



## **CURSO: “CONTROL POSTURAL EN ODONTOLOGÍA”**

**FECHA: 22 y 23 de Septiembre de 2017**

**LUGAR: COOEAB – Plaza Altozano, 11**

**Dictantes:** Dr. D. Manuel López Nicolás - Dr. D. José Antonio García Vidal  
Dra. D<sup>a</sup>. Luz de la Villa Batres - Dra. D<sup>a</sup>. Pilar Sánchez Martínez

**FECHA LIMITE DE INSCRIPCIÓN: 4 DE SEPTIEMBRE - PLAZAS LIMITADAS A 15 INSCRITOS**

**OBJETIVO:** Este curso pretende integrar, dentro del marco de la Ergonomía en Odontología, un amplio conjunto de disciplinas que pueden ser de gran ayuda para prevenir los desórdenes musculoesqueléticos relacionados con nuestra profesión, así como minimizar las complicaciones derivadas de nuestra postura de trabajo, una vez que han aparecido.

Aglutinaremos los conocimientos de ergonomía, posturología, fisioterapia, masajes, yoga...con un marcado carácter práctico donde todo asistent participará de forma activa tanto individual como interactuando con los compañeros.

Trabajaremos aplicando los conocimientos de Body Rolling y los principios de la Posturología, Osteopatía y Fisioterapia según el siguiente

### **PROGRAMA**

1. Introducción a la Ergonomía en odontología. Principios Posturales Básicos. Posturas elementales de trabajo en la odontología actual.
2. Master Class de Yamuna Body Rolling para liberar y relajar todo el cuerpo, desde el cuello pasando por la columna, hombros, caderas, rodillas, tobillos y pies. Se realizarán ejercicios en pared, silla o suelo, tanto de forma estática como dinámica. Haciendo especial hincapié en la alineación, la postura y la respiración.
3. Introducción a la Posturología. Bases fundamentales la regulación postural. Examinar el tono postural de los pacientes mediante tests validados. Comprender los mecanismos de la regulación de la estabilidad postural. Manipulaciones osteopágticas en el dentista.
4. Estiramientos. Masajes de los grupos musculares más implicados en nuestro trabajo. Manipulaciones articulares.

### **ANEXOS:**

#### **REFERENTE AL BODY ROLLING:**

**Yamuna Body Rolling (YBR)** es un revolucionario **sistema de sostenibilidad del cuerpo** y una técnica terapéutica completamente nueva y original que combina la salud, el bienestar y la prevención de lesiones con un sencillo entrenamiento. YBR soluciona los problemas de salud, al mismo tiempo que te ayuda a estar en forma. Además, YBR proporciona también estos beneficios:

1. Elongación y tonificación muscular
2. Proporciona alineamiento estructural.
3. Incrementa la circulación sanguínea.
4. Desarrolla y fortalece los músculos profundos y el equilibrio.
5. Estimula las raíces nerviosas
6. Estimula el funcionamiento orgánico (vísceras)
7. Incrementa el metabolismo.
8. Relaja el sistema nervioso.
9. Expande los pulmones y proporciona una respiración más profunda.

10. Proporciona un aumento de la conciencia corporal.

YBR, es un sistema que consiste en un conjunto de rutinas que mediante el uso de una pelota reinflable de unos 20-25 cm. Puede estirar los músculos, liberar restricciones de cualquier parte del cuerpo, incrementar el aporte sanguíneo y proporcionarte salud.

**YBR potencia el tono, la elasticidad y la realineación del cuerpo para prevenir y reparar toda clase de problemas corporales.**

Es una técnica de auto cuidado. No hace falta experiencia previa, reeduca tus músculos y estimula los huesos, creando cambios positivos instantáneos y permanentes en el cuerpo, además cuanto más lo practicas más rápidos sientes los cambios.

Tiene multitud de beneficios para la salud, al mismo tiempo que modela tu cuerpo, haciendo que éste sea más fuerte, flexible, resistente y equilibrado.

**DICTANTES:**

**JOSÉ ANTONIO GARCÍA VIDAL**

Profesor de Fisioterapia. Universidad de Murcia.

Profesor Titular de la Escuela de Osteopatía de Madrid Internacional (EOM)

**LUZ DE LA VILLA BATRES**

Arquitecto

Instructora de Yamuna Body Rolling

Experta en Biomecánica Clínica

**PILAR SÁNCHEZ MARTÍNEZ**

Fisioterapeuta

Experta en Posturología y Biomecánica clínica

**MANUEL LÓPEZ NICOLÁS**

Profesor de Ergonomía en odontología. Universidad de Murcia

Médico de Empresa



**ILTRE. COLEGIO OFICIAL DE ODONTÓLOGOS Y ESTOMATÓLOGOS DE ALBACETE**

PLAZA ALTOZANO, 11 – 1º IZDA. 02001 ALBACETE TEL.967-60-97-00 / FAX. 967-60-39-05 EMAIL: [cooe02@infomed.es](mailto:cooe02@infomed.es)

**INSCRIPCIÓN CURSO: "CONTROL POSTURAL EN ODONTOLOGÍA" FECHA: 22 Y 23 DE SEPTIEMBRE 2017**

DICTANTES: D. José Antonio García Vidal – D<sup>ña</sup>. Luz de la Villa Batres - D<sup>ña</sup>. Pilar Sánchez Martínez – D. Manuel López Nicolás

NOMBRE Y APELLIDOS:

COLEGIADO EN EL COLEGIO DE

Nº COLEGIADO:

Nº DE TELÉFONO:

EMAIL:

DIRECCIÓN PROFESIONAL:

DIRECCIÓN PARTICULAR:

INSCRIPCIÓN: **120€ (MATERIAL DE PRÁCTICAS INCLUIDO)**

FORMA DE PAGO: \_\_\_ Banco Sabadell (nº de cta. ES93-0081-0250-9900-0152-8653)

FECHA Y FIRMA