

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO MUSCULAR DEL PISO PÉLVICO

**POWER PELVIS®**
for Pelvic PT



CAROLINA SILVA
KINESIOLOGÍA PÉLVICA

BIENVENID@ POWER!

Este programa **PowerPelvis** es un programa de entrenamiento muscular ESPECÍFICO de la musculatura del piso pélvico, diseñado por mí, La Caro Silva y, **dirigido exclusivamente a profesionales de la fisioterapia/kinesiología pélvica.**

Al inscribirte al programa, has desbloqueado varios beneficios para tu salud pélvica, como también para tu vida profesional.

Sabemos que con el EMPP mejoran las cualidades funcionales de los músculos y por lo tanto, las funciones de continencia/vaciamiento, soporte y la función sexual.

Así que aprovecha el programa y *Vamos por un piso pélvico poderoso.*

A continuación conoce otros beneficios a los que accedes al participar del programa .

01.

Sé parte de la **#ComunidadPower**

Comparte y entra en contacto con fisioterapeutas/kinesiólogxs pélvicxs de otros países a través del **GrupoPower** de whatsapp. Comparte casos, artículos científicos y derivaciones de pacientes en este grupo lleno de solidaridad y mucho Power.

02.

Accede a las **#RevisionesPower** que se realizan mensualmente sobre temas INTERESANTES en el área de la pélvica. Los expositores son los mismo **Powers** de la **#ComunidadPower**. Así que tu también puedes compartir tus conocimientos o casos cuando lo desees!
Obtén acceso a las grabaciones de las RevisionesPower pasadas.

03.

Accede al 10% de descuento en **TODOS los cursos presenciales y online by Caro Silva***.

No incluye diplomados.

04.

Experimenta lo que es entrenar la musculatura del piso y las diferentes formas de sobrecargar el entrenamiento para que lo puedas transmitir a tus pacientes **desde tu propia experiencia.**

CONÓCEME



La Caro Silva

Fisioterapeuta pélvica

14 años de experiencia

Especialista en
Sexualidad funcional

Docente internacional
de postgrado

Presidenta ACOFIP

Creadora del Programa
PowerPelvis for Pelvic
PT

Pero más que eso soy una persona **APASIONADA** por la **Fisio Pélvica**, AMO estudiar y actualizarme en todo lo que tiene que ver con esta área.

Creo firmemente en que el **autoconocimiento es poder** y que descubrir y desarrollar las cualidades del piso pélvico, tiene un gran impacto positivo en la vida de las personas.

La vida me ha dado la oportunidad de ser profesora en el área de la pélvica y **me encanta enseñar lo que sé y lo que voy aprendiendo día a día.**

Este programa y la **#ComunidadPower**, tienen mi corazón entero.

Y... CLARO QUE SOY POWER!

CONOCE LA METODOLOGÍA DEL **POWER PELVIS®**

A **partir del Miércoles 26 de Febrero de 2025** y durante las próximas **8 semanas**, nos conectaremos via zoom **todos los miércoles a las 21:00 hrs. (horario Santiago de Chile)** para **realizar el EntrenoPower** el cual tiene una duración aproximada de 1 hora.

Todas lxs Powers deben entrenar en casa durante la semana el plan que se haya realizado en el EntrenoPower. **Todos los martes hasta las 14:00Hrs de su país** deberán mandar al GrupoPower de whatsapp **un video de Máximo 10 segundos** mostrando un pedacito de su entreno de la semana. **Quien no mande el vídeo, NO podrá participar en vivo del EntrenoPower siguiente**

Al iniciar el programa PowerPelvis, inmediatamente, seras adicionadx a la **#ComunidadPower** y podrás comenzar a disfrutar de todos los beneficios!

Las **#RevisionesPower** se anuncian con un mínimo de 4 semanas de anticipación para que lxs Powers puedan programar sus agendas y asistir.

IMPLEMENTOS POWER



01

Pesas pélvicas

Idelamente con base AMPLIA.
Yo misma recomendaré
algunos modelos en la
primera semana del
programa.



02

Biofeedback (si es que tienes)



03

Masajeador

Yo haré la recomendación
en la primera semana del
programa



04

Espejo

Pequeño, de mano que se
pueda ubicar o sostener
frente a los genitales



CAROLINA SILVA®
KINESIOLOGÍA PÉLVICA



POWER PELVIS®

Vamos por un piso pélvico poderoso.