

## **PROGRAMA DEL CURSO DE REFLEXOLOGÍA PODAL PARA LA MATERNIDAD**

Formación para comadronas y profesionales de la maternidad

### **Reflexología podal para la maternidad**

#### **Imparten:**

Cristina Vega Jiménez: docente y experta en reflexología infantil y reflexología en la maternidad. Doula sistémica y miembro de amanadoula.

Mireia Marcos Marcos: comadrona sistémica, docente y experta en reflexología para las madres con una trayectoria de más de 20 años de experiencia profesional.

**Fechas:** Miércoles 1, 8, 15 y 22 de Febrero 2023

**Lugar:** Sitges, centro de @manuelasilva\_terapiafamiliar, cerca de la estación de tren, Barcelona

**Horario:** de 09:30 a 14:00 cuatro jornadas.

**Inversión:** 290€.

- Descuento para socias de ALPACC y de Amanadoula 270€

**Dirigido** especialmente a comadronas, doulas, fisioterapeutas especializadas en embarazo y postparto..

Tanto si tiene conocimiento previo de reflexología como si no, con este curso estará preparada para practicar reflexología podal con embarazadas, madres de parto y puérperas, favoreciendo su bienestar, promoviendo su salud y mejorando resultados.

---

#### **Programa del curso:**

Horario 9:30 a 14h

##### Primer día miércoles 1 de Febrero:

09:30 Llegada y entrega de dossiers

10:00 a 11:00: Teoría, bases de la reflexología

11:00 a 11:15 Pausa café

11:15 a 12:30 h: localizar puntos en la plantilla y demostración de cómo localizar los puntos en los pies en la camilla.

12:30h a 14 h: Práctica por parejas; una hace todo el recorrido de la secuencia hasta el diafragma en ambos pies, y luego la otra.

### Segunda sesión 8 de Febrero

09:30 Repaso de la sesión anterior

10:00 a 11:15: Práctica de la segunda mitad de la secuencia por parejas.

11:15 a 11:30 Pausa café

11:30 a 12:30 Introducción a la Reflexología en el embarazo.

12:30h a 14:00h Práctica de los trastornos más frecuentes con explicación simultánea:

Por ejemplo: Malestar matutino, estreñimiento.

### Tercera sesión miércoles 15 de febrero

09:30 Repaso de la sesión anterior

10:00 a 10:45: Explicación de los tratamientos a embarazadas por trimestres.

10:45 a 12:00 Práctica por parejas del tratamiento del cansancio y de la ciática.

12:00 a 12:15 Pausa café

12:15 a 13:00h: El Parto

Primeros 20 min explicación con casos reales, explicación sobre el dolor del parto.

Demostración de la estimulación de contracciones en diferentes posiciones.

13:00h a 14h Práctica de la estimulación del parto y relajación del estrés en el parto por parejas.

### Cuarta sesión miércoles 15 de febrero

09:30 Repaso de la sesión anterior

10:00 a 10:45: Explicación de los tratamientos en el postparto.

La mastitis, tratamiento específico (explicación y demo).

10:45 a 12:00 Práctica del tratamiento del postparto.

12:00 a 12:15 Pausa café

12:15 a 13:30 Prácticas con las embarazadas

13:30 a 14:00 Comentar la experiencia, evaluación y valoración del curso.

Fin de la formación.

