Sane Pilates
Mucho más que fisioterapia



2021
5ª edición

FISIOTERAPIA PERINATAL

JÖELLE WINKEL

C/Columela, 13 Bajo Dcha. 28001 Madrid|91 431 65 00 |sanepilates@sanepilates.com

PREPARACIÓN AL PARTO PARA FISIOTERAPEUTAS

ORGANIZACIÓN: SANE PILATES

LUGAR DE REALIZACIÓN:

Centro SANE PILATES
C/ Columela, 13 bajo dcha. (Madrid)
Tlf contacto: 91 43 165 00
Mail: sanepilates@sanepilates.com

FECHA: Del 07 al 10 de Febrero de 2021

DURACIÓN:

30 horas *(solicitada la acreditación a la Comisión de Formación Continuada en las profesiones Sanitarias de la Comunidad De Madrid)*

DIRIGIDO A :

fisioterapeutas, matronas y ginecólogos.
(Plazas limitadas adjudicadas por estricto orden de inscripción)

PRECIO:

600 €. *(300 € al reservar la plaza y 300 € la semana de inicio del curso).*

RESERVA PLAZA:

Enviar la inscripción rellena a *sanepilates@hotmail.com* adjuntando una copia del título universitario correspondiente. junto con el justificante de pago de 300 € al **nº de cuenta** ES24 2100 1417 12 0200575438 Dadas las circunstancias actuales no es necesario realizar ningún pago hasta agosto de 2021.



PROFESORA: JÖELLE WINKEL

Graduada en Fisioterapia en el *Institute Libre d´Enseignement Supérieur Economique et Paramedical de Bruxelles* en 1991. Presenta más de 20 años de experiencia en fisioterapia obstétrica, trabajando directamente con embarazadas en la sala de parto.

Experta en método G.D.S de Cadenas Musculares, aporta una visión diferente de la preparación al parto. Profesora especializada en perinatal, forma parte de equipo de profesores de Método Cadenas Musculares desde 2005, impartiendo formaciones a fisioterapeutas , matronas y ginecólogos en Bélgica, Francia, Méjico y España.

PREPARACIÓN AL PARTO PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

OBJETIVOS:

Iniciar la formación de los fisioterapeutas **CAPACITÁNDOLOS** para hacer un verdadero trabajo preventivo de *"utilización corporal"* ayudando de manera práctica a las futuras madres durante el embarazo para un mejor confort disminuyendo el riesgo de parto prematuro. Preparar a las mujeres y a las parejas para el parto, con los conocimientos precisos y anatómicos de la biomecánica, con una toma de conciencia e integración de la pelvis como estructura ósea estática y como base en función de nido para contribuir a que el parto sea lo más natural posible.

METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA:

El porcentaje de horas teóricas y prácticas será de un **30-70%** respectivamente.

CONTENIDOS:

- Biomecánica de la pelvis.
- Toma de conciencia e integración de la pelvis en el esquema corporal de la futura mamá.
- Medios físicos analgésicos para el parto.
- Trabajo de utilización corporal con diferentes materiales.
- Posiciones facilitadoras del parto con diferentes materiales como las pelotas.
- Puesta en escena de la práctica adaptada a la sala de parto.
- Introducción a la lectura de los diferentes tipos de equilibrios de la mujer embarazada enbipedestación y su incidencia en el embarazo, parto y postparto.
- A partir de la teoría de los 3 diafragmas, trabajo en relación con la respiración, el periné y los pujos.

C/Columela, 13 Bajo Dcha. 28001 Madrid|91 431 65 00 |sanepilates@sanepilates.com

PROGRAMA:

PRIMER DÍA

- Expectativas específicas acerca de la formación.
- Introducción: Toma de conciencia de que el trabajo de la pelvis se realiza de pies a cabeza en varios talleres para fomentar el conocimiento de la anatomía de la pelvis y de la anatomía funcional. ***(Técnicas propias del método GDS).***
- Trabajo sobre la conciencia y apoyo para el estudio de la columna vertebral y el principio de la apertura de la pelvis.
- Analogía ***pelvis / caja torácica / cabeza.***
- Prácticas.
- Teoría de las ***« imágenes correctas »***, anatómicas en relación con su cuerpo.

SEGUNDO DÍA

- Práctica: flexibilización de las caderas ***(Coxofemoral)*** y estudio del impacto de sus libertades en la utilización global del cuerpo y de la pelvis en general, y específicamente en perinatal.
- Talleres con el fin de integrar sólo la forma de la pelvis.
- Teoría de la torsión fisiológica de los huesos y de las diferentes maneras de ***"alimentarse de nuevo"*** para favorecer la apertura de la pelvis en el parto.
- Práctica: masaje-mensaje: Técnicas específicas de masaje para los profesionales y para padres con herramientas diferentes.
- Síntesis de trabajo ya realizado.
- Hombre rueda: teoría y herramientas del ***Método de Cadenas Musculares y Articulatorias G.D.S.***
- Comprensión de las secreciones hormonales y las condiciones ambientales necesarias para sus buenas secreciones ***(cf. Michel Odent.).***
- Estudio practico de las posiciones de trabajo y de parto con la ayuda de las diferentes herramientas del entorno: cama, silla, pelotas,... *(Primera parte).*
- Interpelación sobre los límites del parto en posición boca arriba.

TERCER DÍA

- Calentamiento: cohesión, estabilidad para percibir la pelvis ***(GDS).***
- Ejercicios de flexibilidad coxofemoral, de conciencia de los isquiones y de una mejor integración del esquema anatómico de la pelvis mediante diversas técnicas propias en el ***Método de las Cadenas Musculares, G.D.S.***
- Feedback de la práctica en la sala de parto o en las consultas desde el último curso y preguntas-respuestas. *(Cuando el curso se da en 2 fines de semana).*
- Estudio de las posiciones de trabajo y parto. *(2nda parte).*
- Desarrollo y lecturas más detallada de las diferentes posiciones de trabajo y del parto +recordar reglas de oro.
- Estudio de los músculos que tienen una influencia directa sobre la libertad de la movilidad de la pelvis.
- Baño caliente y la comprensión de su utilidad en relación a su estructura ósea.
- Estudio de las 3 masas / 3 diafragmas.
- Teatralización del diafragma y juego entre los diferentes diafragmas. Estudios de la respiración fisiológica en reposo y su adaptación en actividad.
- Rol esencial de la respiración y específicamente en el contexto perinatal.
- Estudio de los sonidos relacionados con la respiración y diferentes órganos y otros diafragmas. Utilidad práctica en la sala de partos.
- Explicación y experimentación de las diferentes respiraciones para el trabajo y la expulsión.

CUARTO DÍA

- Calentamiento.
- Ejercicios para disminuir la presión intraabdominal y comprensión anatómica de los apoyos para reactivar la funcionalidad de los tres diafragmas.
- Teoría de la fisiología del útero durante el empuje.
- Práctica del empuje en diferentes posiciones según las condiciones ambientales.
- Práctica: Relación entre respiración y periné.
- Participaciones e intercambios entorno a fotos de posiciones y partos.
- Conclusiones de la formación.