

ÁLEX MONASTERIO URÍA

Tlf.: 676.91.47.47

web: www.columna-sana.com

e-mail: alexfisio@hotmail.com



- Nacido en Barcelona el 22 de abril del 1972

ESTUDIOS

- **C.O.U.:**

- I.B. Lloret de Mar.
- Lloret de Mar, Gerona. 1989-1990.

- **TÉCNICO EN PRÓTESIS DENTAL:**

- Instituto de Formación Profesional Francesc Pejoan.
- Barcelona. 1990-1992. - Premio extraordinario Promoción.

- **DIPLOMADO EN FISIOTERAPIA:**

- Universidad Ramón Llull, (Escuela Universitaria de Enfermería, Fisioterapia, Dietética y Nutrición Blanquerna).
- Barcelona. 1994-1997
- Promedio calificación carrera: notable (8.5).

FORMACIÓN CONTINUADA

- **PRIMEROS TALLERES DE VERANO EN FISIOTERAPIA APLICADA.**
 - Junio de 1995.
- **CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS Y SOCORRISMO BÁSICO**
 - Junio de 1997.
 - Cruz Roja.
- **2^{ES} JORNADES CATALANES DE FISIOTERÀPIA EN GERIATRIA**
 - Octubre de 1999.
 - Universidad Ramon Llull.
- **POSTGRADO DE ELECTROTERAPIA**
 - Mayo de 2000.
 - Universidad Ramon Llull.
 - 20 horas (2 créditos).
- **POSTGRADO DE DIAGNÓSTICO EN FISIOTERAPIA**
 - Mayo de 2000.
 - Universidad Ramon Llull.
 - 20 horas (2 créditos).
- **POSTGRADO DE "TECNICAS DE REGENERACIÓN DE PARTES BLANDAS"**
 - Febrero 2002.
 - Universidad Ramon Llull.
 - 40 horas (4 creditos).
- **POSTGRADO TÉCNICAS MIOTENSIVAS Y MANIPULATIVAS DE COLUMNA Y PELVIS**
 - Mayo de 2006.
 - Centro de alto rendimiento de Sant Cugat.
 - 40 horas (4 creditos).
- **POSTGRADO INDUCCIÓN MIOFASCIAL (Andrzel Pilat).**
 - 2007.
 - Universidad Ramon Llull.
- **POSTGRADO OSTEOPATÍA**
 - 2007-2009
 - Escuela Universitaria de fisioterapia Gimbernat y Tomás Cerdà.
- **ACTUALMENTE CURSANDO EL MÀSTER EN OSTEOPATÍA**
 - Escuela Universitaria de Fisioterapia Gimbernat y Tomás Cerdà.

EXPERIENCIA LABORAL

- **FUNDACIÓN VICENTE FERRER**.....(enero - febrero) 1.998

 - ANANTAPUR (Andhra Pradesh, INDIA).
 - Formación de personal en la teoría y praxis de la profesión de **Fisioterapia**.
Atención en rehabilitación física a pacientes de la región.

- **MUTUA DE ACCIDENTES LABORALES DE SABADELL S.A.T.**..... 1.998

 - Fisioterapia traumatológica.

- **HOSPITAL DE SANT PAU** 1.998 - 99 - 00 - 01 - 02 - 03

 - Servicio de Ortopedia y Traumatología.
 - Servicio de Reumatología.

- **MANFRED** 1.999 - 00 - 01

 - Centro posthospitalario de fisioterapia neurológica.
 - Fisioterapia grandes discapacitados.
 - Tutor de los alumnos en prácticas de 1^{er} y 2^o cuatrimestre.

- **ARSENAL DEPORTIVO** 2.001 - 02 - 03 - 04 05 - 06 - 07

 - Fisiosioterapia Traumatologica y deportiva.

- **INSTITUTO DE SHIATSU "ZENIT"** 2.002 - 03 - 04 - 05 - 06 - 07

Docente en el 1^{er}, 2^o y 3^{er} curso de formación de futuros profesionales de shiatsu.

 - Asignatura: Anatomía.

- **INSTITUTO DE IOGA "EQUILIBRIUM"** 2.002 - 03 - 04 - 05 - 06 - 07 - 08

Docente en el 1^{er}, 2^o, 3^{er} y 4^o curso de formación de futuros profesores de yoga.

 - Asignatura: Anatomía.

- **CONFERENCIANTE PARA LA A.E.P.Y.** 2.005

A.E.P.Y. (Asociación española de practicantes de yoga).

- **ESCUELA UNIVERSITARIA DE ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA BLANQUERNA** (Ramon Lull).

Docente. 1.999 - 00 - 01 - 02 - 03 - 04 - 05 - 06 - 07 - 08 - 09

 - Asignatura: Teórico-prácticas (Tp's), 1^{er} curso -1^{er} cuatrimestre.
 - Tutor de los alumnos en prácticas de 1^{er} y 2^{on} cuatrimestre.

· **DIRECTOR DE LOS CURSOS DE FORMACIÓN "ANATOMÍA PARA EL YOGA TERAPÉUTICO"**

Cursos de anatomía, fisiología, patología y ejercicios de corrección postural destinados a conocer en profundidad la estructura y funcionamiento de las estructuras corporales. Para más información consultar la web: www.columna-sana.com

· **CORRECTOR CIENTÍFICO**

Revisión y corrección científica para la Editorial Paidotribo de libros extranjeros traducidos al castellano.

- **Kripalu Yoga** (en proceso de edición. Próxima puesta en venta).
- **El yoga como medicina, prescripción del yoga para la salud y la curación** (en proceso de edición. Próxima puesta en venta).

· **CONSULTA DE OSTEOPATÍA Y FISIOTERAPIA "COLUMNA SANA"**

Consulta privada en la que desarrollo la fisioterapia general con especialización en columna vertebral.

· **OTRAS ACTIVIDADES:**

- Programa radiofónico en la "COM Radio" para hablar sobre columna vertebral (junio 2007).
- Curso en la central de AXA/Winterthur sobre higiene postural (2007).
- Curso de educación corporal para músicos en el Conservatorio de Badalona (curso 2009-2010).
- Curso "Una herramienta de crecimiento integral: el yoga en la educación". Organiza l'ICE de la UAB y va dirigido al Profesorado de Educación Infantil, Primaria y Secundaria. Años 2009 y 2010. Colaboro en el curso impartiendo el apartado de anatomía, fisiología y patología.

· **AUTORIA DEL LIBRO "Columna Sana" Ed. Paidotribo (mayo 2008):**

Columna Sana es un libro en el que se exponen las diferentes áreas científicas de estudio que hacen referencia a la columna vertebral (anatomía, fisiología, patología y posturología) y cuyo objetivo es transmitir al lector las bases sobre su funcionamiento y los orígenes de los problemas que más comúnmente suelen afectarla (artrosis, hernias, pinzamientos, hiperlordosis, escoliosis, etc.). En él se destaca la importancia de los malos hábitos posturales o de movimiento en la aparición de los diferentes procesos patológicos/dolorosos y se detallan las actitudes correctas para la adecuada utilización de la columna. Se incluyen además un abanico de ejercicios, clasificados por regiones vertebrales, enfocados a mejorar el equilibrio estructural, desarrollar conciencia corporal y a prevenir, reducir e incluso eliminar los frecuentes dolores que suelen aparecer en la espalda.

