



PROGRAMA DIVULGATIVO EJERCICIO Y DOLOR CRÓNICO: ABORDAJE BIOPSICOSOCIAL EN EL PACIENTE DEPORTISTA CON DOLOR CRÓNICO

ENTIDAD ORGANIZADORA: Ilustre Colegio Oficial de Fisioterapeutas de la Región de Murcia.

FECHAS: 6-8 junio 2025.

DURACIÓN Y HORARIO: 20 horas lectivas. Viernes: 15:00-21:00h. / sábado: 9:00- 14:00 y de 15:00-21.00h / domingo: 9:00-14:00h.

LUGAR: Aula de Formación del Colegio Oficial de Fisioterapeutas de la Región de Murcia, c/ María Guerrero, nº 13- bajo- Murcia

DIRIGIDO A: Exclusivamente a Fisioterapeutas colegiados en todo el territorio nacional.

NÚMERO DE PLAZAS: 14 plazas.

PROFESOR: Álvaro Pinteño Domínguez. Fisioterapeuta clínico graduado por la Universidad Alfonso X, El Sabio especializado en el abordaje del dolor neuromusculoesquelético y prescripción- programación de ejercicio terapéutico.

Docente en diferentes másters y formaciones postgrado, y ha sido ponente en congresos a nivel nacional e internacional relacionados con el abordaje biopsicosocial del dolor, la alianza y educación terapéutica; así como prescripción del ejercicio terapéutico.

Autor de varios libros:

- ¡Cambia el chip! Explicando la Fisioterapia: un enfoque contemporáneo
- ¡J*der, ¡cómo duele!

PRECIO: Coste real **175€** / Precio Fisioterapeutas Colegiados (en el CoFiRM o en un colegio de otra Comunidad Autónoma): **110€**

INSCRIPCIÓN: Para formalizar la inscripción al curso, los Colegiados del CoFiRM deben realizarla a través del botón **Realizar inscripción** situado en la parte superior de la página del curso, para ello será necesario acceder con usuario y contraseña y podrán elegir entre pago por transferencia y pago con tarjeta, en el caso de pago por transferencia será necesario que remita el justificante del pago por correo electrónico a: administracion@cfisiomurcia.com

No se confirmará la inscripción al curso hasta que no se reciba dicho justificante.

Para los colegiados de otras comunidades, deben de inscribirse remitiendo al correo electrónico administracion@cfisiomurcia.com la siguiente documentación:

- Boletín de inscripción cumplimentado
- Resguardo ingreso bancario por importe total del curso (haciendo constar: nombre del alumno/a y el nombre del curso).
- Certificado de colegiación en el que conste que están al día en los pagos. (solo para fisioterapeutas pertenecientes a otros Colegios Profesionales).

*Si envías un correo electrónico, asegúrate de escribir en el asunto y en el cuerpo del mensaje para que llegue correctamente. Nº DE CUENTA: Banco de Sabadell ES60 0081 1188 5800 0108 4716



Una vez recibida la documentación, el Colegio contactará por e-mail, en el plazo máximo de 5 días, para confirmar la admisión o no al curso. En el caso de no recibir dicha confirmación deberá contactar con el Colegio para subsanar la situación.

Las plazas se otorgarán por riguroso orden de recepción de toda la documentación requerida, hasta 15 días antes del inicio de la actividad formativa. Una vez cubierto el cupo general, se habilitará una lista de espera, para ir cubriendo, por orden de llegada, las posibles vacantes que puedan surgir.

Al inscribirse en cualquier curso organizado por el Colegio se están aceptando las normas establecidas, que se encuentran recogidas en las bases de los cursos, que podrá consultar en la web Colegial, dentro de cada uno de los cursos del Colegio.

OBJETIVOS GENERALES

Fomentar la confianza y las competencias de los fisioterapeutas a la hora de abordar la gran mayoría de las presentaciones clínicas que cursan con dolor, persistan en el tiempo o no e independientemente del material y el tiempo que dispongas en consulta por paciente.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Comprenderás y aprenderás cómo puedes ayudar mejor a tus pacientes en todo lo que acontece al famoso término biopsicosocial.
- ✓ Nos enfocaremos en integrar la evidencia científica actual dentro de la práctica clínica.
- ✓ Desarrollarás un pensamiento crítico y aprenderás los principios sobre los que idear tus propios métodos para cada persona y situación.

PROGRAMA DEL CURSO

- **Bloque 1: Atención centrada en la persona.**
 - Modelo Biopsicosocial: ¿Cómo implementarlo en la práctica clínica?
 - Relación fisioterapeuta-paciente: alianza terapéutica, soft skills, objetivos terapéuticos, estrategia al cambio, comportamientos de resistencia y programa de recaídas.
 - Complex Problem Solving Estratégico: aterrizaje en la práctica clínica de los sistemas dinámicos complejos aplicado a la experiencia del dolor.
- **Bloque 2: Antropología y neurofisiología del dolor.**
 - Determinantes sociales: ¿Qué es el dolor?
 - Mecanismos neurofisiológicos: ¿Existen tipos de dolor?
 - Sistemas dinámicos complejos: ¿Cómo funciona el organismo del ser humano?
 - Diferencias entre dolor agudo y dolor crónico: ¿Por qué el dolor puede persistir en el tiempo?
 - Neurofisiología del dolor.
 - Educación en Neurociencia del Dolor: ¿Alguien necesita cambiar sus creencias para quedar libre de dolor?
 - Educación a través del movimiento: abandona la relación profesor-alumno.



- **Bloque 3: Prescripción y programación de ejercicio terapéutico.**

- Cambio de paradigma: Control Motor vs Variabilidad del movimiento.
- Ejercicio doloroso: ¿Se puede hacer ejercicio con dolor? ¿Cuándo y cómo aplicarlo en la práctica clínica?
- Progresión y regresión de los ejercicios: ¿Cuánto ejercicio necesitan tus pacientes y cómo ajustar la dosis?
- Selección de ejercicios: ejercicios específicos vs ejercicios inespecíficos.
- Herramientas para modificación de síntomas.

ARTÍCULOS O PUBLICACIONES DE INTERÉS RELACIONADOS CON LA TÉCNICA

- Fondevila-Suárez E, Velasco E, Escamilla Ugarte R, Flores-Cortés M, Pinteño Álvaro, Tovar- Ochovo R. Consciencia y Dolor: una mirada desde la Fisioterapia (I): Las Teorías de la Consciencia y el problema real del paciente con dolor. MOVE [Internet]. 17 de enero de 2024 [citado 3 de marzo de 2025]; 5 (2): 542 – 64. Disponible en: <https://publicaciones.lasallecampus.es/index.php/MOVE/article/view/1135>
- Fondevila-Suárez E, Velasco E, Escamilla Ugarte R, Flores-Cortés M, Pinteño Álvaro, Alberola- Zorilla P, et”al. Consciencia y Dolor. Una mirada desde la Fisioterapia (II).: Por qué decirle a tu paciente que su dolor es “una alucinación cerebral controlada por los sentidos” no es una buena idea. MOVE [Internet]. 30 de julio de 2024 [citado 3 de marzo de 2025];6(1):612-39. Disponible en: <https://publicaciones.lasallecampus.es/index.php/MOVE/article/view/1136>

**EN PROCESO DE SOLICITUD ACREDITACIÓN A LA COMISIÓN DE FORMACIÓN CONTINUADA DE LAS
PROFESIONES SANITARIA DE LA REGIÓN DE MURCIA**