



FISIOFOCUS
Formación para fisioterapeutas

Punción seca y tratamiento conservador del síndrome del dolor miofascial (puntos gatillo miofasciales)

Introducción del curso

Nuestro **curso de fisioterapia** "Punción seca y tratamiento conservador del síndrome del dolor miofascial (puntos gatillo)" va dirigido a todos aquellos **fisioterapeutas** interesados en incorporar un abordaje del Síndrome del Dolor Miofascial con tratamiento conservador y invasivo (punción seca).

El SDMF o síndrome de dolor miofascial es un cuadro clínico característico de dolor regional de origen muscular localizado en un músculo o grupo muscular¹. Se caracteriza por dolor en la zona muscular correspondiente, más dolor referido a distancia y por la presencia de una banda de tensión, aumentada de consistencia y dolorosa, identificable a la palpación y en cuyo seno se encuentra el llamado punto gatillo (PG) o trigger point, correspondiente a una zona hipersensible, de mayor consistencia y cuya palpación reproduce el dolor local y el referido a distancia por el paciente, que es el origen y la causa del dolor²⁻³.

El presente curso aborda este síndrome desde una perspectiva clínica y científica, formando al fisioterapeuta con una herramienta terapéutica más para el diagnóstico y tratamiento del síndrome del dolor miofascial a través del tratamiento conservador o invasivo de los puntos gatillos.

- 1) *Simons D.G. The nature of myofascial trigger points. Clin J Pain. 1995;11:83-84.*
- 2) *Gerwin R.D. Classification, epidemiology, and natural history of myofascial pain syndrome. Curr Pain Headache Rep. 2001;5:412-420.*
- 3) *VanDevender J. Myofascial trigger points. Phys Ther. 2001;81:1059-1060.*

Objetivos

- Entender los mecanismos fisiopatológicos de los puntos gatillos miofasciales.
- Explicar las pautas para la identificación y diagnóstico de los puntos gatillo miofasciales.
- Mostrar los puntos gatillo y dolores referidos a nivel de extremidad inferior y superior, del tronco, cabeza y cuello.
- Realizar las distintas técnicas conservadoras para el tratamiento de los puntos gatillo.
- Aplicar las técnicas de tratamiento invasivo en los principales músculos implicados en el síndrome miofascial.
- Identificar las contraindicaciones, riesgos y complicaciones generales de las diferentes técnicas de punción, tanto para el paciente como el fisioterapeuta.
- Aprender las técnicas manuales básicas que disminuyen el dolor post-punción.



FISIOFOCUS
Formación para fisioterapeutas

Programa completo del curso

SD. DOLOR MIOFASCIAL.

- Características clínicas y hallazgos físicos para el diagnóstico del punto gatillo miofascial (PGM)
- Factores de perpetuación de un PGM
- Fisiopatología y neurofisiología del PGM
- Técnicas de abordaje del dolor miofascial:
 - Tratamiento conservador del SDM
 - Tratamiento invasivo del SDM (punción seca)

ABORDAJE DE LOS PGM EN LAS ALTERACIONES MÚSCULO-ESQUELÉTICAS

En los músculos propuestos el procedimiento a seguir será el siguiente:

Localización y Palpación, exploración y valoración del músculo afectado, descripción de signos, síntomas y clínica que presentan, tratamiento conservador e invasivo (punción seca) del músculo afecto.

SEMINARIO I: 20 horas

PUNCIÓN SECA

- Punción seca superficial: efectos analgésicos de la aguja.
- Punción profunda: lavado de sustancias algógenas, estímulo mecánico, respuesta de espasmo local, técnica de entrada y salida.
- Abordaje manual tras la aplicación de la punción seca.

DOLOR MIEMBRO INFERIOR DE ORIGEN MIOFASCIAL I

- Tensor de la fascia lata
- Glúteo medio y glúteo menor
- Glúteo mayor
- Vasto interno / Recto anterior / Vasto externo del cuádriceps

DOLOR MIEMBRO INFERIOR DE ORIGEN MIOFASCIAL II

- Piramidal
- Aductor corto, medio y largo, recto interno y pectíneo
- Isquiotibiales
- Poplíteo



FISIOFOCUS
Formación para fisioterapeutas

- Gemelos / Sóleo
- Tibial posterior, flexor largo del dedo gordo, flexor de dedos
- Tibial anterior, extensor dedos, extensor dedo gordo
- Peroneos laterales
- Musculatura intrínseca del pie

SEMINARIO II: 20 horas

DOLOR MIEMBRO SUPERIOR DE ORIGEN MIOFASCIAL I

- Deltoides
- Supra-espinoso
- Infra-espinoso
- Redondo menor
- Redondo mayor
- D orsal ancho
- Subescapular
- Bíceps braquial
- Tríceps braquial/ Ancóneo
- Musculatura epicondílea y supinador corto

DOLOR MIEMBRO SUPERIOR DE ORIGEN MIOFASCIAL II

- Musculatura epitrocLEAR y pronador redondo
- Musculatura intrínseca de la mano
- Musculatura de la eminencia tenae
- Escaleno anterior y medio
- Subclavio
- Pectoral mayor
- Pectoral menor
- Serrato anterior

SEMINARIO III: 20 horas

DOLOR DORSO-LUMBAR DE ORIGEN MIOFASCIAL

- Psoas
- Iliocostal
- Dorsal largo
- Multifidos dorsales
- Cuadrado lumbar

CEFALEAS Y CERVICALGIAS DE ORIGEN MIOFASCIAL I

- Neurofisiología de las cefaleas
- Músculo trapecio: superior, medio e inferior
- Esternocleidomastoideo



FISIOFOCUS
Formación para fisioterapeutas

CEFALEAS Y CERVICALGIAS DE ORIGEN MIOFASCIAL II

- Complejos
- Esplenio del cuello y esplenio de la cabeza seca
- Musculatura intrínseca cervical - multifidus
- Elevador de la escápula
- Musculatura suboccipital
- Temporal
- Masetero

Profesores

César Fernández de las Peñas

Fisioterapeuta. Profesor Titular de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid. Doctor en Ciencias Biomédicas por la Universidad de Aalborg (Dinamarca). Doctor en Fisioterapia por la Universidad Rey Juan Carlos. Osteópata DO. Profesor de la Escuela de Osteopatía de Madrid. Experto en Dolor Miofascial. Senior Instructor of the David G. Simons Academy tm.

Ana Isabel de la Llave

Fisioterapeuta. Doctor por la Universidad Rey Juan Carlos. Profesora de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid. Profesora de Postgrado en Terapia Manual. Especialista en TM. Su área de interés radica en el dolor y la evaluación del mismo en sujetos con dolor crónico, sobre todo aquellos con dolor de origen miofascial/muscular. Autora de numerosos artículos y publicaciones científicas relacionadas con el estudio y tratamiento del dolor.

Ricardo Ortega Santiago

Fisioterapeuta. Doctor por la Universidad Rey Juan Carlos. Especialista en Terapia Manual Ortopédica. Profesor de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid. Profesor de Formación de Postgrado sobre Terapias Manuales. Práctica privada de la Fisioterapia. Investigaciones sobre el dolor y la evaluación del mismo en sujetos con dolor crónico de origen miofascial/muscular. Autor de numerosos artículos y publicaciones científicas relacionadas con el estudio y tratamiento del dolor (epicondilalgias, tunel carpiano,...).

Jaime Salom Moreno

Fisioterapeuta. Profesor de la Universidad Politécnica de Madrid (Prevención y Actuación en el Deporte). Experto en Fisioterapia Deportiva. Experto en Fisioterapia Geriátrica. Especialista en Fisioterapia Manual Ortopédica. Profesor de Formación de Postgrado sobre Terapias Manuales. Práctica privada de la Fisioterapia. Director de Axis Formación. Director de Congresos en la Universidad Europea de Madrid y la Universidad Francisco Vitoria de Madrid.



FISIOFOCUS
Formación para fisioterapeutas

José Luis Arias Buría

Fisioterapeuta. Doctorado en Cuidados de la Salud por la Universidad Complutense de Madrid. Máster en Investigación en Cuidados de la Salud. Experto en Fisioterapia Deportiva. Especialista en Fisioterapia Osteoarticular. Especialista en Fisioterapia Conservadora e Invasiva del Síndrome de Dolor Miofascial. Evaluador científico de la única base de datos internacional en Fisioterapia "PEDro". Profesor de Formación de Postgrados Universitarios y Ponente en diversos Congresos de Fisioterapia, Medicina y Enfermería. Práctica de la Fisioterapia en el Hospital Gregorio Marañón y en el Centro ATP de Madrid. Numerosas publicaciones y artículos de Fisioterapia. Líneas de investigación abiertas sobre la "Efectividad de la Punción Seca en la cirugía abierta de hombro".

María Palacios Ceña

Fisioterapeuta. Profesora de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid. Máster en Osteopatía Estructural por la EOM. Experta en Terapia Manual Osteoarticular y Muscular del Aparato Locomotor. Expertise in Orthopaedic Manual Therapy and Trigger Point Dry Needling, David G. Simons Academy TM. Profesora colaboradora de cursos de Formación de Postgrado de Terapia Manual. Fisioterapeuta-Personal Clínico de Apoyo a la Investigación en la Universidad Rey Juan Carlos. Publicaciones científicas relacionadas con el estudio y tratamiento del dolor.

Jorge Rodríguez Jiménez

Fisioterapeuta especialista en Dolor Miofascial y en Terapia Manual Ortopédica. Osteópata CO. Profesor de Formación de varios cursos de Formación de Postgrado sobre Terapia Manual. Ejercicio libre de la profesión en Madrid. Forma parte de la Cátedra de Investigación y Docencia en fisioterapia y punción seca de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid.

Metodología

El curso será teórico-práctico con mayor incidencia en la parte práctica, que se realizará entre los alumnos.