

**CURSO BÁSICO SOBRE PUNTOS GATILLO MIOFASIALES Y SU
ABORDAJE MEDIANTE LA PUNCIÓN SECA**

PROFESOR: MSC. EDGAR HITA



TK
Therakinesis



TK
Therakinesis



INSTEMA

¿QUIÉNES SOMOS?

INSTEMA, Instituto de Postgrado en Terapia Manual, es un centro de formación para profesionales de la Fisioterapia líder en España y cuya presencia internacional está en plena expansión. Fundada en 2.003 lleva más de 10 AÑOS AL SERVICIO DE LA FISIOTERAPIA, defendiendo y dando a conocer el valor de nuestra profesión. En 2011 se creó la alianza INSTEMA & THERAKINESIS LATINOAMÉRICA, teniendo en THERAKINESIS una empresa comprometida, que comparte los mismos valores, filosofía y con el objetivo de acercar a los fisioterapeutas de su región la mejor formación en fisioterapia a nivel internacional, teniendo así un gran éxito en cada una de las actividades, el cual es respaldado por nuestros alumnos.

OBJETIVOS:

Es un proyecto que lleva la única intención de que los fisioterapeutas tengan facilidades para formarse, y que visualicen a INSTEMA & THERAKINESIS como su casa, un sitio en el que se comparte el amor por la fisioterapia y se coloca en el lugar que se merece.

PROFESIONALIDAD:

Presentes en más de 10 países y en constante expansión, siempre de la mano de la calidad de gestión, acompañada de un muy alto nivel docente.

INSTEMA ESPAÑA

Avenida Germanías nº 29
46760 Tavernes de la Valldigna
Valencia, ESPAÑA

info@instema.net

(+34) 96 283 64 25 / (+34) 620 213 836

THERAKINESIS

therakinesis@gmail.com

(+506) 8359-8858 / (+506) 8861-0305

COSTA RICA





TK
Therakinesis



DESCRIPCIÓN DEL CURSO

El presente curso constituye una guía teórico-práctica para introducirse en el manejo fisioterapéutico del Síndrome de Dolor Miofascial (SDM), tanto desde el punto de vista conservador como invasivo. El abordaje conservador de los puntos gatillo miofasciales (PGM) ha mostrado efectividad en gran cantidad de patologías del aparato locomotor, dada la alta prevalencia y su frecuente asociación con los síndromes clínicos musculoesqueléticos. Tanto el dolor referido como las alteraciones sensitivas, motoras y autonómicas asociadas a los PGM son susceptibles de tratamiento fisioterápico mediante distintas técnicas de compresión, estiramiento, masaje, técnicas de liberación posicional o neurodinámicas.

Entre las técnicas invasivas, la punción seca superficial y, especialmente, la punción seca profunda constituyen técnicas que aportan mayor efectividad y accesibilidad a regiones corporales donde el tratamiento conservador no permite solucionar el cuadro clínico. La punción seca es una técnica que se incluye implícitamente en las competencias del fisioterapeuta en la World Confederation for Physical Therapy (WCPT), dado que consiste en el estímulo físico percutáneo de distintos tipos de agujas de acupuntura. En este sentido, se denomina “seca” porque no usa ningún tipo de sustancia, a diferencia de la infiltración, constituyendo un medio físico que genera un efecto puramente mecánico de la aguja sobre el tejido. Según distintas revisiones de evidencia clínica, la punción seca es una técnica efectiva que induce un proceso regenerativo beneficioso en alteraciones musculares, con bajo coste y segura en su aplicación mediante una formación específica.

Por ello, se muestra una selección de técnicas mediante técnicas manuales y, fundamentalmente, mediante punción seca en los PGM más efectivos y seguros en el SDM de aquellas regiones corporales que, a menudo, se presentan en los pacientes con esta patología neuromuscular.





TK
Therakinesis

PROGRAMA

1. Bases neurofisiológicas del síndrome del dolor miofascial (SDM)

- 1.1 Definición de síndrome de dolor miofascial (SDM) y de punto gatillo miofascial (PGM)
- 1.2 Hipótesis integrada
- 1.3 Inflamación neurogénica
- 1.4 Neuroplasticidad

2 Tipos de PGM

- 2.1 Según su actividad clínica
- 2.2 Según su localización
- 2.3 Según su primacía

3 Criterios diagnósticos de los PGM

- 3.1 Esenciales
- 3.2 Confirmatorios

4 Tratamiento conservador de los PGM

- 4.1 Fases del tratamiento del SDM
- 4.2 Técnicas de compresión: liberación por presión y compresión siquémica
- 4.3 Técnicas de estiramiento: sprays & stretch, relajación postisométrica o técnica de Lewit, inhibición recíproca de Sherrington, energía muscular o técnica de Mitchell

4.4 Técnicas de masaje: longitudinal o estiramiento local, rasgueo, fricción, masaje con hielo, terapia perióstica

4.5 Técnicas osteopáticas indirectas: técnica de Jones o de liberación posicional, liberación miofascial

4.6 Técnicas neurodinámicas: movilización y masaje neurodinámico

5 Tratamiento invasivo de los PGM

5.1 Fases del tratamiento del SDM

5.2 Tipos de técnicas: punción superficial y profunda

5.3 Mecanismos de acción de la punción seca

5.4 Efectividad de la punción seca

5.5 Indicaciones

5.6 Contraindicaciones

5.7 Razonamiento clínico

5.8 Protocolo de aplicación

6. Valoración y tratamiento básico mediante punción seca por regiones corporales

6.1 Región lumbopélvica

6.1.1 Lumbosacra: lliolumbar, longísimo.

6.1.2 Pélvica: gluteo mayor, glúteo medio.

6.2 Miembro inferior

6.2.1 Cadera: tensor de la fascia lata, aductor largo.

6.2.2 Muslo y rodilla: recto anterior, vasto externo, vasto interno, isquiotibiales.

6.2.3 Pierna y tobillo: tibial anterior, peroneo lateral largo y corto, gastrocnemio interno y externo.

6.2.4 Pie: Abductor largo del 1er dedo, flexor corto 1er dedo

6.3 Región cervical. Cervical superior: trapecio superior, elevador escápula

6.4 Región craneocervicomandibular: temporomandibular / masetero superficial, temporal

6.5 Miembro superior

6.5.1 Cintura escapular: Infraespinoso, supraespinoso, dorsal ancho.

6.5.2 Región clavicopectoroaxilar y esternal: pectoral mayor

6.5.3 Hombro y brazo: Deltoides, tríceps braquial, bíceps braquial.

6.5.4 Codo y antebrazo: Epicondíleos y epitrocleeares.

6.5.5 Mano: Adductor del 1er dedo, oponente del 1er dedo



TK
Therakinesis



OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar los conocimientos y las habilidades prácticas básicas necesarias para el aprendizaje de las distintas técnicas conservadoras e invasivas, mediante punción seca, para el tratamiento de los puntos gatillo miofasciales en el Síndrome de Dolor Miofascial.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer las bases fisiológicas e introducir el conocimiento del SDM y de los PGM.
- Desarrollar las capacidades manuales para aplicar los criterios diagnósticos en la palpación de los PGM.
- Reconocer la existencia de patrones de dolor referido, alteraciones sensitivas, autonómicas y motoras asociadas al SDM.
- Ser capaz de reconocer distintos PGM atendiendo a su actividad clínica, a su localización y a su primacía.
- Desarrollar la aplicación de las maniobras de tratamiento manual conservador de los PGM: técnicas de compresión, estiramiento, masaje, técnicas de liberación posicional y neurodinámicas.
- Conocer la definición, los tipos de técnicas, los mecanismos de acción, la efectividad, las indicaciones y contraindicaciones de la punción seca.
- Desarrollar la aplicación de punción seca superficial y, especialmente, de la punción seca profunda en los PGM más efectivos y seguros en su aplicación para el tratamiento de los SDM en las distintas regiones corporales.





TK
Therakinesis



PROFESOR



MSC. EDGAR HITA



DESCRIPCIÓN GENERAL:

- Fisioterapeuta
- Doctorando en el programa de Doctorado en Atención Sociosanitaria en los Cuidados de Salud.

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

- Máster Oficial de Fisioterapia Manual del Aparato Locomotor, Universidad Alcalá (Madrid).
- Postgrado de Osteopatía Estructural, Universidad Autónoma de Barcelona.

DOCENCIA

- Profesor Asociado Departamento Enfermería y Fisioterapia. Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. Universidad de Alcalá (Madrid). (Septiembre 2015-actualidad)
- Profesor de postgrado. INSTEMA Internacional. (Agosto 2015-actualidad). Experto en formación de Punción Seca, Fibrólisis Instrumental y Neurodinámica. España, Serbia, El Salvador, Costa Rica y Panamá.
- Coordinador de proyectos del PCCA (Programa de Cooperación con Centroamérica). Universidad de Alcalá (Madrid). (Octubre 2014-actualidad)
- Curso de Metodología de la Investigación en Formación Sanitaria de Revisiones Sistemáticas por la agencia Lain Entralgo. Madrid. (Junio 2012).
- Profesor de prácticas en fisioterapia traumatólogica para la Universidad Autónoma de Barcelona y Universidad de Vic (2006 – 2007)
- Colaboración docente en el Departamento de Enfermería y Fisioterapia. Universidad Alcalá. (2005 – actualidad)

INVESTIGACIÓN

- Artículo: Efficacy of Deep Dry Needling on Latent Myofascial Trigger Points in older adults with Nonspecific Shoulder Pain: A Randomized, Controlled Clinical Trial Pilot Study. En la revista Journal of Geriatric Physical Therapy. (Enero 2015).
- Personal Docente Investigador con la beca de Iniciación a la actividad investigadora. Vicerrectorado de Investigación. Universidad de Alcalá (Madrid). (octubre 2013-octubre 2014).
- Pendiente de publicación artículo: Percepciones sobre el dolor y el padecimiento de la población rural en el Bajo Lempa (El Salvador), en la revista Antropología Iberoamericana en Red (AiBR). (Junio 2014).
- Artículo publicado: Conocimiento de usuarios en atención primaria sobre enfermería, en la revista EDUCARE 21.



TK
Therakinesis



INFORMACIÓN ADICIONAL

DIRIGIDO A: Fisioterapeutas

LUGAR DE CELEBRACIÓN

Por determinar.

FECHA

28, 29 y 30 de julio de 2017

HORAS LECTIVAS

30 horas lectivas

HORARIO

De 9:00 a.m. a 1:00 p.m. y de 2:00 p.m. a 7:00 p.m.

INVERSIÓN

\$350

OFERTA ESPECIAL

\$330 para reservas antes del 28 de junio de 2017

INCLUYE

- Certificado de participación por INSTEMA
- Material didáctico
- Refrigerios por la mañana y por la tarde

INSCRIPCIÓN

Therakinesis
therakinesis@gmail.com
(+506) 8359-8858 / (+506) 8861-0305

-

Banco: BAC San José (dólares)

Cuenta: 914049077

Cuenta Cliente: 10200009140490770 - Therakinesis

INSTEMA ESPAÑA

Avenida Germanías nº 29
46760 Tavernes de la Valldigna
Valencia, ESPAÑA

info@instema.net

(+34) 96 283 64 25 / (+34) 620 213 836

THERAKINESIS

therakinesis@gmail.com
(+506) 8359-8858 / (+506) 8861-0305
COSTA RICA





TK
Therakinesis



www.instema.net