

PROGRAMA CURSO DE PUNCIÓN SECA EN EL SÍNDROME DE DOLOR MIOFASCIAL

- Organiza: Clínica Aquiles
- Profesor: Álvaro Prados de Andrea
 - o Fisioterapeuta UCM. Formado en Punción seca por la DGSA (David G. Simons Academy) y Seminarios Travell y Simons. Experto en Fisioterapia Deportiva (UCM). Experto en Terapia Manual avanzada en el dolor musculoesquelético (UCM). Máster en Fisioterapia Invasiva (CEU). Formado en técnica de liberación por impacto de alta velocidad (Percutor Estructural).

OBJETIVOS

- Establecer protocolo diagnóstico de los PGM.
- Establecer las bases necesarias para el tratamiento de puntos gatillos miofasciales mediante la punción seca.
- Conocer tanto la fisiopatología y la etiología de los PGM, como los mecanismos de acción de la punción seca.
- Poner en práctica las diferentes técnicas para el tratamiento de los PGM (Terapia manual, punción seca superficial y profunda)
- Conocer tanto las indicaciones como las contraindicaciones de dicho tratamiento así como las posibles complicaciones derivadas del uso de la técnica con agujas.
- Conocer las medidas de higiene necesarias para la realización de la punción seca (superficial y profunda).

METODOLOGÍA

- El curso se realizara en dos fines de semana con una carga lectiva de 30 Horas.
- Parte Teórica: 30% del curso (mediante power point)
- Parte práctica: 70% del curso (se aportará el material necesario para la realización de las practicas: agujas de diferentes longitudes y grosores, guantes de latex, antisépticos, etc...)

PROGRAMA:

- 1- TERMINOLOGÍA Y CLASIFICACIÓN DE LOS PGM'S
- 2- ETIOLOGÍA: NATURALEZA DE LOS PUNTOS GATILLO
- 3- FISIOPATOLOGÍA DE LOS PGM'S
- 4- PALPACIÓN Y DIAGNOSTICO DE LOS PGM'S
- 5- DOLOR REFERIDO

6- TRATAMIENTO

- a. TERAPIA MANUAL
- b. PUNCIÓN SECA SUPERFICIAL
- c. PUNCIÓN SECA PROFUNDA
- d. MECANISMOS DE ACCIÓN
- e. OBJETIVOS
- f. COMPLICACIONES
- g. CONTRAINDICACIONES

7- MEDIDAS DE HIGIENE Y PREPARACIÓN PARA LA PUNCIÓN

8- MUSCULATURA CINTURA ESCAPULAR Y MM.SS:

- a. INFRAESPINOSO
- b. SUPRESIPNOSO
- c. SUBESCAPULAR
- d. REDONDO MAYOR
- e. REDONDO MENOR
- f. DELTOIDES
- g. PECTORAL MAYOR
- h. PECTORAL MENOR
- i. BICEPS BRAQUIAL
- j. BRAQUIAL ANTERIOR
- k. TRICEPS
- l. BRAQUIORRADAL
- m. EXTENSOR RADIAL LARGO
- n. EXTENSOR RADIAL CORTO
- o. EXTENSOR COMUN DE LOS DEDOS
- p. EXTENSOR CUBITAL
- q. ADD Y Oponente DEL PULGAR
- r. INTEROSEOS Y LUMBRICALES

9- MUSCULATURA COLUMNA CERVICAL, DORSAL Y LUMBAR:

- a. TRAPECIO
- b. ANGULAR
- c. ESCALENOS
- d. ECM
- e. SEMIESPINOSO
- f. SUBOCCIPITALES
- g. DORSAL ANCHO
- h. SERRATO ANTERIOR
- i. ROMBOIDES
- j. LONGISIMO

- k. ILIOCOSTAL
- l. CUADRADO LUMBAR
- m. PSOAS

10- MUSCULATURA CINTURAPELVICA Y MM.II:

- a. GLUTEO MAYOR
- b. GLUTO MEDIO
- c. GLUTEO MENOR
- d. TENSOR DE LA FASCIA LATA
- e. ROTADORES DE CADERA (PELVITROCANTEREO)
- f. SARTORIO
- g. ADDUCTORES
- h. RECTO INTERNO
- i. CUADRICEPS
- j. ISQUIOTIBIALES
- k. GEMELOS
- l. SOLEO
- m. PERONEOS
- n. TIBIAL ANTERIOR
- o. TIBIAL POSTERIO
- p. FLEXOR LARGO Y CORTO 1º DEDO
- q. INTEROSEO Y LUMBRICALES