**IV FORMACIÓN PROFESIONAL**

# PARTO Y MOVIMIENTO®

## DE NÚRIA VIVES

**Del 20 al 31 de Julio de 2019**

**Docentes:**
Núria Vives
Àngels Massagué

**Lugar del curso:**
L'EIX - Centre de pedagogía corporal
c/ Llibertat, 10
Palafrugell (Girona)

# PRESENTACIÓN

"Parto y Movimiento®", nombre de la formación profesional creada por Núria Vives, es un programa de movimientos, posiciones y ejercicios estructurados progresivamente por temas de interés en ocho sesiones de trabajo corporal para la mujer embarazada.

Es asimismo la unión de conocimientos anatómicos propios del embarazo con una pedagogía sensorial de integración físico-psíquico-emocional original y fundamentada.

"Parto y Movimiento®" es un enfoque único para transmitir a la mujer embarazada la confianza de que su cuerpo posee todo lo necesario para parir.

La formación ofrece al/la profesional un método estructurado para transmitirlo. Una ficha de cada uno de los 80 movimientos propuestos con: la descripción del movimiento, el objetivo, la descripción anatómica, observaciones, variantes y contraindicaciones.



Los conocimientos y la didáctica que lo acompañan dan una base sólida a todas aquellas personas que trabajan con y para la mujer embarazada, tanto en sesiones individuales como grupales.

El método, en continua evolución, ha sido elaborado, revisado y aplicado en sesiones con mujeres embarazadas y sus parejas durante 25 años.

# PRINCIPIOS BÁSICOS

"Parto y Movimiento®" trata del parto fisiológico. De cómo la mujer toma contacto con el cuerpo, integra los cambios que se viven en él, incorpora paulatinamente al bebé que va creciendo en su interior y se prepara física, sensorial y emocionalmente para el parto desde el conocimiento, la confianza, el respeto, la ternura y el contacto.

# LA AUTORA

Núria Vives, de formación universitaria pedagoga, y psicomotricista, también estudió y enseñó danza hasta

los 24 años. Junto con Blandine Calais-Germain, autora del método "Anatomía para el Movimiento", investigan y se interesan por la anatomía femenina y el movimiento. Blandine publica el libro "El Periné Femenino", y ambas el libro "Parir en Movimiento". Formada en Sensory Awareness de Charlotte Selver, Núria encuentra una unión posible entre el estudio de la anatomía y la percepción de las sensaciones, desarrollando su propia pedagogía.

Su particular manera de concebir el cuerpo en movimiento, fundamentada en la anatomía, la percepción y en su propia experiencia de maternidad, se aúna con las necesidades de renovación del colectivo de matronas.

Desde hace más de 20 años da cursos a matronas, dentro del contexto hospitalario y en áreas de primaria, conociendo de primera mano sus necesidades, sus carencias, el funcionamiento interno de los hospitales y la imperativa necesidad de renovación del sistema hospitalario del estado español para adaptarse a las necesidades actuales de las mujeres. Los cursos que imparte regularmente a matronas en Portugal, Uruguay, Chile, México, Argentina e Italia le confirman que estas necesidades tampoco están cubiertas en otros países.

La formación "Parto y Movimiento®" es la plasmación estructurada de una motivación profunda: la de facilitar a la mujer los recursos y las herramientas necesarias para que se sienta conocedora y segura de sus posibilidades, y pueda pedir un parto digno para ella y para su hij@.

# OBJETIVOS PRINCIPALES DE LA FORMACIÓN:

Obtener los conocimientos específicos y las herramientas adecuadas para acompañar a la mujer desde un trabajo corporal y sensorial en el embarazo.

Desarrollar una metodología de acompañamiento con bases anatómicas y sensoriales a la vez.

Experimentar, aprender y practicar todas las posiciones, los movimientos y los ejercicios que componen el programa de 8 sesiones de trabajo corporal.

Integrar las prácticas primero en una misma antes de transmitirlas.

Conocer el objetivo, los beneficios y las contraindicaciones de cada uno de los movimientos y ejercicios propuestos, para poder respetar la fisiología de la mujer embarazada y acompañarla en los cambios continuos de su cuerpo.



Prepararse personalmente para conducir un grupo desde el acompañamiento no directivo y el contacto, generando confianza y seguridad.

Reflexionar sobre el lenguaje utilizado en Parto y Movimiento® fundamentado en la observación sin juicio, la escucha de la persona, y el respeto por las diferencias.
Poder transmitir a la mujer conocimiento, respeto y confianza en su propio cuerpo, para que durante el proceso del parto, ella vaya descubriendo y pidiendo, lo que necesita en cada momento: Movimiento, quietud, acompañamiento, contacto, seguridad…

# OBJETIVOS ESPECÍFICOS

**El programa de la formación profesional Parto y Movimiento®, está diseñado para crear un marco en el que la mujer que pare pueda:**

Conectarse con el espacio externo e interno de su pelvis.

Adaptarse a los cambios físicos que el cuerpo va manifestando progresivamente a lo largo del embarazo.

Cuidar y prevenir las molestias frecuentes en este período, (lumbalgias, hiperlaxitud, problemas circulatorios, de respiración, insomnio, etc…).

Confiar en la flexibilidad y elasticidad de su periné.

Contactar con su hij@ a través de la escucha y la respiración.

Experimentar las distintas respiraciones propuestas como aliadas y compañeras de viaje.

Obtener recursos y útiles para el día del parto, con o sin epidural.

Conocer y experimentar posiciones y movimientos que podrá utilizar durante el parto para aliviar el dolor, dejando huella en su memoria corporal.

Comprender el sentido de cada movimiento y posición que irá experimentando a lo largo de las sesiones, en relación al bebé y su pelvis.

Sentirse apoyada por su pareja, experimentando movimientos juntos, respetando el propio ritmo y necesidades; desde el contacto y la complicidad.

Confiar en sus capacidades para parir.

Sentir lo que necesita. Reconocer lo que siente. Pedir lo que desea.

Verbalizar sus dudas y sus miedos.

Compartir con la pareja sus deseos y necesidades.

Vivir plenamente su parto.



## CONTENIDOS Y TEMAS DE LA FORMACIÓN PROFESIONAL PARTO Y MOVIMIENTO®

**Cada uno de los temas aquí presentados van apareciendo ordenados y de forma progresiva dentro del repertorio de las ocho sesiones.**

Selección, distribución e identificación de las prácticas ya estudiadas y presentadas en el Ciclo Parir en Movimiento.

- Protocolo de posiciones y movimientos encadenados de La Serie, secuencia-base del trabajo corporal del método, con sus leitmotivs.

- La pelvis de la mujer embarazada. Movilizaciones desde la cadera. Movilizaciones de los huesos entre sí. Flexibilización y contención.

• Coordinaciones de la pelvis con los miembros inferiores, columna vertebral y caja torácica. Las asimetrías y su interés en la flexibilización de la pelvis y el periné.

• Las tres posiciones "estrella" de la movilidad pélvica y sus variantes para el parto. Aplicaciones en las diferentes etapas del parto.

• Las respiraciones básicas y más frecuentes que surgen en el parto. La respiración espontánea. Flexibilización y relajación de las estructuras respiratorias.

• El periné durante el embarazo: Atención, cuidados, flexibilización y protección.

• El acto de la micción y la defecación. Observación de la respiración. Incorporación de nuevos y buenos hábitos de higiene corporal.

• Coordinaciones facilitadoras entre la respiración y el movimiento corporal para encontrar el movimiento más económico posible.

• La suspensión y sus beneficios. Técnicas y recursos prácticos para poder utilizarlas durante el parto.

• El rol de la pareja. Acompañamiento y contacto simple.

• Ejercicios claves para integrar a la pareja en el parto.

• La prevención y el alivio de las molestias propias del embarazo. Recursos prácticos.

• Las patologías más frecuentes y el trabajo en equipo con fisioterapeutas, matronas y ginecólogas.

• La relajación incorporada en cada propuesta corporal y sus efectos calmantes durante el embarazo y el parto.

• Los cambios del centro de gravedad y el eje del cuerpo en la estática y en el movimiento a lo largo del embarazo. Adaptación, prevención y toma de conciencia cotidiana para una buena higiene corporal.

• El dolor en el parto. Relación entre tono muscular, actitud mental y corporal y dolor. Relación entre dolor y miedo.

• La Consciencia Sensorial, Sensory Awareness, de Charlotte Selver, incorporada en la metodología de Parto y Movimiento®.

• La estructura de una sesión. Identificación de los temas pilares de una sesión. Adaptación de la sesión según el grupo (parejas, mujeres que se incorporan, etc..) y según las necesidades que surgen en el momento.

• Los materiales que se utilizan en el método y sus distintas aplicaciones. Materiales duros y materiales blandos. Efectos, beneficios y contraindicaciones.

• Utilización de música en las sesiones. Cómo, cuándo y porqué. Selección de las melodías según los movimientos propuestos.

• Estudio y análisis del lenguaje reconciliador, respetuoso e integrador utilizado en el método.



# CERTIFICACIÓN

**Qué ofrece la Certificación:**
El derecho a utilizar la marca Parto y Movimiento®.
Una formación profesional completa para poder acompañar a la mujer embarazada en su preparación corporal.

Un programa de posiciones, movimientos y ejercicios que parten de la estructura anatómica de la mujer embarazada.
Una didáctica de transmisión de conocimientos, con un lenguaje sin juicio, que motive a la mujer a cuidarse, comprender el proceso del parto y confiar en su naturaleza para parir.

Unos ejercicios especializados para prevenir y cuidar las molestias propias del embarazo.

Una pedagogía para aplicar el programa desde el respeto a la persona, la confianza en el proceso del parto, y la ternura para con una misma.

Material de soporte. Grabaciones, videos y documentos específicos para poder continuar consultando una vez terminada la formación.



**Para obtener la certificación de la formación profesional Parto y Movimiento® es necesario:**

1- Haber realizado El Ciclo Parir en Movimiento-Anatomía y preparación al parto, formado por los módulos: "La movilidad de la pelvis y el parto", "Análisis de las posiciones para el parto", "Técnicas de respiración y parto" y "El periné y el parto" (de 15 horas cada uno). En caso de no haber realizado alguno de los cuatro o haberlos realizado antes del año 2010, se tendrán que completar, encontrando la mejor fórmula con la organización, para obtener la certificación.

2- Haber trabajado personalmente en alguna técnica corporal de conciencia y/o movimiento, o hacerlo durante la formación.

3- Una entrevista telefónica

4- Realizar las 90 horas lectivas de que consta la formación de julio 2019.

5- Verificar el nivel de conocimientos adquiridos, realizando una presentación práctica al grupo.

"La certificación no se otorga automáticamente después de completar el curso. Las estudiantes pueden no obtener la certificación que autoriza la enseñanza, incluso después de completar la Formación, si Núria Vives, como responsable del método, conjuntamente con las otras capacitadoras, consideran que la persona aún no está preparada. En determinados casos, y siempre hablado directamente con la persona implicada, se le pedirá al/la participante que integre la capacitación con otros módulos".

## Al realizar esta formación la persona se compromete a:

Impartir los conocimientos adquiridos bajo el nombre de "Parto y Movimiento®"

Continuar profundizando en los temas que puedan ampliar la formación "Parto y Movimiento" mediante cursos que se realizan periódicamente, sea el equipo formador u otros profesionales invitados.



Utilizar los conocimientos adquiridos solamente con grupos de mujeres embarazadas dentro del marco educativo y de prevención.

La formación no da derecho a formar profesionales ni a reproducir para otras formaciones el material recibido que es única y exclusivamente para uso personal.

Para más información contactar con la organización: info@nuriavivesanatomia.com

**Damos las gracias a las mujeres que han asistido a las sesiones de "Parto y Movimiento®" y a todas las profesionales que han realizado y aplicado el Ciclo de Parir en Movimiento-Anatomía y Preparación al Parto y la formación profesional de Parto y Movimiento®.**
**Gracias a todas ellas y a sus valiosas aportaciones durante todos estos años, Parto y Movimiento® sigue en continua evolución.**



**Fechas:**
Del 20 al 31 de Julio de 2019

**Lugar:**
**L'EIX – Centre de Pedagogia Corporal**
Carrer Llibertat, 10
17200 PALAFRUGELL (Girona)
Tel. 972304954
info@nuriavivesanatomia.com

**Precio de la formación completa**
1.200 euros

**Más información e inscripciones:**

**L'EIX – Centre de Pedagogia Corporal**
Carrer Llibertat, 10
17200 PALAFRUGELL (Girona)
Tel. 972304954
info@nuriavivesanatomia.com

www.nuriavivesanatomia.com
www.perineintegracionymovimiento.com
www.partoymovimiento.com