



En este Curso aprendemos a conocer las vísceras del tronco en sus características anatómicas con algunas referencias a sus características fisiológicas.

La mayoría del contenido se transmite por varios ejercicios prácticos que permiten experimentar como ponemos algunas de estas vísceras en movimiento.

Esto permite comprender como conseguir una acción sobre las vísceras a partir de diferentes movimientos del cuerpo.

**NOTA:**

Este curso se dirige más bien a personas que hicieron los cursos de columna vertebral y cinética respiratoria. Personas más iniciantes pueden participar pero no se detallarán las nociones de base de anatomía. Es un curso dirigido a: profesores de trabajo corporal de todas las disciplinas a título profesional o personal, terapeutas corporales de todas las disciplinas, estudiantes de técnicas corporales, a título profesional o personal, practicantes de técnicas corporales, a título personal, comadronas y fisioterapeutas.

## OBJETIVOS

Conocer la topografía de las vísceras del abdomen y empezar a conocer las vísceras del tórax. Introducir la noción de vísceras en los ejercicios que implican el movimiento del tronco.

## MEDIOS PEDAGÓGICOS Y DE ORGANIZACIÓN

- Modelos anatómicos del tronco y de las vísceras.
- Visuales de anatomía para recorridos transversales de una región a otra o de un tema de anatomía al otro.
- Coloraciones selectivas de dibujos anatómicos.
- Dibujos para completar según instrucciones de descripción anatómica.
- Carteles que enseñan zonas del tronco o de vísceras.
- Medios permitiendo seguir la ejecución y apreciar los resultados.
- Prácticas por pareja o grupo de tres personas de movimientos que implican las vísceras y el tronco, con corrección entre los alumnos y supervisión del profesor.
- Puesta en común.

## PROGRAMA ORIENTATIVO

- Definición general de las vísceras. Ubicación en el cuerpo. Entorno músculo esquelético.
- Las vísceras según su ubicación: vísceras pélvicas, abdominales. Evocación de las vísceras torácicas y del cuello.
- Las envolturas viscerales: peritoneo, pleura, pericardio.
- Las vísceras según sus sistemas: Evocación de los grandes sistemas: respiratorio, digestivo, cardiovascular, endocrino, urinario, reproductor y del sistema nervioso autónomo. Detalles del plexo solar.
- Los cambios de volumen de las vísceras durante su propio funcionamiento.
- Prácticas (alternadas con sesiones de teoría para experimentar los diferentes medios de movilizar las vísceras y de identificarlas por contraste):
  - Movilización de las vísceras gracias a la gravedad: efectos de cargas, descargas o descompresiones debidos a las posturas.
  - Movilización de las vísceras gracias a las presiones de diferentes partes del cuerpo sobre la masa visceral en posturas o gracias a presiones generadas por otras causas.
  - Movilización de las vísceras gracias al movimiento o posturas esqueléticas.
  - Movilización de las vísceras gracias a diferentes acciones musculares o combinadas con los músculos periféricos del tronco.
  - Movilización de las vísceras gracias a diferentes movimientos respiratorios y fuerzas que las dirigen, especialmente las fuerzas musculares y elásticas pulmonares.

---

Este programa es orientativo. Podrá tener pequeñas modificaciones y/o adaptaciones en función de las condiciones del grupo y del desarrollo del curso, siempre bajo el criterio del profesor.

La asistencia a los cursos no autoriza la enseñanza de *Anatomía para el Movimiento®*.