





SANTÉ DU VENTRE, LE VENTRE AU FEMININ PRENDRE SOIN DE SON VENTRE

Formation sur deux journées Nancy
22 & 23 avril 2017



Pourquoi une formation en santé du ventre pour la sage-femme ?

- o Pour aborder de nouvelles solutions face aux problèmes de vos patientes
- o Ajouter l'approche digestive à vos compétences
- o Les problèmes de santé ont souvent une origine viscérale et/ou métabolique
- o La qualité de la digestion (grande consommatrice d'énergie) impacte notre vitalité
- o Son poids 5 à 15 kg va influencer toute la statique abdomino-pelvi-périnéale et tracter par ses attaches le diaphragme et la colonne.
- o Comprendre et équilibrer la relation système digestif et système pelvien
- o Mieux comprendre la relation système digestif et système musculo-squelettique

Programme des deux journées

La physiologie digestive en pratique

Ventre & émotions

- o Stress et abdomen
- o Le diaphragme : posture, souffle, rôle digestif, émotionnel et circulatoire
- o Le nerf vague activateur de la digestion et son action anti inflammatoire
- o La cohérence cardiaque : une gestion efficace de nos émotions
- o Sérotonine et intestin : une place importante dans notre qualité de vie

Approche manuelle du ventre

- o Le diaphragme ses relations avec le foie et l'estomac. Une interface entre notre zone viscérale et émotionnelle.
- o Foie, vésicule biliaire : drainer le foie, vidanger la vésicule
- o L'estomac, sa vidange, le surpoids
- o Le duodénum (assimilation et vidange de l'estomac) et le sphincter d'oddi (vidange de la vésicule et des sécrétions exocrines pancréatiques)
- o L'intestin grêle : organe de l'assimilation
- o Le colon : notre fosse septique dont l'équilibre dépend de notre assimilation
- o Les reins une manœuvre simple et efficace
- o Le massage du ventre avec l'huile au calendula

La Dysbiose (déséquilibre de la flore intestinale)

- o La dysbiose pourquoi, comment (un ventre qui gonfle témoin d'une dysbiose ?)
- o La parodontose et l'équilibre buccal
- o Dysbiose & mycose : Pourquoi rechercher une éventuelle mycose

L'équilibre alimentaire

- o La santé par l'alimentation
- o Les combinaisons alimentaires