



EXERCICI TERAPÈUTIC I REEDUCACIÓ DEL PATRÓ NEUROMOTOR EN LES ALTERACIONS DEL MOVIMENT EN PACIENTS AMB TRASTORNS MUSCULOESQUELÈTICS DE COLUMNA

Adreçat a: Fisioterapeutes col·legiats/des

Durada: 15 hores lectives

Preu: 150 €

Calendari: 14 i 15 de gener de 2023

Horari: Dissabte de 09.00 h a 14.15 h i de 15.00 h a 20.15 h;
diumenge de 9.00 h a 14.15 h.

Lloc de realització: Facultat de Medicina UdL, Aula 3.03.
Carrer de Montserrat Roig, 2, 25008 Lleida

DOCENT

Alexandra Alonso Sal: Fisioterapeuta i llicenciada en Ciències de l'Esport i l'Activitat Física. Màsters en tractament i alteracions del moviment; teràpia manual ortopèdica en el tractament del dolor, en qualitat i control de moviment. És investigadora del Departament de Grup de dolor musculoesquelètic i control motor a la Universitat Europea de Madrid i docent a la Universitat Europea de Madrid.

PRESENTACIÓ

El dolor lumbar és la principal causa de discapacitat al món i el tipus més freqüent de dolor crònic en adults. La seva prevalença és extremadament elevada i actualment segueix augmentant. A Espanya, el dolor lumbar representa el segon problema crònic més freqüent entre la població adulta (17,3%), després de la hipertensió arterial (18,4%). Les guies europees per al maneig del Dolor Lumbar Crònic Inespecífic recomanen la teràpia d'exercici supervisada com el tractament de primera línia. Actualment, hi ha una tendència a basar la intervenció d'exercicis en els principis de l'estabilització lumbopelviana. Aquests exercicis se centren en l'activació, la restauració i l'entrenament de la musculatura estabilitzadora profunda espinal, a través d'exercicis de baixa càrrega, i el posterior progrés cap a exercicis de mobilitat i tasques funcionals que integren l'activació de la musculatura profunda i la superficial o global de la columna. La teràpia té com a objectiu restaurar la coordinació muscular i l'equilibri biomecànic i va dirigida a millorar l'estabilitat lumbopelviana, l'alteració de la qual s'ha identificat com un marcador clínic característic dels pacients amb dolor lumbar crònic i recurrent, podent portar a l'aparició de dolor i discapacitat.

OBJECTIUS

- Exposar els principis bàsics i fonamentals del sistema de moviment humà.
- Identificar i analitzar les alteracions funcionals des de l'evidència científica.
- Adquirir noves eines de raonament a l'aplicació de les tècniques de valoració funcional.

En finalitzar el curs l'alumne serà capaç de :

- Diagnosticar, classificar i reentrenar mitjançant el Control Motor les disfuncions de la columna.
- Entendre els mecanismes patofisiològics que causen la disfunció de moviment i la inestabilitat.
- Integrar la teràpia amb moviment i entrenament neuromuscular a pacients amb patologia musculoesquelètica.

TEMARI

- Influència del Control Motor al Dolor:
 - Sistema immune i sistema musculoesquelètic o influència de les variables psicològiques
 - Factors d'adherència a l'entrenament a la pràctica clínica
- Anàlisi i intervenció de les alteracions de la regió lumbopelviana per dèficit de control motor
- Evidència científica
- Tests funcionals ortopèdics per al diagnòstic de la disfunció
- Substemes implicats en l'alteració del control motor a la regió lumbopelviana
- Exercici terapèutic i Control Motor: de les bases teòriques a la pràctica clínica
- Eines pràctiques d'intervenció amb exercici en pacients amb alteracions lumbopelvianes, progressió de l'entrenament
- Casos clínics