

Curso Universitario de Especialización en el Fisioterapeuta en la incontinencia urinaria



Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 50
- ✓ **Créditos ECTS:** 2
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 1 mes para realizar el curso universitario de especialización y un máximo de 6 meses.

Las alteraciones del suelo pélvico (SP) siguen siendo, a día de hoy, un tema tabú en nuestra sociedad. Se estima que al menos un tercio de la población padece alguna patología relacionada con el SP, pero son mucho menores los casos que salen a la luz, a pesar de la importancia que tienen un diagnóstico y tratamiento precoz.

Dentro de las disfunciones del SP, se encuentra la *incontinencia urinaria (IU)*, que se define como la pérdida involuntaria de orina por acciones como reír, estornudar, realizar algún esfuerzo o practicar deporte. Esta pérdida está causada por una alteración en la fase de llenado vesical a consecuencia de diversas patologías. En concreto, cuando la presión dentro de la vejiga es superior a la presión de la uretra, la orina sale al exterior sin que lo podamos remediar, produciéndose la IU.

Esta alteración, a parte del obvio trastorno funcional del SP, genera problemas psicosociales como el sentimiento de humillación, vergüenza, inseguridad, ansiedad, depresión o aislamiento social entre otros, que obliga a la persona afectada a ocultarse, de ahí la importancia del enfoque interdisciplinar que demanda una patología como la IU. En este **Curso Online de Fisioterapeuta en la incontinencia urinaria**, se realiza un breve recuerdo anatómico de las principales estructuras que componen el SP, se definen las principales causas y los tipos de IU que existen, y se aborda de forma sencilla y práctica cómo prevenir esta alteración, y en el caso de que fuera necesario, como tratarla. Todo desde un punto de vista fisioterápico.

Inscribirme



Certificación: Universidad Europea Miguel de Cervantes



Los alumnos que realicen un **Máster, Experto Universitario o Curso universitario de especialización online Título Propio de la Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)** recibirán, una vez finalizado, un diploma expedido en créditos y horas. Este documento es únicamente emitido por la universidad certificadora de las actividades formativas, es decir, por la UEMC y no tendría ningún coste adicional. Los diplomas acreditados por la UEMC no llevarán categoría profesional.

UEMC en ningún caso expedirá el título correspondiente al programa formativo si no ha transcurrido el tiempo mínimo desde la matrícula del alumno. Una vez transcurrido el tiempo mínimo que exige la universidad y finalice la edición, se procederá a solicitar el diploma a la Universidad, la cual suele tardar en remitir los diplomas de los cursos de especialización unos cuatro meses y de seis a nueve meses cuando se trata de máster o expertos universitarios. Igualmente los alumnos una vez realizada la formación, podrán solicitar un certificado provisional expedido por ESHE a la espera de recibir el diploma de la Universidad Europea Miguel de Cervantes.

Los alumnos recibirían, al realizar las formaciones, un diploma como el del ejemplo:



Parte delantera del diploma de un máster o experto



Parte trasera del diploma de un máster o experto

¿A quién va dirigido?

Este programa formativo online / a distancia está dirigido a todo aquel personal de la rama sanitaria, como pueden ser:

- Graduados en fisioterapia.
 - Graduados en ciencias de la actividad física y el deporte.
 - Graduados en medicina.
 - Graduados en farmacia.
 - Graduados en enfermería.
 - Graduados en psicología.
 - Graduados en genética.
 - Graduados en bioinformática.
-
- Graduados en biología humana.
 - Graduados en biología sanitaria.
 - Graduados en biomedicina.
 - Graduados en biomedicina básica y experimental.
 - Graduados en ciencias biomédicas.
-
- Graduados en nutrición humana y dietética.
 - Graduados en ciencia y tecnología de los alimentos.
 - Graduados en terapia ocupacional.
 - Personal sanitario no universitario.

Objetivos

Generales

- Determinar la gravedad de la incontinencia urinaria.
- Valorar la existencia de enfermedades predisponentes (obesidad, enfermedades neurológicas...).
- Valorar los factores de riesgo (actividad diaria con muchos esfuerzos físicos, ingesta abundante de líquidos, diuréticos...).
- Valorar la evaluación de los síntomas (número de micciones, tipo de incontinencia urinaria, síntomas asociados, presencia de nicturia, enuresis...).
- Elimina y/o evita la incontinencia agravada por el peso del feto sobre la vejiga durante el embarazo.
- Disminuye el riesgo de sufrir desgarros, mejorando la elasticidad y adaptación de los tejidos perineales al paso del feto por el canal del parto, por lo que facilita el parto en general.
- Produce un aumento progresivo de la vascularización en la zona rectal y perineal.
- Incrementa el placer sexual.
- Disminuye la incidencia de dispareunia tras el parto.

Específicos

- Prevenir las afecciones funcionales u orgánicas.
- Descender la presión intraabdominal durante el ejercicio (ejercicios hipopresivos).
- Provocar una contracción refleja de la musculatura de la cavidad abdominal que se encuentra débil.
- Tonificar vía refleja la musculatura perineal.
- Objetivar la presencia de incontinencia urinaria y detectar defectos anatómicos concomitantes.
- Provocar mediante técnicas hipopresivas un ascenso del diafragma y un efecto de succión sobre las vísceras pélvicas que disminuya la tensión músculo-ligamentosa del suelo pélvico, y a su vez la disminución de la presión intraabdominal.

- Fortalecimiento de la musculatura abdominal y perineal sin riesgo para el suelo pélvico.
- Fortalecimiento de la musculatura profunda del abdomen y del suelo pélvico mediante una contracción isométrica mantenida.

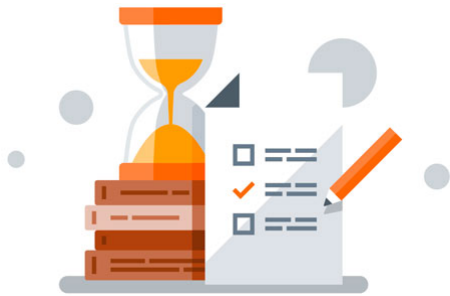
Inscribirme



Requisitos para la inscripción

- DNI, TIE o Pasaporte.
- Documento de pago de tasas de matrícula.

Evaluación



La evaluación estará compuesta de **32 test** de opción alternativa (A/B/C).

El alumno debe finalizar el curso universitario online de especialización y hacerlo con aprovechamiento de al menos un 50% de los tests planteados en el mismo, que se realizarán a través de la plataforma virtual online.

Contenidos

Módulo I: Fisioterapeuta en la incontinencia urinaria

Tema I. Introducción.

- Introducción.

Tema II. Anatomía del suelo pélvico:

- Introducción.
- Periné o suelo pélvico:
 - Pelvis menor o verdadera (zona inferior).
 - Pelvis mayor o falsa (zona superior).
- Tipos de pelvis:
 - Ginecoide.
 - Androide.
 - Antropoide.
 - Platipeloide.
- Planos y músculos del suelo pélvico:
 - Músculo elevador del ano.
 - Músculo coccígeo.
- Soporte del suelo pélvico.

Tema III. Causas y tipos:

- Introducción.
- Fisiología de la micción.
- Mecanismo de la micción:
 - Fase de llenado (continencia).
 - Fase de evacuación (micción).
- Disfunciones del suelo pélvico:
 - Lesiones obstétricas.
 - Disfunciones neurológicas.
 - Disfunción de los mecanismos de soporte.
- Prolapso de órganos pélvicos:
 - Clasificación.
 - Estandarización de la terminología de gradación del prolapso.
 - Instrucciones para reducir la presión intraabdominal.
- Incontinencia urinaria:
 - Síntomas de incontinencia urinaria:
 - Incontinencia urinaria (síntoma).
 - Incontinencia (urinaria) de esfuerzo (IUE).
 - Incontinencia (urinaria) de urgencia.
 - Incontinencia (urinaria) postural.
 - Enuresis nocturna.
 - Incontinencia (urinaria) mixta.
 - Incontinencia (urinaria) continua.
 - Incontinencia (urinaria) insensible.
 - Incontinencia coital.
 - Síntomas durante el llenado vesical.
 - Ayuda a pacientes con incontinencia funcional.

Tema IV. Diagnóstico de la incontinencia urinaria:

- Introducción.
- Anamnesis (hoja de fisioterapia):
 - Cuestionario de incontinencia urinaria ICIQ-SF.
- Examen físico:
 - Prueba de retención de orina.
 - Prueba de salto con apertura de brazos y piernas.
- Evaluación electromiográfica.

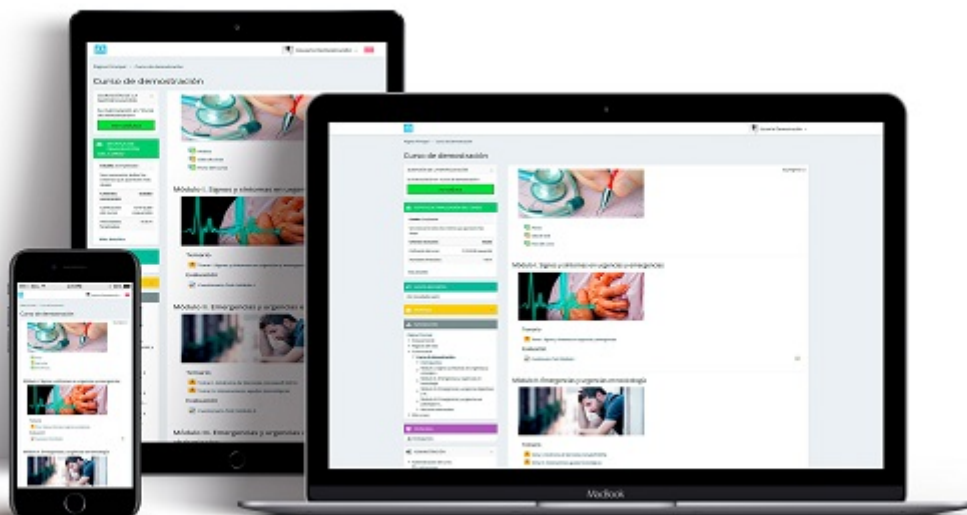
Tema V. Prevención y tratamiento:

- Introducción.
- Ejercicios de Kegel:
 - Ejercicios de concienciación previos a los ejercicios de Kegel.
- Ejercicio visual de concienciación.
- Técnica abdominal hipopresiva:
 - Beneficios y contraindicaciones de la GAH.
- Fortalecimiento del suelo pélvico mediante trabajo abdominal isométrico:
 - Planchas.
 - Postural con extensión de brazos y piernas.
 - Elevación de piernas en sedestación.

- Elevación de piernas en decúbito lateral.
- Elevación de caderas bocarriba.
- Fortalecimiento del suelo pélvico mediante dispositivos instrumentales:
 - Epi-no.
 - Biorretroalimentación o biofeedback.
 - Técnicas de conos vaginales.
 - Electroestimulación.
- Entrenamiento vesical o modificación de hábitos.
- Tratamiento quirúrgico.

Bibliografía.

Metodología



El desarrollo del programa formativo se realiza a distancia, el alumno dispondrá de los contenidos en formato PDF y realizará la evaluación en la plataforma online, esta plataforma está operativa 24x7x365 y además está adaptada a cualquier dispositivo móvil. El alumno en todo momento contará con el apoyo del departamento tutorial. Las tutorías se realizan mediante email (atenciontutorial@eshe.es) o través del sistema de mensajería que incorpora la plataforma online. Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

Inscribirme

