

CURSO

EJERCICIO TERAPÉUTICO Y SUELO PÉLVICO

1. DOCENTE Y BREVE CURRICULUM VITAE:

LAURA GÓMEZ GARCÍA:

- Diplomada en Fisioterapia.
- Autora del libro “*Hasta el Moño del Coño*”.
- Vicepresidenta y socia fundadora de AGAFIP Asociación Gallega de Fisioterapeutas en Pelviperineología
- Especialista en Pelviperineología y Rehabilitación en mujer.
- Especialista en el método GDS.
- Experta en Acupuntura y Moxibustión por la USC.
- Más de 2500h docentes
- Profesora de Biomecánica y Anatomía aplicada en el FP de Grado superior de Ortoprésis.
- Docente en formación especializada para fisioterapeutas y matronas a nivel nacional e internacional
- Directora de la Fisioterapia en Pelviperineología, una visión diferente de la patología de la mujer.
- Directora de FisioGDS Galicia.



2. OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN

- Objetivo General: adquirir conocimientos anatomía, biomecánica, neurofisiología y fisiopatología necesarios para el abordaje de las pacientes y usuarias que padecen patologías de suelo pélvico.
- Objetivos Específicos:
 - Conocimiento de la anatomía endo y exopélvica.
 - Evolución de los sistemas neuromusculares
 - Conocimiento de los test específicos para la evaluación articular y muscular.
 - Conocimiento de los principios básicos de ejercicios
 - Adquirir las herramientas necesarias para una progresión de cargas adecuada a cada paciente/usuario
 - Optimización de recursos en la gestión de las clases grupales y planificación de rutinas individuales
 - Introducción a la evaluación mediante Electromiografía de superficie.

3. PROGRAMA

Gimnasia Propioceptiva y Abdomen. Método GPA®

Introducción

El mantenimiento de los resultados conseguidos en nuestro tratamiento depende de la integración por parte del paciente y usuario del movimiento eficiente en su día a día. Debido a esto es necesario integrar de manera adecuado el trabajo realizado en la camilla y trasladarlo a las actividades de la vida diaria.

La mayor parte de las usuarias de los servicios de pelviperineología son hiperpresivas en su activación abdominal, por lo que nuestro método de trabajo se basa (inicialmente) en una respiración depresiva, que utilizada de manera simultánea con ejercicios de tonificación y puesta en tensión del tejido conectivo, nos permite retomar y mantener la óptima derivación de la presión abdominal. Impidiendo que afecte a la pelvis y mejorando así la activación del diafragma pélvico.

Una vez modificado el patrón de pujo, si lo presentan, la progresión del trabajo siempre debe orientarse al ejercicio de fuerza con el fin de aumentar la masa muscular y que las pacientes/usuarias adquieran superávit muscular antes de la menopausia.

Sin olvidarnos que una pobre integración de los reflejos primitivos impide a la paciente la realización e integración de movimientos óptimos, gracias a una correcta neuroconstrucción en nuestra niñez nuestro sistema tiene las herramientas necesarias para adaptarse. Por lo que nuestra finalidad será ofrecerle a su cuerpo un camino sencillo para el reaprendizaje motor.

1. Orígenes del trabajo corporal GPA
2. Estrategias de reducción de la consciencia corporal a través de la puesta en tensión de los sistemas neuromusculoesqueléticos
3. Gimnasia propioceptiva
4. Evaluación de sistemas neuromusculoesqueléticos
5. Captores posturales y su implicación en el proceso de recuperación
6. Gestión de rutinas de trabajo individuales y grupales
7. Aparatología de ayuda a la tonificación en consulta y en el domicilio

Empresas que colaboran:



4. HORA LECTIVAS DEL CURSO

25 horas

5. INSTALACIONES

FisioGDS, en Romero Donallo 21, Santiago de Compostela (A Coruña).

6. CONTACTO E INSCRIPCIONES

A través de nuestra página web www.fisiogds.es

A los alumnos interesados se les facilitara vía telefónica o por correo electrónico el número de cuenta.

La organización se reserva la anulación del curso si no se llega al mínimo de asistentes. Las anulaciones dentro de los 15 días antes del comienzo del curso no se devolverá el importe de este salvo en causas de fuerza mayor

7. MODO DE INSCRIPCIÓN

- Número de plazas disponibles: 25
- Precio formación: 390€

Datos para enviar por email a fisiogdsgalicia@gmail.com:

- NOMBRE Y APELLIDOS:
- DNI:
- DIRECCIÓN:
- TELÉFONO 1/ TELEFONO 2:
- CORREO ELECTRÓNICO:
- FORMA DE PAGO:
- Fotocopia del título universitario.