



**CORSO REALIZZATO IN COLLABORAZIONE CON
ASSOCIAZIONE CULTURALE "LACHESIS"**
Via Giovanni XXIII, 3° - Monteriggioni (SI)

SIENA (PETRIOLO), 30-31 MAGGIO 2016

CORSO ECM

**ACQUAMOTRICITA' IN GRAVIDANZA:
movimento e rilassamento per favorire l'apertura di sé.
(2° Livello del Percorso Nascita)**

**n. 30 crediti ECM - Costo del corso € 295,00
Termine ultimo per l'invio delle iscrizioni: 15 aprile 2016**

RAZIONALE

Il corso è stato concepito e progettato per favorire l'acquisizione di nuove ed ulteriori abilità per l'Ostetrica nel percorso nascita, tramite la maturazione di esperienza diretta nel lavoro acquatico.

Dopo aver acquisito competenze professionali con il **1° livello** nell'organizzazione e nella gestione di un percorso nascita e quindi nell'esercitazione sul processo di comunicazione, nell'ascolto attivo, nel processo di apprendimento dell'adulto, nella definizione di un metodo di conduzione attiva e nello sviluppo di strategie pratiche di conduzione e stesura di un programma di corso, il **2° livello** punta al lavoro corporeo in acqua per focalizzare l'attenzione sulla percezione del **Sé DONNA**.

Il corso promuove la sperimentazione di Sé, il confronto ed approfondimento del lavoro corporeo in gravidanza quale strumento di promozione del benessere della gestante e del bambino in utero e strumenti di aiuto per il travaglio-parto.

Le evidenze scientifiche rilevano molteplici benefici per la madre (ma anche per il feto) che in gravidanza utilizza questo elemento come mezzo di preparazione al parto; l'OMS asserisce che l'idroterapia è una tecnica valida da utilizzare in travaglio di parto rispetto all'utilizzo dei farmaci e che l'immersione in acqua riduce la richiesta di analgesia.

Partendo da esperienze corporee vissute in prima persona, le Ostetriche potranno esplorare il proprio universo fisico ed emozionale valorizzandone i modi ed i tempi personali che portano al sapere del corpo.

Ciò rappresenta anche un importante momento di cura delle proprie ferite interiori.

Questo approccio corporeo intende privilegiare l'ascolto ed il contatto per nutrire l'autostima, ma per farlo è necessario fermarsi ed essere disponibili ad incontrare se stesse e di conseguenza gli altri poiché è compito dell'Ostetrica, come *levatrice del sapere*, prendere per mano la donna e guidarla alla scoperta e riscoperta del suo potere femminile.

OBIETTIVI FORMATIVI

Il corso vuole fornire alle partecipanti un momento di riflessione, confronto ed apprendimento sull'utilizzo delle tecniche corporee di *ascolto di Sé* nel percorso di educazione alla nascita, valorizzando il percorso in acqua, poiché portiamo dentro di noi un vissuto acquatico.

Quindi:

- comprendere la valenza educativa dell'approccio corporeo rispetto al ruolo peculiare che l'Ostetrica riveste nell'ambito della promozione alla salute
- acquisire strumenti pratici derivanti da molteplici metodologie a mediazione corporea applicabili nel contesto della preparazione al parto, attraverso una conduzione attiva ed attivante la persona
- sviluppare nell'Ostetrica conduttrice uno spirito di fiducia nel *sapere del corpo* e una relativa competenza comunicativa e pratica per accresce la propria autostima e quella nelle donne, di divenire madri
- offrire alle donne ed alle coppie, l'opportunità di scegliere tra i vari metodi di preparazione al parto e saper promuovere un lavoro sul corpo, fuori e dentro l'acqua
- offrire i contenuti sulla base dei bisogni espressi dalle donne e dalle coppie per favorire l'empowerment
- conseguire abilità pratiche per condurre i gruppi sia in gravidanza che in preparazione al parto in acqua
- saper organizzare i corsi e proporli per l'attivazione ed il potenziamento delle risorse endogene della donna, della coppia e del bambino
- promuovere la fisiologia
- applicare metodologie di lavoro focalizzate sulla relazione terapeutica e sulla qualità del rapporto personale; migliorare le capacità comunicative
- sviluppo continuo professionale per il miglioramento dell'assistenza Ostetrica globale

CONTENUTI

Nel corso verranno trattati con gli esercizi in acqua e di meditazione/relaxamento, i seguenti aspetti:

- pianificare il percorso organizzativo ed educativo del corso in acqua
- il conduttore (l'ostetrica), i tempi (durata dei corsi), il setting (luogo e ambiente)
- definizione degli obiettivi dell'ostetrica e della donna nel corso di acquaticità
- contenuti indispensabili: conoscenza dei processi fisiologici, emotivi e relazionali della maternità, individuando vissuti e bisogni
- contatto con il corpo dell'altra/o e con l'acqua
- la postura in gravità (riscaldamento) e in assenza di gravità: migliorare il tono muscolare, l'elasticità dei legamenti, la riduzione di edemi e la circolazione sanguigna
- la conoscenza del respiro per il rinforzo dell'apparato cardio-respiratorio
- coordinare respiro e movimento: tonificare e rilassare il pavimento pelvico

AFORISMA S.r.l.

Uffici operativi: Via di Acilia, 221 - Pal. S8 Sc. B - 00125 Roma

Tel. 06.521.697.12 Fax 06.972.580.17

Sede Legale: Via Nicomaco, 35 - 00125 Roma

Email: infomeeting@aforismagroup.com - Web: www.aforismagroup.com

Capitale Sociale € 20.675,00 - REA Roma 1237083 - C.F. e Partita IVA 10516021002



- movimento abbinato all'uso della voce per produrre endorfine e sviluppare la capacità di abbandonarsi e attivare l'ipnosi fisiologica
- **ascolto di sé: sentire la propria ferita, restare nel disagio, sedurre e soddisfare il proprio bambino interiore** (la nostra parte più protetta e vulnerabile)
- trovare la ricarica energetica
- il divertimento!

DESTINATARI

- **Ostetriche/i dipendenti di aziende sanitarie pubbliche e private e libere/i professioniste/i.**
- **Studentesse/i del corso di Laurea di Ostetrica/o**

STRUMENTI DI VERIFICA DELLA PRESENZA DEI DISCENTI:

firma di presenza, schede di valutazione dell'evento firmate

ESERCITAZIONI:

1° e 2a GIORNATA - Lavoro sul corpo fuori e dentro la vasca (respirazione, rilassamento, visualizzazione, stretching, movimento posturale, musica, voce, meditazione)

TEST FINALE: prova pratica

METODO DIDATTICO

La lezione classica sarà supportata da metodologie didattiche attive (proiettore multimediale, lavagna a fogli mobili). Lezioni frontali, discussione in plenaria, dimostrazioni pratiche sull'utilizzo degli strumenti, simulazioni, lavori di gruppo, proiezione di audiovisivi. Lavoro pratico fuori e dentro l'acqua.

SUPPORTI ALLA DIDATTICA: videoproiettore e PC con collegamento Internet in dotazione all'aula per la "ricerca" di evidenze scientifiche e di siti in cui reperire le linee guida aggiornate

STRUMENTI DIDATTICI: presentazione in formato Power-Point

MATERIALE DIDATTICO

Ai partecipanti verrà fornito materiale bibliografico, articoli rilevanti della letteratura scientifica ed eventuali studi clinici scelti dal docente, EBM aggiornate, schede pratiche, abstract delle relazioni più significative

AFORISMA S.r.l.

Uffici operativi: Via di Acilia, 221 - Pal. S8 Sc. B - 00125 Roma

Tel. 06.521.697.12 Fax 06.972.580.17

Sede Legale: Via Nicomaco, 35 - 00125 Roma

Email: infomeeting@aforismagroup.com - Web: www.aforismagroup.com

Capitale Sociale € 20.675,00 - REA Roma 1237083 - C.F. e Partita IVA 10516021002



DOCENTE

Dott.ssa Antonella Marchi - Ostetrica Legale Forense

Direttore del Centro studi, prevenzione e supporto allo stupro e reati predatori su adulti e minori, Siena Dal 1989 ha maturato molti anni di esperienza clinica nei vari ambiti di competenza, ospedalieri, territoriali, libera professione. Esperta di fisiologia nella conduzione della gravidanza, travaglio-parto, dopo parto, menopausa, conduzione di gruppi ed empowerment della donna. Esperta di Omeopatia, ha pubblicato il primo Studio Osservazionale condotto in Italia da Ostetriche, su un complesso omeopatico per la preparazione al parto.

Competente in Pedagogia Sanitaria e Management della Formazione di base e specializzante.

Vanta la partecipazione in qualità di relatore, docente e responsabile scientifico a numerosi Congressi Nazionali.

Relatore nel 2012 al Congresso Mondiale di Ostetricia e Ginecologia, Roma.

Nel 2011 inizia la sua attività di Ostetrica Legale Forense come docente, relatore a convegni, CTP (Consulente Tecnico di Parte), Supervisore clinico e in tema di profili di responsabilità per enti pubblici e privati.

E' iscritta all'Albo Nazionale per Periti e Consulenti "esperti qualificati" istituito dall'Associazione Italiana di Ostetricia (A.I.O.), nella categoria "Ostetrica con specializzazione in medicina legale e funzioni peritali in ambito giudiziale".

Docente al Master di Infermieristica ed Ostetricia Legale Forense dell'Università degli Studi di Siena.

Membro del Consiglio Superiore di Sanità, Sez. I, gruppo di lavoro "Parto" presso il Ministero della Salute.

Direttore della Rivista Scientifica MAIEUTIKOS.

Autrice di diversi articoli su riviste mediche e di settore, ha presentato testi di altri autori e autrice di testi scientifici.

AFORISMA S.r.l.

Uffici operativi: Via di Acilia, 221 - Pal. S8 Sc. B - 00125 Roma

Tel. 06.521.697.12 Fax 06.972.580.17

Sede Legale: Via Nicomaco, 35 - 00125 Roma

Email: infomeeting@aforismagroup.com - Web: www.aforismagroup.com

Capitale Sociale € 20.675,00 - REA Roma 1237083 - C.F. e Partita IVA 10516021002

PROGRAMMA DEL CORSO – 1a GIORNATA

08.30 – 19.00 (13.00 – 14.00 Pausa pranzo)

- Pianificare il percorso educativo del corso in acqua: metodologia e didattica
- Strutturare il corso: ambiente, acqua, materiale didattico, il conduttore (l'ostetrica e le caratteristiche da sviluppare), i tempi (durata dei corsi, cosa proporre), costi e pubblicità
- Definizione degli obiettivi dell'ostetrica e della donna nel corso di acquaticità
- Conduzione attiva ed attivante la persona: il processo di Empowerment!
- Il disagio..... strumento attivante l'empowerment nell'ostetrica
- Come attivare l'empowerment nella donna e nell'uomo

.....come in una danza acquatica

- La postura verticale statica ed il cammino: ascolto di sé nel movimento spontaneo e delle proprie parti!
- Il movimento per favorire il buon posizionamento del bambino in utero e sviluppare il sistema propriocettivo
- Economia del movimento e cambi posturali
- Rilassamento e meditazionequanto prendi seriamente la vita? Sei capace di meravigliarti per il cielo stellato, per il colore di un fiore, per il profumo del mare, per il volo dei gabbiani, sei capace di coccolarti?
- Lavoro sulla colonna vertebrale, il bacino e il pavimento pelvico: un viaggio di scoperte e *sentimento* (statico e movimento)
 - Bicicletta
 - Portarsi sul fondo espirando
 - Camminare accovacciate
 - Fare l'anguilla e Jane..... affinché Tarzan ti trovi!
- Giocare il corpo per creare complicità tra il corpo della madre ed il bambino dentro la madre..... cantare sott'acqua a squarciagola!
- Coordinare respiro, movimento e uso della voce come induzione ipnotica
- Il corpo dell'Ostetrica e sua panoramica corporea: rilassamento e meditazione



PROGRAMMA DEL CORSO – 2a GIORNATA

08.30 – 19.00 (13.00 – 14.00 Pausa pranzo)

.....come in una danza acquatica

- Riscaldamento
- Lavoro corporeo alla parete
- Il pendolo.....in balia dell'acqua
- Un "utero ideale".....cosa si prova a tornare bambina
- Lavorare sull'antero-versione del bacino
- Altalena
- Equilibrio sul tubo
- L'uovo....per affinare la percezione dei bisogni del bambino
- Rilassamento in acqua

- L'edera
- Il tunnel
- La nascita
- Il cavallo e il cavaliere
- L'uomo di Leonardo da Vinci
- Il treno dei desideri.....accompagnata come si desidera.....cullata, tirata, stropicciata
- La ruota
- Portata tra le braccia

Debriefing e **saluto al proprio bambino interiore.....**

Materiale per le discenti: abiti comodi, costume, accappatoio o telo grande da bagno, tappetino da palestra con telo da mettere sopra per il rilassamento e la meditazione, piccolo cuscino per appoggiare la testa, scarpette o ciabattine da piscina, cuffia (non obbligatoria), tutto quanto si ritiene utile per stare in comodità considerando che si alterneranno momenti di lavoro fuori e dentro l'acqua.

Noi forniamo: tubi da piscina per galleggiare