



**22 y 23**

**febrero de 2019**

# **Dolor y movimiento**

## **Propuesta pedagógica**

El dolor no es un estado físicoquímico alterado que surge de los tejidos sino un output cerebral que integra la información tisular en tiempo real con el conocimiento acumulado en los sistemas de memoria predictiva.

La aparición de dolor “musculoesquelético” al movernos o mantener posturas ha sido vinculada tradicionalmente al efecto de una carga mecánica sobre una estructura ósea y articular lesionada o desgastada y, por tanto, vulnerable. De esta concepción ha derivado la estrategia terapéutica de fortalecer la estructura y rebajar el estrés cotidiano de la carga mecánica.

La irrupción de la Neurociencia del dolor ha planteado un cambio radical de conceptos cuestionando gran parte de los principios básicos del modelo estructural y valorizando la trascendencia de la evaluación que el cerebro hace del estado del aparato musculoesquelético.

La función evaluativa del estado somático y de la amenaza que para su integridad suponen las acciones del individuo puede ser errónea, activándose innecesariamente programas defensivos que contienen una facilitación del dolor y la activación de patrones motores disfuncionales y nocivos. En estos casos el trabajo del Fisioterapeuta debe centrarse en la explicación al paciente de la trascendencia de las creencias y expectativas y del miedo injustificado al movimiento. Ese trabajo pedagógico exige una exposición sobre conceptos básicos de la Biología del dolor y del daño.

### **Profesores:**

Dr. Arturo Goicoechea, *Neurólogo*

Maite Goicoechea, *Fisioterapeuta*

María Jiménez, *Fisioterapeuta y TP. Ocupacional*



# Contenidos:

## Seminario I. MARCO TEÓRICO

- Dolor. Creencias y expectativas.
- Definición de dolor (IASP). Sentido evolutivo.
- Necrosis e inflamación. Agentes y estados nocivos.
- Daño consumado e inminente
- Sistema Neuroinmune de defensa.
- El nociceptor. PAMPs y DAMPs.
- Nociceptor muscular.
- Asta posterior. Vías nociceptivas.
- Modulación del tráfico de señal nociceptiva. Neuronas off; neuronas ON
- Neuromatriz del dolor.
- El modelo biopsicosocial.
- Daño imaginado.
- Alerta neuroinmune. Sensibilización central.
- Memoria autobiográfica somática. Disfunción evaluativa.
- Percepción y consciencia.
- El cerebro predictivo. Errores autoneuroinmunes.
- El YO como función de navegación.
- Efecto placebo y nocebo.
- Medicina basada en la evidencia. Medicina basada en la Ciencia.
- Sistema Nervioso y actividad.
- Evitación de daño versus búsqueda de novedad.
- Síndromes y programas. Alostasia.
- Sistema motivacional.
- Teoría del código común. Affordance; copia eferente.
- Movimiento voluntario. Reclutamiento de unidades motoras.
- Aprendizaje neuroinmune. Neuronas canónicas y neuronas espejo. Instrucción experta.
- Circuito córticotalámico. Gestión de la atención.
- Estructura fóbica. Evitación. Kinesofobia.
- Dolor regional complejo.
- Bioplasticidad. Aprendizaje tisular.
- Efecto ideomotor. Imaginación guiada. Exposición gradual.
- Pedagogía en Biología del dolor y la actividad.
- Disonancia cognitiva. Redes en reposo.
- Memoria semántica y memoria episódica.

## Seminario II. DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA

- Introducción: Cambio de paradigma.
- Placebo y nocebo en fisioterapia.
- Modelo de miedo – evitación.
- Kinesiofobia.
- Neuropedagogía del dolor, aplicación práctica
- Entrevista clínica.
- Esquema corporal, cuerpo virtual.
- Exploración.
- Redefiniendo daño.
- La caída del modelo postural – estructural – biomecánico.
- El abordaje del paciente desde la Neuropedagogía del dolor.
- Problemas con la Neuropedagogía del dolor.
- La postura y el movimiento fisiológico
- Dolor y movimiento, patrones de protección.
- Casos clínicos.
- Recursos bibliográficos, autores.
- La postura y el movimiento fisiológico
- Desmitificación frente al paciente.
- Objetivos de trabajo, cuerpo virtual.
- Herramientas de las que disponemos.
- Movimiento como herramienta.
- Patrón motor de protección.
- Expectativas.
- Atención.
- Kinesiofobia.
- Neuronas espejo, de la teoría a la práctica.
- Exposición gradual.

# Información general:

## Situación:

Hotel General Álava

Avda. Gasteiz 79

01009 Vitoria-Gasteiz (Álava)

## Contacto:

696 541 479

[infoescueladeldolor@gmail.com](mailto:infoescueladeldolor@gmail.com)

22 y 23 de febrero de 2019

Duración: **16 horas**

Horario: de 9 a 13:30, de 15 a 19:30

**Precio:** 260 €



Ingreso a nombre de Maite Goicoechea: Kutxa Bank: ES35 2095 3162 971092131415

Concepto: nombre y apellidos DYM5