

# PAIN NEUROSCIENCE EDUCATION

## EXERCISE THERAPY & BEHAVIORAL TREATMENT WITHIN A PHYSIOTHERAPY SETTING FOR CHRONIC PAIN PATIENTS.

LA SENSIBILIZACIÓN CENTRAL EN LA PRÁCTICA CLÍNICA.  
*La fisioterapia como terapia cerebral en pacientes con dolor crónico*

# PAIN IN MOTION

**DIRIGIDO:** Fisioterapeutas **HORAS:** 18 h

**14, 15, 16 DE DICIEMBRE 2018 Madrid**

**25, 26, 27 DE OCTUBRE 2019 Barcelona:** KENZEN FORMACION.  
AV DIAGONAL 472-476 CON VÍA AUGUSTA o bien VÍA AUGUSTA 2B. EDIFICIO WINDSOR Entresuelo 1ª. Escalera B. También acceso por vía augusta frente al Hotel Abba Balmoral

*Viernes y Sábado de 9:00 a 13:00 y de 14:00 a 17:00*

*Domingo de 9:00 a 13:00*

**CERTIFICADO OTORGADO POR  
PAIN AND MOTION  
Impartido en inglés con  
traducción simultánea.  
INCLUYE METODO DEL CASO**



El Estudio del DOLOR CRÓNICO centrado principalmente en readaptar el Sistema Nervioso Central y por lo tanto en el MOVIMIENTO y la visión de las NEUROCIENCIAS sobre el dolor.

La investigación en fisioterapia, en los últimos años ha permitido una gran evolución de la profesión para el abordaje del dolor y hablando de fisioterapia y dolor, hablamos de Jo Nijs. Dichas investigaciones nos acercan al abordaje de dolor crónico en la zona baja de la espalda, cuello, fibromialgia, osteoartritis, ...

**RECUPERA IMPORTE CURSO** BONIFICÁNDOLO DE SEGURIDAD SOCIAL CON AYUDAS FUNDACIÓN TRIPARTITA  
[www.bonificatucurso.com](http://www.bonificatucurso.com)

### JO NIJS PhD

Jo Nijs holds a PhD in rehabilitation science and physiotherapy. He is professor at the Vrije Universiteit Brussel (Brussels, Belgium), physiotherapist/manual therapist at the University Hospital Brussels, and holder of the Chair 'Exercise immunology and chronic fatigue in health and disease' funded by the Berekuyt Academy, the Netherlands. Presidente Científico del comité ejecutivo del dolor, la mente y el Movimiento de Grupo de Interés Especial de la Asociación Internacional para el Estudio del Dolor (IASP) and Expert Panel member for Health Science division of the Flemish Research Foundation (FWO). Jo runs the Pain in Motion international research group ([www.paininmotion.be](http://www.paininmotion.be)). Su investigación y clínica de especial interés son los pacientes con 'inexplicable' dolor / fatiga crónica y las interacciones de movimiento dolor, con especial énfasis en el sistema nervioso central.

El principal objetivo de su investigación es mejorar el cuidado para los pacientes con dolor crónico. A la edad de 41, ha sido co-autor >180 peer reviewed publications, obteniendo €5,7 millones en subvenciones, supervised 7 PhD projects to completion (excluding 16 ongoing PhD projects) and served more than 200 times as an invited speaker at national and international meetings in 23 different countries (including 23 keynotes). Su trabajo ha sido citado y referenciado en más de 2600 veces (h-index: 30; ISI Web of Knowledge). Jo está posicionado 1º en el mundo entre los investigadores síndrome de fatiga crónica, 4º entre los investigadores de lesiones de latigazo cervical y 7º entre los investigadores de dolor crónico (expertscape.com).



### MARGOT DE KOONING PhD

Margot De Kooning has a PhD in physiotherapy and medical science. She is researcher and lecturer at the Vrije Universiteit Brussel (Brussels, Belgium) and a member of the Pain in Motion international research group. She is also a physiotherapist at the University Hospital of Brussels. She is interested in the role of central pain mechanisms and the stress response system in patients with chronic unexplained pain and also specializes in educational innovation. She is (co-)author of more than 20 articles in international peer-reviewed journals from which 5 as first author. Since 2011 she teaches practice and science classes at the Vrije universiteit Brussel (Belgium) and at the European College of Lymphology and Oncology (The Netherlands). Besides this she gives lectures about chronic pain rehabilitation in Belgium as well as in Europe (Netherlands, France, Spain). She presented study results at international congresses and has clinical experience with the treatment of chronic pain patients in multiple settings such as in a private practice as well as in a specialized rehabilitation center



Kenzen Formación



KENZEN FORMACIÓN – ESINFIS - Tel: 936243011 - 655813629

Vía Augusta 2B Edificio Windsor Entlo 1ª Escalera B (BARCELONA)

[info@kenzenformacion.com](mailto:info@kenzenformacion.com) [www.kenzenformacion.com](http://www.kenzenformacion.com) [www.fisiocampus.com](http://www.fisiocampus.com)

PAIN IN MOTION

## INTRODUCCION:

El aumento de la evidencia apoya un papel fundamental para fisioterapeutas en el tratamiento del dolor crónico. Los fisioterapeutas combinan las habilidades únicas para dirigir la mente, el cuerpo y el cerebro concomitante del paciente con dolor crónico. Sin embargo, los fisioterapeutas no son conscientes de su capacidad para tratar a los pacientes con dolor crónico complejas. Por lo tanto, el curso tiene como objetivo el aprendizaje de los fisioterapeutas para aplicar las directrices basadas en la evidencia para el tratamiento del dolor crónico.

El dolor crónico representa un problema biopsicosocial, con cambios de mala adaptación en la mente, el cuerpo y el cerebro. Educación, ejercicio terapéutico y la actividad física son tratamientos efectivos para diversos trastornos de dolor crónico, incluyendo la fibromialgia, dolor de cuello crónico, artrosis, la artritis reumatoide y dolor lumbar crónico. A pesar de los beneficios clínicos de fisioterapia en estas poblaciones están bien establecidos (es decir, pruebas basadas), los médicos luchan por la aplicación de la ciencia en la práctica diaria.

Una de las razones por las que los médicos tienen dificultades en la aplicación de la evidencia en la práctica, es que son conscientes de su capacidad para diferenciar entre los distintos tipos de dolor. De hecho, un requisito previo para proporcionar un tratamiento adecuado es la clasificación de los pacientes con dolor por tener ya sea dolor nociceptivo, neuropático o la sensibilización central. Los participantes del curso aprenderán cómo los fisioterapeutas pueden clasificar a sus pacientes con dolor sin depender de exámenes caros o complejos.

Los alumnos aprenderán el uso de un algoritmo clínico para diferenciar el dolor nociceptivo de sensibilización y neuropático central en la práctica diaria.

Además, curso los participantes aprenderán cómo llevar a cabo una evaluación exhaustiva biopsicosocial de los pacientes con dolor crónico, para que puedan evaluar los factores que provocan y que contribuyen al problema de dolor. Esto les permitirá proporcionar terapia física adaptada individualmente, apuntando a la mente, el cuerpo y el cerebro.

A nivel de la mente, las reducciones en las cogniciones desadaptativas de dolor, especialmente el catastrofismo dolor y creencias de evitación del miedo, así como un aumento del dolor creencias de auto-eficacia, se han establecido como principales contribuyentes a resultados positivos en programas de terapia de ejercicio para el dolor crónico. Tales factores cognitivos disfuncionales se tratan típicamente en programas integrales de tratamiento con ejercicios que incluyen no sólo el ejercicio sino también la educación neurociencia dolor, control del estrés y autocontrol de la actividad.

A nivel cerebral, es fundamental tener en cuenta el concepto de los mecanismos del dolor, incluyendo aspectos como la sensibilización central y analgesia endógena disfuncional en respuesta al ejercicio como se ve en algunas poblaciones de dolor crónico. Por lo tanto, en pacientes con dolor crónico y la sensibilización central parece racional para apuntar terapias en el cerebro en lugar de los músculos, las articulaciones o el sistema cardiovascular. Más precisamente, moderno neurociencia dolor llama a las estrategias de tratamiento dirigidas a la disminución de la sensibilidad del sistema nervioso central (es decir, las terapias de desensibilización). Un número creciente de estudios apoyan el uso de intervenciones de terapia física como actividad calificada y la terapia de ejercicio gradual, como la desensibilización de las terapias para los pacientes con dolor crónico.

Además de los cambios de mala adaptación en el plano de la mente y el cerebro, muchos pacientes con dolor crónico muestran disfunciones corporales como la deficiencia en el control neuromuscular o daño articular. Los participantes del curso aprenderán cómo hacer frente a este tipo de disfunciones dentro de un enfoque biopsicosocial más amplio para el tratamiento del dolor crónico.

Los fisioterapeutas se combinan las habilidades únicas para dirigir la mente, el cuerpo y el cerebro del paciente con dolor crónico concomitante. Un requisito previo para proporcionar un tratamiento adecuado es la clasificación de los pacientes con dolor por tener ya sea dolor nociceptivo, neuropático o la sensibilización central. Una vez que los pacientes con dolor crónico se clasifican correctamente y se conocen los aspectos biopsicosociales que intervienen en la contribución del problema, la fisioterapia puede incluir intervenciones como el asesoramiento, la auto-gestión de la actividad, y graduada terapia de ejercicio adaptado a las preferencias del paciente, necesidades, conocimientos de dolor, musculoesquelético y disfunciones del sistema nervioso central. Se requiere una visión amplia biopsicosocial para la aplicación de la fisioterapia eficaz para los pacientes con dolor crónico, y se puede proporcionar en la atención primaria, secundaria o terciaria. Esto da cuenta de los fisioterapeutas que trabajan en el campo del dolor musculoesquelético, neurología, pediatría, medicina interna y geriatría.



KenzenFormación



KENZEN FORMACIÓN – ESINFIS - Tel: 936243011 - 655813629

Vía Augusta 2B Edificio Windsor Entlo 1ª Escalera B (BARCELONA)

info@kenzenformacion.com www.kenzenformacion.com www.fisiocampus.com

PAIN IN MOTION

## OBJETIVOS

Al finalizar este curso, los alumnos serán capaces de:

1. Aplicar las directrices basadas en la evidencia para el tratamiento del dolor crónico para la práctica de terapia física;
2. Clasificar los pacientes con dolor nociceptivo, neuropático o dolor central de sensibilización;
3. Implementar una evaluación biopsicosocial a fondo de un paciente con dolor crónico;
4. Proporcionar educación neurociencia a los pacientes con dolor crónico;
5. Diseñar un programa de terapia física eficaz para remediar el dolor que se acopla con el paciente y considera cognitivo / afectivo / aspectos emotivos de la experiencia del dolor.

## PROGRAMA

Program day 1:

09.00 Introducción

09.15 El dolor crónico: una cuestión de cambios de mala adaptación en la mente, el cuerpo y el cerebro.

11.00 Coffee-break

11.15 Clasificación de nociceptivo, neuropático y dolor central de sensibilización en práctica de la fisioterapia.

13.00 Hora de Comida

14.00 Habilidades de entrenamiento evaluación biopsicosocial de los pacientes con dolor crónico en la práctica de la fisioterapia.

15.30 Coffee break

15.45 Estudio de caso: la aplicación de la neurociencia dolor en la práctica clínica.

17.00 End of day 1

Program day 2:

09.00 Educación en la neurociencia del dolor en la práctica clínica: la teoría y la demostración.

11.00 Coffee-break

11.15 Educación en la neurociencia del dolor en la práctica clínica: la formación profesional

13.00 Hora de Comida

14.00 Tratamiento de fisioterapia integral a pacientes con dolor crónico parte 1: exposure in vivo & cognition-targeted

15.30 Coffee break

15.45 Tratamiento de fisioterapia integral a pacientes con dolor crónico parte 2: las actividades diarias

17.00 End of day 2

Program day 3:

09.00 Tratamiento de fisioterapia integral a pacientes con dolor crónico parte 3: Gestión del estrés

10.30 Tratamiento de fisioterapia integral a pacientes con dolor crónico parte 4: tratar los problemas de sueño

12.00 Estudio del caso, centrándonos en la integración clínica según 'con las habilidades adquiridas para designar un plan de tratamiento fisioterapéutico

13.00 Fin del curso

## METODOLOGIA:

El contenido del curso se entregará a través de una combinación de métodos, incluyendo:

- Conferencias interactivas
- Demostraciones (por ejemplo, que demuestran la educación dolor neurociencia)
- La formación de habilidades prácticas:
  - *Diagnóstico diferencial entre el aprendizaje predominante neuropático, nociceptivo y dolor central sensibilización*
  - *Aprender a realizar una evaluación de terapia física biopsicosocial*
  - *La educación neurociencia dolor en la práctica clínica*
  - *El tratamiento con ejercicios y la comunicación entre paciente y terapeuta para facilitar las intervenciones de ejercicios en pacientes con dolor crónico.*
- Ilustraciones (películas de mecanismos fisiológicos y pacientes, incluyendo películas sobre cómo se proporciona la terapia de ejercicio)
- Estudio de casos



KenzenFormación



KENZEN FORMACIÓN – ESINFIS - Tel: 936243011 - 655813629

Via Augusta 2B Edificio Windsor Entlo 1ª Escalera B (BARCELONA)

info@kenzenformacion.com www.kenzenformacion.com www.fisiocampus.com

PAIN IN MOTION

## KEY REFERENCES

1. Lluch Girbes E, Nijs J, Torres-Cueco R, Lopez Cubas C. Pain treatment for patients with osteoarthritis and central sensitization. *Physical therapy*. 2013;93(6):842-851.
2. Nijs J, Meeus M, Cagnie B, et al. A modern neuroscience approach to chronic spinal pain: combining pain neuroscience education with cognition-targeted motor control training. *Physical therapy*. 2014;94(5):730-738.
3. Zusman M. Forebrain-mediated sensitization of central pain pathways: 'non-specific' pain and a new image for MT. *Manual therapy*. 2002;7(2):80-88.
4. Zusman M. Mechanisms of musculoskeletal physiotherapy. *Physical Therapy Reviews*. 2004;9:39-49.
5. Zusman M. Associative memory for movement-evoked chronic back pain and its extinction with musculoskeletal physiotherapy. *Physical Therapy Reviews*. 2008;13(1):57-68.
6. Nijs J, Paul van Wilgen C, Van Oosterwijck J, van Ittersum M, Meeus M. How to explain central sensitization to patients with 'unexplained' chronic musculoskeletal pain: practice guidelines. *Manual therapy*. 2011;16(5):413-418.
7. Nijs J, Lluch Girbes E, Lundberg M, Malfliet A, Sterling M. Exercise therapy for chronic musculoskeletal pain: Innovation by altering pain memories. *Manual therapy*. 2015;20(1):216-220.
8. Nijs J, Ickmans K. Chronic whiplash-associated disorders: to exercise or not? *Lancet*. 2014;384(9938):109-111.
9. Baert IA, Lluch E, Mulder T, Nijs J, Noten S, Meeus M. Does pre-surgical central modulation of pain influence outcome after total knee replacement? A systematic review. *Osteoarthritis and cartilage / OARS, Osteoarthritis Research Society*. 2015.
10. Nijs J, Apeldoorn A, Hallegraef H, et al. Low back pain: guidelines for the clinical classification of predominant neuropathic, nociceptive, or central sensitization pain. *Pain physician*. 2015;18(3):E333-346.
11. Nijs J, Torres-Cueco R, van Wilgen CP, et al. Applying modern pain neuroscience in clinical practice: criteria for the classification of central sensitization pain. *Pain physician*. 2014;17(5):447-457.

Muchas más publicaciones en <http://www.paininmotion.be/publications>

- [CFS/Fibromyalgia](#)
- [Whiplash & Neck Pain](#)
- [Low Back Pain](#)
- [Shoulder pain](#)
- [Osteoarthritis & Rheumatoid Arthritis](#)
- [Pain in Athletes](#)
- [Post-cancer pain](#)



KenzenFormación



KENZEN FORMACIÓN – ESINFIS - Tel: 936243011 - 655813629

Via Augusta 2B Edificio Windsor Entlo 1ª Escalera B (BARCELONA)

info@kenzenformacion.com www.kenzenformacion.com www.fisiocampus.com

PAIN IN MOTION

## PRECIO: 380 €

**Descuentos:** Todos los descuentos se aplican en el último pago que realices

**GRUPO: 340€** - descuento si sois un grupo de 4 alumnos o más juntos. Podéis inscribiros individualmente en momentos diferentes. El grupo debe estar confeccionado (aviso por email) un día antes del inicio del curso

**REFERIDO: desde 0€** - Acumula un 5% de descuento por cada alumno que se matricule porque tú se lo has comentado.

Consigue el Curso **GRATIS** porque es acumulable (deben indicar tu nombre en la parte de quien vienen en la ficha de inscripción)

**EXALUMNO: Desde 228€** - hasta el 40% descuento usando tus puntos KZ que tengas acumulados

**MIEMBRO ANUAL PLUS FISIOCAMPUS: 10% de descuento.** [https://www.fisiocampus.com/#planes\\_table](https://www.fisiocampus.com/#planes_table)

**FTP: Desde 0€ Formación Bonificada GRATUITA para el trabajador. Contactar [www.bonificatucurso.com](http://www.bonificatucurso.com)**

Recupera el importe del curso bonificándolo por la Fundación Tripartita



Fundación Tripartita  
PARA LA FORMACIÓN EN EL EMPLEO



## COMO MATRICULARSE

1.- Cumplimentar Ficha inscripción que encontrarás en curso de Pain and Motion (NJS)

<http://cursosfisiosysalud.com/inscripcion-curso-para-fisioterapeutas-y-profesionales-de-la-salud/>

2.- Para Barcelona Ingresar **190€** del curso al nº de cuenta de: **BANCO SABADELL ES20 0081-0646-34-0001361838** indicado la referencia: **NJS + NOMBRE Y APELLIDOS**. Para transferencia internacional. BIC: **BSABESBB**

El importe restante abonarlo antes de iniciar el curso por transferencia bancaria o en efectivo el primer día de curso

3.- Enviar email a [info@cursosfisiosysalud.com](mailto:info@cursosfisiosysalud.com) indicando datos de contacto. (nombre + resguardo del ingreso + fotocopia título o del carnet de colegiado).

En el caso de ser un grupo de 4 alumnos enviar por email los datos de los alumnos per a poder tener descuento

## DESCUENTO A TRAVÉS DEL PROGRAMA DE PUNTOS KZ

### ¿Qué es el programa de puntos KZ?

Es un sistema de recompensa que el centro de formación KenZen pone a vuestra disposición para que el precio de los cursos os salga más económicos. A través de este programa podéis conseguir hasta un 50% de descuento del precio del curso.

### ¿Cómo me puedo adherir al programa de puntos KZ?

No tienes que hacer nada, la adhesión es automática, y no representa ninguna cuota ni coste para ti estar en el programa.

### ¿Cómo sumo puntos KZ?

Cuando hayas pagado todo el importe del curso en el que te hayas matriculado obtendrás tantos puntos como el importe satisfecho. Por ejemplo, si un curso te cuesta 200 € acumularás 200 puntos. Sumarás puntos en todos aquellos cursos en los que se indique expresamente.

### ¿Qué valor monetario tienen los puntos KZ?

Cada 20 puntos KZ equivalen a 1 €, por lo tanto si tienes 200 puntos puedes conseguir un descuento de 10 €.

### ¿Cómo saber cuántos puntos KZ tengo?

Calculando tu mismo el importe satisfecho a KenZen desde enero de 2013. Otra opción es consultándolo a nuestro departamento de administración.

### ¿Cómo canjeo los puntos KZ?

Una vez hayas escogido el curso que deseas realizar debes indicarlo en el formulario de inscripción, en el apartado que indica "Quiero canjear mis puntos". Automáticamente restaremos del importe del curso tu saldo de puntos y te comunicaremos vía e-mail el importe final a abonar.

Nota importante: Se podrán canjear puntos hasta un valor máximo del 50 % del importe total del curso.

### ¿Caducan los puntos KZ?

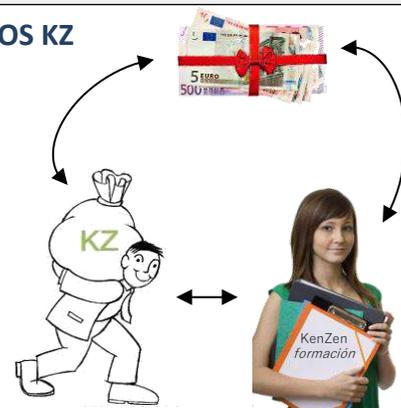
Si. Tienen una validez de 2 años naturales. Todos aquellos puntos adquiridos en un tiempo superior a 2 años serán borrados automáticamente y perderá toda opción a utilizarlos.

### Somos un grupo de 4 alumnos y tenemos un descuento, ¿podemos también utilizar los puntos KZ para obtener mayor descuento?

Si. Te pondré un ejemplo, si un curso vale 100 € y tiene un descuento por grupo del 10 % el precio del curso te queda en 90€; por lo tanto puedes añadir un descuento de un máximo de 45 € (hasta un 50 % de descuento por puntos KZ en algunos cursos)

### ¿Puedo transferir mis puntos o utilizar los puntos KZ de otro compañero?

No. Los puntos son exclusivamente de uso personal para realizar cursos de formación.



Kenzen Formación



KENZEN FORMACIÓN – ESINFIS - Tel: 936243011 - 655813629

Vía Augusta 2B Edificio Windsor Entlo 1ª Escalera B (BARCELONA)

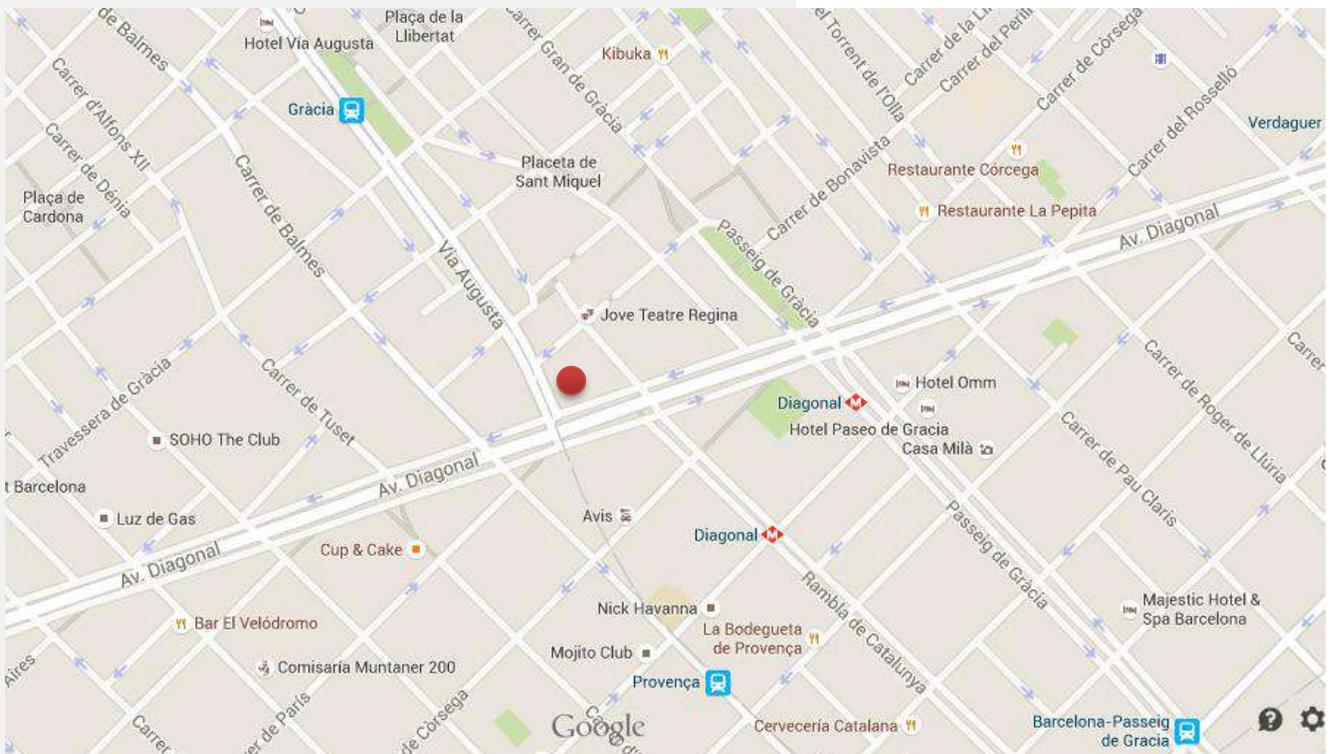
[info@kenzenformacion.com](mailto:info@kenzenformacion.com) [www.kenzenformacion.com](http://www.kenzenformacion.com) [www.fisiocampus.com](http://www.fisiocampus.com)

PAIN IN MOTION

## ¿Cómo Llegar a KenZen Formación?

AV DIAGONAL 474-476 CON VÍA AUGUSTA o bien VIA AUGUSTA nº2B. EDIFICIO WINDSOR Entresuelo 1ª. Escalera B. También tiene acceso por vía augusta frente al Hotel Abba Balmoral

Desde FGC parada de Gracia o Provença - metro línea L3 o L5 parada Diagonal (5 minutos caminando)



### Des del Aeropuerto.

Tomar tren hacia Estación de Sants.

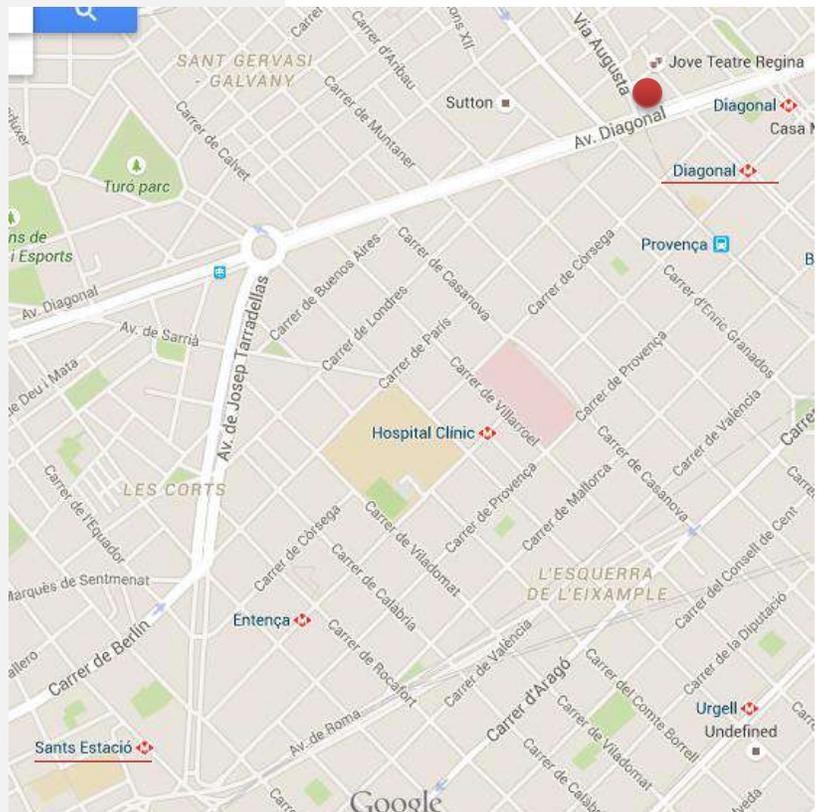
Tomar metro L5 hasta Diagonal

### Donde Aparcar

Disponemos de un acuerdo con el parking Windsor en el mismo edificio. El precio es 1/3 del PVP y 12 si lo dejas 24horas. Para gozar del descuento debes sellar el ticket en nuestras oficinas. El acceso está por vía augusta dirección montaña

### En autobús

- La parada de justo en frente es vía augusta – Diagonal. Paron el 22, 24, N4 y V17
- La parada diagonal – Balmes. Paron 6, 33, 34 y el H8



KenZen Formación



KENZEN FORMACIÓN – ESINFIS - Tel: 936243011 - 655813629

Via Augusta 2B Edificio Windsor Entlo 1ª Escalera B (BARCELONA)

info@kenzenformacion.com www.kenzenformacion.com www.fisiocampus.com

PAIN IN MOTION