



Guía docente

EXPERTO UNIVERSITARIO EN FISIOTERAPIA DEL SUELO PÉLVICO

Formación acreditada por la Universidad de San Jorge con 15 créditos ECTS

ÍNDICE

Seminarios	1.
Programa	2.
Calendario y horarios	8.

SEMINARIOS

Esta formación de postgrado universitaria está formada por 10 seminarios:

- *Anatomía, fisiología, fisiopatología, valoración y tratamiento médico-quirúrgico* con la Dra. Laura Díez (15 horas).
- *Valoración y tratamiento fisioterapéutico en las principales disfunciones del suelo pélvico en mujer* con Laura Calzado (25 horas).
- *Generalidades del embarazo. Fisioterapia obstétrica* con Irene Fernández (30 horas).
- *Nutrición en las hormonas sexuales femeninas* con David Vargas (16 horas).
- *SD dolor miofascial. Punción seca* con Ana Isabel de la Llave (15 horas).
- *Terapia miofascial en el suelo pélvico* con Óscar Sánchez (20 horas).
- *Abordaje del dolor pélvico crónico* con Laura Calzado (20 horas).
- *Ejercicio terapéutico hipopresivo* con Pablo Hernández (20 horas).
- *Terapia activa en la mujer. Control motor y método pilates en el embarazo y postparto* con Yoslinova Navarro (20 horas).
- *Terapia manual visceral y tratamiento estructural de la pelvis ósea* con Sílvia Soriano (36 horas).

PROGRAMA

MÓDULO I: Fundamentos del suelo pélvico

SEMINARIO: *Anatomía, fisiología, fisiopatología, valoración y tratamiento médico-quirúrgico con la Dra. Laura Díez*

1. Anatomía suelo pélvico.
 - Anillo óseo y músculo-esquelético.
 - Vísceras pelvianas.
 - Vascularización e inervación del SP.
 - Anatomía topográfica.
2. Fisiología suelo pélvico.
 - Fisiología de la micción.
 - Fisiología de la defecación.
 - Fisiología de la sexualidad.
3. Fisiopatología suelo pélvico.
 - Incontinencia urinaria en la mujer y vejiga hiperactiva.
 - Incontinencia urinaria en el varón.
 - Prolapso genital.
 - Disfunciones miccionales (varón, mujer, niño).
 - Dolor pélvico.
 - Disfunción sexual femenina.
 - Incontinencia fecal y disfunciones defecatorias.
4. Evaluación suelo pélvico.
 - Exploración física.
 - Estudio Urodinámico.
 - Ecografía externa y transcavitaria.
 - Resonancia magnética.
5. Tratamiento patología suelo pélvico.
 - Tratamiento farmacológico.
 - Tratamiento quirúrgico.

SEMINARIO: *Valoración y tratamiento fisioterapéutico en las principales disfunciones del suelo pélvico en mujer con Laura Calzado*

1. Valoración abdominopélvica:
 - Valoración instrumental (Biofeedback y ecografía)
 - Valoración manual
2. Tratamiento fisioterapéutico
 - Tratamiento manual
 - Tratamiento instrumental
 - Tratamiento conductual

PROGRAMA

MÓDULO II: Embarazo y postparto

SEMINARIO: Generalidades del embarazo. Fisioterapia obstétrica con Irene Fernández

1. Anatomía y fisiología trimestre a trimestre
 - Embarazo semana a semana
 - Modificaciones fisiológicas • Anatomía
 - Disfunciones propias a la gestación
 - Estilo de vida y embarazo
2. El parto
 - Mecanismos trabajo parto
 - Dolor en el parto
 - Otro gran protagonista, el bebé
 - Manejo fisioterápico de la dilatación y el expulsivo
 - Ejercicios específicos
3. Postura, dolor y suelo pélvico en el embarazo
 - Conjunto abdomino-lumbo-pélvico-perineal
 - El dolor lumbopélvico
 - Valoración y tratamiento de la gestante
 - El periné obstétrico

MÓDULO III: Abordaje biopsicosocial

SEMINARIO: Nutrición en las hormonas sexuales femeninas con David Vargas

- Biología del ciclo menstrual fisiológico y sus desórdenes más habituales.
- Metabolismo hormonal y Síndrome premenstrual.
- Dismenorrea y endometriosis.
- Síndrome de ovarios poliquísticos.
- Fertilidad
- Menopausia

PROGRAMA

SEMINARIO: *Abordaje del dolor pélvico crónico* con Laura Calzado

1. Conceptos generales sobre el dolor
2. Tipos de dolor
3. Pruebas diagnósticas de dolor
4. Dolor pélvico crónico:
 - Gastrointestinal
 - Ginecológico
 - Músculo-esquelético
 - Neurológico
 - Urológico
5. Tratamiento del dolor pélvico crónico
 - Tratamiento médico y farmacológico
 - Tratamiento fisioterápico manual e instrumental
 - Tratamiento conductual

PROGRAMA

MÓDULO IV: Técnicas de tratamiento: terapia manual e invasiva

SEMINARIO: *SD dolor miofascial. Punción seca* con Ana Isabel de la Llave

- Características clínicas del punto gatillo miofascial (PGM)
- Hallazgos físicos para el diagnóstico correcto de un PGM
- Trigger point VS tender point (fibromialgia)
- Fisiopatología y neurofisiología del PGM
- Punción seca de los PGM: técnicas de aplicación
- Mecanismos neurofisiológicos de la punción seca
- Punción seca superficial
- Punción seca profunda

SEMINARIO: *Terapia miofascial en el suelo pélvico* con Óscar Sánchez

1. Anatomía y fisiología del sistema fascial: generalidades
2. Fisiopatología y mecanismos lesionales en la fascia
3. Propiedades mecánicas del tejido fascial
4. Signos y síntomas generales de la disfunción fascial
5. Mecanismos terapéuticos sobre el tejido fascial
6. Transmisión de fuerzas: concepto de tensegridadfascial aplicado a la cavidad pélvica
7. Técnicas de valoración y tratamiento miofascial:
 - Escucha fascial
 - Técnicas directas e indirectas
 - Inducción
8. Aplicaciones prácticas:
 - Tratamiento de la fascia glútea
 - Tratamiento de la fascia ilíaca
 - Tratamiento de los adductores y del tensor de la fascia lata
 - Técnicas de liberación del sacro y del coxis
 - Relajación fascial de la lámina sacro-uro-génito-púbica
 - Tratamiento del músculo pubocígeo
 - Liberación miofascial del periné
 - Inducción de la membrana obturatriz
9. Técnicas para aumentar la respuesta fascial durante la aplicación de las técnicas
10. Autotratamiento fascial

PROGRAMA

SEMINARIO: *Terapia manual visceral y tratamiento estructural de la pelvis ósea* con *Silvia Soriano*

1. Conceptos generales

- Definición de disfunción somática.
- Alteraciones mecánicas durante el embarazo, parto y posparto a nivel estructural en la mujer.
- Técnicas de energía muscular estructural del anillo pélvico.
- Técnicas de corrección de la pelvis ósea durante el embarazo y posparto.

2. Generalidades en visceral

- Anatomía visceral de tórax, abdomen y pelvis menor.
- Sistemas de estabilización visceral.
- Peritoneo.
- Vísceras abdominales durante el embarazo y posparto.
- Técnicas de valoración y tratamiento de las principales disfunciones viscerales.

3. Vísceras pelvis menor y suelo pélvico

- Anatomía del suelo pélvico y vísceras pelvis menor.
- Sistemas de estabilización de las vísceras de la pelvis menor.
- Disfunciones mecánicas de vejiga, recto, útero y anexos.
- Principales lesiones del suelo pélvico y de las vísceras pélvicas.
- Dolor pélvico.
- Técnicas de tratamiento y abordaje de las vísceras de la pelvis menor, por vía externa abdominal.
- Técnicas de tratamiento por vía externa sobre suelo pélvico.
- Técnicas de tratamiento y abordaje intracavitario de las vísceras de la pelvis menor y de las disfunciones del suelo pélvico.

4. Articulación sacro-coccígea y lesiones de coxis

- Valoración y tratamiento de la articulación sacro-coccígea y lesiones de coxis por vía externa y por vía interna rectal.
- Principales lesiones coccígeas.

5. Integración y abordaje en consulta

- Anamnesis e historia clínica.
- Modo de actuación en consulta ante un tratamiento por vía interna.
- Consentimientos informados vías internas.
- Estructuración del tratamiento e integración de conceptos.

PROGRAMA

MÓDULO V: Terapia activa y control motor

SEMINARIO: *Ejercicio terapéutico hipopresivo con Pablo Hernández*

1. Introducción

- Introducción al trabajo hipopresivo.
- Fundamentos anatómicos y biomecánicos aplicados.
- Indicaciones\precauciones\contraindicaciones.
- Presentación de evidencia científica.

2. Valoración y preparación de la técnica

- Valoración funcional abdomino-perineal.
- Técnicas de enseñanza y corrección para mejorar la postura.
- Principios para preparar y dirigir una clase.
- Pautas previas para aprender a realizar hipopresivos.

3. Ejercicios hipopresivos.

- Ejercicios hipopresivos básicos en camilla.
- Ejercicios hipopresivos dinámicos y asimétricos.
- Activación neuromuscular y liberación miofascial en la corrección de los trastornos posturales.
- Ejercicios hipopresivos con implementos.
- Ejercicios hipopresivos por parejas.
- Elaboración de sesiones adaptadas a diferentes patrones posturales.
- Elaboración de sesiones adaptadas a diferentes patologías.

SEMINARIO: *Terapia activa en la mujer. Control motor y método pilates en el embarazo y postparto con Yoslinova Navarro*

1. El control motor

2. Conceptos generales del Método Pilates

- ¿Qué es el Método Pilates?
 - Principios del Método Pilates
 - Pilates y suelo pélvico

3. Progresión de los ejercicios; Ejercicios básicos, medios y avanzados.

4. Pilates y control motor en el embarazo

- Adaptación y progresión de los ejercicios
- Ejercicios funcionales

5. Pilates y control motor en el posparto

- Adaptación y progresión de los ejercicios
- Ejercicios funcionales

6. Dinámica de grupos

- ¿Cómo adaptar, enseñar y dirigir una sesión de terapia activa?

CALENDARIO Y HORARIOS

SEMINARIOS	FECHAS	HORARIOS	PROFESORES	HORAS
SEMINARIO Anatomía, fisiología, fisiopatología, valoración y tto médico-quirúrgico	Viernes 23/10/2020 Sábado 24/10/2020	De 15h a 20h De 9h a 14h y de 15h a 20h	Laura Díez	15
SEMINARIO Valoración y tratamiento fisioterapéutico en las principales disfunciones del suelo pélvico en mujer	Viernes 20/11/2020 Sábado 21/11/2020 Domingo 22/11/2020	De 15h a 20h De 9h a 14h y de 15h a 21h De 9h a 14h y de 15h a 19h	Laura Calzado	25
SEMINARIO Generalidades del embarazo Fisioterapia obstétrica	Viernes 11/12/2020 Sábado 12/12/2020 Domingo 13/12/2020	De 9h a 14h y de 15h a 20:30h De 9h a 14h y de 15h a 20:30h De 9h a 14h y de 15h a 19h	Irene Fernández	30
SEMINARIO Nutrición en las hormonas sexuales femeninas	Sábado 09/01/2021 Domingo 10/01/2021	De 9h a 14h y de 15h a 20h De 9h a 15h	David Vargas	16
SEMINARIO SD dolor miofascial. Punción seca	Sábado 06/02/2021 Domingo 07/02/2021	De 9h a 14h y de 15h a 20h De 9h a 14h	Ana de la Llave	15
SEMINARIO Terapia miofascial en el suelo pélvico	Sábado 13/03/2021 Domingo 14/03/2021	De 9h a 14h y de 15h a 21h De 9h a 14h y de 15h a 19h	Óscar Sánchez	20
SEMINARIO Abordaje del dolor pélvico crónico	Sábado 10/04/2021 Domingo 11/04/2021	De 9h a 14h y de 15h a 21h De 9h a 14h y de 15h a 19h	Laura Calzado	20
SEMINARIO Ejercicio terapéutico hipopresivo	Sábado 08/05/2021 Domingo 09/05/2021	De 9h a 14h y de 15h a 21h De 9h a 14h y de 15h a 19h	Pablo Hernández	20
SEMINARIO Terapia manual visceral y tratamiento estructural de la pelvis ósea	Jueves 20/05/2021 Viernes 21/05/2021 Sábado 22/05/2021 Domingo 23/05/2021	De 9h a 14h y de 15h a 20h De 9h a 14h y de 15h a 20h De 9h a 14h y de 15h a 20h De 9h a 15h	Sílvia Soriano	36
SEMINARIO Control motor y método pilates en el embarazo y postparto	Sábado 12/06/2021 Domingo 13/06/2021	De 9h a 14h y de 15h a 21h De 9h a 14h y de 15h a 19h	Yoslinova Navarro	20

Todos los seminarios se desarrollan en Espacio Fisiofocus Madrid: Calle Saturnino Calleja, 6, 1º A izq. - 28002 Madrid