I.- Datos Generales

Código	Título
EC0870	Aplicación de masaje con técnica zapoteca

Propósito del Estándar de Competencia

Servir como referente para la evaluación y certificación de las personas que se desempeñan en la función de aplicar masaje con técnica zapoteca. El cual permitirá utilizar métodos terapéuticos como recurso natural de primera mano para curar el dolor en el cuerpo, la mente y espíritu acompañado de nuestra herbolaria mexicana.

Asimismo, puede ser referente para el desarrollo de programas de capacitación y de formación basados en Estándares de Competencia (EC).

El presente EC se refiere únicamente a funciones para cuya realización no se requiere por disposición legal, la posesión de un título profesional. Por lo que para certificarse en este EC no deberá ser requisito el poseer dicho documento académico.

Descripción general del Estándar de Competencia

El EC describe el desempeño de la persona incluyendo desde el correcto acondicionamiento de su área de trabajo, materiales e insumos para la correcta aplicación del masaje zapoteca a través de un conjunto de técnicas, de manipulaciones en las diferentes partes del cuerpo, así como la utilización de los elementos como el agua, la tierra, el aire y la herbolaria, hasta la correcta aplicación de la técnica del masaje zapoteca, cumpliendo con la calidad esperada por el cliente. También establece los conocimientos teóricos básicos con los que debe contar una persona que realiza su trabajo, así como el conocimiento histórico e espiritual sobre esta técnica, congruentes con las actitudes en su desempeño.

El presente EC se fundamenta en criterios rectores de legalidad, competitividad, libre acceso, respeto, trabajo digno y responsabilidad social.

Nivel en el Sistema Nacional de Competencias: Dos

Desempeña actividades programadas que, en su mayoría son rutinas y predecibles. Depende de las instrucciones de un superior. Se coordina con compañeros de trabajo del mismo nivel jerárquico.

Comité de Gestión por Competencias que lo desarrolló
Congreso del Trabajo.

Fecha de aprobación por el Comité Técnico del CONOCER:	Fecha de publicación en el Diario Oficial de la Federación:
10 de marzo de 2017	30 de mayo de 2017
Periodo de revisión/actualización del EC:	**Tiempo de Vigencia del Certificado de competencia en este EC:**
2 años	4 años

Ocupaciones relacionadas con este EC de acuerdo con el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones (SINCO)

Grupo unitario
52 Trabajadores en cuidados personales y del hogar

Ocupaciones asociadas
5212 Maquillistas, manicuristas, pedicuristas y tatuadores
5213 Bañeros y masajistas

Ocupaciones no contenidas en el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones y reconocidas en el Sector para este EC
Masajista Corporal

Clasificación según el sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN)

Sector:

81 Otros servicios excepto actividades gubernamentales

Subsector:

812 Servicios Personales

Rama:

8121 Salones y Clínicas de belleza, baños públicos y boleriasMEX

Subrama:

81211 Salones y Clínicas de Belleza y PeluqueriasMEX

Clase:

812110 Salones y Clínicas de Belleza y PeluqueriasMEX

El presente EC, una vez publicado en el Diario Oficial de la Federación, se integrará en el Registro Nacional de Estándares de Competencia que opera el CONOCER a fin de facilitar su uso y consulta gratuita.

Organizaciones participantes en el desarrollo del Estándar de Competencia

- BCI Belleza Cosmética Integral
- Comisión de Cultura y Educación del Congreso del Trabajo

Aspectos relevantes de la evaluación

Detalles de la práctica: Condiciones que se requieren, para la realización de la práctica, en escenarios reales o situaciones simuladas:

- hoja de plátano, aceite vegetal orgánico, incienso, copal, esencias, ropa desechable, música, pañuelo desechable, toalla, manta/ frazada,
- mobiliario necesario para el masaje zapoteca, porta incienso, camilla/ mesa de masaje, mesa auxiliar, biombo/ muro rodante, tapete, lámpara, silla/ sillón auxiliar, sahumerio, fuente de agua

Duración estimada de la evaluación

- 45 minutos en gabinete y 1 hora 40 minutos en campo, totalizando 2 horas y 25 minutos.

II.- Perfil del Estándar de Competencia

Estándar de Competencia	Elemento 1 de 2
Aplicación de masaje con técnica zapoteca	Preparar la cabina y al cliente **Elemento 2 de 2** Aplicar la técnica de masaje zapoteco

III.- Elementos que conforman el Estándar de Competencia

Referencia	Código	Título
1 de 2	E2695	Preparar la cabina y al cliente

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Informa al cliente del proceso de masaje:
- Saludando al cliente de acuerdo al protocolo del lugar de trabajo,
- Explicándole en qué consiste el proceso del masaje zapoteco, duración, y beneficios,
- Explicándole en qué consiste la hoja de trabajo/expediente del cliente y porqué es importante requisitarla,
- Explicándole en qué consiste y la importancia del documento de consentimiento informado para la realización del masaje, y
- Explicándole cuáles son las contraindicaciones por las que una persona no pudiera recibir el masaje.

2. Brinda indicaciones al cliente para dar inicio al masaje:
- Preguntándole si tiene la necesidad de ir al baño o realizar alguna llamada telefónica,
- Solicitándole que apague su teléfono durante la sesión para que este lo más relajado posible ya que una vez iniciado el proceso es mejor no interrumpirlo,
- Comentándole la importancia de usar la ropa interior desechable para recibir el masaje, y
- Solicitándole que deje sus pertenecías y ropa y demás pertenencias en lugar señalado para ello.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. La Cabina de trabajo acondicionada:
- Está libre de suciedad, basura y polvo,
- Contiene mesa de masaje/mesa de trabajo cubierta con sábana/manta desechable,
- Contiene hoja de plátano cubriendo la superficie de la mesa de masaje/mesa de trabajo,
- Tiene el libre paso/ acceso/ movimiento, por los 4 lados de la mesa de masaje/ mesa de trabajo,
- Presenta la mesa auxiliar con los insumos necesarios para realizar el masaje,
- Tiene incienso prendido/esencia orgánica de grado terapéutico en el difusor de acuerdo con la información contenida en la hoja de trabajo/expediente del cliente
- Contiene copal encendido en el sahumerio, y
- Presenta una fuente de agua encendida y funcionando y música de ambiente para relajar.

2. La hoja de trabajo/expediente del cliente requisitada:
- Muestra el día que se realiza el masaje,
- Tiene el nombre completo del cliente,
- Presenta el nombre completo del aplicador de masaje,
- Presenta la edad y sexo del cliente,
- Contiene el número de teléfono fijo/móvil del cliente,
- Contiene la dirección/correo electrónico del cliente,
- Describe el motivo de la visita y el tipo de servicio brindado,

- Contiene información referente a cirugías, padecimientos y alergias descritas por el cliente,
- Especifica las condiciones y términos para la aplicación del masaje, y
- Incluye el nombre completo y firma del cliente al pie del documento, validando que es responsable de la información proporcionada, de la aceptación y autorización de las condiciones, términos para la aplicación del masaje.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS	NIVEL
1. Contraindicaciones del masaje zapoteco.	Conocimiento
2. Origen e historia del masaje zapoteco Simbolismos dentro del masaje zapoteco	Conocimiento

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Amabilidad: La manera en que se dirige al cliente con un lenguaje sencillo, sin usar tecnicismo.
2. Limpieza: La manera en que porta el uniforme limpio y pulcro establecido por el lugar de trabajo, con las uñas recortadas al ras del dedo sin esmalte, cabello corto o recogido, sin exceso de maquillaje, zapatos planos.

GLOSARIO

1. Contraindicaciones: Heridas (lastimar, arder, infectar, problemas venosos (dolor) embarazo (después del primer trimestre, después de los 3 meses) después de comer (proceso de digestión) problemas cardiovasculares (por acelerar el riego sanguíneo, epilepsia).
2. Esencia orgánica de grado terapéutico: Aceites de Origen Natural, extraídos de hojas, plantas, cortezas, raíces y resinas. Que son producidos en función y la condición del suelo donde se cultiva y cosecha, los fertilizantes, el clima, la región geográfica, esto es lo que le da el valor terapéutico.
3. Insumos: Mesa de Masaje/Mesa de Trabajo
   Sabanas
   Hojas de Plátano
   Mesa Auxiliar
   Esencias Orgánicas
   Elementos representativos, agua, aire, tierra y fuego.

Referencia	Código	Título
2 de 2	E2696	Aplicar la técnica de masaje zapoteco

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Inicia la técnica de masaje zapoteco:
- Solicitando que se coloque en posición de decúbito prono sobre la mesa de trabajo/mesa de masaje,
- Cubriendo al cliente de trapecio a tobillos con hojas de plátano colocadas de manera horizontal,
- Colocando las manos sobre la parte la espalda baja y alta para indicar que va a iniciar el masaje,
- Aplicando aceite orgánico vegetal sobre la palma de la mano para distribuirla en la zona a trabajar, con pases suaves y ligeros hasta cubrirla en su totalidad, y
- Tocando en todo momento con una o ambas manos el cuerpo del cliente al pasar de una técnica a otra.

2. Aplica técnica en nuca:
- Masajeando con técnica de nudillares con movimientos circulares ascendentes y descendentes evitando la zona del bulbo raquídeo/cervicales/columna, hasta que el músculo se relaje, y
- Masajeando con técnica de palmares/canto de la mano con movimientos circulares a los costados del área de trabajo, hasta que el músculo se relaje.

3. Aplica técnica en espalda:
- Retirando la hoja de plátano de trapecio/espalda alta a cresta iliaca/espalda baja/ cintura para descubrir el área a trabajar,
- Aplicando aceite orgánico vegetal sobre la palma de la mano para distribuirla en la zona a trabajar, con pases suaves y ligeros hasta cubrirla en su totalidad,
- Masajeando la zona con técnica de amasamientos en trapecio sin tocar columna, hasta que la piel este visiblemente enrojecida/hiperemia,
- Masajeando con movimientos ondulatorios con palmares de forma ascendente y descendente desde lumbares hasta trapecio sin tocar columna,
- Masajeando con técnica de nudillares a media luna del centro a los costados de lumbares a trapecio sin tocar columna,
- Masajeando con técnica de nudillares a luna completa del centro a los costados de lumbares a trapecio sin tocar columna,
- Masajeando con palmares en círculos hacia a fuera en cresta iliaca,
- Colocando el brazo del cliente sobre la espalda con flexión de codo para elevar el omoplato,
- Masajeando con los dedos/canto de la mano libre el contorno del omoplato con movimientos de vaivén ascendentes y descendentes,
- Entrelazando su mano con la del cliente para marcar un tirón suave,
- Repitiendo el proceso con el otro brazo,
- Despidiéndose de la zona trabajada con palmas abiertas del centro hacia afuera, y
- Volviendo a cubrir la zona con las hojas de plátano.

4. Aplica técnica en glúteos:
- Sin retirar las hojas de plátano:
- Masajeado con amasamientos profundos en semicírculos,
- Realizando presiones con las yemas de los dedos en movimientos circulares,
- Masajeando con nudillares en movimientos circulares de centro hacia afuera, y
- Presionando hacia arriba con la yema de los dedos en el derrier/pliegue del glúteo.

5. Aplica técnica en piernas:

- Retirando la hoja de plátano de tobillos a muslo,
- Aplicando aceite orgánico vegetal sobre la palma de la mano para distribuirla en la zona a trabajar, con pases suaves y ligeros hasta cubrirla en su totalidad,
- Realizando amasamientos en pantorrilla/gemelos de abajo hacia arriba sin tocar tobillos y hueco poplíteo,
- Realizando amasamientos en femorales de abajo hacia arriba,
- Masajeando con técnica de nudillares de centro a costados, con movimientos de media luna y posteriormente con luna completa en pantorrilla/gemelos,
- Masajeando con técnica de nudillares de gemelos a femorales de abajo hacia arriba,
- Realizando vibraciones/percusiones con el canto de la mano de pantorrilla a femorales,
- Realizando vibraciones/percusiones cóncavas de pantorrilla a femorales, y
- Reuniendo las hojas de plátano en el centro del cuerpo/glúteos para facilitar el cambio de posición a decúbito supino y para proteger su privacidad.

6. Aplica técnica en pies:
- Colocando las hojas de plátano de manera horizontal sobre el cuerpo del cliente para cubrirlo de pecho a tobillo.
- Aplicando aceite orgánico vegetal sobre la palma de la mano para distribuirla en la zona a trabajar, con pases suaves y ligeros hasta cubrirla en su totalidad,
- Realizando fricciones de talón a punta de los dedos,
- Masajeando con técnica de nudillares en todo el pie con movimientos ascendentes y descendentes,
- Realizando presión con los pulgares con movimientos circulares en todo el pie, y
- Aplicando las mismas técnicas y movimientos en el otro pie.

7. Aplica técnica en piernas:
- Reuniendo las hojas de plátano en la zona pélvica para descubrir el área a trabajar,
- Aplicando aceite orgánico vegetal sobre la palma de la mano para distribuirla en la zona a trabajar, con pases suaves y ligeros hasta cubrirla en su totalidad,
- Masajeando con técnica de nudillares sobre paratibiales de abajo hacia arriba,
- Realizando movimientos circulares con pulgares/dedos alrededor de la rótula sin tocarla,
- Masajeando con técnica de nudillares en abductores y aductores con movimientos ascendentes y descendentes,
- Realizando amasamientos en vaivén en abductores y aductores con movimientos ascendentes y descendentes,
- Realizando vibraciones/percusiones cóncavas sobre todo el muslo con movimientos en vaivén, y
- Cubriendo la zona trabajada con las hojas de plátano.

8. Aplica técnica en abdomen:
- Retirando la hoja de plátano del área a trabajar,
- Aplicando aceite orgánico vegetal sobre la palma de la mano para distribuirlo en la zona a trabajar, con pases suaves y ligeros hasta cubrirla en su totalidad,
- Realizando amasamientos ligeros de un lado a otro con movimientos en vaivén,
- Realizando pases ligeros circulares alternando las manos en sentido de las manecillas del reloj,
- Realizando pases ligeros del centro hacia a fuera.

9. Aplica técnica en brazos:

- Aplicando aceite orgánico vegetal sobre la palma de la mano para distribuirlo de muñeca a hombro, con pases suaves y ligeros,
- Masajeando con técnica de nudillares con movimientos circulares de muñeca a bíceps evitando hacer presión en el codo y en la parte interna del mismo,
- Realizando amasamientos profundos alternando ambas manos de muñeca a hombros, y
- Repitiendo la técnica en el otro brazo.

10. Aplica técnica en hombros, cuello y cabeza:
- Aplicando aceite orgánico vegetal sobre la palma de la mano para distribuirlo en la zonas a trabajar, con pases suaves y ligeros, hasta cubrirlos en su totalidad,
- Realizando pases ligeros desde el cuello a hombros, evitando presionar la nuca, tallo cerebral ni cervicales,
- Realizando amasamientos de cuello a hombros con movimientos en vaivén evitando presionar la nuca, tallo cerebral ni cervicales,
- Realizando presiones con dedos/pulgares en movimientos circulares evitando presionar la nuca, tallo cerebral ni cervicales,
- Masajeando con técnica de nudillares en hombros subiendo a cuello evitando presionar la nuca, tallo cerebral ni cervicales,
- Realizando presiones con palmares al subir las manos por los costados de la cabeza hasta llegar al cráneo,
- Realizando una presión ligera con las palmas de las manos al entrelazar los dedos sobre el cráneo,
- Deslizando ambas manos por costados de la cabeza para concluir el masaje, y
- Dejando reposar al cliente cubierto con una frazada/sabana/desechable de 5 a 15 minutos.

11. Finaliza el servicio de masaje zapoteco:
- Retirándose al momento de que se le indica al cliente que puede vestirse y tomar sus pertenencias para respetar la privacidad del mismo,
- Retroalimentando al cliente en función de las sensaciones/emociones/beneficios presentadas durante el masaje, y
- Sugiriendo otro servicio/acudir con experto médico de acuerdo al perfil del cliente al momento de despedirlo.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS	NIVEL
1. Movimientos que se aplican en función de las diferentes partes del cuerpo	Conocimiento

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HABILIDADES/VALORES

1. Respeto:	La manera en que cuida en todo momento la proximidad con el cliente, evitando acercamientos y tocamientos innecesarios que se puedan interpretar por el cliente como agresión.
2. Orden:	La manera en que respeta la secuencia que lleva el masaje zapoteco decúbito prono (iniciando en

nuca a piernas) a decúbito supino (de pies y finalizando en cabeza).

GLOSARIO:

1. Amasamientos:	Movimientos más o menos profundos con la finalidad de comprimir, se utiliza toda la mano o parte de esta dedos.
2. Amasamientos ligeros:	Actúan sobre la superficie de la piel.
3. Amasamientos profundos:	Como su nombre lo indica se dirigen a los músculos comprimiendo.
4. Derrier	Nalga glúteo. Partes redondas y carnosas situadas en la parte más baja de la espalda.
5. Hueco poplíteo:	Depresión o curva casi romboidal localizada en las piernas humanas. Hueco atrás de rodillas.
6. Manipulación Vibratoria:	Movimiento armónico rítmico.
7. Nudillares:	Movimientos ligeros y profundos, contacto con Falange de los dedos y los nudillos y con la cara anterior del pulgar.
8. Palmares:	Movimiento con la palma de la mano.
9. Pellizqueo:	Amasamiento percusión.