



# EL SUELO PÉLVICO Y EL SÍNDROME DE DOLOR MIOFASCIAL

## Edición Lleida

**Dirigido a:** Fisioterapeutas colegiados  
**Duración:** 5 horas lectivas  
**Precio:** Actividad bonificada al 100%  
**Calendario:** 11 de junio de 2022  
**Horario:** sábado, de 09.00 h a 14.15 h  
**Lugar de realización:** Facultad de Medicina UdL, Aula 3.03. C/Montserrat Roig, 2, 25008 Lleida

### DOCENTE

**Eva Hernando Gimeno.** Directora de Ginsol Centro de Fisioterapia en Reus, Tarragona. Profesora asociada de la Universidad Rovira i Virgili (URV). Miembro de la Comisión de Suelo pélvico del CFC. Actualmente cursa el Master de Salud Digital de la UOC.

## PRESENTACIÓN

El concepto de salud del suelo pélvico (SP) se define como la integridad física y funcional de la unidad del suelo pélvico a través de las distintas etapas de vida del individuo (hombre o mujer), que permite una óptima calidad de vida a través de su rol multifuncional, donde el individuo posee o tiene acceso al conocimiento, el cual le empodera de la habilidad de prevenir o gestionar la disfunción ([Pierce 2015](#)).

La salud del SP se ve afectada por diferentes influencias. Unas no modificables como la genética o el paso del tiempo, y otras como el estilo de vida, la situación cultural y socioeconómica o los eventos de la vida como pueden ser los embarazos y partos, intervenciones quirúrgicas o enfermedades asociadas.

El síndrome de dolor miofascial (SDM) es una entidad que frecuentemente se asocia a diferentes disfunciones del suelo pélvico. Pero en muchas ocasiones los pacientes consultan por dolor musculoesquelético en la zona abdomino-lumbopélvica sin que se pregunte en la anamnesis ni que se tenga en cuenta en la exploración una posible disfunción del suelo pélvico o un SDM en la musculatura del SP.

Establecer unas bases generales teóricas y prácticas permitirá al fisioterapeuta obtener herramientas para la primera línea de tratamiento conservador de diferentes disfunciones asociadas al suelo pélvico, que pueden convivir con otros motivos de consulta en la práctica diaria de fisioterapia.

## OBJETIVOS

El objetivo general del seminario se basa en proporcionar los conocimientos suficientes que permitan al fisioterapeuta identificar la sintomatología asociada al SDM en el suelo pélvico y establecer las primeras fases de tratamiento conservador.

- Establecer las bases de la primera intervención de fisioterapia en el ámbito de la rehabilitación abdominopélvica.
- Profundizar en la función del suelo pélvico dentro del conjunto manométrico abdominal.
- Aprender la sintomatología del SDM en el suelo pélvico y relacionarlo con las principales disfunciones del suelo pélvico.



## TEMARIO

Paradigma de conceptos: dolor pélvico, dolor pélvico crónico, síndrome de dolor pélvico crónico, atrapamiento del nervio pudendo, síndrome del piriforme, síndrome del elevador del ano y síndrome de dolor miofascial (SDM).

- ¿Qué es un PG? SDM y su relación con las disfunciones del suelo pélvico
- Biomecánica abdominopélvica: unión de fuerzas
- La musculatura del suelo pélvico, sus sinergias y el SDM
- ¿Es la hipertonía del suelo pélvico el enemigo a batir?
- Práctica: Terapia manual y ejercicios para 'elastificar' el suelo pélvico