

CURSO DE OBSTÁCULOS

# CURSO DE OBSTÁCULOS ACUÁTICO

PARA EL ENTRENAMIENTO SEGURO Y DIVERTIDO DE PREVENCIÓN DE CAÍDAS EN AGUA

EWAC

**MEDICAL**

*We get you moving*





**Creemos que dentro de la piscina existe un medio ambiente seguro para el entrenamiento del equilibrio. Es por eso que ofrecemos un paquete de obstáculos que se puede utilizar en entrenamiento de la prevención de caídas dentro de la piscina.**

La prevención de caídas es un tema importante para los pacientes con enfermedades neurológicas, reumáticas o condiciones ortopédicas. Comúnmente, estos pacientes entrenan usando una pista de obstáculos en tierra, lo que supone un gran riesgo ya que el paciente debe prevenir las caídas y posiblemente podría ser que termine lastimándose.

Junto con expertos en este campo, EWAC Medical ha desarrollado una solución para trasladar estos ejercicios al agua. Esto mejora la seguridad del paciente, pero lo más importante, ¡aumenta la diversión! La caída dentro del agua no es posible ya que el mismo agua mantendrá al paciente flotando. El curso de obstáculos tiene 4 modos de formación que juntos forman un paquete para entrenar el equilibrio dentro del agua.

#### **Juego de 4 vallas**

Consta de vallas de diferentes alturas que van desde 25 cm hasta 40 cm de altura y un obstáculo irregular. Este conjunto hace que el terapeuta pueda crear un pequeño recorrido en el cual los pacientes pueden ser retados a caminar sobre una superficie estrecha y si en dado caso tropezarán, pueden corregir su paso sin el miedo de caerse y, lo más importante, sin hacerse daño.

#### **Varilla de alcance ajustable**

Este obstáculo fue creado para ejercitar los movimientos donde el centro de gravedad se aleja de la parte superior del cuerpo. Por ejemplo, donde un paciente pudiera querer colgar un abrigo o un sombrero, llevar la mano hacia arriba y hacia afuera del cuerpo y desplazar el peso de ambas piernas a solo una pierna de forma frontal. Es ajustable entre 1,7 a 2,2 m, la varilla de alcance puede adaptarse a la altura del paciente según sea necesario.

#### **Juego de vigas de equilibrio**

Consta de dos vigas y tres placas de soporte. Las vigas son de 5 x 10 cm de ancho y se pueden utilizar tanto a lo ancho, como del lado estrecho para practicar el equilibrio cuando se camina de

forma lineal. Las vigas están equipadas con material antideslizante para aumentar el agarre.

#### **Tablero deslizante**

Este obstáculo fue creado para entrenar los cambios inesperados en el equilibrio durante un movimiento hacia fuera de las extremidades. El tablero se compone de una placa de 60 por 40 cm, para que el paciente pueda estar de pie. Cuando el centro de gravedad del paciente se mueva hacia afuera, el tablero se moverá al instante, al estar apoyado por ruedas que descansan adentro de un carril curvado. Las ruedas tienen un alcance limitado y por lo tanto el movimiento se detiene después de se ha alcanzado un cierto ángulo.

#### **Creando tu propio recorrido de obstáculos a medida que avances: se trata de tener ¡diversión!**

Con este gran paquete de obstáculos, que consta en un total de 8, el terapeuta puede crear una serie de obstáculos submarinos que son útiles y adaptables para el grupo y situaciones de ejercicio diferentes. Los pacientes pueden seguir todo el recorrido del curso de obstáculos uno tras otro, interactuando y divirtiéndose con los éxitos obtenidos.

#### **Materiales a prueba de piscina**

Todo el recorrido de obstáculos está hecho de plásticos y metales que son aptos para ser utilizados en ambientes de agua de piscina.

#### **Desarrollado por expertos en terapia acuática**

Este juego de obstáculos fue especialmente desarrollado para ejercicio de equilibrio por Johan Lambeck y Urs Gamper, siendo ambos conocidos expertos en el campo de la terapia acuática.

