



# ABORDATGE CONSERVADOR I AMB PUNCIÓ SECA DE LA SÍNDROME DE DOLOR MIOFASCIAL

**Adreçat a:** Fisioterapeutes col·legiats.

**Durada:** 60 hores lectives.

**Preu:** 440€.

**Calendari:** 23, 24 de febrer, 9, 10 de març, 6, 7 abril, 4 i 5 de maig de 2019

**Horari:** Dissabtes 09.00h a 14.00h i de 15.30h a 20.30h i diumenges de 9 a 14h.

**Lloc de realització:** Fundació Sant Hospital. Pg. Joan Brudieu, 8, 25700, La Seu d'Urgell

## PRESENTACIÓ

La síndrome de dolor miofascial és una afecció extraordinàriament freqüent, sent la principal causa de dolor d'origen muscular de la població, amb prevalences que oscil·len entre el 45% i el 100%, depenent de les poblacions estudiades. No obstant, atesa la seva constant i ràpida evolució, el seu estudi no sol incloure's de manera satisfactòria a la formació de grau

dels fisioterapeutes. A més, el tractament amb punció seca dels punts gallet miofascials, causants de la síndrome de dolor miofascial, atesa l'especificitat i els seus riscos d'aplicació, requereix una formació altament especialitzada.

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya va establir una resolució col·legial (003/2012 de 6 de juny) per la qual es defineixen els requisits formatius mínims per a l'aplicació d'aquesta tècnica. Aquest curs permet als col·legiats accedir a aquests requisits.

## DOCENTS

Xavier Sala Garcia. Fisioterapeuta. Màster oficial PRL ergonomia i psicociologia aplicada. Especialista en dolor miofascial i punció seca avançada. Docent dels Seminaris Travell & Simons®. Coordinador de la Comissió de Fisioteràpia Neuromusculosquelètica del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya. Exercici lliure a FioVital Cassà.

Miguel Ángel Martínez Nogales. Fisioterapeuta. Especialista en dolor miofascial i punció seca avançada. Docent dels Seminaris Travell & Simons®. Membre de la Comissió de Fisioteràpia Neuromusculosquelètica del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya. Exercici lliure a FioPremià.

Marc Lari Viaplana. Fisioterapeuta. Especialista en dolor miofascial i punció seca avançada. Col·laborador dels Seminaris Travell & Simons®. Membre de la Comissió de Fisioteràpia Neuromusculosquelètica del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

Carlos Giménez. Fisioterapeuta. Postgrau en Síndrome de Dolor i Disfunció Miofascial, tractament conservador i invasiu. Màster en Teràpia Manual Ortopèdica (OMT). Expert en "Reeducació Postural Global – RPG. Docent del Màster en Teràpia Manual Ortopèdica (OMT) de la Universitat de Zaragoza



## OBJECTIUS GENERALS

- Dotar a l'alumne dels coneixements i habilitats necessàries per diagnosticar adequadament els punts gallet miofascials i la síndrome de dolor miofascial.
- Dotar a l'alumne de les habilitats necessàries per abordar adequadament el tractament de la síndrome de dolor miofascial utilitzant tècniques de Fisioteràpia conservadora.
- Dotar a l'alumne de les habilitats necessàries per abordar adequadament el tractament de la síndrome de dolor miofascial utilitzant tècniques de Fisioteràpia invasiva.

## OBJECTIUS ESPECÍFICS

Al finalitzar la formació, l'alumne haurà adquirit les competències necessàries per:

1. Palpar i reconèixer tots els músculs estudiats, així com les localitzacions més habituals dels seus punts gallet.
2. Identificar bandes tenses i punts gallet en tots els músculs estudiats.
3. Provocar una resposta d'espasme local per mitjà de palpació sobtada a la majoria dels músculs accessibles.
4. Provocar dolor referit per mitjà de la palpació del punt gallet.
5. Reconèixer l'existència de restricció de mobilitat i de debilitat associada a la presència d'un punt gallet miofascial.
6. Realitzar les proves globals i específiques característiques de la presència de punts gallet miofascials als diferents músculs.
7. Adjudicar el dolor d'un pacient a la presència de punts gallet en els músculs corresponents, gràcies al coneixement dels patrons de dolor referit dels esmentats músculs i de les seves característiques semiològiques més importants.
8. Conèixer i aplicar correctament les principals tècniques de tractament conservador dels punts gallet miofascials.
9. Conèixer les diferents tècniques de Fisioteràpia invasiva (diferents modalitats de punció seca i d'electroestimulació percutània dels punts gallet miofascials) i les seves principals indicacions clíniques.
10. Ser capaç d'aplicar correctament les diferents tècniques de punció presentades en els músculs estudiats.
11. Conèixer les contraindicacions, riscos i complicacions generals de les diferents tècniques de punció.
12. Identificar i evitar les contraindicacions, riscos i complicacions específiques de les diferents zones de punció.
13. Conèixer i evitar els riscos que per al fisioterapeuta suposen les tècniques de punció.



# TEMARI

- Introducció. Característiques clíniques dels punts gallet miofascials (PGM). Criteris diagnòstics. Factors de perpetuació.
- Múscul infraespinós: Palpació plana. Identificació de la banda tensa i el PGM. Evocació del dolor referit.
- Múscul esternocleidomastoïdal: Palpació en pinça. Identificació de la resposta d'espasme local.
- Tractament fisioterapèutic conservador de la SDM: Teràpies manuals.
- Múscul elevador de l'escàpula: Tractament conservador.
- Principis de la punció seca. Classificació, indicacions, contraindicacions, perills, complicacions.
- Pràctica de la punció seca superficial de Baldry.
- Múscul infraespinós: Punció seca profunda del múscul infraespinós. Tècnica d'entrada i sortida ràpida d'Hong. Tractament conservador.
- Múscul quàdriceps: tractaments conservador i amb punció seca. Electroestimulació percutània dels punts gallet.
- Naturalesa dels PGM.
- Músculs piriforme, bessons superior i inferior, obturador intern i quadrat femoral: Tractament conservador i amb punció seca.
- Múscul trapezi: Tractament conservador de les tres divisions i tractament invasiu del trapezi superior. Tècnica de girs de la agulla.
- Músculs glutis i tensor de la fàscia lata: Tractaments conservador i amb punció seca.
- Precaucions de la punció seca profunda al tòrax.
- Múscul llarguíssim i iliocostal toràcic.
- Múscul serrat anterior, dorsal ample i rodó major i menor: tractaments conservador i amb punció seca.
- Múscul subescapular: tractament conservador i amb punció seca.
- Mecanisme d'acció de les tècniques de punció seca.
- Músculs pectorals major i menor: tractament conservador i amb punció seca.
- Músculs braquial, bíceps braquial, tríceps braquial i anconal: tractament conservador i amb punció seca.
- Músculs supraespinós, deltoïdes i coracobraquial: Tractaments conservador i amb punció seca.
- Musculatura epicondília i epitroclar: tractament conservador i amb punció seca.
- Músculs isquiotibials: Tractament conservador i amb punció seca.
- Músculs sartori i adductors: Tractament conservador i amb punció seca.
- Músculs peroneals i tibial anterior: Tractament conservador i amb punció seca.
- Músculs popliti, gastrocnemi i soli: Tractament conservador i amb punció seca.
- Músculs flexor i extensor llarg dels dits, flexor i extensor llarg del dit gros: Tractament conservador i amb punció seca.

Material necessari per al curs: Es recomana als alumnes que duguin roba còmoda i una tovallola gran o talla per cobrir la llitera.

Avaluació del curs: Es realitzarà una avaluació continuada del curs que contemplarà l'assistència i la participació de l'alumne.