

Standard ocupațional

MASEUR

COD COR 325501

Inițiator/Autori:

**CENTRUL DE TERAPII CRISTIANA SRL
CRISTIAN MUREȘAN**

Data elaborării:

NOIEMBRIE 2019 – FEBRUARIE 2020

Verificare profesională:

DANIELA DUMITRU/ DUMITRU FLOREA DANIELA PFA

Data verificării:

17.02.2020

Avizare:

ASOCIAȚIA DE MASAJ SI TERAPII COMPLEMENTARE

Data avizării:

20.02.2020

Validare documentație:

**COMITET SECTORIAL SĂNĂTATE
ȘI ASISTENȚĂ SOCIALĂ**

Gabriel Chifu

Florian Sălăjeanu

Aida Boldeanu

Data validării sectoriale:

13.05. 2020

Aprobare:

**AUTORITATEA NAȚIONALĂ
PENTRU CALIFICĂRI**

Data aprobării:

Decizia ANC nr. 134/26.05.2020;

STANDARD OCUPAȚIONAL

SECȚIUNEA A - CERINȚELE PIETEI MUNCII

1. Denumirea ocupației și codul COR

Maseur, cod COR 325501

2. Denumirea tradusă a ocupației (En):

Massage therapist

3. Activități și competențe

3.1 Activități specifice ocupației

- Asigurarea normelor de igienă specifice activității maseurului
- Pregătirea cabinetului de masaj
- Autopregătirea în vederea efectuării masajelor
- Planificarea ședințelor de masaj
- Aplicarea principiilor de etică profesională la locul de muncă
- Examinarea și observarea generală a beneficiarului de masaj
- Completarea documentelor de evidență
- Executarea masajului de întreținere și relaxare
- Executarea masajului reflexogen
- Executarea masajului terapeutic
- Executarea drenajului limfatic
- Executarea masajului anticelulitic
- Executarea masajului profund al țesuturilor
- Identificarea principalelor tipuri și tehnici de masaj
- Instruire profesională continuă în activitatea de masaj

3.2 Competențe

1. Etică și standarde profesionale specifice masajului
2. Asigurarea condițiilor igienico-sanitare în activitatea de masaj
3. Organizarea activității maseurului
4. Aplicarea masajului de întreținere și relaxare
5. Aplicarea masajului reflexogen
6. Aplicarea masajului terapeutic
7. Aplicarea drenajului limfatic
8. Aplicarea masajului anticelulitic
9. Aplicarea masajului profund al țesuturilor
10. Stabilirea tehnicilor și tipurilor de masaj
11. Dezvoltarea și îmbunătățirea continuă a activității profesionale

4. Niveluri de calificare:

- | | |
|---|---|
| 4.1. Nivelul de calificare conform Cadrului Național al Calificărilor (CNC) | 4 |
| 4.2. Nivelul de referință conform Cadrului European al Calificărilor (EQF) | 4 |
| 4.3. Nivelul educațional corespondent, conform ISCED - 2011 (cod program educațional) | 4 |

5. Acces la altă/alte ocupație/ocupații cuprinsă/ cuprinse în COR

Acces la ocupație/ocupații de același nivel de calificare, conform CNC, pe bază de experiență/recunoaștere de competente

Nu este cazul

6. Informații suplimentare

Maseurul are competențele necesare aplicării tehnicilor specifice masajului și formelor acestuia, vizând efecte de relaxare și/sau terapeutice, aplicare efectuată în scop preventiv, curativ, recuperator, având ca obiectiv optimizarea stării de sănătate și creșterea vitalității beneficiarilor de masaj

SECȚIUNEA B - CERINȚE PENTRU EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

1. Informații despre programul de educație și formare profesională

1.1. Cerințe specifice de acces la program

1.1.1. Competențe și deprinderi necesare accesului la program:

Nu este cazul

1.1.2. Condiții minime de acces la program, raportate la nivelul de studii:

Niveluri de studii:

- Învățământ primar
- Învățământ gimnazial
- Învățământ general obligatoriu
- Învățământ profesional prin școli profesionale
- Învățământ liceal, fără diplomă de bacalaureat
- Învățământ liceal, cu diplomă de bacalaureat
- Învățământ postliceal
- Învățământ superior cu diplomă de licență
- Învățământ superior cu diplomă de master

☐
☐
☐
☐
☒
☐
☐
☐
☐

1.1.3. Alte studii necesare:

Nu este cazul

1.1.4. Cerințe speciale:

Aviz medical în vederea exercitării activității de maseur : Apt/clinic sănătos

2. Descrierea programului de educație și formare profesională

2.1. Durata totală, nr. ore 1080 **din care :**

- 360 **teorie,**

- 720 **practică.**

2.2. Planul de pregătire (anexa nr. 1 la prezentul standard ocupațional)

2.3. Programa de pregătire teoretică și practică (anexa nr. 2 la prezentul standard ocupațional)

2.4. Echipamente/utilaje/programe software etc. necesare pregătirii teoretice și practice

PC, laptop, videoproiector, flipchart, internet, software anatomie, atlase anatomice, planse anatomice, mese de masai, scaune

2.5. Cerințe privind nivelul minim de calificare și experiență profesională pentru formatori și instructori/preparatori formare

- 1. Pot funcționa ca formatori persoanele care îndeplinesc condițiile legale privind calitatea de formator și cumulativ următoarele cerințe:**
 - a. Minim 3 ani experiență practică documentată/certificată în domeniul masajului**
 - b. Absolvenți ai cursurilor de calificare Tehnician Maseur cod N.C. 3226.3.1/ Maseur**
- 2. Pot funcționa ca instructori/preparatori de formare persoanele care îndeplinesc condițiile legale privind calitatea de instructor/preparator de formare și cumulativ următoarele cerințe :**
 - a. Minim 3 ani experiență practică documentată/certificată în domeniul masajului**
 - b. Absolvenți ai cursurilor de calificare Tehnician Maseur cod N.C. 3226.3.1/ Maseur**

2.6. Cerințe privind nivelul minim de calificare și experiență profesională pentru evaluatorii de competențe profesionale

- **Absolvenți ai învățământului superior cu diplomă de licență**
- **Evaluator de competențe profesionale**
- **Minim 3 ani de experiență practică pentru evaluatori, documentată/certificată, în calificarea Tehnician Maseur/ Maseur**

3. Informații referitoare la procesul de elaborare, verificare, validare, avizare și aprobare a standardului ocupațional:

3.1. Realizare:

Inițiator/Autori: LEEA Med SRL

Data elaborării: 28.06.2000

Revizuire:

Inițiator/Autori:

CENTRUL DE TERAPII CRISTIANA SRL, CRISTIAN MUREȘAN

Data revizuirii: Noiembrie 2019 – Februarie 2020

3.2. Verificare profesională:

Specialist/Instituția de profil: DANIELA DUMITRU/ DUMITRU FLOREA DANIELA PFA

Data verificării: 17.02.2020

3.3. Avizare:

Asociație profesională: ASOCIAȚIA DE MASAJ SI TERAPII COMPLEMENTARE

Data avizării: 20.02.2020

3.4. Validare documentație:

Comitet sectorial/semnatori Comitet sectorial Sănătate și Asistență Socială – Membri comisie
validare: Gabriel Chifu, Florian Sălăjeanu, Aida Boldeanu

Data validării 13.05.2020

3.5. Aprobare:

Autoritatea Națională pentru Calificări conform deciziei nr.134 din data 26.05.2020

PLAN DE PREGĂTIRE

Nr. crt.	Competența dobândită	Modul	Nr. ore teorie	Nr. ore practică
1	etică și standarde profesionale specifice masajului	1.Masajul de întreținere și relaxare	8	16
2	Asigurarea condițiilor igienico-sanitare în activitatea de masaj		6	12
3	Organizarea activității maseurului		6	10
4	Aplicarea masajului de întreținere și relaxare		70	142
5	Aplicarea masajului reflexogen	2.Masajul Reflexogen	90	180
6	Aplicarea masajului terapeutic	3.Masajul terapeutic	98	176
7	Aplicarea masajului de drenaj limfatic		22	90
8	Aplicarea masajului anticelulitic		22	40
9	Aplicarea masajului profund al țesuturilor		22	50
10	Stabilirea tehnicilor și tipurilor de masaj		8	2
11	Dezvoltarea și îmbunătățirea continuă a activității profesionale		8	2
	TOTAL ORE		360	720
	TOTAL GENERAL		1080	

Anexa Nr. 2
la standardul ocupațional

PROGRAMA DE PREGĂTIRE

TEORETICĂ ȘI PRACTICĂ

Nr. crt.	MODUL	DISCIPLINĂ	CONȚINUT TEMATIC	METODE/ FORME DE DESFĂȘURARE	MIJLOACE DE INSTRUIRE, MATERIALE DE ÎNVĂȚARE	CRITERII DE EVALUARE	NR. ORE	
							TEORIE	PRACTICĂ
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	1. Masajul de întreținere și relaxare	1.1. Norme de etică și standarde profesionale specifice masajului	Etică și deontologie în masaj Cadrul legal al desfășurării activității de maseur Standarde profesionale specifice Asigurarea confortului, intimității și încrederii beneficiarului de masaj Contractul de prestări servicii în masaj Identitatea profesională a maseurului Promovarea serviciilor de masaj Corelarea serviciilor de masaj cu indicațiile sistemului medical Informarea și consimțământul beneficiarului de masaj pentru practicile utilizate Norme GDPR Sisteme de valori și convingeri	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă	Suport de curs Flipchart Computer Videoproiector Fișe de lucru	Capacitatea de a respecta standardele de etică profesională, principiile deontologice și prevederile legale Abilitatea de a stabili reguli de conduită morală, și a lua decizii etice în situații solicitante. Abilitatea de a genera încredere și confort în relația cu beneficiarul de masaj Abilitatea de a redacta contracte de prestări servicii cu prevederi minime obligatorii Abilitatea de a corela practicile de masaj cu indicațiile medicale Capacitatea de a efectua informarea corectă despre influența masajului în situații specifice și de obținere a acordului pentru aplicarea procedurilor de masaj	8	16
				Practică: Joc de rol Discuții de grup	Computer Videoproiector Fișe de lucru			

						Respectarea informării adecvate asupra datelor personale preluate în acord cu prevederile legale GDPR Abilitatea de a obține de la beneficiarul de masaj informații utile pentru satisfacerea cerințelor acestuia.		
		1.2 Asigurarea condițiilor igienico-sanitare în activitatea de masaj	Noțiuni de bază a normelor de igienă Aplicarea măsurilor de igienă în cabinetul de masaj Măsurilor de igieno-profilaxie personală a maseurului și a beneficiarului de masaj Norme de sănătate și securitate în muncă legate de activitatea de masaj. Asigurarea condițiilor igienico-sanitare în cabinetul de masaj Verificarea periodică a stării de sănătate personală Metode și mijloace de igienizare Evidența igienizării cabinetului de masaj Asigurarea necesarului de produse pentru curățenie, igienizare și întreținere	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă	Suport de curs Flipchart Computer Videoproiector Fișe de lucru	Capacitatea de a asigura condițiile igienico-sanitare, de sănătate și securitate în muncă Aplicarea măsurilor de igieno-profilaxie personală a maseurului Capacitatea de informare corectă asupra aspectelor de igieno-profilaxie a beneficiarului de masaj. Capacitatea de a aprecia corect necesitatea efectuării igienizării cabinetului de masaj, de a alege materialele de igienizare corespunzătoare și de întocmire și respectare a planificării igienizării. Capacitatea de a menține curățenia în cabinetul de masaj.	6	12

		1.3 Organizarea activității maseurului	Organizarea și dotarea cabinetului de masaj. Planificarea activităților Stabilirea priorităților individuale Autopregătirea maseurului în vederea efectuării masajului. Asigurarea condițiilor ambientale în cabinetul de masaj Asigurarea circuitului beneficiarilor de masaj de la intrare până la ieșirea din spațiul aferent cabinetului de masaj. Asigurarea circuitului materialelor specifice necesare activității de masaj. Planificarea etapelor activităților în funcție de solicitări Revizuirea planificării activităților Întocmirea documentelor de evidență și planificare a ședințelor de masaj Asigurarea necesarului de materiale specifice	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă	Suport de curs Flipchart Computer Videoproiector Fișe de lucru	Capacitatea de a planifica și organiza eficient propria activitate Cunoașterea aspectelor de autopregătire în vederea efectuării masajului Capacitatea de asigurare a condițiilor ambientale în cabinetul de masaj Capacitatea de a stabili realist etapele activităților și circuitul persoanelor pentru evitarea disfuncționalităților din cadrul cabinetului de masaj Capacitatea de analiză corectă a fiecărui caz Capacitatea de a identifica și asigura necesarul de materiale specifice cabinetului de masaj precum și a circuitului lor. Capacitatea de întocmire a documentelor de evidență și planificare a activităților legate de masaj.	6	10
		1.4 Masajul de întreținere și relaxare	Istoricul masajului Încadrarea masajului în terapiile complementare Principiile masajului și acțiunile lui asupra țesuturilor. Indicațiile și contraindicațiile	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă Studiu de caz	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart Planșe anatomice Atlase anatomice Model corp uman	Cunoașterea istoricului masajului și încadrării lui în sfera terapiilor alternative Capacitatea de cunoaștere a interacțiunii masajului cu țesuturile.	70	142

			generale ale masajului Tehnici principale și secundare de masaj Anatomia și fiziologia pielii și a sistemelor osteo-articular și muscular Efectele masajului de întreținere și relaxare Pregătirea beneficiarului de masaj în vederea aplicării masajului de întreținere și relaxare Masajul regional Zone și manevre de risc în masajul regional	Practică: Identificarea elementelor regionale Demonstrații Exercițiul practic Simulare	Materiale specifice Material uman	Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor generale ale masajului, precum și a zonelor și manevrelor de risc în masajul regional. Cunoașterea efectelor masajului de întreținere și relaxare. Cunoașterea aspectelor de pregătire ale beneficiarului de masaj în vederea aplicării masajului de întreținere și relaxare. Capacitatea de cunoaștere a delimitărilor regionale și de identificare a elementelor anatomice prezente în fiecare regiune anatomică Cunoașterea aplicării corespunzătoare a tehnicilor masajului pe regiunile corpului în acord cu scopul urmărit Cunoașterea execuției corecte a masajului de întreținere și relaxare pe regiunile corpului.		
2	2 Masajul reflexogen	2.1 Masajul reflexogen	Definirea masajului reflexogen Principiile masajului reflexogen și acțiunile lui asupra organelor și sistemelor. Indicațiile și contraindicațiile masajului reflexogen Tehnici de masaj folosite în masajul reflexogen Anatomia și fiziologia organelor și a sistemelor interne ale corpului uman Efectele masajului reflexogen și aspectele	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă Studiu de caz	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart Planșe anatomice Atlase anatomice Hărți de proiecție reflexă	Capacitatea de cunoaștere a principiilor masajului reflexogen și a acțiunii lui asupra organelor interne. Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor masajului reflexogen Cunoașterea anatomiei și fiziologiei organelor și a sistemelor interne ale corpului uman Cunoașterea efectelor masajului reflexogen și a reacțiilor de răspuns ale zonelor reflexogene. Capacitatea de	90	180
			Practică: Identificarea punctelor reflexogene Demonstrații Exercițiul practic Simulare	Materiale specifice Material uman				

			de răspuns ale zonelor reflexogene la stimulare adecvată Harta de proiecție reflexă ale organelor interne la nivelul piciorului și a mâinii Pregătirea clientului în vederea aplicării masajului reflexogen Masajul reflexogen la nivelul piciorului Masajul reflexogen la nivelul mâinii			recunoaștere a localizării și identificarea perceptivă a punctelor de proiecție reflexogenă a organelor interne Cunoașterea aspectelor de pregătire a beneficiarului de masaj în vederea aplicării masajului reflexogen. Cunoașterea aplicării corespunzătoare a masajului reflexogen la nivelul piciorului Cunoașterea aplicării corespunzătoare a masajului reflexogen la nivelul mâinii		
3	3 Masajul terapeutic	3.1 Masajul terapeutic	Definirea masajului terapeutic Principiile masajului terapeutic Afecțiunile, perspective medicale și complementare Abordarea etapizată în masajul terapeutic – protocolul terapeutic Indicațiile și contraindicațiile masajului terapeutic Tehnici speciale de masaj Efectele masajului terapeutic Afecțiunile cu indicații de masaj - elemente de patologie Elemente de biomecanică articulară Aspecte de corelare a zonei afectate cu sistemele interne de coordonare ale organismului Orientarea terapeutică în afecțiuni în acord cu	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă Studiu de caz	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart Planșe anatomice Atlase anatomice Model corp uman	Capacitatea de cunoaștere a principiilor și efectelor masajului terapeutic Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor masajului terapeutic Cunoașterea elementelor de biomecanică articulară Cunoașterea elementelor de patologie în afecțiunile cu indicații de masaj Capacitatea de stabilire a etapelor de abordare în masajul terapeutic – elaborarea protocolului terapeutic în acord cu diagnosticul și indicațiile medicale Cunoașterea aspectelor de pregătire a clientului în vederea aplicării masajului terapeutic. Cunoașterea aplicării masajului terapeutic local Cunoașterea aplicării	98	176

			diagnosticul și indicațiile medicale Pregătirea beneficiarului de masaj în vederea aplicării masajului terapeutic Masajul terapeutic local Masajul terapeutic general, efectuat în baza protocolului terapeutic			masajului terapeutic general, în baza protocolului terapeutic		
		3.2 Masajul de drenaj limfatic	Definirea masajului de drenaj limfatic Principiile masajului de drenaj limfatic Efectele masajului de drenaj limfatic Indicațiile și contraindicațiile masajului de drenaj limfatic Tehnici de masaj folosite în masajul de drenaj limfatic Afecțiunile cu indicații de drenaj limfatic, elemente de patologie Pregătirea beneficiarului de masaj în vederea aplicării masajului de drenaj limfatic Masajul de drenaj limfatic regional	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă Studiu de caz Practică: Identificarea grupelor de ganglioni limfatici Demonstrații Exercițiul practic Simulare	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart Planșe anatomice Atlase anatomice Material uman	Capacitatea de cunoaștere a principiilor și efectelor masajului de drenaj limfatic Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor masajului de drenaj limfatic Cunoașterea elementelor de patologie în afecțiunile cu indicații de masaj de drenaj limfatic Cunoașterea aspectelor de pregătire a clientului în vederea aplicării masajului de drenaj limfatic. Cunoașterea aplicării masajului de drenaj limfatic regional	22	90
		3.3 Masajul anticelulitic	Definirea masajului anticelulitic ca masaj destinat pielii Principiile masajului anticelulitic Efectele masajului anticelulitic Indicațiile și contraindicațiile masajului anticelulitic Tehnici de masaj folosite în masajul anticelulitic Afecțiunile cu indicații de masaj anticelulitic, elemente de patologie Pregătirea beneficiarului	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă Studiu de caz Practică: Demonstrații Exercițiul practic Simulare	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart Planșe anatomice Atlase anatomice Material uman	Capacitatea de cunoaștere a principiilor și efectelor masajului anticelulitic Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor masajului anticelulitic Cunoașterea elementelor de patologie în afecțiunile cu indicații de masaj anticelulitic Cunoașterea aspectelor de pregătire a beneficiarului de masaj în vederea aplicării	22	40

			de masaj în vederea aplicării masajului anticelulitic Masajul anticelulitic regional Masajul anticelulitic combinat cu drenajul limfatic			masajului anticelulitic Cunoașterea aplicării masajului anticelulitic regional Cunoașterea aplicării masajului anticelulitic combinat cu drenajul limfatic		
		3.4 Masajul profund al țesuturilor	Definirea masajului profund al țesuturilor Istoricul masajului profund al țesuturilor Principiile masajului profund al țesuturilor și efectele lui asupra organismului. Indicațiile și contraindicațiile masajului profund al țesuturilor Definiția fasciei ca matrice extracelulară dinamică Fiziologie și dinamică fascială Tehnici de masaj profund al țesuturilor Pregătirea beneficiarului de masaj în vederea aplicării masajului profund al țesuturilor Masajul profund al țesuturilor	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă Studiu de caz	Suport de curs Computer Videoproiector Material video Atlase anatomice	Cunoașterea principiilor masajului profund al țesuturilor și impactul lui asupra organismului Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor masajului profund al țesuturilor Cunoașterea aspectelor de fiziologie și dinamică fascială Cunoașterea aspectelor de pregătire ale beneficiarului de masaj în vederea aplicării masajului profund al țesuturilor. Cunoașterea execuției corecte a masajului profund al țesuturilor.	22	50
		3.5 Indicațiile de utilizare ale tehnicilor și tipurilor de masaj	Anamneza, evaluarea vizuală și palpatorie a beneficiarului de masaj și corelarea datelor cu diagnosticul medical, dacă este disponibil Definirea obiectivelor de atins prin aplicarea masajului, în acord cu anamneza, evaluarea vizuală și palpatorie a beneficiarului de masaj, și indicațiile medicale. Stabilirea tehnicilor de masaj care permit atingerea obiectivelor	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă Studiu de caz	Suport de curs Computer Videoproiector Flipchart	Cunoașterea aspectelor de colectare a datelor despre manifestările sesizate de beneficiarul de masaj Deprinderea aspectelor de evaluare vizuală și palpatorie, și a corelării cu diagnosticul medical Cunoașterea elaborării obiectivelor de masaj în acord cu anamneza, evaluarea vizuală și palpatorie a beneficiarului de masaj, și indicațiile medicale	8	2
				Practică: Demonstrații Exercițiul practic Simulare	Material uman			

			Selectarea tipurilor de masaj și a ordinii lor de aplicare, corelate cu indicațiile și contraindicațiile lor			Cunoașterea selectării adecvate a tipurilor de masaj și a ordinii lor de aplicare, corelate cu indicațiile și contraindicațiile lor		
		3.6 Dezvoltarea și îmbunătățirea continuă a activității profesionale	Stabilirea necesității de îmbunătățire continuă a activității profesionale prin autoevaluare obiectivă pe baza observațiilor primite de la beneficiarii de masaj și prin raportare permanentă la rezultatele muncii Analiza nevoilor de instruire Identificarea surselor de pregătire și de îmbunătățire a cunoștințelor de specialitate	Teorie: Prezentare Expunere teoretică Prelegere interactivă	Suport de curs Flipchart Computer Videoproiector Fișe de lucru	Deschiderea pentru perfecționarea continuă Capacitatea de analiză a nevoilor de instruire Disponibilitatea de a participa la forme cât mai diverse de îmbunătățire continuă a pregătirii profesionale proprii	8	2
				Practică: Joc de rol Discuții de grup	Computer Videoproiector Fișe de lucru			