



CICLO PARIR EN MOVIMIENTO

MÉTODO NÚRIA VIVES

PARTO E MOVIMENTO:

ANATOMIA FUNCIONAL DO PARTO FISIOLÓGICO

A Mobilidade da Pelve no Parto
Posições e Movimentos no Parto

Ciclo especial para enfermeiras especialistas em saúde materna e obstétrica, fisioterapeutas e outros profissionais que acompanham a mulher em preparação para o parto.

DATA E LOCAL DA FORMAÇÃO

13, 14, 15 e 16 de Julho, das 9h00 às 18h30 (30h)

Hotel da Música: Mercado do Bom Sucesso, Largo Ferreira Lapa, 21 a 183,
4150-323 Porto

PROGRAMA

Método Anatomía, Integración y Movimiento® de Núria Vives

Para a mulher grávida, compreender e integrar a anatomia da sua pelve, dá-lhe sentido e segurança, motivando-a a experimentar no seu parto os movimentos e posições propostos nas sessões de preparação para o parto. Este curso baseia-se numa metodologia estruturada, patenteada e já testada com sucesso sobre uma forma prática e eficaz de transmitir essas informações às mulheres e respetivos acompanhantes durante o período pré-natal, no contexto da preparação para o parto.

Núria Vives apresenta neste curso a pelve da mulher grávida sobre uma perspectiva original e inovadora. Será fundamentada anatomicamente em termos de estrutura e mobilidade. Serão ainda abordados aspectos relacionados com as posições que espontaneamente a mulher vai assumindo ou que lhe vão sendo propostas durante o trabalho de parto e o parto, como descritas no livro "Parir en Movimiento", destacando-se de forma prática as qualidades e benefícios que cada uma das posições e movimentos poderão trazer para aumentar o conforto da mulher grávida, assim como para facilitar o caminho do bebé através da pelve materna.

Estes conteúdos inserem-se no âmbito dos módulos I e II do *Ciclo Parir en movimiento: Anatomía funcional del parto fisiológico de Núria Vives*.

OBJETIVOS GERAIS

- Gerar confiança no processo natural do parto.
- Estudar a anatomia da pelve intrínseca e extrínseca e a sua mobilidade particular
- Compreender anatomicamente a inter-relação que existe entre a posição que a mãe adota, a transformação dos espaços internos da sua pelve e a adaptação do bebé na sua passagem até à saída, no momento do parto.
- Adquirir ferramentas que permitam criar um clima de confiança nas sessões de preparação para o parto, para que a mulher grávida se sinta segura, confiante e em contacto, qualquer que seja a posição que escolha, condição essencial para que possa integrar e guardar na sua memória corporal esses recursos valiosos para o seu parto.
- Obter os critérios necessários para poder distinguir qualidades, benefícios e vantagens de cada uma das posições apresentadas.
- Experimentar primeiro em si mesmo as posições e movimentos que irão propor nas sessões de preparação corporal para o parto.
- Aprender a pedagogia a utilizar no contexto de preparação para o parto com o casal.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Situar e nomear as diferentes partes da pelve, identificando-as em si mesmo.
- Visualizar e representar anatomicamente a cintura pélvica.
- Comprovar, mediante experiência prática, como se pode alcançar as articulações intrínsecas (sacro-ilíacas e sínfise púbica) a partir dos macro-movimentos na articulação extrínseca (coxo-femural), nos três planos anatómicos.
- Observar como certos movimentos modificam o diâmetro da cintura pélvica, percebendo como um pequeno detalhe na posição pode variar substancialmente a amplitude ou diminuir os espaços internos da pelve.
- Experimentar os movimentos propostos desta metodologia de Anatomía, Integración y Movimiento®.
- Refletir sobre a introdução desta metodologia no trabalho de acompanhamento de grávidas.
- Vivenciar as diferentes posições antes de as transmitir
- Experimentar as diferentes posições com os materiais e também em parilha, para compreender o papel do acompanhante.
- Distinguir as diferentes posições de acordo com a posição da pelve e das pernas.

- Analizar as diferentes posições segundo a posição das pernas, dos ossos ilíacos e do sacro e a sua relação com a descida do bebé ao longo do canal de parto.

- Diferenciar as diferentes posições segundo os parâmetros analisados anteriormente, seleccionando posições mais benéficas para o período de dilatação, para o período expulsivo, ou mesmo em ambos os períodos.

- Apresentar os princípios básicos da "suspensão".

- Mobilizar o corpo para mobilizar a pélvis e o bebé com analgesia epidural. Princípios teóricos e práticos de "A Roda".

CONTEÚDOS

- A. Apresentação da pelve feminina: anatomia óssea e articular. Estudo cinemático da região. Pedagogia de aplicação: Os formandos vão ser convidados a conhecer em si mesmos a anatomia pélvica, assim como sobre um modelo ósseo.
- B. Mobilidade extrínseca da pelve. Relação da pelve com os membros inferiores. Definição do conceito de "pelve livre". Pedagogia de aplicação: Movimentos globais da pelve nos três planos anatômicos. Coordenação da pelve e movimento nos três planos anatômicos – exercícios práticos.
- C. Mobilidade intrínseca e extrínseca da pelve e sua relação com a coluna lombar. A curvatura fisiológica. Lordose. Pedagogia de aplicação: Movimentos de coordenação da pelve exopélvica com os membros inferiores e a coluna vertebral. Prática para sentir a influência dos músculos lombares na mobilidade da pelve e sua importância para o parto.
- D. Breve apresentação da anatomia óssea, articular e ligamentosa da região sacro-ilíaca e sacro-lombar. Pedagogia de aplicação: Estudo da anatomia colorindo imagens correspondentes ao tema trabalhado. Prática anatômica para localizar as estruturas referidas.
- E. Breve apresentação da pelve endopélvica. Descrição dos três espaços ósseos. Pedagogia de aplicação: Os formandos são convidados a reconhecer em si mesmos os espaços internos da pelve, assim como sobre o modelo ósseo, em pausa e em movimento. Prática sensorial para perceber e integrar os volumes da pelve. Prática de orientação espacial dos três espaços pélvicos em diferentes posições e atitudes e sua relação com o parto.
- F. Exposição/Resumo dos movimentos intrínsecos da pelve que modificam o canal de parto. Nutação e contra-nutação sacra e ilíaca. Supinação e pronação sacra e ilíaca. Pedagogia de aplicação: Experimentar e conhecer as diferentes posições que ajudam a modificar os espaços internos da pelve. Prática anatômica e sensorial para convidar os

formandos a sentir e integrar os conceitos aprendidos no seu próprio corpo.

G. As posições: de pé, sentada, de lado, deitada, de joelhos, de cócoras. Cada uma com as suas variantes. Para cada uma das diferentes posições estudar-se-á:

- A liberdade da pelve
- Como se transforma a pelve interiormente
- A posição das pernas
- A posição da coluna vertebral em relação à pelve
- A atividade dos músculos posteriores da região cervical e lombar na posição e durante o movimento
- Posição em carga ou em descarga
- A influência da gravidade na posição
- As assimetrias
- A suspensão
- A posição do bebé em relação à posição da pelve materna
- A atitude e o papel do acompanhante
- O contacto simples como meio e como suporte durante o acompanhamento

Parâmetros de observação em cada posição:

- Como está o canal de parto após essa modificação da pelve intrínseca
- Como estão as pernas
- Como está a posição das costas em relação à pelve materna
- Como está a posição da caixa torácica e dos braços em relação à pelve (flexão, extensão, inclinação lateral rotação)
- A influência da gravidade
- O conceito de carga e descarga e a sua aplicação no parto
- Vantagens e benefícios

H. Porque motivo a pelve muda de forma durante o parto?

- A pelve "traccionada"
- A pelve "que se apoia"
- A pelve "en apoio entre os ossos"

- A pelve “empurrada”
- I. A suspensão: estratégia para aliviar a dor. Diferentes formas de suspensão durante o parto.
- J. A Roda: estratégia para ajudar a evolução do parto em caso de analgesia epidural com pouca mobilidade.

METODOLOGIA

A metodologia é baseada em parte pela forma de estudo original do método Anatomía para el Movimiento® de Blandine Calais-Germain, a partir de mais de 30 anos de estudo e investigação da autora: práticas de observação com modelos ósseos e práticas corporais anatómicas e didáticas para o estudo tridimensional da anatomia.

Paralelamente, é baseada na experimentação no próprio corpo e no despertar sensorial, permitindo sentir e compreender os conceitos básicos da metodologia de Anatomía, Integración y Movimiento® AIM de Núria Vives, nomeadamente:

- ✓ o respeito na forma de acompanhar
- ✓ o cuidado com a linguagem
- ✓ a atenção com a atitude
- ✓ a utilização de metodologías interactivas na organização do trabalho corporal, com estratégias práticas de aplicação.

As posições e os diferentes movimentos estudados exploram-se tendo em conta: a atenção à própria atitude, a fluidez da respiração, os esforços necessários para adotar uma posição, ter presente as sensações que vão surgindo, respeitar as próprias necessidades e o saber pedir, dar e receber.

É um curso baseado no trabalho de Consciência Sensorial, do qual Núria é formadora (www.concienciasensorial.com)

Uma vez realizado o Ciclo completo de Anatomia e Preparação para o Parto de quatro módulos, pode-se aceder à formação profissional Parto y Movimiento® (www.partoymovimiento.com)

LIVROS DE REFERÊNCIA

- "Parir en Movimiento" de B. Calais y Núria Vives.
- "Consciencia Sensorial" de Charlotte Selver por Charles Brooks.

L'EIX Centre de Pedagogia Corporal - Núria Vives Parés
Carrer Llibertat, 10 - 17200 PALAFRUGELL (Girona) Tel. 972304954
www.nuriavivesanatomia.com; www.partoymovimiento.com
info@nuriavivesanatomia.com