I.- Datos Generales

Código	Título:
EC1413	Aplicación de masaje con técnica polaridad

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 la técnica polaridad, cuya finalidad es equilibrar el modelo de energía del usuario, mediante la aplicación de movimientos y presiones con ambas manos.

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 cuya realización no 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 desde el acondicionamiento de su área de trabajo, insumos y materiales, hasta la aplicación propia de la técnica de masaje de polaridad, con las características de calidad requeridas por el cliente. También establece los conocimientos teóricos básicos, con los que debe contar la persona para realizar su trabajo; así como las actitudes relevantes 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 rutinarias y predecibles, depende de las instrucciones de un superior y se coordina con compañeros de trabajo del mismo nivel jerárquico.

Comité de Gestión por Competencias que lo desarrolló

de Masajes y Servicios de SPA.

Fecha de aprobación por el Comité Técnico del CONOCER:	Fecha de publicación en el Diario Oficial de la Federación:
19 de noviembre de 2021	15 de diciembre de 2021

Periodo de revisión/actualización del EC:

3 años

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

Grupo unitario
5213 Bañeros y masajistas

Ocupaciones asociadas
Masajista

Ocupaciones no contenidas en el Sistema Nacional de Clasificación de Ocupaciones y reconocidas en el Sector para este EC
N/A

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 bolerías MÉX.

Subrama:
81211 Salones y clínicas de belleza y peluquerías MÉX.

Clase:
812110 Salones y clínicas de belleza y peluquerías MÉX.

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

- Colegio de Estudios Superiores de Wu Shu y Medicina Tradicional China, A.C.
- Colegio Mexicano de Terapeutas Profesionales en Masaje y Enfermería Holística A.C.
- Consejo Nacional para la Industria Spa.
- Expo Masaje S.A. de C.V.
- Expo SPA.
- Fundación Hispanoamericana Mikao Usui S.C.
- Namikoshi Shiatsu México A.C.
- Organización Internacional para el Desarrollo Humano A.C.

Relación con otros estándares de competencia

- EC0883 Aplicación de masaje ayurveda abhyanga
- EC0900 Aplicación de masaje holístico
- EC0901 Aplicación de masaje sueco
- EC0143 Aplicación de Masaje shiatsu
- EC0902 Aplicación de masaje drenaje linfático manual
- EC0899 Aplicación de masaje tejido profundo

Aspectos relevantes de la evaluación

Detalles de la práctica:	• Para demostrar la competencia en este EC, se recomienda que se lleve a cabo en el lugar de trabajo y durante su jornada laboral. Sin embargo, puede realizarse de forma simulada, si el área de evaluación cuenta con los materiales, insumos, e infraestructura, para llevar a cabo el desarrollo de todos los criterios de evaluación referidos en el EC.
Apoyos/Requerimientos:	• Es necesario contar, como mínimo, con el siguiente equipo para poder poner en práctica este EC: cama o mesa para masaje o bien un sillón reclinable, toallas limpias para manos, equipo de sonido, música ambiental para masaje, perchero, difusores.

Duración estimada de la evaluación

30 minutos en gabinete y 2 horas en campo, totalizando 2 horas con 30 minutos.

II.- Perfil del Estándar de Competencia

Estándar de Competencia
Aplicación de masaje con técnica polaridad

Elemento 1 de 3
Acondicionar el espacio para la aplicación del masaje con técnica polaridad

Elemento 2 de 3
Preparar al usuario para la aplicación del masaje con técnica polaridad

Elemento 3 de 3
Aplicar el masaje con técnica polaridad

III.- Elementos que conforman el Estándar de Competencia

Referencia	Código	Título
1 de 3	E4315	Acondicionar el espacio para la aplicación del masaje con técnica polaridad

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. El espacio acondicionado:
- Cuenta con un espacio libre de trabajo de tres por cuatro metros,
- Está libre de ruido,
- Se encuentra ventilado y con corrientes de aire,
- Cuenta con energía eléctrica,
- Cuenta con luz natural,
- Presenta colores claros en el espacio de trabajo, y
- Cuenta con un lugar para que el usuario se cambie de ropa.

2. Las herramientas de trabajo seleccionadas:
- Se encuentran disponibles, y
- Se encuentran limpias, desinfectadas, esterilizadas y en condiciones de uso.

3. Los insumos de trabajo seleccionados:
- Se encuentran disponibles, y
- Se encuentran limpios, desinfectados y no presentan desperfectos.

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Limpieza:	La manera en que dispone de la limpieza y acondicionamiento en el área de trabajo y las herramientas seleccionadas se encuentren limpias para prestar el servicio.
2. Responsabilidad:	La manera en que acondiciona el espacio de trabajo, de acuerdo con las especificaciones de la técnica.

GLOSARIO

1. Espacio acondicionado:	Lugar específico, el cual cuenta con: herramientas e insumos necesarios para llevar a cabo la práctica de masaje a usuarios, un espacio de 3 o 4 metros, luz eléctrica y natural, así como colores claros, se encuentre limpio y sin contaminación.
2. Herramientas:	Conjunto de cosas necesarias para proporcionar el masaje: mesa, sábanas, toallas, cojín, sillón, equipo de sonido, perchero o difusores.

3.	Insumos:	Productos que se necesitan para proporcionar el servicio de masaje: aceites esenciales, aceites vehiculares, porta incienso, incienso.
4.	Técnica de polaridad:	La técnica de polaridad es un conjunto de principios referentes al flujo energético. Básicamente se fundamente en la compresión de la energía física y de su anatomía, donde, de acuerdo con el Doctor Stone, las manos son las herramientas para realizarla.

Referencia	Código	Título
2 de 3	E4316	Preparar al usuario para la aplicación del masaje con técnica polaridad

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Entrega la hoja de información general del usuario:
- Revisando que contenga la información acerca de posibles padecimientos actuales,
- Revisando que contenga la información sobre sus antecedentes patológicos,
- Revisando que contenga la información sobre sus antecedentes no patológicos, y
- Revisando que contenga la información sobre sus antecedentes heredo-familiares.

2. Verifica la presión arterial del usuario:
- Tomando el brazo del usuario,
- Localizando la arteria en la parte interna del brazo,
- Colocando el brazalete con la manguera hacia el lado interno del brazo,
- Encendiendo el baumanómetro digital para iniciar con la medición de signos vitales,
- Verificando que el baumanómetro digital registre las mediciones al usarlo, conforme a las instrucciones del fabricante, y
- Anotando la lectura de las mediciones realizadas en la hoja de datos generales que registró el usuario.

3. Verifica el pulso arterial del usuario:
- Corroborando que la zona donde se colocará el monitor digital de presión arterial se encuentre libre de heridas como: moretones/rozaduras/picaduras/cortaduras,
- Colocando el monitor sobre la muñeca evitando que no quede demasiado ajustada,
- Encendiendo el monitor digital,
- Verificando que el monitor digital registre el pulso al usarlo, de acuerdo con las instrucciones del fabricante,
- Realizando la lectura durante quince segundos, y
- Anotando la lectura de las mediciones realizadas en la hoja de datos generales que registró el usuario.

4. Verifica la temperatura corporal del usuario:
- Limpiando el termómetro con solución antiséptica,
- Corroborando que la zona donde colocará el termómetro se encuentre libre de heridas como: moretones/rozaduras/picaduras/cortaduras,
- Encendiendo el termómetro digital,
- Colocando el termómetro en la zona donde se realizará la medición,
- Verificando que el termómetro registre la temperatura al usarlo, conforme con las instrucciones del fabricante,
- Retirando el termómetro de la zona,
- Registrado la medición de temperatura en la hoja de registro del usuario,
- Limpiando el termómetro con solución antiséptica, y
- Anotando la lectura de las mediciones realizadas en la hoja de datos generales que registró el usuario.

5. Acuerda la aceptación del servicio con el usuario:
- Informando verbalmente los datos contenidos en la hoja de registro del usuario,
- Informando los principios de la técnica a aplicar,
- Informando los puntos y zonas del cuerpo que tocará durante el masaje,
- Informando las reacciones/emociones posibles que se presenten,
- Describiendo el tipo de vestimenta adecuada para aplicar la terapia,
- Informando las contraindicaciones de la técnica,
- Describiendo las condiciones con las cuales se aplicará la técnica,
- Informando el número de sesiones a realizar,
- Informando la duración de cada sesión,
- Describiendo el objetivo a lograr por cada sesión,
- Describiendo los efectos a lograr por cada sesión, y
- Recabando la firma de conformidad del usuario en la hoja de registro.

6. Explica el procedimiento seleccionado:
- Tomando como base la medición de los signos vitales del usuario,
- Considerando el tipo de efecto a lograr para la aplicación del masaje, y
- Respondiendo a las preguntas realizadas por el usuario.

7. Orienta al usuario sobre la sesión de masaje:
- Corroborando que la información corresponde con los datos de la hoja de registro del usuario,
- Informando al usuario acerca de las posibles reacciones y sensaciones generadas durante la sesión de masaje, y
- Mencionando la pertinencia/no pertinencia para aplicar el masaje.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. La hoja de datos generales del usuario verificada:
- Contiene nombre completo, edad, fecha de nacimiento, dirección, ocupación, nombre completo y datos de contacto del médico tratante, y familiar a quien avisar en caso de un imprevisto,
- Contiene escritos los datos derivados de la medición de signos vitales,
- Contiene la descripción del estado físico general realizada por el propio usuario,
- Contiene descrita la técnica a aplicar,
- Especifica los puntos y zonas del cuerpo que tocará, de acuerdo con el efecto a lograr,
- Especifica las reacciones posibles que se presentarán,
- Especifica la vestimenta recomendada para la aplicación de la técnica de masaje,
- Especifica las contraindicaciones,
- Describe las condiciones de aplicación,
- Especifica el número y duración de las sesiones a realizar,
- Especifica los objetivos a lograr por sesión y los efectos generales,
- Contiene la rúbrica/firma/huella de conformidad del usuario, y
- Está integrada al expediente de seguimiento del usuario.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS	NIVEL
1. Definición de masaje con técnica polaridad.	Conocimiento
2. Beneficios del masaje con técnica de polaridad.	Comprensión
3. Contraindicaciones en la aplicación de un masaje con técnica polaridad.	Comprensión
4. Rangos de pulsaciones normales para adultos.	Conocimiento
5. Valores y límites aceptados como normales para considerar hipertenso e hipotenso a un adulto.	Conocimiento

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Responsabilidad:	La manera en que ejecuta, verifica y registra la lectura de los signos vitales, así como la descripción de las condiciones físicas del usuario.

GLOSARIO

1. Antecedentes personales no patológicos:	Se refiere a los datos del paciente relacionados con su medio (vivienda, ambiente familiar) así como sus hábitos (alimentación, intolerancia alimentaria, higiene, apetito, catarsis intestinal, diuresis, sueño, bebidas alcohólicas, infusiones, tabaco, droga, medicamentos, hábitos sexuales, actividad física).
2. Antecedentes personales patológicos:	Se refiere a los padecimientos que el paciente tuvo previamente, y de condiciones asociadas a manejo clínico u hospitalario. Estos padecimientos son de importancia pues pueden estar asociados al padecimiento actual.
3. Contraindicaciones:	Se define como la existencia de padecimientos por los que no pueda aplicarse el masaje con técnica de polaridad: hemorragias, intoxicación alcohólica, por drogas o alimentos, enfermedades infectocontagiosas, heridas expuestas, cirugías recientes, fracturas graves, osteoporosis.
4. Hoja de registro del usuario:	Seguimiento que se le entrega al usuario que contiene información general del usuario y de su estado físico por él referido.
5. Signos Vitales:	Parámetros que reflejan el estado fisiológico del organismo humano, y esencialmente proporcionan los datos (cifras) que nos darán las pautas para el estado del usuario.

Referencia	Código	Título
3 de 3	E4317	Aplicar el masaje con técnica polaridad

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Prepara al usuario:
- Definiendo el tipo de efecto a lograr,
- Definiendo la combinación de aceites a aplicar según el efecto a lograr,
- Indicando al usuario la forma para recostarse,
- Pidiendo al usuario que se retire la ropa y accesorios como: aretes/reloj/anillos /pulsera(s)/cadena,
- Retirándose para permitirle al usuario desvestirse,
- Constatando con el usuario que se encuentre cómodo con la postura y condiciones físicas que tiene,
- Revisando que la sábana cubra el cuerpo completo desde los hombros hasta los pies,
- Colocando una toalla a manera de almohada,
- Colocando sobre los ojos una toalla de mano/antifaz para inhibir la luz,
- Solicitando autorización al receptor para iniciar el masaje, y
- Descubriendo únicamente la zona a trabajar durante todo el masaje.

2. Inicia el masaje:
- Haciendo contacto con una mano a la altura del corazón y la otra en la frente,
- Untando un poco de aceite esencial en las manos y colocándolas frente a la cara del usuario, pidiendo que inhale profundo tres veces,
- Haciendo manipulaciones de peines en el cuero cabelludo,
- Realizando presiones sobre los hombros en vaivén, y
- Descendiendo al mecer el cuerpo hasta los pies.

3. Sensibiliza al receptor:
- Tocando su cuerpo sobre la sábana, y
- Palpando las piernas para establecer diferencia en altura.

4. Desarrolla la sesión general:
- Colocándose de pie junto al usuario,
- Balanceando treinta segundos, con la mano derecha la pelvis del usuario y la izquierda reposando en el Chakra de la corona,
- Polarizando de dos a tres minutos,
- Sentándose junto a la cabeza del usuario,
- Rodeando con las palmas de sus manos el hueso occipital del usuario, dedos índices apoyados en la base de cuello,
- Colocando la mano derecha al occipucio con pulgar y dedo aire, y
- Colocando la mano izquierda sobre la frente, pulgar sobre la fontanela.

5. Aplica balanceo de pelvis:
- Colocándose de pie, en el lado derecho del usuario,
- Balanceando la pelvis del usuario treinta segundos, con mano derecha,
- Colocando la mano izquierda en la frente, y
- Polarizando de dos a tres minutos.

6. Aplica masaje de pie, ambos lados:
- Colocándose de pie, junto a los pies del usuario,
- Estimulando alternativamente los cuatro puntos del tobillo interno, con flexión del pie,
- Estimulando alternativamente los puntos del tobillo externo con extensión del pie,
- Realizando rotación de tobillo diez veces en dirección de las manecillas del reloj, y diez veces al lado opuesto,
- Alternando estirones del dedo del pie con compresión sobre la parte superior y la inferior de los tendones del dedo del pie, empleando pulgar y dedos de aire,
- Realizando círculos en cada dedo, tres a la derecha y tres a la izquierda, y luego tirones cortos en los dedos de los pies, con el dedo del pie tenso, y
- Realizando un tirón de pierna con el pie doblado al exhalar.

7. Aplica primer contacto en pelvis y muslo, lado derecho:
- Colocando la mano izquierda sobre el hueso pélvico derecho,
- Colocando la palma de la mano derecha, dos dedos arriba de la rótula, en el muslo,
- Balanceado la pierna treinta segundos, y
- Polarizando de dos a tres minutos.

8. Aplica primer contacto en muñeca, manos y rotación de brazo:
- Balanceando la muñeca derecha de treinta a cuarenta segundos, y manteniendo el contacto por treinta segundos,
- Realizando rotación del brazo y hombro mientras se sujeta la muñeca, lado derecho, diez rotaciones a la derecha y diez a la izquierda,
- Realizando estirón de dedos y brazos, lado izquierdo, en tres tiempos: dedo, codo y hombro,
- Realizando contacto de pulgar y membrana de lado derecho,
- Alternando el contacto de pulgar y membrana con el punto reflejo del interior del codo, lado derecho,
- Agarrando el codo, poniendo el pulgar sobre los tendones debajo del codo y alternando la estimulación sobre el codo, y
- Balanceando el abdomen por debajo de las costillas inferiores.

9. Aplica primer balanceo pelviano:
- Realizando contacto en el hombro y el hueco pélvico opuesto, y
- Balanceando y estirando, de diez a quince veces, lado derecho.

10. Aplica segunda secuencia pelvis y muslo, lado izquierdo:
- Colocando la mano derecha sobre la pelvis,
- Realizando balanceo de pierna con la mano izquierda, treinta segundos, y
- Polarizando de dos a tres minutos.

11. Aplica segunda secuencia en muñeca, manos y rotación de brazo:
- Balanceando la muñeca izquierda diez veces,
- Realizando rotación del brazo y hombro mientras se sujeta la muñeca, diez veces hacia la derecha y diez veces hacia la izquierda,
- Realizando estirón de dedos y brazos en tres tiempos: dedo, codo y hombro,
- Realizando contacto de pulgar y membrana,
- Alternando el contacto de pulgar y membrana con el punto reflejo del interior del codo, y
- Agarrando el codo, poniendo el pulgar sobre los tendones debajo del codo y alternando la estimulación sobre el codo, mientras balancea el abdomen por debajo de las costillas inferiores.

12. Aplica segundo balanceo pelviano:
- Realizando contacto en el hombro y el hueco pélvico opuesto, y
- Balanceando de diez a quince veces y estirando.

13. Finaliza secuencia en la cabeza del usuario:
- Colocando el dedo aire izquierdo entre la nariz y la ceja derecha,
- Realizando con el dedo de aire derecho estimulación en el punto occipital derecho,
- Colocando el dedo aire derecho entre la nariz y la ceja izquierda,
- Realizando con el dedo de aire izquierdo estimulación en el punto occipital derecho,
- Colocando los dedos meñiques sobre la articulación de la mandíbula,
- Realizando contacto con los pulgares en la fontanela,
- Realizando toque en el hueso occipital, con pulgar y dedo aire,
- Colocando pulgar izquierdo en fontanela, y
- Colocando los otros dedos como garra sobre la frente.

14. Aplica contacto y balanceo de los chakras del usuario:
- Realizando equilibrio de los chakras, y
- Tocando con el pulgar izquierdo entre las cejas, y el pulgar derecho sobre el ombligo, manteniendo de dos a tres minutos.

15. Aplica masaje con el usuario sentado:
- Colocando las manos sobre los hombros del usuario,
- Realizando frotación suave en la espalda, y
- Realizando frotación suave en la parte anterior del cuerpo.

16. Aplica la técnica de equilibrio de chakras:
- Colocándose de pie de lado izquierdo del usuario,
- Pidiendo al usuario se coloque en decúbito prono,
- Realizando el toque sobre la nuca del usuario con la mano izquierda y la mano derecha con la palma hacia arriba, sobre sacro,
- Realizando toques con la mano derecha en posición prona y girándola noventa grados hacia la derecha,
- Moviendo la mano derecha hacia el cuello del usuario y poniendo la mano izquierda en la cabeza, colocando el dedo aire en el entrecejo del usuario, y
- Colocando la mano izquierda sobre la coronilla, encima de la fontanela y continuando con la mano derecha sobre el cuello del usuario.

17. Aplica secuencia de la Triada de Éter:
- Pidiendo al usuario se coloque en posición decúbito supino,
- Colocándose de pie a lado derecho del usuario,
- Contactando la Mano Polo Norte parte lateral del tobillo sobre maléolo externo con dedo pulgar,
- Contactando con Mano Polo Sur, lateralmente la articulación de la rodilla con dedo pulgar alineado con el punto anterior, durante tres minutos,
- Moviendo la Mano Polo Norte a la articulación de rodilla,
- Contactando con la Mano Polo Sur al gran trocánter, polarizando durante tres minutos,
- Moviendo la Mano Polo Norte al gran trocánter,
- Colocando la Mano Polo Sur la articulación de la muñeca, sobre el hueso cúbito radial, polarizando por tres minutos,
- Manteniendo la Mano Polo Norte en el gran trocánter y colocando la Mano Polo Sur en la articulación interna del codo, ambos por tres minutos,
- Manteniendo Mano Polo Norte en el gran trocánter, y contactando con Mano Polo Sur, la articulación anterior del hombro. Polarizando durante tres minutos,
- Colocando la Mano Polo Norte en la articulación del hombro y la Mano Polo Sur en la articulación del maxilar, polarizando durante tres minutos, y
- Repitiendo todas las manipulaciones del lado izquierdo.

18. Aplica la secuencia Triada de Tierra:
- Pidiendo al usuario se coloque en posición decúbito supino,
- Colocándose de pie, a lado derecho del usuario,
- Comenzando con el polo inferior, estimulando su flujo natural,
- Colocando la Mano Polo Norte haciendo pinza, un punto ligeramente debajo de la rótula sobre la línea media con el dedo éter, mientras el dedo fuego, localiza el punto en el centro del hueco poplíteo,
- Contactando con la Mano Polo Sur el polo central del colón, punto doloroso entre ombligo y cresta iliaca, sobre lado derecho,
- Finalizando la estimulación y permaneciendo dos a tres minutos, con las manos en los puntos trabajados,
- Moviendo la Mano Polo Norte al punto doloroso sobre el colón y manteniéndola ahí,
- Colocando la Mano Polo Sur en la parte trasera del cuello, sobre el músculo esternocleidomastoideo, estimulando cinco puntos desde la base del hueso occipital con el dedo fuego, hasta músculo trapecio,
- Permaneciendo en el último punto por dos o tres minutos, y
- Repitiendo manipulaciones sobre el lado izquierdo del usuario.

19. Aplica la secuencia Triada de Agua:
- Pidiendo al usuario se coloque en posición decúbito supino,
- Colocándose de pie a lado derecho del usuario,
- Tomando con Mano Polo Norte el pie en pinza, colocando los dedos de fuego y éter sobre los maléolos,
- Colocando la Mano Polo Sur a tres centímetros arriba del hueso púbico y lateralmente a tres centímetros, con el dedo éter,
- Finalizando estimulación de maléolos, manteniendo contacto por dos a tres minutos,
- Moviendo la Mano Polo Norte tres centímetros arriba del hueso púbico,

- Colocando la Mano Polo Sur en posición ligeramente arriba del pecho y debajo de la zona clavicular, en forma piramidal respirando a través del centro del corazón durante dos a tres minutos,
- Localizando cinco puntos sobre el hueso de la clavícula haciendo pinza con los dedos de aire y éter,
- Aplicando presión media y vibración por cuarenta segundos en cada punto. Iniciando del centro hacia la coyuntura del hombro,
- Permaneciendo en el último punto por dos a tres minutos, y
- Repitiendo manipulaciones sobre el lado izquierdo del usuario.

20. Aplica secuencia Triada de Fuego:
- Pidiendo al usuario se coloque en posición decúbito supino,
- Colocándose de pie, a lado derecho del usuario,
- Colocando la Mano Polo Norte sobre punto doloroso del músculo cuádriceps, línea central, cerca del psoas, con el dedo de fuego,
- Contactando con la Mano Polo Sur sátvicamente el plexo solar, con las yemas de los dedos aire, fuego y agua en la apófisis xifoides,
- Estimulando el contacto en el muslo meciendo y apoyando con los dedos de aire y agua (adicional fuego) durante cuarenta segundos,
- Estimulando el plexo solar golpeando y alternando los dedos aire, fuego y agua suavemente durante cuarenta segundos,
- Finalizando la estimulación de cada zona, manteniendo los contactos de dos a tres minutos,
- Colocando la Mano Polo Norte en plexo y mantener,
- Contactando con Mano Polo Sur el ojo del lado del nacimiento de la ceja,
- Estimulando con contacto sátvico con el dedo éter por cuarenta segundos inicio, centro y final del ojo, sintiendo el borde del lóbulo ocular,
- Manteniendo contacto al final del ojo por tres minutos, y
- Repitiendo todas las manipulaciones anteriores en el lado izquierdo del usuario.

21. Aplica secuencia Triada de Aire:
- Pidiendo al usuario se coloque en posición decúbito prono,
- Colocándose de pie a lado izquierdo del usuario,
- Contactando con Mano Polo Norte, sosteniendo el pie a noventa grados flexionando la rodilla, colocando los dedos entre los maléolos y el tendón de Aquiles,
- Haciendo pinza con los dedos de fuego por la parte interna y éter por la parte externa,
- Contactando con la Mano Polo Sur, la zona del riñón, a la mitad entre la espina y la base del costillar,
- Estimulando con presión media con dedo de fuego, círculos por cuarenta segundos,
- Estimulando con presión media con dedo éter, círculos por cuarenta segundos,
- Manteniendo los contactos en cada zona de dos a tres minutos,
- Balanceando por cuarenta segundos la zona del riñón,
- Manteniendo los contactos en cada zona de dos a tres minutos,
- Colocando la Mano Polo Norte a la zona del riñón, manteniendo ahí,
- Colocando la Mano Polo Sur, localizando cinco puntos con el dedo de fuego comenzando en la base del cuello, haciendo círculos,
- Permaneciendo en el último punto durante dos o tres minutos, y
- Repitiendo todas las manipulaciones, en el lado derecho del usuario.

22. Aplica masaje en Armonías Espinales:
- Pidiendo al usuario colocarse en decúbito prono,
- Colocándose de pie de lado izquierdo del usuario,
- Manteniendo la mano izquierda en la parte alta de la columna vertebral,
- Utilizando las yemas de los dedos éter y de aire, en las apófisis transversas de las vértebras,
- Colocando la mano derecha en la parte baja de la columna,
- Utilizando las yemas de los dedos éter y de aire, en las apófisis transversas de las vértebras,
- Estimulando alternadamente durante un minuto cada contacto: Cervical 1 (carga positiva), Lumbar 5 (carga negativa) y polarizando en Torácica 3,
- Estimulando alternadamente durante un minuto cada contacto: Cervical 2 (carga positiva), Lumbar 4 (carga negativa) y polarizando en Torácica 4,
- Estimulando alternadamente durante un minuto cada contacto: Cervical 3 (carga positiva), Lumbar 3 (carga negativa) y polarizando en Torácica 5,
- Estimulando alternadamente durante un minuto cada contacto: Cervical 4 (carga positiva), Lumbar 2 (carga negativa) y polarizando en Torácica 6,
- Estimulando alternadamente durante un minuto cada contacto: Cervical 5 (carga positiva), Lumbar 1 (carga negativa) y polarizando en Torácica 7,
- Estimulando alternadamente durante un minuto cada contacto: Cervical 6 (carga positiva), Torácica 12 (carga negativa) y polarizando en Torácica 8,
- Estimulando alternadamente durante un minuto cada contacto: Cervical 7 (carga positiva), Torácica 11 (carga negativa) y polarizando en Torácica 9, y
- Estimulando alternadamente durante un minuto cada contacto: Torácica 1 (carga positiva), Torácica 10 (carga negativa) y polarizando en Torácica 2.

23. Aplica masaje de estrella de cinco puntas:
- Pidiendo al usuario se coloque decúbito supino/prono,
- Colocándose de pie a lado izquierdo del usuario,
- Colocando la mano derecha sobre el hombro izquierdo del usuario y mano izquierda sobre la cadera izquierda,
- Meciendo los contactos durante un minuto, pausando treinta segundos y repitiendo tres veces el procedimiento,
- Moviendo la mano derecha hacia el hombro derecho y manteniendo la mano izquierda sobre la cadera izquierda del usuario, meciendo, pausando y repitiendo tres veces la secuencia,
- Elevando las manos lentamente afuera del tronco del usuario, rompiendo el contacto,
- Colocándose de pie a lado derecho del usuario,
- Situando la mano izquierda, sobre el hombro izquierdo del usuario y la mano derecha sobre la cadera derecha del mismo,
- Meciendo los contactos durante un minuto, pausando treinta segundos y repitiendo tres veces el procedimiento,
- Desplazando la mano izquierda al hombro derecho del usuario, repitiendo la secuencia meciendo y pausando, tres veces, y
- Manteniendo la mano derecha sobre la cadera del usuario y colocando el dedo aire de la mano izquierda, suavemente, sobre el mentón del usuario, sosteniendo fijamente un minuto.

24. Finaliza el masaje:
- Agradeciendo la autorización del receptor para aplicar el masaje,
- Indicando que el masaje ha terminado y permitiendo permanecer en la mesa por unos momentos,

- Preguntando sobre su estado físico y resolviendo dudas/preguntas,
- Informando sugerencias para mantener su salud,
- Informando que el efecto del masaje es sobre las próximas veinticuatro horas,
- Indicando la forma de incorporarse,
- Retirándose para permitirle vestirse,
- Indicando que puede sentir sensibilidad en los músculos donde se trabajaron, y
- Ofreciéndole una bebida hidratante para finalizar el servicio.

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

ACTITUDES/HÁBITOS/VALORES

1. Responsabilidad: La manera en la que aplica la terapia acorde con la técnica evitando causar molestias al usuario.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

CONOCIMIENTOS	NIVEL
1. Localización de zonas energéticas.	Conocimiento
2. Técnicas de presiones (Rajásica, Tamásica y Sátvica).	Conocimiento
3. Relación entre las triadas energéticas.	Conocimiento
4. Teoría de los cinco elementos.	Comprensión
5. Descripción de las manipulaciones sesión general.	Conocimiento
6. Ejercicios de activación o energizantes basados en polaridad.	Conocimiento
7. Diferencias y semejanzas entre los enfoques energéticos de las técnicas polaridad, ayurveda, taoísta, y teoría del doctor Randolph Stone.	Conocimiento

GLOSARIO

1. Apófisis xifoides:	Elemento más pequeño y variable del esternón. Es el sitio de inserción de varios grupos musculares como diafragma y algunos músculos de la pared anterior del abdomen.
2. Armonías Espinales:	Son los trastornos energéticos y estructurales se pueden corregir por medio de contactos en los polos de las tríadas superiores.
3. Balanceo pelviano:	Mover de un lado a otro la zona inferior del tronco.
4. Bloqueo Energético:	Donde hay dolor, estrés, depresión y o enfermedad.

5. Cargas de los dedos de manos y pies:	Tierra (meñique) +, Agua (anular) (-), Fuego (medio) (+), Aire (Índice) (-) Éter (pulgar) (n).
6. Cargas electromagnéticas:	Positiva, negativa y neutra.
7. Chakras:	Vórtices de energía situados a lo largo de la columna vertebral, giran en sentido de las manecillas del reloj. • El chakra de éter gobierna la voz, el oído y la garganta, • El chakra de aire gobierna la circulación, el corazón y los pulmones. • El chakra de fuego gobierna la digestión, el estómago y los intestinos. • El chakra de agua gobierna los órganos de la reproducción, las secreciones glandulares y el impulso emocional. • El chakra de tierra gobierna la eliminación de sólidos y líquidos, la vejiga y el recto.
8. Cresta iliaca:	Borde superior del hueso coxal o hueso ilíaco; se extiende hasta el margen de la pelvis mayor.
9. Dedos:	En la técnica de polaridad cada corriente de energía pasa a través de un correspondiente dedo de la mano y del pie, dando su nombre a dichos dedos de manos y pies. Las cargas en los dedos de pies y manos se encuentran distribuidos de la siguiente manera: Mano Dedo índice: Tierra Dedo anular: Agua Dedo medio: Fuego Dedo Índice: Aire Dedo pulgar: Éter Pie Primer dedo, o dedo gordo: Éter Segundo dedo: Aire Tercer dedo: Fuego Cuarto dedo: Agua Quinto dedo: Tierra

10. Dr. Rudolph Stone:	Fue quien desarrolló la terapia de polaridad, a partir de investigaciones, conocimientos y aplicaciones prácticas.
11. Ejercicios Básicos para activar y equilibrar los elementos:	Elemento Aire (La Pirámide) Elemento Agua (Ejercicio preparatorio para acuclillarse) Elemento Fuego (El Rugido del León y El Leñador) Elemento Tierra (Estiramiento lateral en cuclillas para la espina dorsal). Éter (Sentirse Feliz)
12. Energía de Vida:	Es la energía que equilibramos y sobre la que causamos un efecto a través de una sesión de polaridad.
13. Estrella de cinco puntas:	La estrella de cinco consiste en líneas de fuerza geométricas. La parte superior de la estrella está en el centro de la garganta: fuente de la corriente en el campo etérico. En la pelvis, en la parte inferior, está la suma de la fuerza total de toda la tensión sensorial y de la frustración emocional.
14. Fontanela:	Cada uno de los espacios membranosos ubicados en el cráneo antes de su osificación.
15. Gran trocánter:	Prominencia ósea, situada en la parte superior del cuerpo del fémur; es el punto de inserción de diferentes músculos.
16. Hueco pélvico:	Cavidad del cuerpo delimitada por los huesos de la pelvis.
17. Maléolo:	Conocido también como maléolo externo, es una estructura ósea: son cada una de las partes que sobresalen de la tibia y del peroné del tobillo.
18. Mano correspondiente:	Se refiere a que el terapeuta no debe hacer cruces o posturas incomodas tanto para el mismo, como para el usuario.
19. Patrón Pentamirus:	Principio de los cinco flujos elementales de energía y cómo se mezclan para producir las funciones del cuerpo.

20. Polaridad Global del Cuerpo:	Cabeza +, Pies –, Lado Derecho +, Lado Izquierdo -, Articulación= neutra.
21. Polarizar:	Dar libre curso a la energía y equilibrar el flujo de la misma: es restaurar el equilibrio de los trastornos físico, energía y mente.
22. Polo Norte del cuerpo (+):	Columna vertebral de C1 a T1, Lado derecho, mano derecha y parte posterior.
23. Polo Sur del cuerpo (-):	Columna vertebral de T10 a L5, Lado izquierdo, mano izquierda, parte anterior.
24. Principios energéticos sobre los tres Gunas:	Rajas – Positivo Tamas - Negativo Satva - Neutro
25. Principios de polaridad:	La terapia de polaridad se basa en que en el cuerpo existe un modelo o diseño de energía que forma una matriz, que el cuerpo utiliza cuando se cura así mismo.
26. Salud:	Fluido y armonioso movimiento de energía en niveles sutiles.
27. Sátvico:	En el hinduismo, sátvico significa ligero ‘pureza’, o bien literalmente ‘existencia, realidad’. Es la más rarificada de las tres guṇas, según la filosofía Samkhya.
28. Sensibilizar:	Que el terapeuta induzca a la percepción de los sentidos del usuario, mediante toques suaves, sobre las sábanas.
29. Terapia de Polaridad:	Es el arte y la ciencia de causar un efecto sobre el sistema electromagnético en patrones específicos de flujo.
30. Tipos de Contacto:	Sátvico, ligero. Rajásico, direccional y estimulante. Tamásico, profundo y firme.
31. Las Tres Corrientes de Energía:	**Corriente transversal o Este-Oeste** Carga Neutra Emana de los polos positivos y negativos, superior e inferior. Función de Intercomunicación y enlace. Se relaciona con el Sistema Nervioso Parasimpático.

	Corriente espiral o de fuego. Rige la distribución de energías vitales internas del cuerpo. Cualidad rajásica de movimiento y expansión. Sale en espiral del ombligo y tiene carga Positiva. Se relaciona con el Sistema Nervioso Simpático. **Corriente de Línea Larga.** Lleva las energías de la mente a todo el cuerpo. Emana de cada chakra individual. Rige el funcionamiento de los sentidos y tiene carga negativa. Se relaciona con el Sistema Nervioso Central.
32. Triada:	Formación de cada elemento, a través de relaciones donde toda energía recorre tres fases positivas, negativas y neutras.
33. Triada de Agua:	Es el campo de las emociones y los sentimientos. El centro del agua se encuentra en la pelvis y está situado en la unión de la última vértebra lumbar con el sacro.
34. Triada de Aire:	Es el campo que rige la salud y el equilibrio del sistema nervioso, los pulmones, los riñones, las glándulas adrenales, las glándulas endocrinas, el colón, la circulación de la sangre, la salud cardiaca y la flexibilidad de las articulaciones.
35. Triada de Fuego:	Es el campo que constituye el impulso positivo y expansivo que da lugar a la acción. Es la fase de energía rajásica e impulsora que funciona como fuerza motriz de las funciones fisiológicas. La tríada implica la cabeza y en particular los ojos como polo positivo de su corriente energética, el plexo solar como polo neutro y los muslos como polo negativo.

36. Triada de Tierra:	Es el campo de acción del mundo físico. Es aquí donde las energías se cristalizan en formas que se amoldan a los pensamientos, actos y palabras. Este elemento, afecta los sentidos físicos.
37. Triada de Éter:	Es el campo que unifica y crea un espacio sutil para el paso de los otros elementos. El Éter rige las emociones en general y se combina con los demás elementos para crear distintas cualidades de emoción.
38. Zona media del cuerpo (neutra):	Columna vertebral T2 a T9, Coyunturas, ombligo, chakras y línea central.