



# TPA

Terapia Postural Activa®  
FACILITACION CON KURUNTAS



Lic. Klga. Ma. Silvina Lambertini

MP 2696

Autora TPA®

# TERAPIA POSTURAL ACTIVA

Autora Lic. María Silvana Lambertini



## TPA

Terapia Postural Activa®

FACILITACION CON KURUNTAS

**TPA<sup>®</sup>** es una **Técnica Terapéutica Gimnástica** direccionada hacia el abordaje Postural de carácter Global e Integral (físico - emocional - dinámico - vegetativo de vigilia y desestress) con casuística real demostrable. Su autora, la **Lic. María Silvina Lambertini**, Kinesióloga, Terapista Manual y Terapista Física Integral, ha ido desarrollando desde sus inicios como profesional en la Rehabilitación en los años 90 una búsqueda permanente de la innovación dentro del campo de la rehabilitación física junto a su casuística en sus experiencias laborales, inspirada de sus estudios académicos basados en la Kinesiología y técnicas francesas, tales como **Método Tres Escuadras** (Mezieres), mentora en sus inicios, como luego **Fendelkrais**, **Eutonia**, **Yoga**, **RPG**, etc. Sin perder la dirección siempre hacia la educación (docencia) y rehabilitación (terapia) Postural para abordar desde allí los diagnósticos de manera global e integral, ya que **sin la mente en positivo y consciente, el cuerpo no activará su recuperación**, sin primero aprender y aprehender no podrá adquirir lo nuevo que llega.

**TPA<sup>®</sup>** tiene en su andar mucho de educación para la prevención, biomecánica, fisiología, biología, anatomía aplicada al movimiento, puesta en marcha activa de los patrones correctos biomecánicos corporales, que los alumnos y pacientes deben reconocer y adoptar como mecanismos conscientes de autoreconocimiento, autocorrección, autogestión, adquiriendo hábitos saludables para obtener una vida saludable con buena calidad integral. Salida más rápida de las fases agudas y de reposos, reinsertarse al trabajo y a la sociedad lo antes posible. Vincularse en un grupo, divertirse y elevar el estado de ánimo.

Como meta social el planteo es lograr activar a la población, sacándolas del sedentarismo, con una propuesta gimnástica diseñada para que alcance gradualmente todos los beneficios que **TPA<sup>®</sup>** le irá brindando durante su práctica y más que demostrado beneficios que perdurarán en el tiempo. O bien ofrecer una alternativa de una gimnasia global, activa, variable, abarcativa, adaptable, sin riesgos, con control y explicación para los que demandan intensidad en los entrenamientos y que nos expresan no estar acordes con los gimnasios masivos de rutinas generales y no personalizadas, como así también de prácticas poco confiables y altamente riesgosas para la salud.

## ¿ Qué beneficios se logran al practicar semanalmente TPA<sup>®</sup> ?

- **Aprendizaje**, reconocimiento de su cuerpo, lo cual ayuda al compromiso del hábito gimnástico y su participación a las clases semanales **TPA<sup>®</sup>**.
- **Sacar la victimización** de la patología o diagnóstico. Con la activación del cuerpo y sus beneficios logra concentrarse más en lo que debe avanzar que en lo que tiene que padecer. Muchas veces la desinformación afecta aún más el estado de ánimo del paciente y pierde el timón de su estima.
- **Moverse**, porque el movimiento será la analgesia natural intrínseca que promueve a sentirse mejor, más libres, fluidos y saludables antes que entrar en períodos de reposo con medicaciones permanentes.
- **Jugar con la gravedad**, recordando experiencias psicomotrices de la niñez, sensaciones aéreas con columpios, arneses, balanceos, equilibrios, inversiones posturales, etc., serán abordadas como objetivos dentro de la clase , para despertar centros motores nuevos o dormidos y reactivar los sistemas propioceptivos que llegarán para completar el entrenamiento.  
Gravedad, descoaptación por inversión, luz intraarticular, por estar favorecidos a la gravedad. Facilitados por kuruntas y columpios.
- **Liviandad, descompresión, analgesia**, son unos de los tantos resultados inmediatos.
- **Postura correcta y organizada**, reconocida y reparada en todos los órdenes, en estática, en dinámica, durante y en el regreso del movimiento.
- **Mente despierta y consciente**, ávida y presente, aprendiendo y reconociendo, interactuando junto a las sensaciones de vigilia y desestress.
- **Autorregulación**. Autonomía y gestión de las habilidades, aprendizaje de lo nuevo, decisión propia de ejecutar, escucharse, vencer los miedos, animarse, salir de entrenamientos monótonos. Buscar desafíos, conocer los límites, activar y lograr relajar, sentirse parte presente dentro de un grupo.
- **Vigilia**. Llamado estrés necesario para cumplir sólo las demandas. Sistema que logrará poner en marcha mecanismos de acción para lograr objetivos tales como moverse en contra la gravedad, tonificar, resistir, mantener posturas intensas, etc., muy necesario para mantener posturas de la vida diaria sin cansancio, con restos de energías residual para cubrir necesidades.
- **Descanso**. Relajación consciente. Meditación. Instropección. Propiocepción auditiva, olfativa, corporal, sin tener que asistirse con la visión, logrando desacelerar procesos de vigilia, para llegar a un sistema de relajación (parasimpatía) sin estar dormidos, momento de reparación, soltura, un viaje dentro de un universo personal y propio.

- **Emoción.** Se desprenderán emociones, reacciones no intelectualizadas, producto algunas de ellas de reacciones vegetativas por aperturas de cadenas corporales y nuevas dinámicas, risas, alegría, gratitud y por vincularse en un grupo positivismo, optimismo, comunicación con los pares, empatía, prontitud en su rehabilitación por rapport.

- **Consciencia Corporal.** Enriquecer la imagen, aumentar la estima de disfrutarse a sí mismos por lo que pueden, por sus facilidades en vez de recriminarse por lo que han perdido. Etapa de reafirmación cuerpo y mente, pensamientos y acción, cuidado e higiene, hábitos y prácticas adquiridas.

- **Coordinación, equilibrio, performance, cadencia.**

- **Facilitación.** Gracias a los arneses que se encuentran en la sala, los alumnos pueden ganar más estabilidad, equilibrio, entrenamiento en piso, aéreo, en inversión, suspensión postural con columpios, espaldares, estar sujetos para no caer y aumentar las palancas de aperturas musculares con sogas o kuruntas.

- **Disciplina,** agenda semanal de actividad física. Lograr incorporar la actividad dentro de las rutinas diarias, semanales, mensuales y anuales.

- **Objetivos.** Válidos para cada persona, según evaluación global. Dentro de un contexto grupal reducido a corto plazo, mediano y largo plazo.

- **Sistemas.** Se mejorarán los sistemas cooperativos al movimiento, respiratorio, digestivo, circulatorio, evacuatorio, genitourinario, excretor, fonación, masticación, desestress de los mismos, buen uso de las energías.

- **Sentidos.** Percepción auditiva, olfativa, propioceptiva, en colaboración con la vista .

- **Descanso.** Se mejora la calidad del dormir (insomnio, ronquido, apneas).

- **Revitalizador.** Mejora la distribución de oxígeno a todos los tejidos del organismo, mejora la limpieza interna. Drenaje.

- **Cirugías.** Acompañamiento pre quirúrgico. Recepción en la fase activa post quirúrgica.

- **Analgesia. Descontracturante. Desbloques. Elongación. Alineación.**

## ¿Desde cuándo comenzar a practicar TPA<sup>®</sup> ?

Desde la escolaridad, porque actuar en prevención, es adelantarse a los síntomas que llegarán propios por la edad y sus hábitos posturales incorrectos, por su entrada al deporte, por los cambios físicos emocionales que llegan abruptamente, por sus emociones encontradas, por avidez en el aprendizaje, por jugar, por divertirse, por calmar y relajar.



**TPA**® podría ser una asignatura complementaria dentro de la Educación deportiva escolar, de las ciencias biológicas, esparcimiento y vida con la naturaleza, perfectamente conectada como herramienta de aprendizaje.

## ¿Quiénes podrían ser Terapistas Posturales?

La Lic. Ma. Silvina Lambertini ha diseñado la Formación **TPA**® profesional para todos los profesionales habilitados en la salud y en movimiento, que tengan cursada las asignaturas necesarias para el abordaje docente, motriz y terapéutico, siendo sólo el caso para los kinesiólogos el hecho que les compete legalmente el abordaje de la rehabilitación. Los demás profesionales podrán transmitir **TPA** con fines gimnásticos, educativos y preventivos.

## ¿Cómo es la Formación **TPA**® profesional?

La formación consta de dos fases troncales obligatorias: **A)** Fase Audiovisual Plataforma **TPA**®. Consta de 5 módulos didácticos y prácticos. Acompañamiento por 5 meses consecutivos. **B)** Fase presencial vivencial: 3 días consecutivos, 9 hrs diarias. En una sala totalmente equipada para la práctica **TPA**®. Adquisición de un kit completo **TPA**® más portátil para que puedas practicar en tu desarrollo de aprendizaje. Consta de un columpio gravitacional, kuruntas manuales e inguinales y un dispositivo que lo hace portátil y ambulatorio.- Posterior a este inicio troncal de la formación recibirás actualizaciones teóricas, meetings audiovisuales y nuevas plataformas digitales prácticas para mantener tu crecimiento profesional y seguir juntos en acción. Serás un/a diplomada/o **TPA**®, figurarás en la lista oficial así como tu próximo proyecto comercial **TPA**®. Serás publicada/o en un listado de salas activas de Argentina.

La Lic. Silvina Lambertini brinda su máxima disponibilidad y experiencias al servicio para que la Técnica patentada sea vivenciada, reconocida y percibida por los profesionales en esos días. Permitiendo el uso de la Marca para publicidad y con fines profesionales exclusivamente. 100% práctica con teórica implícita en la misma. Ofrece su Instituto para que observen clases en vivo. Abre la posibilidad de que cursen como alumnos en **Vianett Instituto** o en centros **TPA**® cercanos a los interesados para experimentar **TPA**® en sus vidas personales. Asesoría, acompañamiento, bolsa de trabajo, etc. Siempre presente. A través de una comunicación fluida con el grupo conformado **TPA**® profesionales.

## ¿Qué aportará TPA<sup>®</sup> a un profesional de la salud y el movimiento?

- **Perfeccionamiento.** Porque la asignatura POSTUROLOGÍA no es muy reconocida y presentes en la grilla de asignaturas de estudios. La ciencia de la posturología les abrirá nuevos paradigmas de entrenamientos físicos, más cuidados, global, integradores, sistémicos, bien cuidados, entendidos, vinculantes con el sistema osteo-mio-articular.
- **Le dará otra perspectiva** de cómo conformar una sala de gimnasia postural activa, con compromiso asumido de los alumnos, con evaluaciones y admisiones, elaborar clases variadas, sin monotonías. Serán el docente y director de la clase, los alumnos se autogestionan con sus arneses, sin tener que ayudarse con el cuerpo del terapeuta como sostén, estarán más cuidados ante caídas o desequilibrios posturales.
- **Refrescarán la biomecánica** como motor de aprendizaje y conexión con la fisiología y neurología. Serán parte integrante del grupo, por lo que motiva a entrenar físicamente todas las jornadas de abordaje, manteniendo un espíritu joven y un cuerpo saludable.
- **Aumentarán la confianza,** la estima como líderes docentes, emisores de la salud y el movimiento. Rol preventivo en la sociedad.
- **Gran creatividad** en el diseño personal y subjetivo de las clases, aplicarán TPA<sup>®</sup> con su propia impronta sin imitaciones o copias de recetas anónimas carentes de estudios preliminares.
- **Podrán complementar TPA<sup>®</sup>** a la Educación Física, a las salas de yoga, a los Estudios de danza y Pilates, a una clase escolar, etc., perfeccionar con la posturología.
- En caso de **Kinesiólogos** lograrán acceder a las fases activas de resolución claudicante de la patología, es decir, ya no tendrán que derivar para activar al paciente dando una continuidad a su tratamiento.
- **Armarán su propia sala** de gimnasia dentro del centro kinesiológico, podrán agrupar a los diagnósticos fases activas, considerando trabajar más pacientes en menos horas y autogestionados con un comando profesional.
- **Los profesionales de la salud y el movimiento** podrán intercambiar sus conocimientos, experiencias, trabajar ambos en un mismo entorno, combinando conocimientos y experimentando equipos de trabajo interdisciplinarios.



## Mensaje de la Lic. Silvana Lambertini:

La kinesiología ha sido una de mis pasiones y junto a mi rol de madre han forjado mi personalidad, lo que pienso, digo y llevo a cabo. Valoro cada instante vivido, cada sesión con un paciente en una nueva oportunidad de crecer y aprender. Descubro lo que hace falta y lo pongo al servicio. Como gestora de la salud.

Resiliente, lejos de pensar en lo difícil y arduo, me presento siempre con ánimo de avanzar, mejorar, trascender y crear nuevas alternativas para llegar a más personas en mi andar para que practiquen **TPA**® y a más profesionales que lo adopten para sus profesiones académicas de la salud y del movimiento.

Abriendo nuevos rumbos, cruzando fronteras y entrelazándonos para unirnos en la salud y la prevención.

Abrazo afectuoso y muchas gracias.

---

## Currículum Vitae:

Propiedad intelectual, creadora **TPA**®, Lic. Kiga. María Silvana Lambertini - MP 2696.

Fecha de Nacimiento 13/05/72.

Egresada de UNC, Facultad de Ciencias Médicas, Esc. De Kinesiología y Fisioterapia. Córdoba Argentina.

Colegiada y matriculada por la Regional de Kinesiólogos y Fisioterapeutas N° IV Córdoba Capital.

Especializada en **Terapias Posturales Globales - Método Tres Escuadras** (Base Mezieres , Francia).

Formada por sus creadores Nicolle y Antony Morrelli.

Socia integrante del **ATIP** Asociación Internacional de Terapistas Físicos.

Desde 1999 desarrolla una carrera profesional con casuísticas variadas con Método Tres Escuadras, tratamiento individual con resultados óptimos y demostrables.

Tras la innovación, la búsqueda de respuestas más rápidas y globales con un lenguaje integrador, sorteando las adaptaciones socioeconómicas de la muestra poblacional, crea con propiedad intelectual **TPA**®, una gimnasia global terapéutica sistémica, la patenta y la registra en Argentina y la UE.

Llevando hacia una fase más activa la rehabilitación y empoderamiento del paciente como alumno e incorporándolo a un grupo para crear vínculos ( rapport ) y aumentar su estima, necesario para su pronta recuperación y reinserción familiar, laboral y social.

La **Lic. Silvana Lambertini** ha participado en ateneos para estudiantes y residentes de la Carrera de Kinesiología, en Hospitales, escuelas primarias, Salas **TPA**® de colegas formados, mateadas de debates y presentación de casos.



También participó del Congreso Internacional, invitada por la Regional IV, Taller Práctico Vivencial **TPA**®; en reportajes informativos, así como en el Simposio Profesional de Kinesiólogos. Todas ellas excelentes experiencias que estimulan a los jóvenes futuros profesionales a buscar técnicas innovadoras, activas, de aporte global y de gran creatividad y participación con el paciente o alumno.

La Lic. Lambertini ha brindado formaciones presenciales no solo en Córdoba Capital, sino también federalizando en Santa Fe Capital, La Rioja Capital, Buenos Aires Provincia y Capital Federal. A nivel internacional llevó a cabo las formaciones **TPA**® en la ciudad de Madrid, España, por lo que la familia **TPA**® sigue creciendo y trascendiendo más allá de Argentina, país que la vio nacer.

En la actualidad, existe una red de **Salas oficiales TPA**® ubicadas en diferentes ciudades, provincias y países. Más de 2000 profesionales diplomados y miles de practicantes que hoy la eligen.

---

## Contacto por Consultas e Información:

Lic. **María Silvina Lambertini** - M.P 2696. Única responsable y titular de la Formación **TPA**®.

Gerente del **Instituto Vianett**. Calle Cosquín 1222. B° Jardín. Córdoba Capital.

**Cel:** +54 9351 5096098 | **Correo:** terapiaposturalactiva@gmail.com | **Web:** www.tpavianett.com

**Fan page Facebook:** Vianett Comunidad | **Instagram:** tpa.oficial | **Youtube:** terapia postural activa

## Datos de Marcas y Patentes Registrada en Argentina y la Unión Europea

**TPA**® ISBN 978-987-33-8576-6

Biblioteca Virtual **TPA**® ISBN 978-987-42-5585-3

Obra inédita Audiovisual no musical **RL 2021-48742312-APN-DNDA-#MJ**

**Obra Publicada: TPA TERAPIA POSTURAL ACTIVA FACILITACION CON KURUNTAS**

Nº 5256656 - FECHA: 10/2015

**Obra Publicada: TUTORIAL TPA VIRTUAL - RL-2018-05962739-APN-DNDA#MJ - FECHA:**

02/2018

**Obra Publicada: MATERIAL DE ESTUDIO - BIBLIOTECA PRACTICA TPA Nº 1, 2 y 3**

RL-2023-36132506-APN-DNDA#MJ - FECHA: 04/2023

---

## Marca TPA Registrada y Derecho de Autor

---

### ¿Qué significa que TPA<sup>®</sup> como Metodología tiene autoría ?

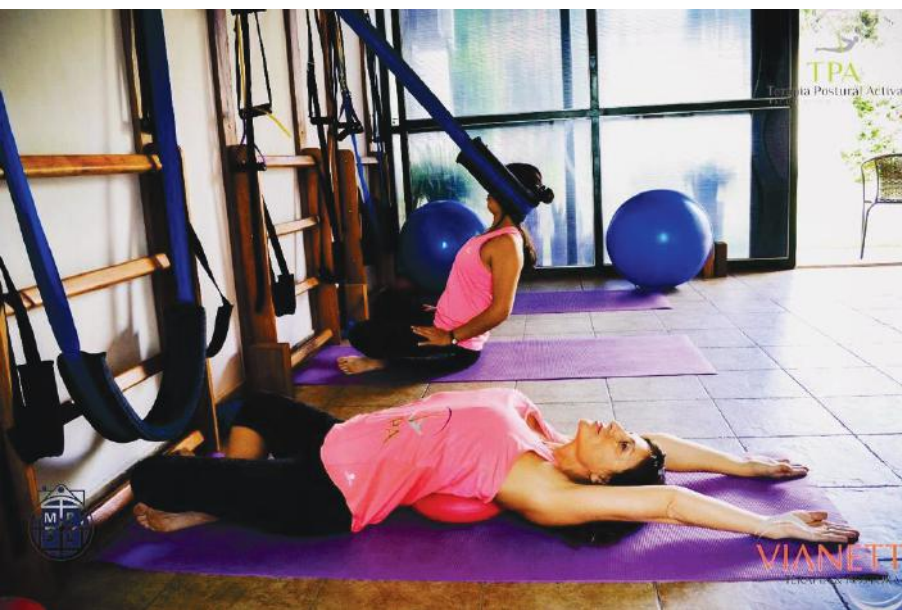
Cuando un ciudadano tiene en su mente una idea inventiva, creativa y la desarrolla para un fin específico puede presentarse como Derecho de Autor junto con su obra inédita, a la entidad Nacional de Derecho de Autor de la República Argentina, quedando legalmente protegida. En el caso de **TPA<sup>®</sup>** la Lic. Klga. Silvina Lambertini MP 2696 en carácter de Autora **TPA** en el año 2015 obtuvo su primer **ISBN** N° 978-987-42-5585-3 como autoría Terapia Postural Activa marco teórico y práctico. En el año 2017 su segundo **ISBN** Plataforma Audiovisual **TPA** Biblioteca virtual ISBN N° 978-987-33-8576-6. En el año 2021 Obra inédita Audiovisual no musical **RL** 2021-487423 I 2-APN-DNDA-#MJ.

En Abril 2023 **Obra Publicada** MATERIAL DE ESTUDIO - BIBLIOTECA PRACTICA **TPA** N° 1, 2 y 3 **RL**-2023-36 I 32506-APN-DNDA#MJ.

### ¿Qué significa Marca Registrada TPA ?

**TPA**, su nombre, sigla, fonética, isotipo y logotipo ha sido aceptado y registrado como marca en el **INPI**, única titular y propietaria de la marca la Lic. Silvina Lambertini. Dicho registro se efectuó en el año 2016 clase 4 I Argentina y la UE N° 17136144TPA en el año 2018. Ambos vigentes en la actualidad.







# VIANETT®

TERAPIA & POSTURA

Sede de Formación Profesional

 tpa.official  terapia postural activa  terapiaposturalactiva@gmail.com

[www.tpavianett.com](http://www.tpavianett.com)



TPA - Registro de Marca y Patente N° 2.735.525

ISBN N° 978-987-33-8576-6