

El método AIPAP® se presenta en 2012 en el congreso de la FAME de Murcia como un método de preparación física en el agua durante el embarazo. Pretende capacitar a las matronas en como planificar ejercicios que mejoren la amplitud de los espacios pélvicos así como la condición física general de la embarazada para permitirle afrontar el parto en las mejores condiciones. La dificultad por parte de las matronas para disponer de piscinas donde impartir el método AIPAP® en sus clases de educación maternal me hace plantear una adaptación del los ejercicios para poder realizarlos fuera del agua en salas de los centro de salud o cualquier espacio que permita realizar ejercicios de gimnasia, así nace el AIPAP-terra®. Los ejercicios que se trabajan en las sesiones de AIPAP® capacitan a la mujer embarazada a realizar en mejores condiciones las posturas durante el periodo de dilatación que faciliten la finalización del parto dependiendo de la estática fetal, del tipo de pelvis y la fase del parto. Para ello es fundamental que las matronas conozcan profundamente la biomecánica del la pelvis y del parto. La biomecánica del método AIPAP® es un análisis profundo de toda la anatomía de la pelvis y su funcionamiento durante el parto desde el punto de vista de la matrona como encargada del proceso del parto eutócico.

Felix Jiménez Jaén
Enfermero especialista en obstetricia y ginecología
Maestro de Educación física

FECHA DE IMPARTICIÓN	Unidad Temática	Objetivos	Contenido	Tiempo
Día 16 ABRIL 12-13	LA PELVIS ÓSEA. DIÁMETROS PÉLVICOS. TIPOS DE PELVIS	Conocer los LAS PARTES DE LA PELVIS	ESPINAS, ARTICULACIONES Y LIGAMENTOS	1h
13-14.00	ARTICULACIONES PÉLVICAS	Conocer LOS MOVIMIENTOS DE LAS ARTICULACIONES PÉLVICAS	articulación coxofemoral. articulación coxofemoral. ejes y planos de movilidad de la pelvis movimientos de la articulación coxofemoral. articulación sacroilíaca articulación sacrovertebral. articulación sacrococcigea. la sínfisis del pubis.	1:30H
15.00-16.00	MOVIMIENTOS DE LA PÉLVIS Y SU REPERCUSIÓN SOBRE LOS ESPACIOS PÉLVICOS	Actualización en los movimientos pélvicos , músculos ligamentos y tendones pélvicos y su función	Huesos, ligamentos y músculos pélvicos. Articulaciones pélvicas y sus movimientos	1h
16.18	PRINCIPALES MÚSCULOS DE LA CADERA QUE INFLUYEN EN EL PARTO.	ACTUALIZAR LA ANATOMIA MUSCULAR DE LA PELVIS	MÚSCULOS PELVITROCANTÉRICOS.MÚSCULOS ANTERIORES. MÚSCULOS POSTERIORES.	1h
DIA 17 ABRIL DE 12 A 15	PRACTICA PISCINA			3 HORAS
15.30 A 18.00	SUPUESTO PRACTICO	Conocer como adaptar las posturas del partos a las distintas situaciones	Sesiones practicas por grupos	3H