

# **TRATAMIENTO DE LOS PUNTOS GATILLO MIOFASCIALES EN LAS ALTERACIONES BIOMECÁNICAS DEL SISTEMA MUSCULOESQUELÉTICO**

## **Profesorado**

**Prof. Meritxell Anaya.** Fisioterapeuta. Profesora de la EUCS Manresa (UAB). Ejercicio libre en Manresa.

## **Presentación**

El aumento del estrés y el trabajo así como del sedentarismo por la falta de tiempo libre provocan el desarrollo de alteraciones musculoesqueléticas que se perciben, en gran medida, como dolor mecánico y rigidez articular.

Una de las causas principales para que exista este dolor y esta rigidez es la presencia de Puntos Gatillo Miofasciales (PGM) en un complejo muscular determinado que limitan, a su vez, el movimiento articular.

El tratamiento de estos PGM, tanto conservadora como invasivamente, ha demostrado ser muy eficaz en la mejora de estos trastornos musculoesqueléticos.

Este curso pretende dar al alumno el conocimiento tanto de la existencia de los PGM como de su identificación y posible tratamiento, utilizando para ello tanto las técnicas conservadoras como la técnica invasiva de Punción Seca.

Esta visión de las alteraciones musculoesqueléticas permitirá al fisioterapeuta ver cualquier desequilibrio motor de una forma más global, llegando a ser, el tratamiento de los PGM una herramienta de gran utilidad en el tratamiento de cualquier trastorno mecánico.

## **Objetivos**

- Conocer las características principales y la etiopatogenia de los PGM.
- Adjudicar un problema o desequilibrio musculoesquelético a los PGM existentes en la periferia.
- Identificar el músculo como foco del problema y del dolor percibido por el paciente.

- Identificar el desequilibrio tensional existente en una alteración biomecánica del aparato locomotor.
- Identificar los PGM diana en una alteración musculoesquelética.
- Diferenciar el enfoque biomédico y biopsicosocial del dolor.
- Aplicar las técnicas conservadoras y no invasivas más importantes en el tratamiento de los PGM.
- Identificar y evitar las contraindicaciones, riesgos y complicaciones generales de las diferentes técnicas de punción, tanto para el fisioterapeuta como para el paciente.
- Escoger la técnica de tratamiento invasiva más adecuada para la patología, estado y sintomatología del paciente.
- Aplicar las técnicas de tratamiento invasivo en los músculos principales implicados en un desequilibrio musculoesquelético.
- Conocer las técnicas manuales básicas que disminuyen el dolor postpunción.
- Dar recursos al paciente para implicarse en su propio proceso de recuperación.

## **Horas lectivas**

El curso se realizará en dos fines de semana, con un total de 40 horas lectivas. El curso es eminentemente práctico con un porcentaje de clases prácticas que supera el 80%.

## **Programa**

- El Síndrome de Dolor Miofascial
  - Introducción y definición
  - Características clínicas de los Puntos Gatillo Miofasciales (PGM).
  - Etiopatogenia
  - Dolor asociado al PGM
  - Factores de perpetuación.

- Trabajo muscular
  - Modelo y componentes musculares.
  - La tensión
  - Alteraciones del tono muscular.
  - Alteraciones de la extensibilidad muscular.
- El dolor
  - Enfoque biomédico vs Enfoque biopsicosocial
  - Consecuencias del tratamiento antiálgico manual superficial.
- Tratamiento conservador del Síndrome de Dolor Miofascial
  - Evidencia de las técnicas de Fisioterapia en los PGM.
  - Técnicas manuales
- Tratamiento invasivo del Síndrome de Dolor Miofascial.
  - Punción superficial de PGM, según la técnica de Baldry.
  - Punción profunda de PGM, según Travell – Hong.
- El tratamiento de los PGM en las alteraciones del sistema musculoesquelético.
  - Columna Cervical y cráneo.
  - Cintura escapular
  - Extremidad Superior
  - Tronco
  - Cintura Pélvica
  - Extremidad Inferior

### **Evaluación**

Se realizará una evaluación continuada a lo largo del curso, motivo por el cual es imprescindible una asistencia del 70-80% del curso.

### **Calendario**

Las fechas del curso son:

- 20-22 de Enero del 2.012 (viernes tarde a domingo mediodía)
- 3-5 de febrero del 2.012 (viernes tarde a domingo mediodía)

### **Acreditación**

Acreditado por la Comisión de Formación Continuada del SISTEMA NACIONAL DE SALUD

### **Precio**

- 480 €

### **Lugar de realización**

**Noia (A Coruña)**