

PRESENTACIÓ DEL CURS

El trauma perineal és qualsevol afectació tissular del terra de la pelvis que es produeix en el moment del part i afecta a més del 85% de les dones afavorint l'aparició de símptomes i patologies del sòl pelvià com la disparèunia (dolor a les relacions) o la incontinença urinària entre d'altres. Aquestes lesions són condicionants a l'hora de la recuperació del conjunt abdomino-pelvià en el postpart.

La prevenció de lesions del sòl pelvià, la gestió de les pressions intra-abdominals en l'embaràs, la competència del CALP durant la gestació i una pelvis lliure i mòbil, juntament amb el tipus d'atenció al part i la informació i empoderament de la pacient tenen una especial importància. S'ha vist que poden evitar l'aparició de patologies postpart molt prevalents com les molèsties a les relacions, la incontinença o la hernia umbilical (Azón E et al 2021; Woodley SJ et al 2020; American College Obstetricians 2019; Lean-Larios F et al 2017; Artal R et al 2013; Beckmann MM et al 2013; Aasheim V et al 2011).

La majoria de les dones embarassades continuen sense fer activitat física regular durant l'embaràs pel que es imprescindible que els fisioterapeutes guiïn i acompanyin a la gestant en la seva rutina personalitzada d'exercici terapèutic tal i com recomanen les guies oficials d'obstetrícia i ginecologia (ACOG 2019, SMA 2016) per ajudar a tenir una pelvis mòbil i un CALP competent. A més ha d'ajudar-les a explicar i mecanitzar el treball que han de fer el dia del part per ajudar-les a adoptar postures que facilitin la dilatació i el naixement (Onedek M et al 2019; AQuAS 2015; Walker C et al 2012, Calais-Germain B et al 2009; Wesnes SL et al 2009).

Millorar les habilitats dels fisioterapeutes en les tècniques preventives abdomino-perineals permet preveure i reduir les disfuncions abdomino-perineals que actualment afecten la qualitat de vida de les dones.

OBJECTIUS

GENERALS

- Comprendre la biomecànica de la pelvis, del conjunt abdomino-pelvià (CALP) en l'embaràs i la biomecànica del part.
- Conèixer les tècniques preventives de les lesions del CALP durant l'embaràs.

ESPECÍFICS

- Identificar les principals estructures anatòmiques del CALP objecte del tractament preventiu.
- Comprendre la fisiopatologia tissular que es produeix en l'embaràs i la fase expulsiva del part.
- Valorar de forma bàsica la postura, pelvis i competència del CALP en la gestant (abdomen, glutis, diafragma toràcic i pèlvic) delimitant les red flags.
- Conèixer les principals causes i factors modificables que determinen el trauma perineal en el part, com les 3P (postura, pujo i perineu).
- Conèixer els protocols del part i els factors no modificables però que es poden preveure.
- Aprendre les tècniques de tractament preventives per aplicar a la gestant sobre la postura, la pelvis, el CALP, la diàstasi abdominal i el sòl pelvià com l'exercici terapèutic, el mètode 5P (tronc propioceptiu), la mobilització de la pelvis, els exercicis del sòl pelvià i el massatge perineal.

CRONOGRAMA

| Divendres 03/06 (SALA 1) | |
|--------------------------|--|
| 15:30-15:45h | Benvinguda i Introducció del curs |
| 15:45-17:00h | Recordatori anatòmic i pato-fisiològic |
| 17:00-18:00h | Causes i factors del trauma perineal |
| 18:00-18:15h | PAUSA CAFÈ |
| 18:15-19:15h | Valoració del conjunt abdomino-pelvià en gestant |
| 19:15-20:30h | Tècniques de tractament preventiu |

AVALUACIÓ

- Assistència obligatòria al 100% de l'activitat.
- Avaluació teòrica mitjançant un qüestionari individual de 10 preguntes al finalitzar el taller. Cada pregunta correcta és 1 punt, les incorrectes no resten. Per superar l'examen és necessari una puntuació mínima de 6.
- Avaluació d'adquisició de coneixements pràctics durant l'activitat formativa a través de la valoració de les habilitats durant els tallers. Cada habilitat correcta és 1 punt, les incorrectes no resten. Per superar l'avaluació és necessari una puntuació mínima de 6.

PROFESSORAT

Sra. Núria Caballé Ibáñez

Grau en fisioteràpia.

Màster en Investigació Translacional en Fisioteràpia.

Especialista en Fisioteràpia obstètrica, postgrau en reeducació uroginecològica i visceral.

Professora de Fisioteràpia del sòl pelvià a les Escoles Universitàries Gimbernat (UAB).

Propietària d'un centre de fisioteràpia i osteopatia desde fa més de 16 anys.

Instagram: @centrenuriacaballe

Web: www.nuriacaballe.com

ORGANITZACIÓ I LOGÍSTICA

- **Calendari:** 3 de Juny del 2022.
- **Durada:** 4h45min.
- **Horari:** de 15:30 a 20:30h.
- **Seu:** Acadèmia de Ciències Mèdiques i de la Salut de Catalunya i de Balears.
- **Adreça:** Major de Can Caralleu 1-7 Barcelona. CP: 08017.
- **Sala:** Sala 1.
- **Curs dirigit a:** fisioterapeutes titulats.

QUOTES:

- Preu soci SCBF i Acadèmia: **Gratuit.**
- Preu no soci: **100€.**

INSCRIPCIÓ:

A través de la nostra pagina web. <http://www.scfisioterapia.cat>

La inscripció als cursos queda subjecta a la disponibilitat de places, que seran adjudicades per rigorós ordre d'inscripció.

Formulari inscripcions al enllaç:

<https://inscripcions.academia.cat/form.php?id=1869>

Per tal de formalitzar la matriculació és necessari aportar la butlleta d'inscripció:

- Nom i cognoms,
- Fotocòpia de la tarjeta de la SCBF.
- Títol o resguard del títol de Fisioteràpia.

Enviar al correu: jaumesole@academia.cat

En el moment de formalitzar la inscripció s'haurà d'abonar l'import total del curs.

En cas de no poder assistir, sempre que es notifiqui amb un mínim de 10 dies d'antelació de l' inici del seminari, es podrà sol·licitar la devolució de l'import excepte el 10% d'aquest en concepte de taxes administratives.

Per tal d'obtenir la certificació del curs és imprescindible assistir al 100% de les hores lectives del curs.

En cas de no assolir el nombre mínim de participants previstos, el curs podrà ésser cancel·lat. La entitat avisarà amb tres dies d'antelació als assistents ja inscrits i farà l'abonament del curs.