

## (FA0006) Suelo pélvico desde un enfoque holístico



**Área:** Animación física-deportiva y recreativa

**Modalidad:** Teleformación

**Duración:** 90 h

**Precio:** 675.00€

[Curso Bonificable](#)

[Contactar](#)

[Recomendar](#)

 [Tienda online](#)

[Matricularme](#)

### OBJETIVOS

- Dotar al alumno de una visión holística para la comprensión del funcionamiento del cuerpo humano.
- Desarrollar la actitud crítica y la búsqueda complementaria de información que conforme el auto conocimiento del alumno.
- Concienciar de la necesidad del trabajo interdisciplinar entre profesionales de la salud.
- Obtener una base anatómica, fisiológica y patológica específica del suelo pélvico.
- Conocer los diferentes tipos de mecanismos que podemos utilizar en el trabajo de reeducación del suelo pélvico.
- Diferenciar las diferentes competencias en el trabajo de reeducación perineal entre los diferentes profesionales de la salud.
- Ser capaces de establecer un diseño de reeducación y mejora de las funciones del Suelo Pélvico en pacientes-alumnos-clientes.
- Abrir la mente hacia aspectos hasta ahora poco estudiados desde la ciencia y eminentemente prácticos.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Conocer las diferentes estructuras que conforman el denominado suelo pélvico.
2. Conocer la interrelación entre las diferentes estructuras del SP.
3. Diferenciar las diferentes capas que conforman el SP.
4. Repasar los principales puntos anatómicos que se relacionan con el entrenamiento del SP.
5. Conocer el sistema fascial que compone el cuerpo humano.
6. Saber las diferentes funciones que realiza el SP.
7. Diferenciar las acciones musculares, fasciales y tendinosas.
8. Conocer la relación entre el SP y la fascia.
9. Conocer la importancia de la respiración en el cuerpo humano.
10. Saber relacionar la respiración con el trabajo de reeducación del SP.
11. Practicar diferentes tipos de respiraciones que se emplean en diferentes metodologías.
12. Introducir los conceptos básicos de las líneas de trabajo de Anatomy Trains.
13. Entender el trabajo de respiración que se propone desde el Yoga y su relación con la energía del cuerpo.
14. Conocer las diferencias entre fisioterapeutas y osteópatas que trabajan con el suelo pélvico.
15. Distinguir los diferentes diafragmas corporales y su relación con el trabajo del SP.
16. Aprender las diferentes patologías que pueden presentarse en el SP.
17. Familiarizarse con el abordaje fisioterapéutico en las disfunciones del SP.
18. Saber derivar a otros profesionales en función de nuestras competencias para hacer un trabajo multidisciplinar.
19. Entender la Hoja de Valoración Abdomino-Pélvica-Perineal realizada por un/a Fisioterapeuta especializado/a en Suelo Pélvico.
20. Conocer en profundidad las características del entrenamiento del tejido fascial.
21. Aprender los aspectos fisiológicos más importantes del entrenamiento fascial.

**EMAIL:** [info@mferrerconsultores.com](mailto:info@mferrerconsultores.com)

**TELÉFONO:** 635952170

<https://www.mferrerconsultores.com>

22. Saber las líneas fasciales y su relación con el movimiento del cuerpo.
23. Diseñar patrones de movimiento en función de las líneas de tensión del cuerpo.
24. Programar en función de los principios de entrenamiento.
25. Conocer las diferentes metodologías desde las cuales podemos abordar el trabajo de rehabilitación del SP.
26. Estructurar y diseñar sesiones de movimiento con el objetivo de fortalecer el SP.
27. Diferenciar las diferentes formas de trabajar el SP.
28. Saber contextualizar el trabajo a realizar y saber en elegir en función de esto cuál es la mejor metodología para seguir.

## CONTENIDOS

1. Anatomía del suelo pélvico.
2. La fascia en las ciencias del movimiento.
3. La respiración.
4. Fisioterapia y Osteopatía en las disfunciones del Suelo Pélvico.
5. Entrenamiento funcional del suelo pélvico: Fascial fitness.
6. Entrenamiento funcional del suelo pélvico: Teoría de movimiento.

## MATERIALES

Toda la documentación necesaria para la realización del curso se encuentra en la plataforma de teleformación pero se entregarán documentación de ayuda y complementaria al alumno si el formador así lo requiere.

## METODOLOGIA

La actividad tutorial será bidireccional, es decir, tanto el alumno se puede poner en contacto con el tutor para solventar dudas o dificultades como el tutor con el alumno para establecer un contacto directo con él, comprobar su nivel de progreso en el estudio, su grado de motivación y su situación personal en relación con su participación en la acción formativa.

Las características de la metodología de este tipo de acciones formativas son:

**Total libertad de horarios** para realizar el curso desde cualquier ordenador con conexión a Internet, **sin importar el sitio desde el que lo haga**. Puede comenzar la sesión en el momento del día que le sea más conveniente y dedicar el tiempo de estudio que estime más oportuno.

En todo momento contará con un **asesoramiento de un tutor personalizado** que le guiará en su proceso de aprendizaje, ayudándole a conseguir los objetivos establecidos.

**Hacer para aprender**, el alumno no debe ser pasivo respecto al material suministrado sino que debe participar, elaborando soluciones para los ejercicios propuestos e interactuando, de forma controlada, con el resto de usuarios.

**El aprendizaje se realiza de una manera amena y distendida**. Para ello el tutor se comunica con su alumno y lo motiva a participar activamente en su proceso formativo. Va controlando su progreso a través de diversos ejercicios como por ejemplo test de autoevaluación.

---

**EMAIL: [info@mferrerconsultores.com](mailto:info@mferrerconsultores.com)**

**TELÉFONO: 635952170**

**<https://www.mferrerconsultores.com>**



**Los contenidos del curso se actualizan para que siempre respondan a las necesidades reales del mercado.** El departamento multimedia incorpora gráficos, imágenes, videos, sonidos y elementos interactivos que complementan el aprendizaje del alumno ayudándole a finalizar el curso con éxito.

## REQUISITOS

### Los requisitos técnicos mínimos son:

Navegador Microsoft Internet Explorer 5.5 o superior, con plugin de Flash, cookies y JavaScript habilitados.

No se garantiza su óptimo funcionamiento en otros navegadores como Firefox, Netscape, Mozilla, etc.

Resolución de pantalla de 800x600 y 16 bits de color o superior.

Procesador Pentium II a 300 Mhz o superior.

32 Mbytes de RAM o superior.

## CONTROLES APRENDIZAJE

Se llevará a cabo una **evaluación continua**, con el seguimiento a través de las tutorías que van haciendo los profesores, para comprobar si ha habido un aprovechamiento real del curso. Para ello, el alumnado deberá realizar todos los ejercicios que acompañan a los contenidos del curso (evaluaciones, autoevaluaciones, cuestionarios, ejercicios prácticos, etc.) para evaluar que van consiguiendo los contenidos adecuados.

De igual modo, se realizará una **evaluación final**, donde el alumno deberá de responder adecuadamente al examen de evaluación final que será corregido automáticamente una vez realizado.

### Plazos de realización:

**Evaluación continua:** con objeto de garantizar el máximo aprovechamiento del curso, se recomienda al alumnado que entregue los ejercicios prácticos, autoevaluaciones, cuestionarios a lo largo del curso.

**Evaluación final:** se recomienda que se realice una vez finalizado todo el curso, es decir, el último día del mismo, para poder responder adecuadamente a las preguntas que se indiquen.

**Evaluación continua:** durante todos los días del curso.

**Evaluación final:** un día después de la finalización del curso.

---

**EMAIL: [info@mferrerconsultores.com](mailto:info@mferrerconsultores.com)**

**TELÉFONO: 635952170**

**<https://www.mferrerconsultores.com>**