

ALIMENTACION Y SALUD

EN LA MUJER



FYOS SALUD
fisioterapia y osteopatía

ABORDAJE INTEGRAL EN LA FISIOTERAPIA VISCERAL EN LA MUJER

La alimentación equilibrada en la mujer debe variar para adaptarse a las distintas circunstancias de su vida. En el embarazo, su preparación y la lactancia, además, una alimentación adecuada beneficiará al bebé. El cese de la edad reproductiva es otra etapa, donde la nutrición es una aliada para mantener la calidad de vida.

OBJETIVOS

- Generales

Sensibilizar y motivar al fisioterapeuta a conocer la repercusión de la alimentación en la salud visceral del aparato reproductor femenino, así como en los distintos procesos de intervención fisioterápica relacionados con la mujer y su etapa perinatal.

- Específicos:

Capacitar al fisioterapeuta para realizar una completa y adecuada anamnesis que le ayude a elaborar un diagnóstico fisioterápico preciso, teniendo en cuenta la bioquímica del organismo.

Dotar al fisioterapeuta de los conocimientos necesarios sobre los diferentes tipos de alimentos y su influencia a nivel sistémico y a nivel obstétrico.

Analizar la fisiología del dolor de tipo visceral en la intervención fisioterápica.

Dotar al fisioterapeuta con herramientas para la identificación y tratamiento del dolor del tipo visceral.

Entender la relación de una alteración funcional u hormonal del aparato reproductor femenino con el estado del sistema músculo-esquelético, y su repercusión emocional.

Entender y prevenir la relación entre los hábitos de vida de la mujer en todas sus etapas (niña, adulta, embarazada y menopáusica) y su salud osteomuscular.

Describir las pautas nutricionales más adecuadas en cada caso y circunstancia que ayuden a mejorar la calidad y efectividad del tratamiento de fisioterapia ante las diversas patologías que aborda en su día a día en el campo de la Fisioterapia Ginecológica y Obstétrica.

PROFESORADO

ITZIAR GONZÁLEZ DE ARRIBA



- Diplomada en Fisioterapia por la Universidad de Salamanca (junio 1999)
- Fisioterapia Manual Osteopática.1500 horas. Universidad de Alcalá de Henares
- Especialista en Terapia Regenerativa Manual: 350h. Universidad San Pablo CEU y universidad de Lisboa
- Máster Nutrición y Salud. 1500h. Universidad Oberta de Catalunya

- Especialista Terapia Miofascial.300h. IACES
- Primer ciclo de la licenciatura de Químicas Universidad del País Vasco
- Máster Europeo en nutrigenómica.

Pertinencia o justificación de la actividad

- En nuestra vida cotidiana no tenemos en cuenta la influencia de cada macro y micronutriente en la salud de nuestro organismo, preocupándonos casi exclusivamente de su carga calórica.
-
- Dentro de la Fisioterapia encontramos campos de especialización como la Fisioterapia Obstétrica y Ginecología. Este curso está dirigido a fisioterapeutas que tengan interés en profundizar en cómo mejorar el estado de salud de mujeres en todas sus etapas, a través de recomendaciones nutricionales y analizando su repercusión tanto a nivel visceral como en el tejido conjuntivo.
-
- Durante el curso se abordan los problemas músculo-esqueléticos asociados a la salud hormonal de la mujer, analizando los factores bioquímicos viscerales alterados, guiando al fisioterapeuta para que pueda realizar un diagnóstico preciso y facilitando las pautas de tratamiento así como las recomendaciones nutricionales que ayudarán a completar la resolución del proceso patológico.
-
- Se pretende mejorar la comprensión, por parte de estos profesionales, de los problemas de salud que afectan a muchas mujeres actualmente, favoreciendo la visión holística del paciente y contribuyendo a mejorar el abordaje fisioterápico ante diversas situaciones.
-
- De esta forma mejorará la efectividad y calidad de las intervenciones fisioterápicas, aumentando el éxito profesional y mejorando la salud de la sociedad, reduciendo de forma notable los gastos derivados y asociados a los procesos patológicos.
-
- Asimismo, el conocimiento y análisis de una adecuada conducta alimentaria contribuirá a lograr una mejor educación para la salud de la sociedad.

CONTENIDO (20 horas)

Viernes 10 de noviembre de 2017

16:00 a 17:30 h.

1. Nutrigenómica, en la intervención fisioterápica.
 - 1.1 Pirámide Mediterránea
 - 1.2 Nutrición Básica
 - 1.3 Consideraciones (metabolismo de las catecolaminas; Resistencia a la Insulina; Agua, vitaminas y minerales)

17:30 a 17:45 h. Descanso

17:45 a 19:15 h.

- 1.4 Alimentación tóxica (azúcares y SOP, grasas trans, trigo, lácteos) y su importancia en la intervención fisioterápica.

19:15 a 19:30 h. Descanso

19:30 a 20:30 h.

- 1.5 Cadena tóxica y su repercusión en el estado físico del paciente.

Sábado 11 de noviembre de 2017

9:00 a 11:00 h.

2. Sistema Inmune. Factores que lo alteran y su influencia en estado musculoesquelético del paciente.
 - 2.1 Estrés (agudo y crónico)
 - 2.2 Nutrición
 - 2.3. Antioxidantes
 - 2.4. Sobrenutrición
 - 2.5. Sistema mucoso común inmune
 - 2.6. Respuesta alterada del sistema inmune
 - 2.7. Dieta antiinflamatoria (Th1)/
Dieta alérgicos (Th2)

11:00 a 11:15 h. Descanso

11:15 a 12:45 h.

3. De niña a mujer. Etapas y cambios en estado general y musculoesquelético femenino.
 - 3.1. Ciclo hormonal (prostaglandinas)

12:45 a 13:00 h. Descanso

13:00 a 14:00 h.

3.2. Hiperestrogenia y su influencia en la salud física de la mujer.

3.2.1. Anticonceptivos hormonales y su repercusión sobre el metabolismo de la mujer.

3.2.2. Importancia del Hígado y la Vesícula Biliar para la intervención fisioterápica.

14:00 a 15:30 h. Comida

15:30 a 17:30 h.

3.2.3. Xenoestrógenos

3.2.4. Síndrome Metabólico (Ojo Tiroides) y su repercusión en el tratamiento fisioterápico

3.3. Progesterona (S.P.M. y tratamiento) y su influencia en el estado físico de la mujer

17:30 a 17:45 h. Descanso

17:45 a 19:15 h.

3.4. S.O.P. y su influencia sobre la salud general de la mujer

3.4.1. Depresión en SOP

3.4.2. Tratamiento en SOP

19:15 a 19:30 h. Descanso

19:30 a 20:30 h.

4. Fertilidad y embarazo. Cómo afecta al manejo fisioterápico en la mujer

Domingo 12 de noviembre de 2017

9:00 a 11:00 h.

5. Tiroides. Patología tiroidea y su gran influencia en la mujer hoy en día.

5.1. Hipotiroidismo por estrés.

- Agotamiento suprarrenales
- Hipotiroidismo (síntomas y tratamiento)

11:00 a 11:15 h. Descanso

11:15 a 12:45 h.

5.2. Hipotiroidismo primario

5.3. Tiroiditis

5.4. Hipotiroidismo y depresión (tratamiento)

5.5. Tiroiditis de Dquervan

12:45 a 13:00 h. Descanso

13:00 a 13:45 h.

6. Menopausia y Obesidad. Su repercusión sobre la intervención fisioterápica.

13:45 a 14:00 h.

Consideraciones.

Prueba de conocimientos adquiridos.

Entrega de Diplomas.

LUGAR DE REALIZACIÓN

Escuela de Osteopatía de Madrid
C\ Saturnino Calleja 1 Madrid
Metro Alfonso XIII

FECHAS (20 HORAS)

- 10-12 de Noviembre de 2017

HORARIO

- VIERNES: **16:00 – 21:00**
- SÁBADO: **9.00- 14:00 -15:30 – 20:30**
- DOMINGO: **9.00- 14:00**

PRECIO DEL CURSO

El precio del curso es un total de 300€ a pagar en dos veces:

- 100€ al formalizar la matricula
- 200 € antes del inicio del curso

ENVIAR LA SOLICITUD JUNTO AL JUSTIFICANTE DE INGRESO BANCARIO (100€) A INFO@FYOSSALUD.ES PARA FORMALIZACIÓN MATRICULA.

BANKIA 2038 2409606000178021

(200 €) SE ABONARÁ ANTES DEL PRIMER DIA DE CURSO PREFERIBLEMENTE MEDIANTE TRANSFERENCIA QUE DEBE SER EFECTIVA AL INICIO DEL CURSO

NOTA: EN CASO DE CANCELACION DE LA INSCRIPCION POR PARTE DEL ALUMNO, LA COORDINACION PROCEDERA AL REEMBOLSO DE LA INSCRIPCION, MENOS 50€ DE GASTOS DE GESTION ADMINISTRATIVA, SI LA CANCELACION SE REALIZA 15 DIAS ANTES DEL INICIO DEL CURSO. DESPUES DE ESTA FECHA NO SE PROCEDERA AL REEMBOLSO

LOS DATOS SERÁN INCORPORADOS A UNA BASE DE DATOS PARA FACILITAR LA GESTION ADMINISTRATIVA, LA EMISION DE CERTIFICADOS, LAS ESTADISTICAS Y EL ENVIO DE COMUNICACIONES RELACIONADAS CON EL CURSO O CURSOS SIMILARES. LA INFORMACION NO SERA UTILIZADA CON NINGUN OTRO FIN. DE ACUERDO CON LA **LEY ORGÁNICA DE PROTECCION DE DATOS DE CARÁCTER PERSONAL 15/1999** PUEDE ACCEDER A LOS DATOS, MODIFICARLOS O CANCELARLOS.

LA ORGANIZACIÓN SE RESERVA EL DERECHO DE CANCELACION O DE MODIFICACION DE LOS CRITERIOS

SOLICITUD ALIMENTACION Y SALUD EN LA FISIOTERAPIA DE LOS TRASTORNOS HORMONALES, EMBARAZO Y LACTANCIA MATERNA.

Nombre:

1ºApellido:

2º Apellido:

DNI:

Colegiado:

Dirección:

CP:

Localidad:

Provincia:

Telf.:

Email: