

ENFOQUE CLÍNICO PARA EL MANEJO DEL DOLOR LUMBAR EN FISIOTERAPIA

JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS

El dolor lumbar es uno de los principales motivos de consulta en una visita de fisioterapia. Hasta la fecha, se han difundido una gran cantidad de estrategias terapéuticas para poner fin al dolor lumbar.... Terapia manual, masaje, electroterapia, ejercicios, acupuntura, terapia con ventosas y otros artilugios, punción seca... pero seguimos teniendo pacientes con dolor lumbar que no mejoran tras múltiples intervenciones, o que tienen recaídas, o que quizá mejoran, pero no tenemos muy claro porque a ocurrido, y además, en muchas ocasiones seguimos teniendo muchas dudas de que le ocurre realmente al paciente, y que estrategia terapéutica utilizar delante de un caso clínico real. ¿Te has sentido identificado?

Pues bien, es por ello que este curso pretende poner el foco en las bases, para así, antes de nada, saber identificar que es lo que realmente le pasa al paciente. Aprender a reconocer aquellas patologías y síndromes clínicos que puedan explicar su cuadro doloroso, para luego saber aplicar aquellas estrategias terapéuticas más adecuadas en cada caso (individualización) y como manejar la situación de una manera eficiente, y con la menor incertidumbre posible. Todo ello, mediante la educación, la terapia manual y el ejercicio terapéutico, llevándolo a la práctica clínica desde un marco biopsicosocial.

PROGRAMA DEL CURSO

- 1. Dolor lumbar ¿Sabemos a lo que nos referimos?**
- 2. Clasificación del dolor lumbar según la duración de los síntomas y su relevancia clínica.**
 - a. Dolor lumbar agudo.**
 - b. Dolor lumbar recurrente.**
 - c. Dolor lumbar crónico/persistente.**
- 3. Clasificación del dolor lumbar según la fuente nociceptiva en caso de daño. De la teoría a la práctica clínica.**
 - a. Dolor lumbar específico**
 - i. Patología lumbar específica.**
 - ii. Patología no lumbar específica.**
 - b. Dolor lumbar por síndromes radicales.**
 - i. Radiculopatias.**
 - ii. Dolor radicular.**
 - iii. Estenosis lumbar.**
 - c. Dolor lumbar “inespecífico”.**
 - i. Síndrome discogénico.**
 - ii. Síndrome facetario.**
 - iii. Síndrome de dolor sacroilíaco.**
 - iv. Síndrome de dolor miofascial lumbo-pélvico.**
 - v. Otras posibles causas patoanatómicas.**

- 4. Dolor pélvico posterior y dolor lumbo-glúteo.**
 - a. Comprendiendo el síndrome de glúteo profundo.**
- 5. Pruebas de imagen complementarias y dolor lumbar.**
- 6. Factores de riesgo y/o perpetuadores del dolor lumbar. Modificables VS No modificables.**
 - a. Biomecánicos-funcionales**
 - i. Desmontando mitos.**
 - b. Psicosociales**
 - c. Contextuales**
- 7. Evaluación e identificadores de los mecanismos de dolor predominantes en el paciente.**
 - a. Nociceptivo**
 - b. Neuropático**
 - c. Nociplástico**
 - d. Mixto**
- 8. Integración práctica para la evaluación y exploración física del dolor lumbar: Exploración, valoración, tests ortopédicos, tests funcionales y pruebas diagnósticas.**
- 9. Razonamiento y toma de decisiones para la aproximación diagnóstica del dolor lumbar.**
- 10. Estrategias educativas para el dolor lumbar.**
- 11. Técnicas de terapia manual básicas aplicadas mediante razonamiento clínico previo.**
- 12. Ejercicio terapéutico básico para el manejo de los principales síndromes clínicos lumbares.**
- 13. Estrategias prácticas para el manejo de un dolor lumbar crónico no asociado a daño.**
 - a. Educación de los principales mitos culturales sobre dolor lumbar.**
 - b. Introducción a la educación en neurociencia del dolor y cambios comportamentales.**
- 14. Integración del manejo del dolor lumbar desde una mirada biopsicosocial.**
 - a. Ejemplos de casos clínicos reales**

INFORMACIÓN DEL CURSO

Formación con un máximo de 9 alumnos para asegurar un aprendizaje e interiorización de los conceptos teórico – prácticos.

Dirigido a: Fisioterapeutas y estudiantes de último año de fisioterapia.

Fecha:

Sábado 1 abril.

Horario del curso: 9 a 14h y de 15 a 20h.

Lugar de Realización:

FISIONUM (C. de Quevedo, 30, 08012 Barcelona)

Fecha:

Sábado 1 abril

Precio del curso → 165e (IVA incluido).

*Se entregaran los apuntes impresos y encuadernados a cada alumno para facilitar el seguimiento del seminario.