



ILUSTRE COLEGIO PROFESIONAL
DE FISIOTERAPEUTAS
DE CANTABRIA



Consejo General
de Colegios
de Fisioterapeutas
de España

FORMACIÓN

Actualización en ejercicio terapéutico en Fisioterapia (parte práctica). 4ª Edición



7, 8 y 9 de marzo

www.colfisiocant.org



OBJETIVOS

Practicar aquellos aspectos básicos esenciales dentro del bloque teórico.
Vivenciar personalmente (rol paciente), así como a supervisar sobre el control de síntomas para la seguridad clínica y la acumulación de fatiga, antes, durante y después del ejercicio terapéutico (rol Fisioterapeuta), dentro de las características específicas de ejercicio terapéutico y en particular para las patologías:

- ✓ Neuromusculoesqueléticas
- ✓ Cardiorespiratorias
- ✓ Metabólicas
- ✓ Oncológicas
- ✓ Geriátricas
- ✓ Renales
- ✓ Aprender a evaluar al paciente con las patologías descritas.
- ✓ Diseñar e implementar un programa de ejercicio terapéutico.

PROGRAMA

VIERNES TARDE (15:30/ 20:30):

✓ EJERCICIO TERAPÉUTICO EN PATOLOGÍAS METABÓLICAS Y RENALES (1h: 30min)

- Aspectos básicos síndrome metabólico, diabetes tipo I y II.
- Valoración del paciente con patología renal.
- Objetivos a alcanzar con el entrenamiento.
- Valoración, precauciones. Control pre, durante y postejercicio. Medición de la glucosa.
- Plan de trabajo paciente síndrome metabólico - condición física baja, media, alta.
- Valoración capacidad ejercicio - test 6 min-marcha.
- Prescripción de ejercicio de baja, media y alta intensidad.

✓ GERIATRÍA (1 h)

- Aproximación al envejecimiento y a la fragilidad
- Concepto de sarcopenia, fenotipo de Fried.
- Análisis y pruebas de valoración de fragilidad y riesgo de caídas - SPPB Test y Senior Fitness Test.
- Propuesta de actuación en paciente de edad avanzada y paciente frágil.

✓ PATOLOGÍAS CARDIORESPIRATORIAS (1h:30 min)

- Introducción, aspectos básicos paciente con patología cardiorrespiratoria.
- Evaluación del paciente clínica y funcional. Exploración física. Valoración capacidad de ejercicio. Valoración fuerza muscular, estado nutricional, disnea, calidad de vida.

Tipo de curso: Presencial

Docentes:

Diego Romaña García. Fisioterapeuta Colegiado (39/257)

Luis Morales Rodríguez-Parets. Fisioterapeuta Colegiado (39/335)

Duración: 18h.

Fecha: 7, 8 y 9 de marzo

Horario: viernes 7 : 15:30h a 20:30h,
sábado 8: 09:00h a 14:00h - 15:00h a 20:00h
y domingo 9: 09:00h a 12:00h

Lugar: Sede del Colegio de Fisioterapeutas de Cantabria

TARIFA:

30 € (reembolsables tras asistencia)

IMPORTANTE:

*Solo se devolverá el importe de la cuota de inscripción tras asistencia al curso.

**Solo podrán inscribirse aquellos colegiados que hayan superado la parte teórica de las ediciones I-II-III-IV

*** Los alumnos/as que solo han realizado los tres últimos módulos, solo tendrán que asistir a la práctica de dichos módulos (Domingo 9). Deberán indicarlo en la inscripción.

*** Se entregará certificado a los asistentes que cumplan con un mínimo del 80% de asistencia de las 18 horas lectivas o de las 5h en el caso de los alumnos que tengan que realizar solo los nuevos módulos.

Pendiente de solicitar la acreditación a la Comisión de Formación Continuada de las profesiones sanitarias de Cantabria.

Plazas: Máximo 20, mínimo 14 personas.

Justificante de pago:

Concepto: Ejercicio + Nombre completo del alumno
Cuenta bancaria: ES26 0182 6094 3002 0153 9681

INSCRIPCIONES



www.colfisiocant.org





ILUSTRE COLEGIO PROFESIONAL
DE FISIOTERAPEUTAS
DE CANTABRIA



Consejo General
de Colegios
de Fisioterapeutas
de España

FORMACIÓN

Actualización en ejercicio terapéutico en Fisioterapia (parte práctica). III Edición



7, 8 y 9 de marzo

www.colfisiocant.org



- Shuttle Test o prueba de marcha de carga progresiva.
- Perfil paciente respiratorio - indicaciones y contraindicaciones. Factores de riesgo.
- Perfil paciente cardíaco- indicaciones y contraindicaciones. Factores de riesgo.
- Prescripción de ejercicio continuo, interválico, fuerza máxima, fuerza - resistencia, isométrico y control de variables: Frecuencia, saturación oxígeno, tensión arterial y fatiga.

✓ PATOLOGÍAS MUSCULOESQUÉTICAS (1h)

- Entrenamiento multicomponente.
- Evaluación de la resistencia de musculatura profunda – Stabilizer.
- Propuesta de progresión de ejercicios de control cervical.
- Propuesta de progresión de ejercicios de control lumbopélvico.
- Test Mc Guill.

SÁBADO: (9:00 - 14:00; 15:00 - 20:00)

✓ ONCOLOGÍA (2 h)

- Aspectos básicos paciente oncológico.
- Valoración previa, historia clínica, patologías asociadas. Cuestionarios de calidad de vida y actividad física.
- Programación de ejercicio terapéutico y progresión.
- Test incrementales y control de variables: frecuencia cardíaca, tensión arterial, saturación de oxígeno, percepción subjetiva de esfuerzo.

✓ PATOLOGIAS MUSCULOESQUELETICAS (8 H)

- Estrategias de razonamiento clínico y Educación con el Paciente
- Progresión de la Programación de Ejercicio Terapéutico – Readaptación
- Trabajo de fuerza y progresión
- Isométrico, Concéntrico, Excéntrico, Velocidad y Pliometría. Alta intensidad.
- Protocolos de trabajo de fuerza y estabilidad.
- Estructura –
- Tendón
- Musculo
- Articulación
- Valoración clínica. test ortopédicos
- Valoración instrumental.
- -Dinamometria
- - Electromiografía de superficie
- - Ecografía
- Valoración funcional. FMS y FMS modificado
- Estrategias para trabajar con dolor
- Dolor Cervical
- Dolor Lumbar
- Patología de hombro
- Patología de codo
- Propiocepción como herramienta de tratamiento y de prevención
- Casos Clínicos



ILUSTRE COLEGIO PROFESIONAL
DE FISIOTERAPEUTAS
DE CANTABRIA



Consejo General
de Colegios
de Fisioterapeutas
de España

FORMACIÓN

Actualización en ejercicio terapéutico en Fisioterapia (parte práctica). III Edición



7, 8 y 9 de marzo

www.colfisiocant.org



DOMINGO: (9:00- 12:00)

✓ EJERCICIO TERAPÉUTICO EN PATOLOGÍA MENTAL (1h)

- Introducción a la patología mental.
- Relación entre salud física y mental.
- Abordaje terapéutico y principios básicos.
- Ejercicio Terapéutico en trastornos mentales más frecuentes.
- Conciencia corporal y respiración.
- Programación e intervención en el proceso terapéutico (tipo de sesión, frecuencia, postura, duración).

✓ EJERCICIO TERAPÉUTICO EN EL MARCO DE LOS TRASTORNOS DEL EQUILIBRIO Y PATOLOGÍA VESTIBULAR (1h)

- Introducción, sentido del equilibrio e integración multisensorial.
- Disfunciones del sistema vestibular.
- Estabilización dinámica de la mirada, reflejo vestibulo - ocular.
- Estabilización dinámica del control postural.

✓ EJERCICIO TERAPÉUTICO EN DISFUNCIONES DEL SUELO PÉLVICO (1h)

- Introducción a las disfunciones del suelo pélvico.
- Disfunciones del suelo pélvico femeninas y masculinas. Síntomas y signos.
- Instrumentos de valoración.
- Ejercicio terapéutico analítico.
- Ejercicio terapéutico global (método hipopresivos, Pilates, control sensoriomotor postural, control motor lumbopélvico, ejercicios de presión espiratoria positiva).