



Introducción a la fisioterapia acuática y embarazo

Sku: CURUEMCONL0562

Horas: 10

OBJETIVOS

- Conocer los aspectos generales del embarazo.
- Estudiar las adaptaciones cardiovasculares durante el embarazo.
- Profundizar en la actividad física y ejercicio durante el embarazo.
- Entender las recomendaciones y contraindicaciones el ejercicio durante el embarazo.
- Obtener conocimientos específicos sobre ejercicio acuático.
- Exponer la aplicación clínica de la terapia acuática.

CONTENIDOS

Fisioterapia acuática y embarazo

- Aspectos generales del embarazo

Cambios y adaptación durante el embarazo

- Cambios y adaptación de tipo musculoesquelético durante el embarazo
- Adaptaciones cardiovasculares durante el embarazo
- Adaptaciones respiratorias durante el embarazo

Actividad física y ejercicio durante el embarazo

- Prescripción básica de ejercicio durante el embarazo
 - Intensidad del ejercicio
 - Duración del ejercicio
 - Frecuencia de ejercicio
 - Progresión

Recomendaciones y contraindicaciones del ejercicio durante el embarazo

- Aspectos para tener en cuenta en la prescripción de ejercicio en el embarazo

Ejercicio acuático

- Beneficios de la terapia acuática
- Aplicación clínica de la terapia acuática
- Resumen
- Autoevaluación