

GIMNASIA ABDOMINAL HIPOPRESIVA - NIVEL 1 y NIVEL 2

(Gimnasia Hipopresiva de Base y Gimnasia Hipopresiva Estática

!!! CURSO OFICIAL !!! del 6 al 10 de diciembre de 2017



El Método Hipopresivo es un Método global de tratamiento, creado durante los años 80 por el Dr Marcel Caufriez, a destitución de los pacientes, principalmente mujeres, para tratar o prevenir una serie de disfunciones relativas al Síndrome de Deficiencia Postural (Lumbalgias, dorsalgias, escoliosis, artralgias, artrosis, ...), relativas al campo urogenital (Incontinencia urinaria, urgencias miccionales, ptosis pelvianas,), al campo gastroenterológico (reflujo gastroesofágico, estreñimientos, ...), al tema emocional (ansiedad, depresión,).

El Método Hipopresivo incluye posturas o movimientos posturales asociados a unas técnicas de terapia manual o instrumental y a unas técnicas ecofisiológicas.

Un ejercicio hipopresivo es un ejercicio que no aumenta la presión abdominal y que tiene propiedades terapéuticas a nivel somático y neurovegetativo.

Hay tres tipos de ejercicios hipopresivos : la Gimnasia Abdominal Hipopresiva, las técnicas de Aspiración Diafragmática y las técnicas de transferencia tensional.

En la Gimnasia Hipopresiva, los ejercicios se agrupan en diversos programas clasificados en función de la intensidad y la rapidez de respuesta terapéutica.

En este curso proponemos a los fisioterapeutas los dos primeros niveles del Método Hipopresivo, con los programas siguientes de GAH : primer nivel con la Gimnasia Abdominal Hipopresiva de base y segundo nivel con la Gimnasia Abdominal Hipopresiva Estática. Un total de 32 horas de curso presencial y 40 horas no presencial (con apuntes complementarias, power point, fotos y videos). Después del curso, hay un examen (tipo Test) para valorar el nivel de conocimiento del Fisioterapeuta. En caso de éxito, el terapeuta recibe el título de : Expert en GAH (da acceso a los niveles siguientes)

Al fin de este curso (los dos niveles), el Fisioterapeuta tendrá la capacidad profesional para aplicar los tests específicos del Método Hipopresivo y organizar el tratamiento de los pacientes según los criterios terapéuticos del Concepto del Dr Caufriez, aplicando los

programas de Gimnasia Hipopresiva de Base y Estática en los campos siguientes : **Postparto a medio plazo** (a partir del tercer mes después del parto); **Rectificación Postural del eje vertebral** (Tratamiento de base de las Dorsalgias y lumbalgias funcionales); **Drainaje Vascular de los MI y de la pelvis** (tratamiento de los dolores pelvianos y del pesadez vascular segmentario, prevención de las varices); **Activación de la Faja Abdominal y del periné** (tratamiento de base de las disfunciones uroginecológicas y anorectales); **Normalización de las tensiones de los musculos de la cadena posterior** (mejor movilidad y disminución de los riesgos de artralgiyas y de artrosis).

DIAS	PROGRAMA GAH 1	
Día 1	Presentación general del Método Hipopresivo	Teoría
	Reseña Histórica y bases fundamentales de las técnicas hipopresivas	Teoría
	Centros respiratorios y neurodivergencias	Teoría y Demostración
	Diafragma torácico- Faja Abdominal - Periné	Teoría
	Tono - Tono postural - Tono Fásico	Teoría
	Presión y noción de hiperpresión cuantitativa y cualitativa	Teoría
Día 2	Criterios de inclusión de las técnicas hipopresivas	Teoría
	Presentación del Algoritmo Hipopresivo	Teoría
	Organización clínica de la Gimnasia Hipopresiva de base	Teoría
	Vestimenta y entorno Factores químicos : noción de base	Teoría
	Ejercicios respiratorios y apnea espiratoria	Práctica
	Ejercicios Hipopresivos iniciales	Práctica
	Ejercicios Hipopresivos ortoestáticos (nº 1 à 4)	Práctica
	Ejercicio intermediario 1 (nº 5)	Práctica
	Ejercicios Hipopresivos de rodilla (nº 6 à 8)	Práctica
Día 3	Ejercicio intermediario 2 (nº 9)	Práctica
	Ejercicio intermediario 3 (nº 10)	Práctica
	Ejercicio intermediario Genu-Pectoral activo (nº 11)	Práctica

DIAS	PROGRAMA GAH 1	
	Ejercicio intermediario 4 (nº 12)	Práctica
	Ejercicio intermediario 4 patas (nº 13)	Práctica
	Ejercicio intermediario 5 (nº 14)	Práctica
	Ejercicio intermediario Genu-Pectoral pasivo (nº 15)	Práctica
	Revisión de forma continuada de los ejercicios 1 à 15	Práctica
	Fin del primer seminario	

DIAS	PROGRAMA GAH 2	
Día 1	Algoritmo Hipopresivo de base	Teoría y práctica
	Tests de exclusion	Práctica
	Tests diafragmáticos	Práctica
	Tests respiratorios complementarios	Práctica
	Tests Abdominales	Práctica
	Tests Complementarios Abdominales	Práctica
Día 2	Tests morfológicos de valoración	Práctica
	Revisión de los ejercicios hipopresivos de base	Práctica
	Ejercicio intermediario 6 de ida y vuelta (nº 16)	Práctica
	Ejercicios Hipopresivos “Sentado-Sastre” (nº 17, nº 18)	Práctica
Día 3	Ejercicio intermediario 7 (nº 19)	Práctica
	Posición “Sentado Playa”	Práctica
	Ejercicio intermediario 8 (nº 20)	Práctica
	Ejercicio Hipopresivo semisentado (nº 21)	Práctica
	Ejercicio intermediario 9 : la Cruz (nº 22)	Práctica
	Ejercicio Hipopresivo : el Rollo (nº 23)	Práctica
	Ejercicio intermediario 10 : la Vuelta (nº 24)	Práctica
	Revisión de 1 a 24	Práctica
	Fin del segundo seminario	

Estos seminarios son reservados a los fisioterapeutas.

Incluyen 44 horas de formación presenciales repartidas sobre 5 días + 56 horas de curso no presencial (trabajo y estudio en casa) con el material didáctico suministrado por el secretaria del Dr Marcel Caufriez.

N.B. La formación completa del ciclo “Gimnasia Abdominal Hipopresiva Terapeutica” incluye 5 seminarios. Título final : **Magister en GAH**

Informaciones y inscripciones :

Secretaria Dr Marcel Caufriez : marcelcaufriez@hotmail.com - Tel.

Kenzen Formación - Email : info@cursosfisiosysalud.com - Tel. 655.81.36.29

Precio del Curso :

1.040 € a pagar por transferencia bancaria a :

CAUFRIEZ CORPORATION s.l.p.

Deutsche Bank

Cuenta : 0019 0160 15 4010019360

IBAN : ES66 0019 0160 1540 1001 9360

BIC : DEUTESBB

Fechas : del 6 al 10 de diciembre de 2017