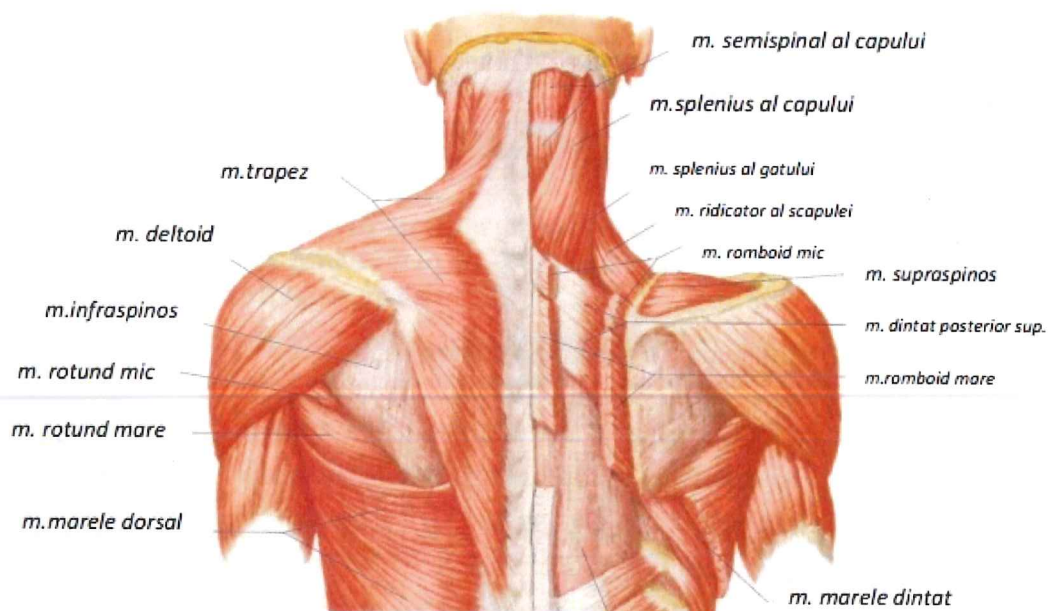


Fig. III.143 – Mușchii cefei

TABELUL III.XIV

MUȘCHI	ORIGINE	INSERTIE	ACȚIUNE	INERVARE	VASCULARIZARE	
					Artere	Vene
Trapezul fascicului superior	- Pe treimea liniei occipitale - Pe ligamentul cervical posterior	- Pe treimea externă a claviculei	- Ridicător al umărului - Lateralitate a capului (când acționează homolateral) - Rotator al capului (când acționează heterolateral) - Adductor al omoplatului - Abductor al brațului - Flectează brațul - Ridicător al umărului	- Nervul accesoriu (perechea a XI-a) - Nervi cranieni și ramuri din plexul cervical	- Ramuri din arterele: tiroidiană superioară, carotidă comună, carotidă internă, carotidă externă	- Ramuri din venele: jugulară internă, tiroidiană inferioară (caudală)
Trapezul mijlociu	- Pe apofizele spinose ale vertebrelor C ₇ , D ₁ -D ₃ - Pe ligamentul cervical posterior	- Pe acromion (marginea internă) - Pe spina omoplatului				
Semispinalul capului și al cefei	- Pe vertebre cervicale și primele dorsale (apofizele transverse și spinose)	- Pe occiput și mastoid - Pe apofizele vertebrelor cervicale	- Extensori ai gâtului - Rotatori (când acționează heterolateral)	- Ramuri posterioare ale nervilor cervical mijlocii și inferiori	- Ramuri din arterele: tiroidiană superioară, carotidă comună, carotidă internă, carotidă externă	- Ramuri din venele: jugulară internă, tiroidiană inferioară (caudală)
Splenius al capului	- Pe apofizele spinose ale primelor 3 vertebre toracale și ultima cervicală	- Pe occiput și mastoid - Pe apofizele vertebrelor cervicale	- Extensor al gâtului - Rotator (când acționează heterolateral)	- Ramuri posterioare ale nervilor cervical mijlocii și inferiori	- Ramuri din arterele: tiroidiană superioară, carotidă comună, carotidă internă, carotidă externă	- Ramuri din venele: jugulară internă, tiroidiană inferioară (caudală)
Splenius al gâtului și capului	- Pe vertebre cervicale și primele dorsale (apofizele transverse și spinose)	- Pe occiput și mastoid - Pe apofizele vertebrelor cervicale	- Extensori ai gâtului - Rotatori (când acționează heterolateral)	- Ramuri posterioare ale nervilor cervical mijlocii și inferiori	- Ramuri din arterele: tiroidiană superioară, carotidă comună, carotidă internă, carotidă externă	- Ramuri din venele: jugulară internă, tiroidiană inferioară (caudală)