

Curso Universitario en Avances en Puntos de Gatillo y Dolor Miofascial



Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 250
- ✓ **Créditos ECTS:** 10
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 1 mes para realizar el curso universitario y un máximo de 6 meses.

La definición más usada de puntos gatillo es aquella que dieron Travell J et al.¹ en su libro: *“Un punto gatillo miofascial (PGM) es un punto del músculo hiperirritable, asociado a un nódulo hipersensible palpable en una banda tensa”*. Fueron de los primeros en investigar y publicar acerca de los PGM, elaboraron un manual siendo un referente para posteriores estudios.

Hay más definiciones, pero todas vienen a decir lo mismo, el PGM es hipersensible a la palpación, se irrita con facilidad, cuando lo palpamos hallamos una banda tensa en el músculo, y además reproduce los dolores del paciente. Se le llama miofascial porque no solo está implicado el músculo. También conlleva cambios y alteraciones en la miofascia, es decir en la fascia que recubre al músculo. Recordemos que la fascia es ese tejido conectivo que rodea las diferentes partes de nuestro cuerpo y que a veces toma diferente nombre según lo que esté envolviendo, como en este caso mio-fascia (myo proviene del griego y significa músculo). *¿Podemos decir con esto que todos los puntos dolorosos a la palpación son PGM?* No, para que lo consideremos punto gatillo vamos a tener que observar otras cosas que más adelante detallaremos en el apartado de diagnóstico de punto gatillo. Hay que tener en cuenta que otras enfermedades como la fibromialgia se basan en puntos de dolor y debemos saber diferenciarlo. Por eso va a ser muy importante una buena valoración al paciente.

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, como pueden ser:

- Graduados en fisioterapia.

Objetivos

Generales

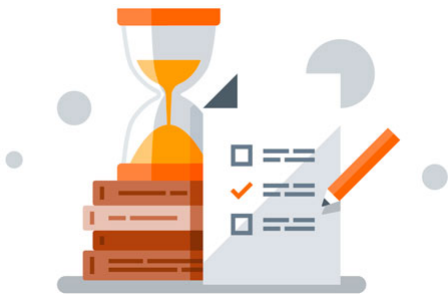
- Conocer los puntos gatillo del cuerpo humano, como pueden ser los del cuello, tronco, miembro superior, miembro inferior, suelo pélvico, cabeza y cara.
- Realizar un correcto tratamiento de los puntos de gatillo tanto invasivo como no invasivo.
- Comprender la fisiopatología de los puntos gatillo miofasciales, sus síntomas, causas y, lo más importante, comprender cuáles son los puntos gatillo musculares de los principales músculos de nuestro cuerpo.
- Comprender los síntomas que puede ocasionar e identificarlos para realizar el diagnóstico correcto.
- Investigar los tratamientos disponibles para seleccionar la técnica más adecuada para nuestros pacientes.

Inscribirme



Requisitos para la inscripción

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



La evaluación estará compuesta de **86 test** de opción alternativa (A/B/C).

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

Contenidos

Tema I: ¿Qué es un punto gatillo miofascial?

- Definición de punto gatillo miofascial.
- Fisiología del punto gatillo.
- Tipos de punto gatillo.
- Causas de un punto gatillo.
- Síntomas de un punto gatillo.
- Cómo diagnosticar un punto gatillo.

- Resumen.
 - Autoevaluación.
 - Bibliografía.
-

Tema II: Puntos gatillo del cuerpo humano

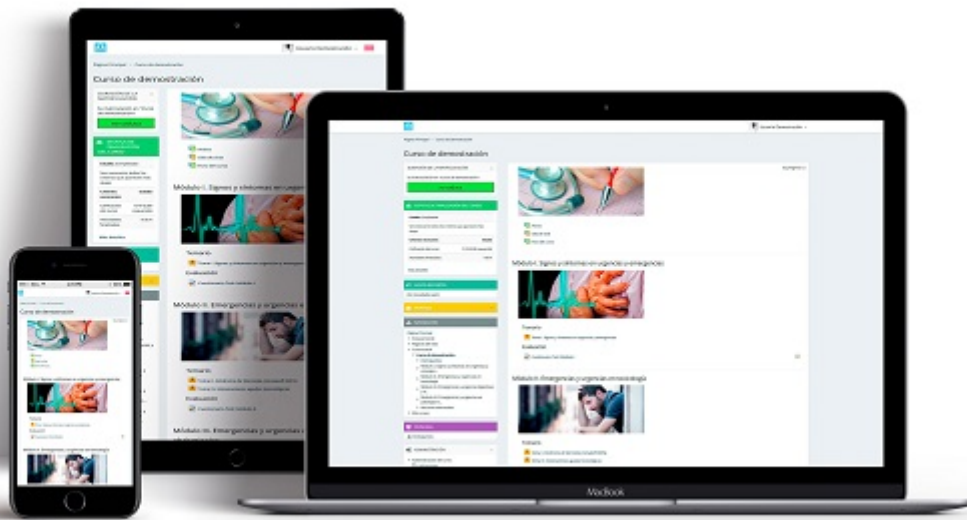
- Introducción.
- Puntos gatillo de cuello y tronco.
 - Escalenos/Scaleni.
 - Platisma/Platysma.
 - Esternocleidomastoideo/Sternocleidomastoid.
 - Digástrico/Digastric.
 - Subescapular/Subscapularis.
 - Subclavio/Subclavius.
 - Pectoral Menor/Pectoralis Minor.
 - Pectoral Mayor/Pectoralis Major.
 - Serrato Anterior/Serratus Anterior.
 - Intercostales/Intercostal.
 - Diafragma/Diaphragm.
 - Recto Abdominal/Rectus Abdominis.
 - Oblicuos Del Abdomen/Abdominal Obliques.
 - Transverso Del Abdomen/Transversus Abdominis.
 - Esplenio/Splenius.
 - Longísimo De La Cabeza/Longissimus Capitis.
 - Semiespinosos/Semispinalis.
 - Músculos Suboccipitales/Suboccipital Muscles.
 - Trapecio/Trapezius.
 - Angular De La Escápula/Levator Scapulae o elevador de la escápula.
 - Supraespinoso/Supraspinatus.
 - Infraespinoso/Infraspinatus.
 - Romboides/Rhomboid.
 - Redondo Menor/Teres Minor.
 - Redondo Mayor/Teres Major.
 - Serrato Posterior/Serratus Posterior.
 - Dorsal Ancho/Latissimus Dorsi.
 - Cuadrado Lumbar/Quadratus Lumborum.
 - Multifidos/Multifidi.
 - Rotadores Del Tronco/Rotatores.
 - Iliocostales/Iliocostalis.
 - Longísimo Del Dorso/Longissimus Thoracis.
- Puntos gatillo del miembro superior.
 - Braquial Anterior/Brachialis.
 - Coracobraquial/Coracobrachialis.
 - Bíceps Braquial/Biceps Brachii.
 - Tríceps Braquial/Triceps Brachii.
 - Ancóneo/Anconeus.
 - Deltoides/Deltoid.
 - Braquiorradial/Brachioradialis o supinador largo.
 - Extensor Radial Largo/Extensor Carpi Radialis Longus.
 - Extensor Radial Corto/Extensor Carpi Radialis Brevis.

- Extensor Común De Los Dedos/Extensor Digitorum.
- Extensor Cubital/Extensor Carpi Ulnaris o cubital posterior.
- Flexor Cubital Del Carpo/Flexor Carpi Ulnaris o cubital anterior.
- Extensor Del Índice/Extensor Indicis.
- Palmar Largo/Palmaris Longus o palmar menor.
- Flexor Radial Del Carpo /Flexor Carpi Radialis o palmar mayor.
- Flexor Común Superficial y Profundo De Los Dedos/Flexores Digitorum.
- Pronador Redondo/Pronator Teres.
- Pronador Cuadrado/Pronator Quadratus.
- Supinador Corto/Supinator.
- Flexor Largo Del Pulgar/Flexor Pollicis Longus.
- Aductor Del Pulgar/Adductor Pollicis.
- Oponente Del Pulgar/Opponens Pollicis.
- Interóseos Dorsales/Interossei.
- Abductor Del Dedo Meñique/Abductor Digiti Minimi.
- Puntos gatillo del miembro inferior.
 - Psoas Mayor + Ilíaco/Iliopsoas.
 - Sartorio/Sartorius.
 - Tensor De La Fascia Lata/Tensor Fasciae Latae.
 - Cuádriceps Femoral/Quadriceps Femoris.
 - Pectíneo/Pectineus.
 - Aductor Mediano y Aductor Menor/Adductor Longus Adductor Brevis o aductor largo y aductor corto.
 - Aductor Mayor/Adductor Magnus.
 - Recto Interno/Gracilis o grácil.
 - Glúteo Menor/Gluteus Minimus.
 - Glúteo Medio/Gluteus Medius.
 - Glúteo Mayor/Gluteus Maximus.
 - Piriforme/Piriformis o piramidal.
 - Isquiosurales/Hamstring.
 - Poplíteo/Popliteus.
 - Plantar/Plantaris o delgadito plantar.
 - Soleo/Soleus.
 - Gastrocnemio/Gastrocnemius.
 - Flexor Largo De Los Dedos/Flexor Digito Rum Longus.
 - Flexor Largo Del Dedo Gordo/Flexor Hallucis Longus.
 - Tibial Posterior/Tibialis Posterior.
 - Tibial Anterior/Tibialis Anterior.
 - Extensor Largo De Los Dedos/Extensor Digito Rum Longus.
 - Extensor Largo Del Dedo Gordo/Extensor Hallucis Longus.
 - Peroneos/Peroneus.
 - Abductor Del Dedo Gordo/Abductor Hallucis.
 - Extensor Corto De Los Dedos/Extensor Digitorum Brevis o pedio.
 - Abductor Del Quinto Dedo/Abductor Digiti Minimi.
 - Flexor Corto De Los Dedos/Flexor Digitorum Brevis.
 - Cuadrado Plantar/Quadratus Plantae.
 - Aductor Del Dedo Gordo/Adductor Hallucis.
 - Flexor Corto Del Dedo Gordo/Flexor Hallucis Brevis.
 - Interóseos/Interossei.
- Puntos gatillo del suelo pélvico.
 - Obturador Interno/Obturator Internus.

- Elevador Del Ano/Levator Ani.
 - Coccigeo/Coccygeus.
 - Bulboesponjoso/Bulbospongiosus.
 - Isquiocavernoso/Ischiocavernosus.
 - Esfínter Externo Del Ano/Sphincter Ani Externus.
 - Puntos gatillo de la cabeza y cara.
 - Temporal/Temporalis.
 - Occipitofrontal/Occipitofrontalis o epicráneo.
 - Orbicular Del Ojo/Orbicularis Oculi.
 - Cigomático/Zygomaticus.
 - Buccinador/Buccinator.
 - Masetero/Masseter.
 - Pterigoideo Medial/Medial Pterygoid.
 - Pterigoideo Lateral/Lateral Pterygoid.
 - Resumen.
 - Autoevaluación.
 - Bibliografía.
-

Tema III: Tratamiento de los puntos gatillo

- Tratamiento no invasivo.
- Tratamiento invasivo.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.



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

