

12, 13 y 14 de mayo de 2023

Cenfi Salud C/Pare Francesc Molina, 33 (Palma)



MÉTODO 5P® LOGSURF. MÉTODO
PROPIOCEPTIVO ABDOMINO-PELVIPERINEAL
PROF: BEGOÑA CALDERA

 **FisioMedit**
Formación

ORGANIZA:



**Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears**



SUSANA CASASNOVAS
fisioterapeuta



CENFI
FISIOTERAPIA

OBJETIVOS DEL CURSO:

- **Que los participantes sepan valorar y conocer los distintos músculos del suelo pélvico.**
- **Que conozcan las diferentes patologías y disfunciones pélvi-perineales.**
- **Principales tratamientos y técnicas utilizadas. Método ProPiocePtivo Abdomino Pelvipерineal 5P®Logsurf.**
- **Que sientan y sepan discriminar en si mismos los músculos perineales para poder reeducarlos posteriormente.**
- **Que integren que el diafragma, la postura y la cincha abdominal son parte primordial a valorar y tratar durante todo el proceso de reeducación perineal.**

ORGANIZA:



Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears



SUSANA CASASNOVAS
fisioterapeuta



CENFI
FISIOTERAPIA

PROGRAMA

Viernes

9:00h - 14:00h

- **Recibimiento de los participantes. Reparto del material didáctico. Presentación de los profesores.**
- **Bases anatomo-fisiológicas del Método 5P®Logsurf**
 - **Histología del tejido conjuntivo**
 - **Fisiología e histología de la musculatura estriada**
 - **Vías de activación muscular**
 - **El espacio manométrico abdominal**
 - **Anatomía y fisiología del suelo pélvico femenino.**
 - **Referencias óseas: «En función de cómo esté el marco óseo así se comporta mi musculatura pélvica»**
- **El diafragma**
 - **Histología y fisiología del diafragma**
 - **Relación con sus músculos vecinos.**
 - **La respiración dinámica y fisiológica.**
 - **Práctica: los tiempos respiratorios**
- **El abdomen**
 - **Histología y fisiología de la cincha abdominal**
 - **Sinergia abdomino-perineal**
 - **Practica: sentir los músculos abdominales;**
 - **Transverso del abdomen,**
 - **Oblicuo interno,**
 - **Oblicuo externo y**
 - **Recto del abdomen.**
- **Trabajo con ecografía para la visualización de los diferentes planos musculares**

ORGANIZA:



Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears



SUSANA CASASNOVAS
fisioterapeuta



CENFI
FISIOTERAPIA

PROGRAMA

15:30h - 19:30h

- **Taller práctico: El taller práctico se desarrollará durante toda la tarde.**
 - **Visualización de los planos perineales.**
 - **Movilidad pélvica y gestión de las presiones.**
 - **Periné Superficial – Periné Profundo**
 - **Periné Voluntario – Periné Reflejo.**
- **El tronco lado redondo:**
 - **Batería de ejercicios propioceptivos para trabajar el:**
 - **Core podal**
 - **Fascia plantar**
 - **Desbloqueo de la tibiotarsiana**
 - **Desbloqueo de rodilla**
 - **Desbloqueo de la coxofemoral.**
 - **Ejercicios que permiten mejorar la calidad y efectividad del lado redondo y que mejoran la propiocepción perineal y el trabajo del enderezamiento vertebral.**

Sábado

9:00h – 14:00h

- **Taller práctico; Lado redondo más lado «surf»**
 - **Ejercicios de activación refleja de la musculatura profunda corporal.**
 - **Pautas de tratamiento y aplicación en función de las diferentes patologías pélvicas.**
 - **Vejiga y micción. Prolapsos pélvicos con apoyo ecográfico.**
- **Valoración:**
 - **Postural**
 - **Torácica**
 - **Abdominal**
 - **Pélvica**
- **Apoyo ecográfico.**

ORGANIZA:



Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears



SUSANA CASASNOVAS
fisioterapeuta



CENFI
FISIOTERAPIA

PROGRAMA

15:30h - 19:30h

- **Taller práctico dedicado a la Valoración de la postura y de cómo afectan las cadenas musculares en las patologías del diafragma abdomino-lumbo-pélvico.**
- **Taller práctico de valoración intracavitaria para diferenciar entre el periné voluntario y el perine reflejo. Encontrar las sinergias abdominoperineales**
- **Trabajo de las presiones intraabdominales e intratorácicas.**
- **Taller de Tronco Lado redondo más lado «surf» más lado sur con cincha.**

Domingo

9:00h - 14:00h

-
- **Taller práctico de LA RESPIRACIÓN**
- **Tipos de Tórax y de respiraciones asociadas a cadenas musculares.**
- **Cómo afecta la respiración al diafragma pélvico**
- **Trabajo del diafragma y liberación de la respiración: Ejercicios para desbloquear el diafragma, liberar la respiración y recuperar la ritmicidad respiratoria.**
- **Taller final de tronco; ejercicios en grupo para clases colectivas y para reactivar la tonificación abdomino-perineal.**
- **Explicación teórica de Método 5P® Logsurf.**
- **Valoración del curso y cuestiones**

ORGANIZA:



**Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears**



SUSANA CASASNOVAS
fisioterapeuta



CENFI
FISIOTERAPIA

CURSO IMPARTIDO POR BEGOÑA CALDERA

- **Especialista en disfunciones del suelo pélvico y obstetricia.**
- **Especialista en electroterapia y biofeedback en uroginecología y coloproctología.**
- **Reeducación del Suelo Pélvico femenina y masculina. (incontinencia urinaria, prolapsos, incontinencia anal, fisuras anorectales, hemorroides, estreñimiento, disfunciones sexuales)**
- **Preparación al parto y reeducación postparto.**
- **Gimnasia abdominal hipopresiva.**
- **Tratamiento de Dolor Pélvico Crónico.**
- **Gimnasia para embarazadas.**
- **Formadora en diferentes centros, universidades y hospitales en España y en Francia sobre las siguientes materias: Bases y fundamentos de la Pelviperrineología, Método Propioceptivo pelvi-perineal 5p, Reeducación y sexualidad, Embarazo periné, nutrición y sexualidad, Electroterapia y biofeedback en uroginecología y coloproctología.**
- **Colaboradora de Chantal Fabre Clergue, especialista de referencia en Francia. Formadora de Perineform (Asociación para la formación de matronas y fisioterapeutas en reeducación del Suelo Pélvico), Marsella, Francia. Donde sigue acudiendo para impartir formaciones y congresos.**
- **Autora del libro divulgativo para embarazadas; "La aventura con más bombo". Editorial Rojo de Fassi.**

ORGANIZA:



Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears



SUSANA CASASNOVAS
fisioterapeuta



CENFI
FISIOTERAPIA

MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

Precio: 400€

Lugar: CENFI FISIOTERAPIA (C/ Padre Molina 33, 07010 Palma)

Organiza: Colegio Oficial de Fisioterapeutas de las Islas Baleares

MÉTODO DE INSCRIPCIÓN: www.colfisiobaleaar.org

ORGANIZA:



Col·legi Oficial de Fisioterapeutes
de les illes Balears



SUSANA CASASNOVAS
fisioterapeuta



CENFI
FISIOTERAPIA