

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

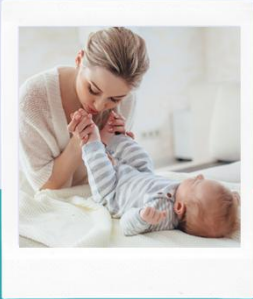


CURSO ONLINE

Fisioterapia grupal para mamás y bebés

Lorena Gutiérrez Fernández
Fisioterapeuta especializada en Salud Materno-Infantil

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás



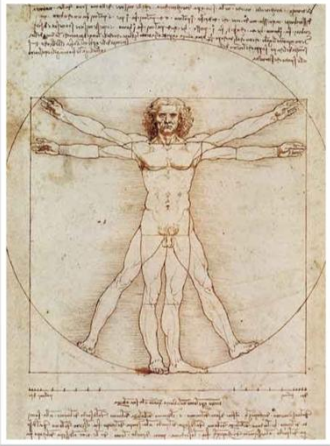
Unidad Didáctica 2

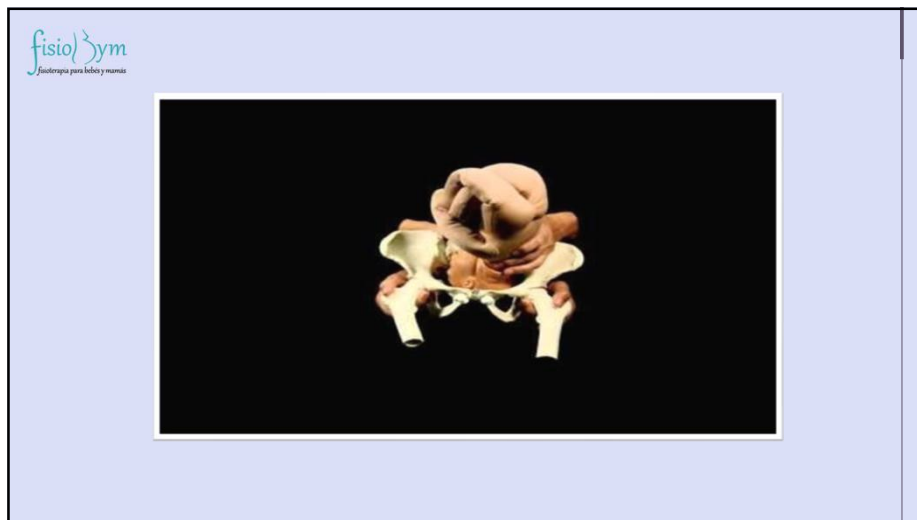
fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Contenido de la clase

- Arquitectura de la pelvis
- Movimientos de la pelvis
- Análisis de las tensiones que afectan a la pelvis
- Dolor lumbopélvico y otras algias pélvicas en el posparto
- Toma de conciencia de movimientos de la pelvis
- Normalización de las tensiones
- Masaje para el bebé: masaje de piernas

fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás





fisioterapia para bebés y mamás

Movimientos INTRÍNSECOS de la pelvis

 **SAGITALES** ENTRE LOS HUESOS DE LA PELVIS:

- Nutación sacra
- Nutación iliaca
- Contranutación sacra
- Contranutación iliaca



fisioterapia para bebés y mamás

Movimientos INTRÍNSECOS de la pelvis

 **SAGITALES** ENTRE LOS HUESOS DE LA PELVIS:

- Nutación sacra
- Nutación iliaca
- Contranutación sacra
- Contranutación iliaca

 **PLANO FRONTAL** ENTRE LOS HUESOS DE LA PELVIS:


- Abducción iliaca - Aducción iliaca

 **PLANO TRANSVERSAL** ENTRE LOS HUESOS DE LA PELVIS:

- Rotación interna iliaca - Rotación externa iliaca

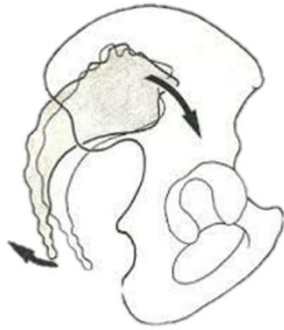
 **Combinados en el plano FRONTOTRANSVERSAL:**

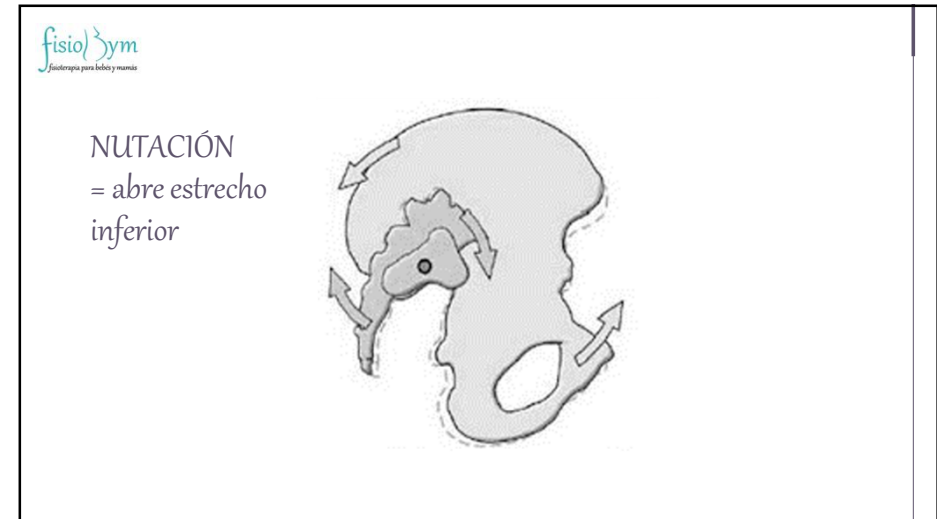
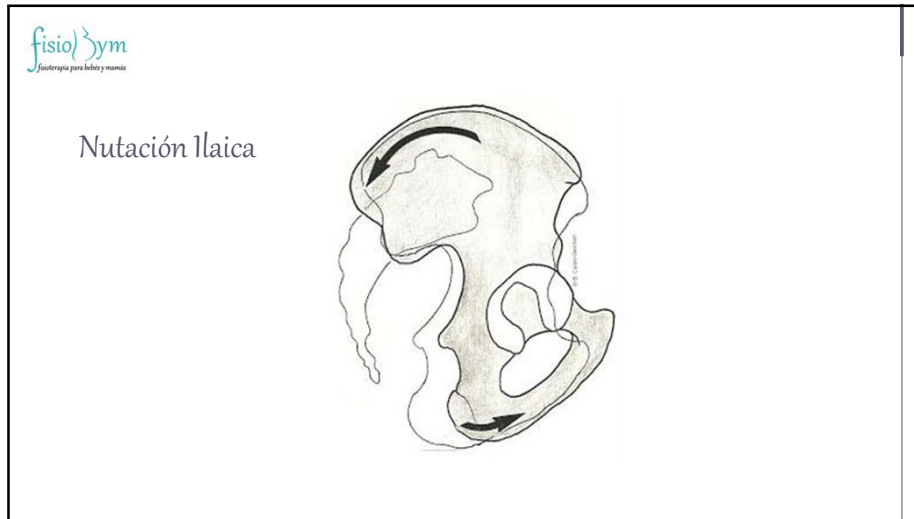
- Supinación iliaca - Pronación iliaca



fisioterapia para bebés y mamás

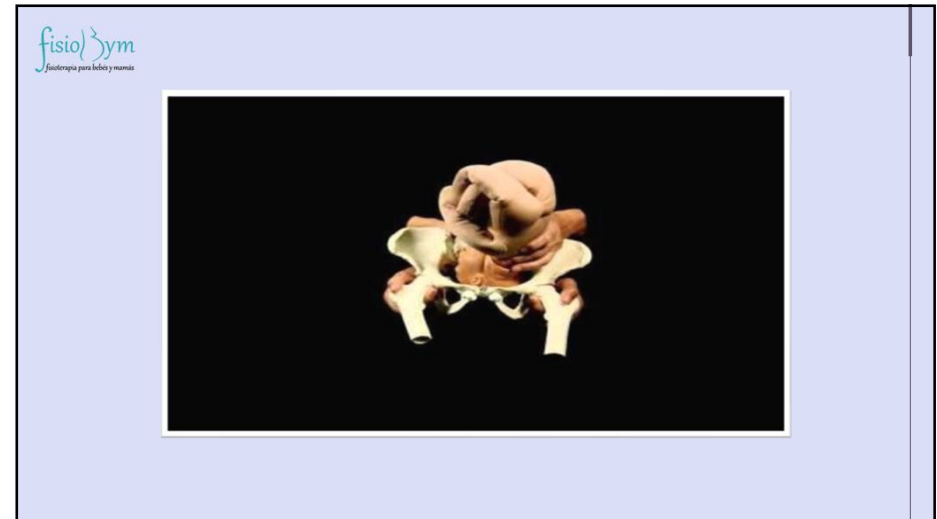
Nutación Sacra





fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

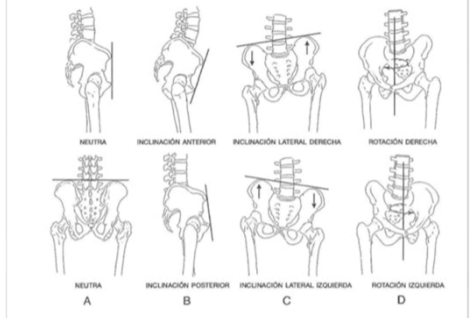
CONTRANUTACIÓN
= abre estrecho superior



fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Movimientos EXTRÍNSECOS de la pelvis

- En el plano **SAGITAL (B)**:
 - Anteversión o inclinación anterior
 - Retroversión o inclinación posterior
- En el plano **FRONTAL (C)**:
 - Inclinación lateral derecha
 - Inclinación externa lateral izquierda
- En el plano **TRANSVERSAL (D)**:
 - Rotación derecha
 - Rotación izquierda
- Combinación:
 - Traslación
 - Circunducción



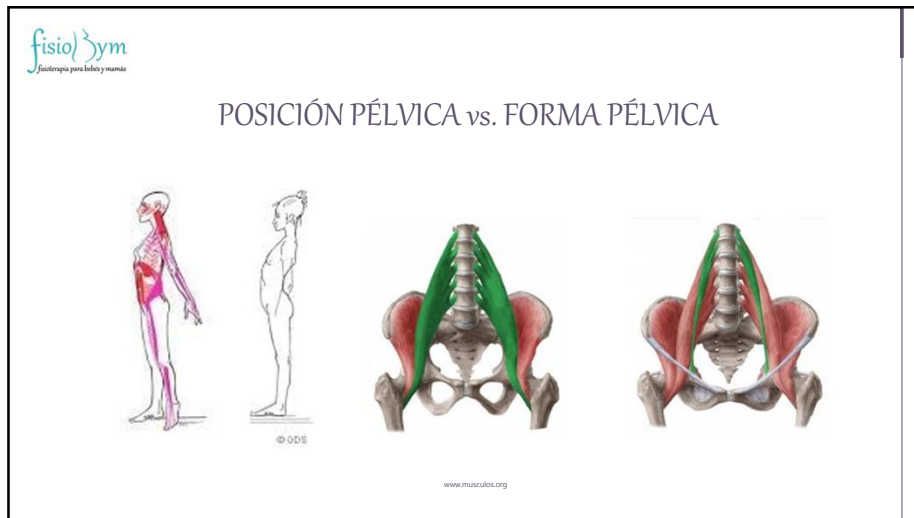
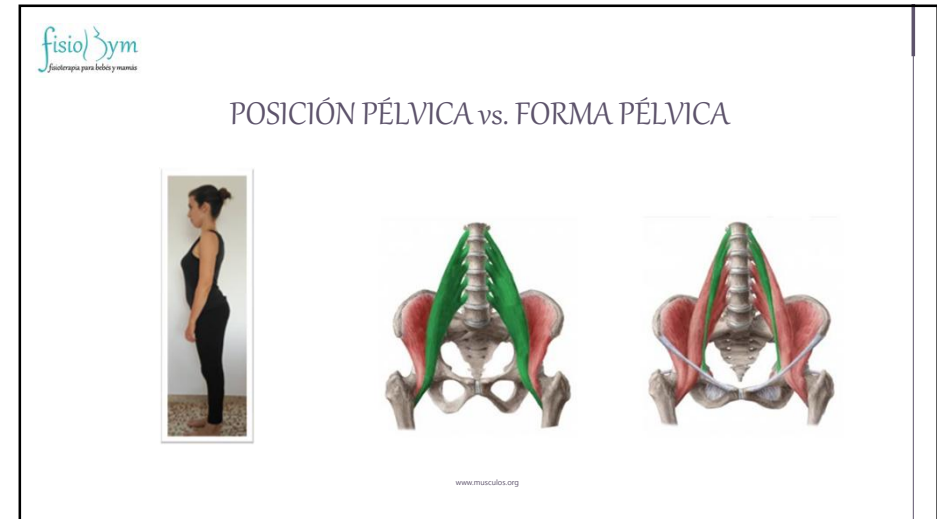
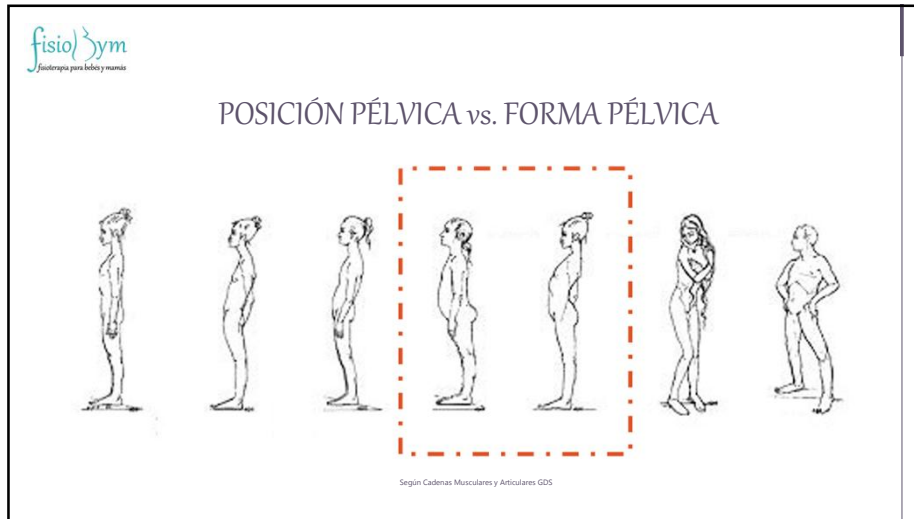
(Calais-Germain & Vives)

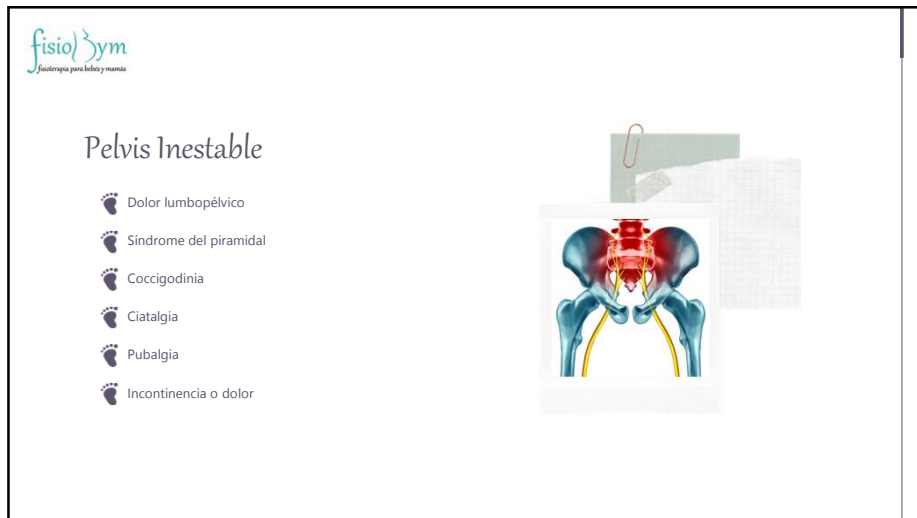
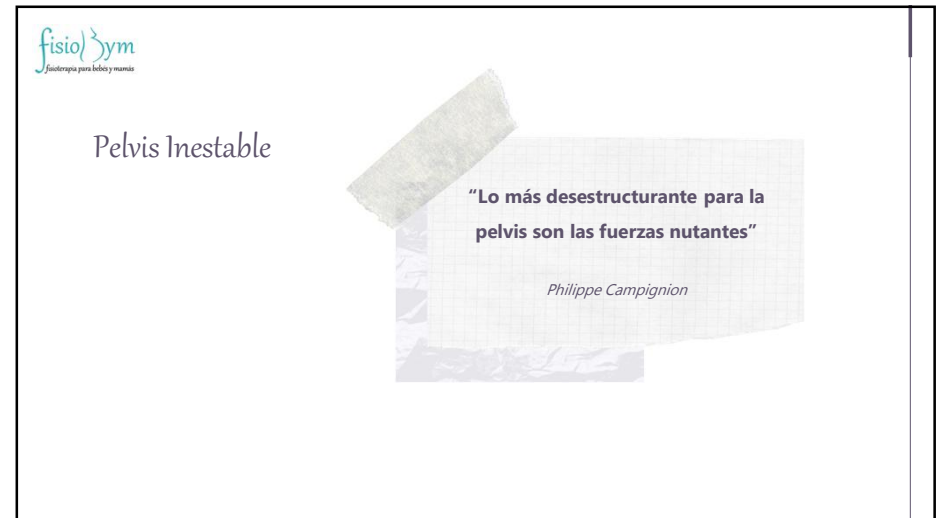
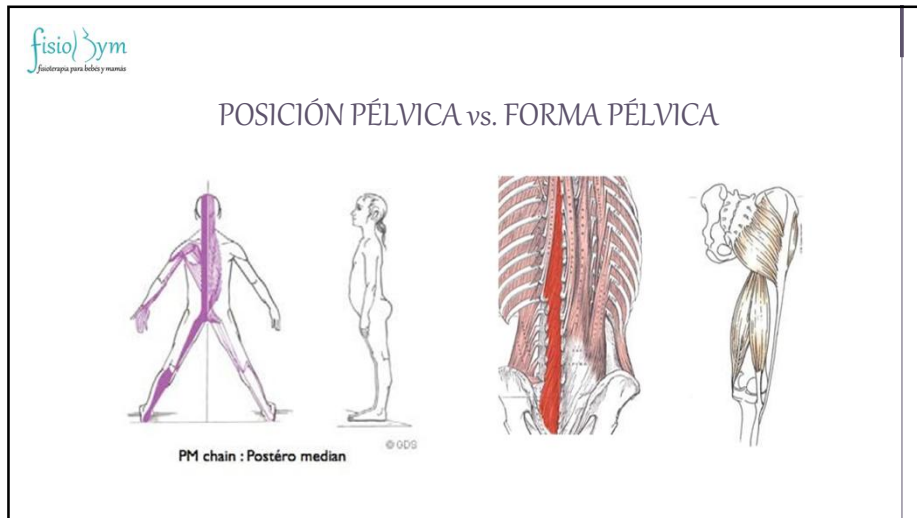
fisiobym
fisioterapia para bebés y mamás

Resumiendo

MOV. INTRINSECOS > FORMA DE LA PELVIS
(posición entre sus huesos)

MOV. EXTRÍNSECOS > POSICIÓN DE LA PELVIS





fisioSym
fisioterapia para bebés y mamás

Etiología Multifactorial


- FACTORES BIOMECÁNICOS
- FACTORES NEUROFISIOLÓGICOS
- FACTORES BIOPSICOSOCIALES



fisioSym
fisioterapia para bebés y mamás

Factores Biomecánicos

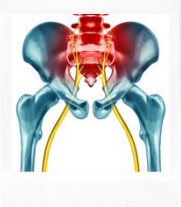
- Efecto de la hipermovilidad sobre el dolor
- Adaptaciones anatómicas y biomecánicas
- Patrones anormales de activación muscular



fisioSym
fisioterapia para bebés y mamás

Factores Neurofisiológicos


- Alteraciones de la coordinación y control neuromuscular
- Alteración del mecanismo nociceptivo




fisioSym
fisioterapia para bebés y mamás





Factores Biopsicosociales


- Cogniciones catastróficas
- Influencia del miedo asociado al dolor
- Estrategia de afrontamiento del dolor
- Influencia de los factores afectivos sobre el dolor





¿Qué hacer en tratamiento grupal?

-  Movilizaciones globales
-  Reequilibrar las tensiones que pueden afectar a la pelvis
-  Ayudar a la paciente a identificar excesos de tensión y herramientas para autotratamiento
-  Completar sesión individual



Clase Nº 2

Normalización de las tensiones que afectan a la pelvis