

Una charla abordará los beneficios del agua para embarazadas y bebés




Eva Bellido // Benicàssim

Una charla abordará los beneficios del agua para las mujeres embarazadas y los bebés el próximo **martes, 28 de junio, a las 19.00 horas**, en el **supermercado ecológico Mamá Bio**, situado en la avenida Castellón, 56, de Benicàssim.

La conferencia será **impartida por el fisioterapeuta Víctor Barreda, especializado en fisioterapia acuática, prenatal y pediátrica con más de 18 años de experiencia**. Barreda **acaba de regresar a España de su aventura por EEUU durante ocho años**, en los que se ha formado y ha trabajado con niños de todas las edades, bebés y mujeres embarazadas, con diferentes técnicas innovadoras en el ámbito de la fisioterapia y la educación, tanto en agua como en seco.


La sesión es gratuita, pero hay que reservar plaza en el centro Kinesis a través del código QR que aparece en la imagen promocional o de este enlace <https://www.eventbrite.com/e/entradas-beneficios-del-agua-para-embarazadas-y-bebes-372145105027>.



ORGANIZA:


28 DE JUNIO | 19H

RESERVA TU PLAZA



Charla:
Beneficios del Agua para mamás y bebés

DÓNDE:
Mamá Bio Supermercado Ecológico
Avinguda de Castelló, 56, Benicàssim

«El agua es la fuente de la vida. Los beneficios de estar en el agua han sido reconocidos durante siglos en muchas culturas del mundo. En las últimas décadas, ha habido una **mayor conciencia de sus beneficios curativos, sobre todo durante el embarazo, el parto y el posparto**», según explica Barreda.

Las madres y los bebés experimentan en el agua un gran alivio y libertad de movimiento»

Víctor Barreda, especializado en fisioterapia acuática, prenatal y pediátrica

«Hay muchas formas en que las madres, además de sus bebés, pueden beneficiarse de estar en el agua durante todo este proceso. Ambos experimentan un gran alivio y libertad de movimiento además que despiertan sus instintos más primitivos de conexión con este elemento», señala el experto.

Esta charla permitirá descubrir el poder curativo del agua durante estos procesos tan especiales



de la vida de una madre.

Clases en el centro Kinesis

Además, servirá de antesala para las **clases que arrancarán el 6 de julio en el centro Kinesis** de Benicàssim (Carrer del Desert, 2, bajo), que es de los pocos centros sanitarios de la Comunitat Valenciana que cuentan con una piscina terapéutica.

La inscripción ya está abierta para los cursos de julio y agosto, que son mensuales y que se realizarán una vez a la semana.

Las de **Aqua Prenatal** son la forma ideal de **ejercicio prenatal y preparación para el parto**. En el agua, la forma física se puede lograr de manera segura y sin esfuerzo durante cualquier etapa de su embarazo.

Consiste en una serie única de ejercicios que combinan la naturaleza terapéutica y flotante del agua con los efectos energizantes y armonizadores de la natación terapéutica, yoga, Aichi, ejercicios de fisioterapia adaptados, Watsu, visualización guiada y técnicas de relajación.





Por otro lado, también empezarán en el centro Kinesis los cursos **Aqua Babies, de psicomotricidad para bebés en el agua**. «Ya sea que tengan unas semanas o unos meses de vida, los bebés están constantemente en un estado de desarrollo a su propio ritmo y con un proceso único, señala Barreda.

«El programa está **destinado a niños de 4 a 12 meses** donde trabajamos para ayudar a que el bebé adquiera un correcto desarrollo motor, emocional e intelectual, de una manera sana, divertida y acorde a la etapa en la que se encuentran, utilizando el medio acuático para el disfrute de los más peques, ya que experimentan una libertad de movimiento debido a la sensación de ingravidez», relata el fisioterapeuta.

