

ANGHEL DIACONU

ANGHEL DIACONU

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

Vol. I

a XIII-a ediție a lucrării, revizuită și completată

– Prima apariție în domeniu –

Manual pentru studiu de specialitate la toate nivelele,
aprobat de Ministerul Educației Naționale cu Ordinul Nr. 5455 din 18.10.2010.



Editura UNIVERSITARIA

Craiova, 2017

Referenți științifici:
Prof.univ.dr. Adriana Sarah Nica

Copyright © 2017 Editura Universitaria
Toate drepturile sunt rezervate Editurii Universitaria

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
DIACONU, ANGHEL

Manual de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară / Anghel Diaconu. - Ed.
a 13-a, rev. și compl.. - Craiova : Universitaria, 2017
2 vol.
ISBN 978-606-14-1266-2
Vol. 1. - 2017. - ISBN 978-606-14-1267-9
I. Rușeți, Vasile

615

Toate drepturile asupra lucrării aparțin în exclusivitate autorului. 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.).

Coperta de: Mihai Căruțașu
Anca Gabriela Alvirescu

Corector și redactor carte: Anca Gabriela Alvirescu

Tehnoredactare: Marilena Cornelia Rizescu

Pentru observații, precum și pentru îmbunătățirea conținutului lucrării, autorul poate fi contactat la numărul de telefon: 0769.606.540, sau prin e-mail: anghel.diaconu48@yahoo.com.

Copyright©Anghel Diaconu

"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 modern**

Supranumit părintele masajului suedez, Pehr Henrik Ling a descoperit beneficiile acestei terapii pornind de la tratarea propriilor afecțiuni ale aparatului locomotor, denumind manevrele masajului, dar nelăsând urmașilor niciun document despre tehnica de efectuare a acestora.

Având în vedere pregătirea mea de terapeut în balneofiziokinetoterapie și masaj, dobândită de la cel care mi-a dezvăluit tainele acestei meserii – dr. T. Agârbiceanu – și experiența de peste 45 de ani în domeniu, manifestată într-un proces de continuă perfecționare, atât ca terapeut în Laboratorul de Cercetare și Recuperare a Capacității de Muncă, cât și ca profesor (timp în care am pregătit numeroase generații de specialiști), am scris această lucrare pentru a umple golul existent în literatura medicală de specialitate, simțind nevoia de a prezenta corect toate detaliile ce întregesc tehnica de efectuare a manevrelor masajului și modul de prelucrare a țesuturilor cu fiecare manevră pe fiecare zonă sau regiune a corpului, dar și de a elimina confuziile ce au apărut odata cu promovarea celorlalte ramuri care au în vedere o altă categorie de beneficiari.

Consider că această lucrare le este necesară tuturor celor care doresc să urmeze nobila profesie de terapeut – care face parte din tetrada de aur a recuperării – în beneficiul semenilor aflați în suferință.

Anghel Diaconu

„Manualul 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, «Manualul 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**

Prof. Dr. Ștefan ȘUȚEANU

„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**

PREFAȚĂ

Lucrarea „Manual de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară”, a XIII-a ediție a lucrării – revizuită și completată, 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 2016, cea de-a VIII-a ediție este publicată în SUA, în limba engleză și distribuită prin Amazon, iar cea de-a IX-a ediție a lucrării (în limba română) - de editura A.O.S.R. Cea de-a X-a ediție este publicată în limba italiană, în SUA și este distribuită prin Amazon. De asemenea, cea de-a XI-a ediție a lucrării este publicată în limba română în SUA și distribuită prin Amazon. Cea de-a XII-a ediție a lucrării este publicată în limba română, în SUA, intitulată „Manual de tehnică a masajului terapeutic și kinetoterapia complementară” și distribuită tot prin Amazon. Cea de-a XIII-a ediție a *Manualului* este publicată de Editura Universitaria Craiova.

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 *Manualului* 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 terapeuții 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 *Manual* 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 patologii, 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.

Manualul 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