

Pamplona - Iruña | 2 y 3 de octubre 2021

CURSO  
**CONTROL MOTOR  
Y COLUMNA CERVICAL**

Acreditado por la Comisión de Formación Continuada

**ORGANIZA**

Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Navarra.

**COLABORA**

Departamento de Salud del Gobierno de Navarra.

**PROFESOR**

D. **Pablo Vera**. *Fisioterapeuta especialista en Ejercicio Terapéutico. Docente universitario. Consultor formación y salud.*

**FECHAS**

2 y 3 de octubre de 2021.

**HORARIO**

Sábado de 9,00 h. a 14,30h. y de 15,30 h. a 20,45 h.  
Domingo de 9,00 h. a 14,30 h.

**LUGAR**

Hotel Abba Reino de Navarra, C/ De Acella, nº 1, 31008 Pamplona-Iruña.

**PRECIO**

150 €. Número de alumnas/os: 20.

**Para más información y/o inscripciones al curso consultar la web [www.cofn.net](http://www.cofn.net) o contactar con la Secretaría Técnica: [secretariatecnica@cofn.net](mailto:secretariatecnica@cofn.net) / 948 17 48 06**

**Nafarroako  
Fisioterapeuten**  
Elkargo Ofiziala



Colegio Oficial de  
**Fisioterapeutas  
de Navarra**

Arcadio María Larraona Nº 1, 2ª planta  
31008 Iruña-Pamplona  
T. 948 174 806  
F. 948 173 954  
E. [info@cofn.net](mailto:info@cofn.net)  
[www.cofn.net](http://www.cofn.net)

## PRESENTACIÓN

El dolor musculoesquelético, y más concretamente el que afecta a la zona cervical y su extensión a todo el cuadrante superior, se ha convertido en un problema de salud con altos ratios de recurrencia a nivel mundial.

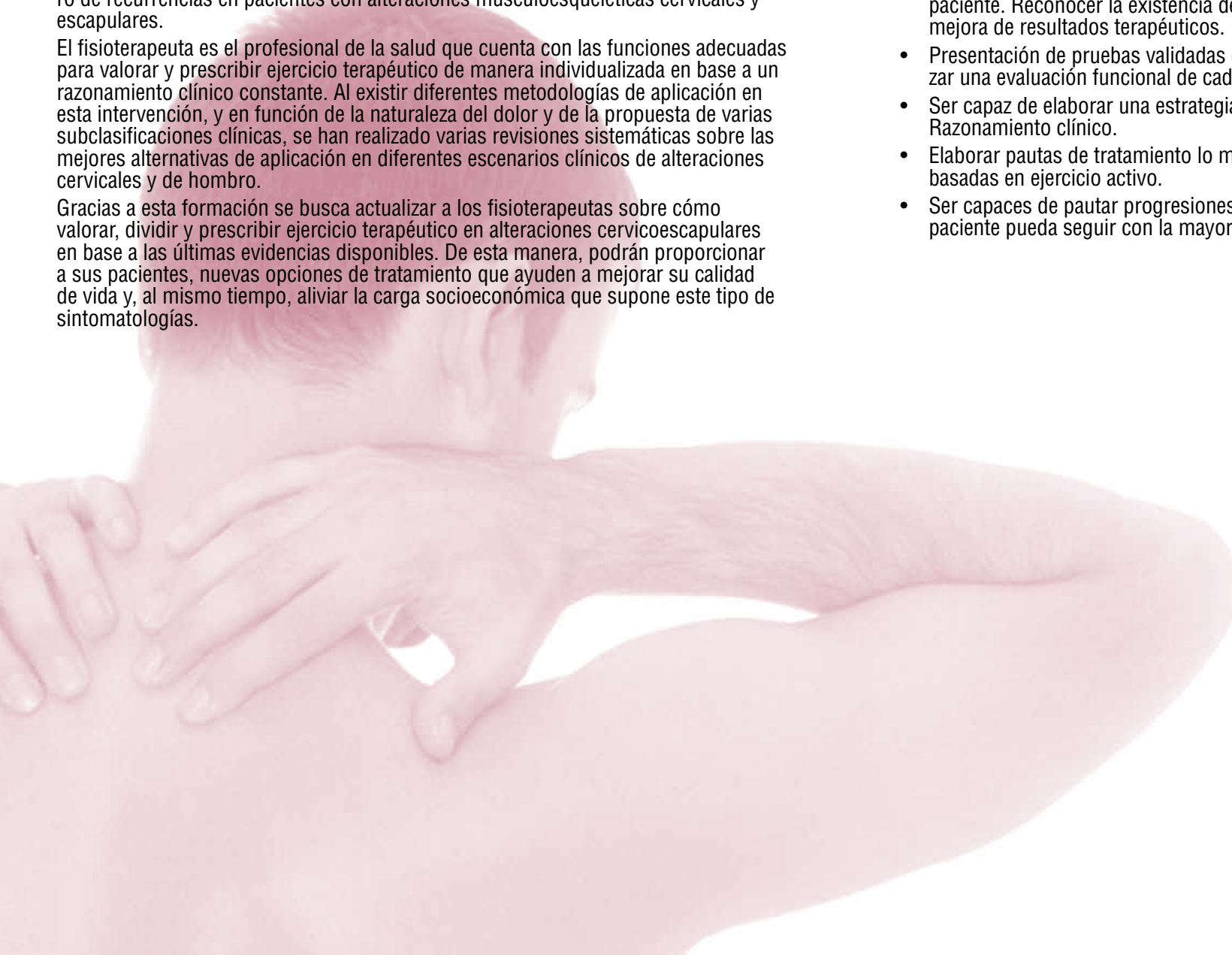
El ejercicio terapéutico se muestra como una de las más eficaces intervenciones terapéuticas que, en combinación con la terapia manual, ayudarán a reducir el número de recurrencias en pacientes con alteraciones musculoesqueléticas cervicales y escapulares.

El fisioterapeuta es el profesional de la salud que cuenta con las funciones adecuadas para valorar y prescribir ejercicio terapéutico de manera individualizada en base a un razonamiento clínico constante. Al existir diferentes metodologías de aplicación en esta intervención, y en función de la naturaleza del dolor y de la propuesta de varias subclasificaciones clínicas, se han realizado varias revisiones sistemáticas sobre las mejores alternativas de aplicación en diferentes escenarios clínicos de alteraciones cervicales y de hombro.

Gracias a esta formación se busca actualizar a los fisioterapeutas sobre cómo valorar, dividir y prescribir ejercicio terapéutico en alteraciones cervicoescapulares en base a las últimas evidencias disponibles. De esta manera, podrán proporcionar a sus pacientes, nuevas opciones de tratamiento que ayuden a mejorar su calidad de vida y, al mismo tiempo, aliviar la carga socioeconómica que supone este tipo de patologías.

## OBJETIVOS

- Revisar la más reciente evidencia científica en relación a la aplicación de ejercicio terapéutico en patología musculoesquelética en esta zona.
- Revisar los principios básicos de aplicación del ejercicio terapéutico aplicados a zona cervicoescapular.
- Ser capaz de relacionar los hallazgos en el examen clínico con los síntomas del paciente. Reconocer la existencia de subclasificaciones clínicas necesarias para la mejora de resultados terapéuticos.
- Presentación de pruebas validadas de control sensoriomotor y ser capaz de realizar una evaluación funcional de cadenas musculares a distancia.
- Ser capaz de elaborar una estrategia terapéutica basada en los hallazgos clínicos. Razonamiento clínico.
- Elaborar pautas de tratamiento lo más específicas posibles para cada situación, basadas en ejercicio activo.
- Ser capaces de pautar progresiones y crear un programa domiciliario que el paciente pueda seguir con la mayor adherencia.



## PROGRAMA / CALENDARIO

### SÁBADO 2 DE OCTUBRE MAÑANA (5h.)

9,00-11,30.

- Introducción y caso clínico.
- Datos relevantes sobre dolor cervical. Factores predisponentes.
- Subclasificaciones clínicas.
- Bases de aplicación ejercicio terapéutico.

11,30-12,00. DESCANSO.

12,00-14,30.

- Alteraciones propioceptivas. Investigaciones. Evaluación y tratamiento mediante ejercicio terapéutico / láser terapéutico.
- Alteraciones oculomotoras: Evaluación y propuesta progresión ejercicios.
- Alteraciones equilibrio: Evaluación y propuesta progresión ejercicios para la mejora del equilibrio.
- Alteraciones posturales:
  - o Revisión movimientos regionales.
  - o Práctica de reposicionamiento articular en la columna cervical.
  - o Test de control motor cervicales.
- Alteraciones musculares. Revisión evidencia. Evaluación con test de rendimiento y propuesta de progresión de ejercicios para flexores / extensores cervicales.

### SÁBADO 2 DE OCTUBRE TARDE (5h.)

15,30-18,00.

- Alteraciones posturales:
  - o Revisión movimientos regionales.
  - o Práctica de reposicionamiento articular en la columna cervical.
  - o Test de control motor cervicales.

18,00-18,15. DESCANSO.

18,15-20,45.

- Alteraciones musculares. Revisión evidencia. Evaluación con test de rendimiento y propuesta de progresión de ejercicios para flexores / extensores cervicales.
- Datos relevantes dolor hombro.
- Diagnóstico diferencial y reflexiones según evidencias actuales. Factores predisponentes y pronóstico.
- Alteraciones propioceptivas: Evaluación y práctica de JPS (reposicionamiento articular) / láser terapéutico con progresión ejercicios.
- Alteraciones posturales estáticas y dinámicas. Diskinesias escapulares.

### DOMINGO 3 DE OCTUBRE MAÑANA (5h.)

9,00-11,00.

- Alteraciones musculares. Modelo cinesiopatológico. Revisión evidencia y propuesta de progresión ejercicios específicos para el complejo escapular.
- Ejercicio terapéutico en Escapulo Humeral. Progresión desde musculatura estabilizadora a movilizadora.

11,00-11,30. DESCANSO.

11,30-14,30.

- Diseño de un programa de ejercicio terapéutico.
- La importancia de la comunicación.
- Educación en Fisioterapia.
- Conclusiones caso clínico inicial.
- Despedida.

## BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN CONTROL MOTOR Y COLUMNA CERVICAL

**Derechos de Inscripción:** 150 €

### Normas de Inscripción:

**1º-** Se realizará la preinscripción, llamando a la Secretaría Técnica del COFN (Tel. 948 17 48 06), en la cual se le indicará la disponibilidad de plaza en el curso y quedará reservada la plaza.

**2º-** Deberá proceder al pago de la matrícula:

- Abonar mediante ingreso transferencia bancaria el total del importe de matriculación indicando Nombre, Apellidos y Título del Curso.

*(Nº cuenta: Caja Rural de Navarra ES21 3008 0191 0834 8692 6821)*

- Es posible dividir el pago de la matrícula en dos plazos: un primer pago del 50% del importe al formalizar la matrícula y un segundo pago, el 50% restante, un mes antes del comienzo del curso.

*Si no se efectuara el ingreso, se perderá la plaza reservada pasando el turno a la Lista de Espera, y dispondrá de 2 días hábiles para continuar el proceso de matrícula.*

*El alumno/a perderá el importe de la matrícula si no se ajusta a la normativa que se marca desde el COFN para la cancelación de cursos.*

*(Consultar [www.cofn.net](http://www.cofn.net), apartado "NORMATIVA de preinscripción en cursos COFN").*

**3º-** Deberá remitir a la Secretaría Técnica del COFN, el boletín de inscripción y copia del pago.

En caso de pertenecer a otro Colegio, deberá remitir además un certificado colegial del Colegio de procedencia.

## BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN CONTROL MOTOR Y COLUMNA CERVICAL

Apellidos y nombre:

Nº de colegiado:

Colegio:

Lugar de trabajo:

Domicilio:

Población:

C. Postal:

Teléfono de contacto:

D.N.I.

Correo electrónico:

[Acepto y he leído la política de protección de datos](#)

De acuerdo con lo establecido por el REGLAMENTO (UE) 2016/679 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 27 de abril de 2016 relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales y a la libre circulación de estos datos y por el que se deroga la Directiva 95/46/CE (Reglamento general de protección de datos), le informamos que sus datos están incorporados en un fichero del que es titular COLEGIO OFICIAL DE FISIOTERAPEUTAS DE NAVARRA, con la finalidad de realizar la gestión profesional, así como enviarle comunicaciones sobre nuestros servicios. Puede consultar el texto completo en <http://www.cofn.net/es/privacidad>. Asimismo, le informamos de la posibilidad de ejercer los derechos de acceso, rectificación, supresión, limitación del tratamiento, portabilidad de los datos y oposición de sus datos en [info@cofn.net](mailto:info@cofn.net)