

INFORMACIÓN PARA LA ACREDITACIÓN DEL CURSO

EL SUELO PÉLVICO MÁS ALLÁ DEL PERINÉ. Valoración y reeducación abdómino-pélvica en el puerperio.

Junio 2018

Justificación del curso

En los últimos años se ha realizado un gran esfuerzo en la detección de los problemas de disfunciones de suelo pélvico en la mujer. Así, recientes estudios han puesto en evidencia que más de un 30% de las mujeres padecen de disfunciones de suelo pélvico después del parto. En la mayoría de los casos van a estar relacionados con alteraciones en las estructuras musculofasciales del suelo pélvico. Pero también hay disfunciones relacionadas con el estado corporal general de la mujer más allá del suelo pélvico, la gestión de sus dinámicas de presiones a nivel torácico y abdominal y su postura. La detección temprana favorece la recuperación de la mujer y la no generación de patología relacionada.

El curso de "El suelo pélvico más allá del periné, valoración y reeducación abdómino-pélvica en el puerperio" que se propone es una formación interdisciplinar que dota de herramientas técnicas a las comadronas para el mejor desarrollo de sus competencias de acompañamiento de las mujeres en el postparto inmediato, la educación para la salud, y la detección de la necesidad de derivación al finalizar la cuarentena.

Detección de necesidades

Las necesidades han sido detectadas durante la práctica clínica y la colaboración interdisciplinar. La formación de matrona no capacita en profundidad a las comadronas en la evaluación miofascial del suelo pélvico, ni las dota de herramientas para detectar factores de riesgo físicos más allá del periné y que se relacionan con él. Todo ello justifica la necesidad de realizar cursos de formación de calidad, basados en la práctica clínica y en la evidencia científica que mejoren las habilidades y competencias de las matronas en estos aspectos y así contribuir a garantizar los cuidados de la mujer en el puerperio y en las siguientes etapas de la vida.

Objetivos generales	Objetivos específicos	Programa
Ampliar y consolidar los conocimientos anatómicos y funcionales del suelo pélvico y de los sistemas corporales relacionados	Conocen qué es el suelo pélvico, el complejo abdómino pélvico, sus cualidades y qué sistemas corporales están relacionados con él	TME.1 - TME.2-TMI.1 -
Tener herramientas técnicas y objetivas para la valoración y el acompañamiento en la recuperación del complejo abdómino pélvico de la mujer en el puerperio	Saben valorar el suelo pélvico y usar sistemas objetivos	TMI.2 - PMI.1
	Saben valorar el complejo abdómino -pélvico (Dinámica de presiones, diafragma , abdomen y suelo pélvico) y la estabilidad pélvica	TME.3 - PME.1
	Saben acompañar el inicio de la recuperación de la mujer en el puerperio	PME.2 - PME.3 - PME.4 - TMI.3 -PMI.2 - PMI.3
	Conocen los materiales de apoyo en la recuperación de la mujer	TMI.4 -
Detectar las necesidades de derivación tras la cuarentena.	Pueden derivar a las mujeres con problemas de suelo pélvico o inadecuada gestión de presiones	TME.4 -TMI.5

Programa

Teoría módulo externo

TME.1- Qué es el suelo pélvico

TME.2- Sistemas relacionados: Globo abdomino pélvico, estabilidad pélvica, sistema miofascial, cadenas musculares.

TME.3- Inicio a la valoración diafragmática, abdominal, estabilidad pélvica y a la mirada postural.

TME.4- Detección de necesidad de derivación.

Práctica módulo externo

PME.1- Introducción a la valoración abdominal.

PME.2-Técnicas de apertura diafragmática

PME.3- Introducción hipopresivos: La aspiración diafragmática.

PME.4- Introducción postural y alineación de diafragmas.

Teoría módulo interno

TMI.1- Profundizando en el suelo pélvico, las cualidades del músculo, mirada miofascial.

TMI.2- Métodos de cuantificación de la valoración del suelo pélvico: Oxford y Perfect

TMI.3- Ejercicios de suelo pélvico: Kegels para todo? indicaciones y controversias.

TMI.4- Material de apoyo: bolas chinas, vibradores, conos...

TMI.5- Detección de necesidad de derivación.

Práctica módulo interno

PMI.1- Valoración del suelo pélvico.

PMI.2- Ejercicios de suelo pélvico.

PMI.3- Relación postural y alineación de diafragmas.