

MÓDULO BÁSICO DE PUNCIÓN SECA EN EL SÍNDROME DE DOLOR MIOFASCIAL

DURACIÓN: 20 horas

EQUIPO DOCENTE: César Fernández de las Peñas (coordinador)

Ana Isabel de la Llave Rincón

Ricardo Ortega Santiago

Javier González Iglesias

José Luis Arias Buría

María Palacios Ceña

Jorge Rodríguez Jiménez

Stella Fuensalida Novo

Youssef Rahou El Bachiri

Lidiane Lima Florencio

1. OBJETIVO DOCENTE GENERAL

Dar los conocimientos básicos necesarios al fisioterapeuta para el abordaje de los puntos gatillo miofasciales mediante el uso técnicas de punción seca realizadas con agujas.

2. OBJETIVOS DOCENTES ESPECÍFICOS

- Dar las correctas pautas para el diagnóstico de un punto gatillo miofascial.
- Dar las indicaciones y contraindicaciones de la aplicación de técnicas de punción seca profunda.
- Introducir al fisioterapeuta a las diversas técnicas de tratamiento del punto gatillo miofascial mediante punción profunda.
- Dar a conocer al fisioterapeuta los mecanismos neurofisiológicos por los que la punción seca es efectiva en el tratamiento del síndrome de dolor miofascial.
- Aportar al fisioterapeuta las herramientas básicas para la aplicación clínica de la punción seca profunda sobre puntos gatillo miofasciales

3. RELEVANCIA DEL CURSO

El aumento del sedentarismo y del trabajo conlleva en la sociedad la aparición de dolores en el aparato músculo-esquelético. Una de las principales causas de dolor muscular es la presencia de puntos gatillo miofasciales. Este tipo de afectación puede provocar dolor profundo e intenso que sufren muchos pacientes, sobre todo aquellos con dolor de origen mecánico. El tratamiento fisioterápico de los dolores músculo-esqueléticos, en este caso de puntos gatillo (PGM), mediante técnicas de punción seca puede ser relevante para el éxito del tratamiento.

Por ello, el presente curso ahonda en los principios terapéuticos de la punción seca como técnica complementaria a otras técnicas fisioterápicas. Una vez realizado el curso, el fisioterapeuta dispondrá de una herramienta más para el tratamiento del dolor.

4. METODOLOGÍA DOCENTE

Para el desarrollo del curso se empleará la siguiente metodología docente:

- El curso será impartido por el profesor ayudado de soporte informático con diapositivas (PowerPoint).
- Se recurrirá al empleo del material necesario para las prácticas. Para la correcta ejecución del curso se necesitan guantes de látex y agujas de punción seca del tamaño 0,30 x 25/30 mm y de 0,30 x 40/50mm con guía para su inserción.
- Se realizarán prácticas guiadas entre los participantes del curso.

5. MODELO DEL PROGRAMA DEL CURSO

5.1 DOLOR MIOFASCIAL Y BASES DE LA PUNCIÓN SECA (3 horas)

- Criterios diagnósticos del punto gatillo miofascial (1 hora)
- Neurofisiología del punto gatillo miofascial (1 hora)
- Punción profunda: lavado de sustancias algógenas, estímulo mecánico, respuesta de espasmo local, técnica de entrada y salida (1 hora)

5.2 PUNCIÓN PROFUNDA EN MIEMBRO INFERIOR (7 horas)

- Tensor de la fascia lata (1 hora)
- Glúteo medio y menor (1 hora)
- Glúteo mayor (30 minutos)
- Vasto interno del cuádriceps (30 minutos)
- Recto anterior cuádriceps (30 minutos)
- Vasto externo del cuádriceps (1 hora)
- Isquiotibiales (1 hora)
- Gemelos / Sóleo (30 minutos)
- Tibial anterior, extensor común de los dedos, extensor largo dedo gordo (30 minutos)
- Peroneos laterales largo y corto (30 minutos)

PUNCIÓN PROFUNDA EN MIEMBRO SUPERIOR (7 horas)

- Deltoides (30 minutos)
- Supra-espinoso (1 hora)
- Infra-espinoso y redondo menor (1 hora)
- Redondo mayor y dorsal ancho (1 hora)
- Tríceps braquial / Bíceps braquial (1 hora)
- Musculatura epicondílea (2 horas)

PUNCIÓN PROFUNDA CUELLO (3 horas)

- Trapecio superior (2 horas)
- Elevador de la escápula (1 hora)

MÓDULO AVANZADO DE PUNCIÓN SECA EN EL SÍNDROME DE DOLOR MIOFASCIAL

DURACIÓN: 20 horas

EQUIPO DOCENTE: César Fernández de las Peñas (coordinador)

Ana Isabel de la Llave Rincón

Ricardo Ortega Santiago

Javier González Iglesias

José Luis Arias Buría

María Palacios Ceña

Jorge Rodríguez Jiménez

Stella Fuensalida Novo

Youssef Rahou El Bachiri

Lidiane Lima Florencio

1. OBJETIVO DOCENTE GENERAL

Dar los conocimientos necesarios al fisioterapeuta para el abordaje de los puntos gatillo miofasciales mediante el uso de la punción seca en aquellos músculos relacionados con otras estructuras anatómicas sensibles.

2. OBJETIVOS DOCENTES ESPECÍFICOS

- Dar las correctas pautas para el diagnóstico de un punto gatillo miofascial.
- Dar las indicaciones y contraindicaciones de la aplicación de técnicas de punción seca profunda.
- Introducir al fisioterapeuta a las diversas técnicas de tratamiento del punto gatillo miofascial mediante punción profunda.
- Dar a conocer al fisioterapeuta los mecanismos neurofisiológicos por los que la punción seca es efectiva en el tratamiento del síndrome de dolor miofascial.
- Aportar al fisioterapeuta las herramientas básicas para la aplicación clínica de la punción seca profunda sobre puntos gatillo miofasciales

3. RELEVANCIA DEL CURSO

El aumento del sedentarismo y del trabajo conlleva en la sociedad la aparición de dolores en el aparato músculo-esquelético. Una de las principales causas de dolor muscular es la presencia de puntos gatillo miofasciales. Este tipo de afectación puede provocar dolor profundo e intenso que sufren muchos pacientes, sobre todo aquellos con dolor de origen mecánico. El tratamiento fisioterápico de los dolores músculo-esqueléticos, en este caso de puntos gatillo (PGM), mediante técnicas de punción seca puede ser relevante para el éxito del tratamiento.

Por ello, el presente curso ahonda en los principios terapéuticos de la punción seca como técnica complementaria a otras técnicas fisioterápicas. Una vez realizado el curso, el fisioterapeuta dispondrá de una herramienta más para el tratamiento del dolor.

4. METODOLOGÍA DOCENTE

Para el desarrollo del curso se empleará la siguiente metodología docente:

- El curso será impartido por el profesor ayudado de soporte informático con diapositivas (PowerPoint).
- Se recurrirá al empleo del material necesario para las prácticas. Para la correcta ejecución del curso se necesitan guantes de látex y agujas de punción seca del tamaño 0,30 x 25/30 mm y de 0,30 x 40/50mm con guía para su inserción.
- Se realizarán prácticas guiadas entre los participantes del curso.

5. MODELO DEL PROGRAMA DEL CURSO

5.1 PUNCIÓN PROFUNDA EN MIEMBRO INFERIOR (5 horas)

- Aductor corto, medio, largo, recto interno, pectíneo (2 horas)
- Poplíteo (30 minutos)
- Tibial posterior, flexor de dedos, flexor largo del dedo gordo (1 hora)
- Musculatura intrínseca del pie (1.30 horas)

5.2 PUNCIÓN PROFUNDA EN MIEMBRO SUPERIOR (7 horas)

- Escalenos y subclavio (1 hora)
- Pectoral menor (30 minutos)
- Pectoral mayor (1 hora)
- Subescapular (1 hora)
- Serrato anterior (30 minutos)
- Supinador corto (30 minutos)
- Pronador redondo (30 minutos)
- Musculatura epitrocLEAR (1 hora)
- Musculatura intrínseca de la mano (1 hora)

5.3 PUNCIÓN PROFUNDA EN RAQUIS DORSO-LUMBAR (4 horas)

- Espinoso, iliocostal, dorsal largo, y multifidus (1 hora)
- Trapecio inferior y medio (1 hora)
- Cuadrado lumbar (1 hora)
- Psoas-ilíaco (1 hora)

5.4 PUNCIÓN PROFUNDA CUELLO (4 horas)

- Esternocleidomastoideo (1 hora)
- Complejos mayor y menor (1 hora)
- Esplenio del cuello y de la cabeza (1 hora)
- Musculatura intrínseca cervical (1 hora)