



## Programa Académico

Curso especializado  
**Ejercicios terapéuticos**

## Objetivo General:

Dotar al fisioterapeuta, de todos los conocimientos teóricos y prácticos basados en la evidencia, necesarios para abordar aquellas necesidades específicas ya creadas en el paciente o susceptible de padecerlas, proporcionando así una formación especializada en el desarrollo de protocolos de ejercicio terapéutico y control motor tanto para pacientes con dolor musculoesquelético agudo como en el paciente con dolor crónico.

## Objetivo Específicos:

- o Conocer la anatomía y biomecánica articular.
- o Adquirir la capacidad de generar hipótesis diagnósticas a partir de casos clínicos prevalentes en afecciones del sistema musculoesquelético.
- o Conocer las bases de la fisiología del ejercicio a la práctica clínica.
- o Aprender las bases del ejercicio terapéutico y su influencia en el paciente con dolor
- o Generar un plan terapéutico basado en los principios de la educación para el abordaje del paciente con dolor.
- o Desarrollar la habilidad de trabajo activo y a la función.
- o Desarrollar la habilidad de evaluar y establecer un correcto diagnóstico fisioterapéutico.
- o Manejar la relación del sistema nervioso, el dolor y su influencia en el movimiento.
- o Ejecutar acciones terapéuticas en base a las herramientas aprendidas para tratar de manera funcional.



# Módulos a Desarrollar

**Módulo 1: Introducción al dolor musculoesquelético y ejercicio terapéutico**

**Módulo 2: Diagnóstico y razonamiento clínico en fisioterapia**

**Módulo 3: Bases de la prescripción de ejercicio terapéutico en fisioterapia**



# Introducción al dolor musculoesquelético y ejercicio terapéutico

- ▶ **Definición**
- ▶ **Neurofisiología y bases neurofisiológicas**
- ▶ **Factores de cronificación del dolor**
  - Anatomía, fisiología y biomecánica del SN
  - SN, dolor y movimiento
- ▶ **Educación terapéutica en dolor**
  - Modelo Biopsicosocial
- ▶ **Neurología ortopédica**
- ▶ **Evidencia sobre dolor musculoesquelético**
- ▶ **Diferencia de la terapia activa en sujetos sanos y con dolor**
- ▶ **Ejercicio terapéutico y bases**



# Diagnóstico y razonamiento clínico en fisioterapia

## ► Continuum del Razonamiento clínico

- Cómo generar hipótesis diagnósticas y su proceso de descarte
- Explicación de la utilidad de drawing pain y el body-chart en clínica
- Principios de evaluación en fisioterapia
- Modelo patocinesiológico y pato anatomía
- Fisiopatología de lesiones frecuentes: fibromialgia, enfermedades metabólicas
- La importancia del diagnóstico

## ► Observación como paso diagnóstico

### ► Mecanismos:

- Tejidos y dolor

# Bases de la prescripción de ejercicio terapéutico en fisioterapia

## ► Fisiología del ejercicio

- Aplicación a la práctica clínica
- Fundamentos
- Biomecánica articular
  - Región Cervical
  - Complejo articular del hombro
  - Región Lumbar
  - Cadera
  - Core
  - Codo
  - Mano
  - Rodilla
  - Tobillo
- Adaptaciones neuromusculares: valoración, prescripción y periodización.
- Control Motor
- Distintas expresiones de la fuerza
  - El músculo como órgano endocrino
  - Fuerza y salud
- Principio FITT (frecuencia, intensidad, tipo y tiempo)
  - Planificación, desarrollo y progresión de las intervenciones activas en pacientes con dolor

## **Beneficios del Curso:**

Ampliar el conocimiento en el ámbito de la fisioterapia.

Adquirir una formación integral para brindar otra alternativa a la población con dolor.

Capacidad de adaptación del entorno y competencia laboral actual.

## **Competencias finales del curso:**

El estudiante será capaz de correlacionar las alteraciones musculoesqueléticas con el dolor que padece el paciente, evaluar y diagnosticar los síntomas del paciente, desarrollando un razonamiento clínico y científico utilizando las técnicas aprendidas para dosificar el ejercicio terapéutico de manera individual buscando la normalización y máxima función indolora posible del individuo.





Última Actualización  
Diciembre de 2024