



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 tensegridad fascial 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 aductores 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 pubocóccigeo
  - 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 **Sílvia 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
<b>SEMINARIO</b> Anatomía, fisiología, fisiopatología, valoración y tto médico-quirúrgico	Viernes 23/10/2020 Sábado 25/10/2020	De 15h a 20h De 9h a 14h y de 15h a 20h	Laura Díez	15
<b>SEMINARIO</b> 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
<b>SEMINARIO</b> 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
<b>SEMINARIO</b> 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
<b>SEMINARIO</b> 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
<b>SEMINARIO</b> 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
<b>SEMINARIO</b> 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
<b>SEMINARIO</b> 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
<b>SEMINARIO</b> 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
<b>SEMINARIO</b> 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