

## CURSO DE FISIOTERAPIA OBSTÉTRICA

**JOSE MIGUEL AMOSTEGUI AZKUE  
y MIKEL AMOSTEGUI ARAKISTAIN**

*1º Ciclo: 20 al 23 Abril - 2º Ciclo: 4 al 7 Mayo*

### PROGRAMA

#### PRIMER MÓDULO

*LOS CURSOS DE PREPARACIÓN A LA MATERNIDAD (CPM) PARA EMBARAZADAS*

- La Fisioterapia Obstétrica
  - El Curso: Presente y futuro de la Fisioterapia Obstétrica.
  - Evolución Histórica de la Psicoprofilaxis Obstétrica (PPO).
- Triada Obstétrica
  - LA MADRE: Psicología de la embarazada. Estrés y embarazo. Humanismo y parto. Dolor y parto. Sexualidad en el embarazo y post parto.
  - EL PADRE: El padre frente a su paternidad. Perfil actual del padre.
  - EL BEBE: Desarrollo sensorial en el feto.
- Los Cursos de Preparación a la maternidad (CPM)
  - Preparación PERSONALIZADA
  - Preparación GRUPAL
  - Contenido. Local, mobiliario, etc. Planificación y organización. Primera visita y examen de la embarazada.
- Desarrollo del Curso (CPM)

- GIMNASIA PRE NATAL: Concepto. Objetivos. Como diseñar una tabla de ejercicios. Sesión Práctica
- EJERCICIOS RESPIRATORIOS: El diafragma: función obstétrica. Modalidades. Aplicación en los diferentes estadios del parto. Sesión Práctica.
- RELAJACIÓN Y SOFROLOGÍA: Relajación simple y disociación. Sofroaceptación progresiva del parto. Ejercicios prácticos.
- EDUCACIÓN MATERNAL: La dinámica de grupo en P.P.O.: Características. El formador ante el grupo. Motivación. Las clases teóricas.
- EL PARTO: La pelvis obstétrica; Fases y biomecánica del parto: análisis de las posturas/parto; el expulsivo/los pujos: análisis funcional del pujo y valoración del pujo dirigido y del pujo fisiológico. Sesión Práctica senso- perceptiva
- CLASE DE PADRES: Planificación, objetivos, contenido.
- EL PUERPERIO: Rol del fisioterapeuta en el post-parto. Post parto inmediato. Post parto tardío: Clase post-natal. Gimnasia post natal. Actividad física y deporte. Clase de niños. Valoración del suelo pélvico.

## **SEGUNDO MÓDULO**

### *EL SUELO PÉLVICO OBSTÉTRICO*

- Complejo abdomino-torácico pelvi-perineal:  
El cajón abdominal. Diafragma. Transverso profundo abdominal. Musculatura Perineal. Pelvitrocantéreos. La pelvis obstétrica. La hiperlordosis.
- El suelo pélvico:  
Recuerdo anatómico funcional: las vísceras pélvicas, la musculatura del suelo pélvico. El Parto modificaciones pelviperineales. La estática pélvica: etiopatogenia y prolapsos genitales. Morfofisiología del aparato génito-urinario. Incontinencia urinaria femenina: concepto, etiología, tipos. Profilaxis en el embarazo: objetivos generales. Masaje perineal y Epino, practica correcta para conseguir un periné íntegro.

#### **CRF AMOSTEGUI – Unidad Docente**

C/ Muzategi 2A bajo, 20600 Éibar - Guipúzcoa - España  
Telf/fax: +34 943 203 446  
[www.crf-amostegui.com](http://www.crf-amostegui.com) | [info@crf-amostegui.com](mailto:info@crf-amostegui.com)

- El suelo pélvico en puerperio:  
Tipología lesional. Clasificación. Disfunciones sexuales/fisioterapia. El Suelo Pélvico en el puerperio y post parto. Valoración funcional de suelo pélvico en el post parto.
- Tratamiento fisioterápico. Reeducción uroginecológica R.U.G.:  
Exploración. Reeducción manual. Masoterapia perineal.  
Electroestimulación Funcional. Biofeedback. Cinesiterapia: gimnasia abdominal hipopresiva, dispositivos intracavitarios, ejercicios kegel, etc.  
Técnicas comportamentales.

### **TERCER MÓDULO**

#### *PATOLOGÍA DOLOROSA OBSTÉTRICA*

- El "Dolor Patológico" Obstétrico  
Etiopatogenia. Clasificación: por su cronología, por su origen.  
Prevención: embarazo, parto y post parto. Análisis de la postura.
- Patología Dolorosa - Examen / valoración:  
La historia clínica. Anamnesis. Valoración/exploración: "observaciones"; perfil silueta; morfoestática pélvica, test de sacroilíacas: sensibilidad y movilidad; test columna lumbar y signos neurológicos. Sesión práctica. La vulvodinia, dolor pélvico crónico (DPC) en el post parto. Adherencias y "malposiciones" uterinas en el post parto. Dolor y esterilidad.
- Patología dolorosa - Tratamiento.  
Objetivos generales y específicos en el embarazo y puerperio. Terapia manual y T.G.O. en sacroilíacas, raquis dorsolumbar, y técnicas de regularización/normalización en el post parto. Manipulación de coxis: Técnica general y técnica personal CRF AMOSTEGUI. Masoterapia, stretching y técnicas miotensivas. Cinesiterapia. Corrección de la silueta. Higiene postural en las AVD y modificación comportamental. Sesión práctica. Tratamiento fisioterápico del DPC. Técnicas de Terapia manual para normoposicionar el útero.

#### **CRF AMOSTEGUI – Unidad Docente**

C/ Muzategi 2A bajo, 20600 Éibar - Guipúzcoa - España

Telf/fax: +34 943 203 446

[www.crf-amostegui.com](http://www.crf-amostegui.com) | [info@crf-amostegui.com](mailto:info@crf-amostegui.com)

## GUIÓN DE PRÁCTICAS

- Primer Módulo: Cursos de preparación a la maternidad (cpm)
  - Relajación y Sofrología obstétrica S.A.P.: simple, disociación.
  - Ejercicios Respiratorios
  - Los Pujos y posturas de parto: Diferentes versiones.
  - Gimnasia pre/post-natal: Técnicas hipopresivas y etc.
  - La pelvis: Trabajo corporal sensoperceptivo, endo y exopélvico.
- Segundo Módulo: El suelo pélvico obstétrico
  - Exploración / Valoración funcional del suelo pélvico.
  - Terapia Manual en el estreñimiento.
  - Maniobras de TM Visceral de normalización Uterina
  - Trabajo corporal con técnica Cognitiva perineal en el pre y post parto.
  - Masaje perineal y masaje perineal +Epino (profilaxis).
  - Trabajo con dispositivos intracavitarios.
- Tercer Módulo: Patología dolorosa obstétrica
  - Retroversión de pelvis asistida
  - Ejes de horizontalidad
  - Test de columna lumbar
  - Test de sacroilíacas: de sensibilidad y de movilidad
  - Maniobra desbloqueo pelvis
  - T.G.O. de sacroilíacas: posteriorización, anteriorización, etc.
  - T.G.O. columna dorso-lumbar
  - Manipulación de coxis: Técnicas generales y Personal CRF
  - Técnicas de regularización/normalización en el post parto
  - Técnicas Generales miofasciales en el DPC.
  - Masaje

### CRF AMOSTEGUI – Unidad Docente

C/ Muzategi 2A bajo, 20600 Éibar - Guipúzcoa - España

Telf/fax: +34 943 203 446

[www.crf-amostegui.com](http://www.crf-amostegui.com) | [info@crf-amostegui.com](mailto:info@crf-amostegui.com)