

**DESCRIPCIÓN BIBLIOGRAFICA DEL TFE**  
**IALAREN BURUZKO BIBLIOGRAFIAREN DESKRIBAPENA**

Grado/gradu <input type="checkbox"/>	Año	Urtea	Título del TFE	IALaren Izena	
Master <input checked="" type="checkbox"/>	2017		Efectos del método propioceptivo pelvipereineal 5P sobre el equilibrio y la musculatura abdominal e <sup>+</sup>		
<b>Autor</b>			Egilea		
<b>Apellido primero</b>		Lehen deitura	<b>Apellido segundo</b>		Bigarren deitura
de Miguel			Hernando		
<b>Nombre</b>		Izena			
Silvia					
<b>Titulación</b>	Titulazioa				
M.U. en Investigación en Ciencias de la Salud / U.M. Osasun Zientzietako Ikerketan					
<b>Director del TFE</b>		IALaren zuzendaria			
Ana María Insausti		UPNA/NUP <input checked="" type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
<b>Codirector del TFE</b>		IALaren zuzendarikidea			
Ana Bays		UPNA/NUP <input checked="" type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
Inglés Ingelesa	<b>Abstract (resumen de 100-250 palabras)</b>		<b>Abstract (laburpena 100-250 hitzetan)</b>		
	<p>Introduction: The 5P perineal proprioceptive postural reeducation method, designed by Chantal Fabre-Clergue, consists of maintaining the balance on an unstable surface, with the abdominal-pelvic muscles activation to achieve the postural tonic adjustment. It produces beneficial results in different areas, such as the prevention or treatment of urinary incontinence (UI).  Aims: Assess the effects of the 5P method after a 7-week training on UI, abdominal musculature, posture and balance in women aged 30 to 49 with postpartum or post hysterectomy UI symptoms.  Methodology: Quasi-experimental and longitudinal study, with intervention, of a sample of women with UI from Tudela. The intervention was 14 sessions of the 5P method.  Results and discussion: The 5P method produces postural improvements and changes in the internal oblique muscle. The intervention has caused non-significant changes in balance and UI. There are few research studies about this technique.</p>				
	<b>Materias o Palabras claves (máximo 5)</b>		<b>Gaiak edo hitz gakoak (gehienez 5)</b>		
5P Method, Urinary Incontinence, Posture, Abdominal Muscles.					

DESCRIPCIÓN BIBLIOGRAFICA DEL TFE  
 IALAREN BURUZKO BIBLIOGRAFIAREN DESKRIBAPENA

Grado/gradu <input type="checkbox"/>	Año	Urtea	Título del TFE	IALaren Izena	
Master <input type="checkbox"/>	2017		Efectos del método propioceptivo pelvipereinal 5P sobre el equilibrio y la musculatura abdominal e+		
Autor			Egilea		
Apellido primero	Lehen deitura		Apellido segundo	Bigarren deitura	Nombre
de Miguel		Hernando		Silvia	
Titulación	Titulazioa				
M.U. en Investigación en Ciencias de la Salud / U.M. Osasun Zientzietako Ikerketan					
Director del TFE		IALaren zuzendaria			
Ana María Insausti		UPNA/NUP <input type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
Codirector del TFE		IALaren zuzendarikidea			
Ana Bays		UPNA/NUP <input type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
Castellano Gaztelania	Abstract (resumen de 100-250 palabras)			Abstract (laburpena 100-250 hitzetan)	
	<p>Introducción: El método de reeducación postural propioceptiva perineal 5P, diseñado por Chantal Fabre-Clergue, consiste en el mantenimiento del equilibrio sobre una superficie inestable, con la activación de la musculatura abdómino-pélvica para conseguir el ajuste tónico postural. Produce resultados beneficiosos en distintas esferas, como podría ser la prevención o el tratamiento de la IU.</p> <p>Objetivo: Evaluar los efectos del método 5P tras un entrenamiento de 7 semanas sobre la IU, la musculatura abdominal, la postura y el equilibrio en mujeres de 30 a 49 años con síntomas de IU postparto o post-histerectomía.</p> <p>Metodología: Estudio con intervención, cuasi-experimental y longitudinal, de una muestra de mujeres de Tudela con IU. La intervención consistió en 14 sesiones del método 5P.</p> <p>Resultados y discusión: El método 5P produce mejoras posturales y en el músculo oblicuo interno. La intervención ha producido cambios no significativos en el equilibrio y en la IU. Existe poca investigación sobre esta técnica.</p>				
	Materias o Palabras claves (máximo 5)			Gaiak edo hitz gakoak (gehienez 5)	
Método5P, Incontinencia Urinaria, Postura, Músculos Abdominales					

DESCRIPCIÓN BIBLIOGRAFICA DEL TFE  
 IALAREN BURUZKO BIBLIOGRAFIAREN DESKRIBAPENA

Grado/gradu <input type="checkbox"/>	Año	Urtea	Título del TFE	IALaren Izena	
Master <input type="checkbox"/>	2017		Efectos del método propioceptivo pelvipérfico 5P sobre el equilibrio y la musculatura abdominal e <sup>+</sup>		
Autor			Egilea		
Apellido primero	Lehen deitura		Apellido segundo	Bigarren deitura	Nombre Izena
de Miguel		Hernando		Silvia	
Titulación	Titulazioa				
M.U. en Investigación en Ciencias de la Salud / U.M. Osasun Zientzietako Ikerketan					
Director del TFE		IALaren zuzendaria			
Ana María Insausti		UPNA/NUP <input type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
Codirector del TFE		IALaren zuzendarikidea			
Ana Bays		UPNA/NUP <input type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
Euskera Euskara	Abstract (resumen de 100-250 palabras)		Abstract (laburpena 100-250 hitzetan)		
	Materias o Palabras claves (máximo 5)			Gaiak edo hitz gakoak (gehienez 5)	

DESCRIPCIÓN BIBLIOGRAFICA DEL TFE  
 IALAREN BURUZKO BIBLIOGRAFIAREN DESKRIBAPENA

Grado/gradu <input type="checkbox"/>	Año	Urtea	Título del TFE	IALaren Izena	
Master <input type="checkbox"/>	2017		Efectos del método propioceptivo pelvipérfico 5P sobre el equilibrio y la musculatura abdominal e <sup>+</sup>		
Autor			Egilea		
Apellido primero	Lehen deitura		Apellido segundo	Bigarren deitura	Nombre Izena
de Miguel			Hernando		Silvia
Titulación	Titulazioa				
M.U. en Investigación en Ciencias de la Salud / U.M. Osasun Zientzietako Ikerketan					
Director del TFE		IALaren zuzendaria			
Ana María Insausti		UPNA /NUP <input type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
Codirector del TFE		IALaren zuzendarikidea			
Ana Bays		UPNA/NUP <input type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
Francés Frantsesa	Abstract (resumen de 100-250 palabras)		Abstract (laburpena 100-250 hitzetan)		
	Materias o Palabras claves (máximo 5)			Gaiak edo hitz gakoak (gehienez 5)	

**DESCRIPCIÓN BIBLIOGRAFICA DEL TFE**  
**IALAREN BURUZKO BIBLIOGRAFIAREN DESKRIBAPENA**

Grado/gradu <input type="checkbox"/>	Año	Urtea	Título del TFE	IALaren Izena	
Master <input type="checkbox"/>	2017		Efectos del método propioceptivo pelvipereinal 5P sobre el equilibrio y la musculatura abdominal e+		
<b>Autor</b>			<b>Egilea</b>		
<b>Apellido primero</b>		Lehen deitura	<b>Apellido segundo</b>		Bigarren deitura
de Miguel			Hernando		
<b>Nombre</b>		Izena			
Silvia					
<b>Titulación</b>	<b>Titulazioa</b>				
M.U. en Investigación en Ciencias de la Salud / U.M. Osasun Zientzietako Ikerketan					
<b>Director del TFE</b>		<b>IALaren zuzendaria</b>			
Ana María Insausti		UPNA /NUP <input type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
<b>Codirector del TFE</b>		<b>IALaren zuzendarikidea</b>			
Ana Bays		UPNA/NUP <input type="radio"/> otro/beste bat <input type="radio"/>			
<b>Otro idioma</b> <b>Beste hizkuntza bat</b>	<b>Abstract (resumen de 100-250 palabras)</b>			<b>Abstract (laburpena 100-250 hitzetan)</b>	
	<b>Materias o Palabras claves (máximo 5)</b>			<b>Gaiak edo hitz gakoak (gehienez 5)</b>	