

MTE

Abordaje activo en la extremidad inferior

Curso académico 2026 - 2027

INTRODUCCIÓN

La práctica clínica moderna requiere que los fisioterapeutas reúnan muchos elementos distintos, de una amplia gama de áreas. Esto a menudo puede resultar confuso, abrumador y hacer que muchos se sientan poco preparados, en función de sus estudios previos.

Este curso busca reunir estos elementos en un marco cohesivo y basado en evidencia, que brinde habilidades de razonamiento clínico para reducir la confusión y la carga que a menudo están presentes. ¡Esto permite que tanto los fisioterapeutas recién graduados como los más experimentados tengan más confianza, se relajen y, en última instancia, estén más preparados para este desafío!

Nos alejamos del modelo biomédico, que ha fallado a muchos pacientes, y nos dirigimos a un enfoque biopsicosocial más integral. Este curso incorpora la ciencia moderna del dolor, la psicología, las habilidades de comunicación, la prescripción de ejercicios y los principios del aprendizaje motor y del movimiento, para cubrir todas las bases que se necesitan para un enfoque activo de la rehabilitación, centrado en el paciente. Este curso se compone de tareas interactivas de resolución de problemas, discusiones grupales, estudios de casos en grupos y tareas prácticas basadas en el movimiento, para que realmente se pueda "sentir" lo que sentirá un paciente.

Esté preparado para discutir, moverse y tal vez incluso desafiar sus prejuicios. No se trata de un montón de ejercicios que podrías haber visto en YouTube, sino de comprender mejor la investigación, mejorar la comunicación, mejorar el razonamiento clínico y eliminar lo innecesario. Va mucho más allá de simples series, repeticiones y técnicas que, de todos modos, a menudo no se aplican bien para tratar a personas con dolor.



MODALIDAD

Presencial. Este curso se realizará íntegramente en formato presencial en las instalaciones de la Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE.

El curso se imparte en formato presencial en inglés, con traducción consecutiva al español.

EQUIPO DOCENTE

Ben Cormack

Terapeuta musculoesquelético con una formación clínica en terapia deportiva (GST - London Metropolitan), rehabilitación y ejercicio, con más de 15 años de experiencia y un interés especial por el dolor y su relación con el movimiento.

Es ponente internacional que imparte conferencias, presentaciones y cursos en todo el mundo especializado en un enfoque basado en el movimiento y el ejercicio con un fuerte componente educativo y un enfoque centrado en el paciente. Además, es director de la empresa: Cor-Kinetic.

OBJETIVOS

- Dar un nuevo enfoque simplificado de la ciencia del dolor. Olvídate de las complejas explicaciones de la neurociencia
- Facilitar estrategias de comunicación y entrevistas psicológicamente informadas para ayudar a las personas a "dar sentido" a los problemas dolorosos.
- Modelo de "prescripción" de ejercicio Biopsicosocial que va más allá del tejido
- Capacitar a los profesionales a navegar con confianza por la incertidumbre en el diagnóstico y el tratamiento.
- Apreciar la variabilidad del movimiento y la teoría de sistemas dinámicos para olvidar los modelos de movimiento/ejercicio "buenos/malos"
- Obtener conocimientos integrales sobre el dolor en cadera, rodilla y tobillo, que ayudarán a comprender, explicar, evaluar y tratar desde una posición verdaderamente basada en evidencia.

- Aprender un modelo de dosificación de ejercicio que redefine el dolor y el ejercicio.
- Estrategias sencillas y listas para usar para casos comunes de dolor en miembro inferior.

CONTENIDOS

- Conceptos clave del curso e introducción a la comprensión del dolor en los miembros inferiores (MMII).
- La ciencia del dolor y el modelo biopsicosocial actual.
- La entrevista clínica. Mejorar la comunicación y el análisis subjetivo.
- Dolor y ejercicio. ¿Cómo ayuda/no ayuda?
- ¿Qué quieres que haga el ejercicio/movimiento? Herramientas de razonamiento clínico para la clínica.
- Dosificación del ejercicio: el secreto del éxito.
- Snacks de movimiento.
- Comprensión de los complejos articulares en la extremidad inferior.
- Evaluación del dolor de rodilla, tobillo y cadera.
- Tratamiento (asesoramiento, educación y ejercicio).
- Ejercicio para el dolor de rodilla tobillo y cadera.

MÉTODOS DOCENTES

El curso contempla una **parte teórica (40%)**, expuesta mediante clase magistral por parte del docente, así como de una **parte práctica (30%)** que garantiza un verdadero aprendizaje activo y participativo, centrado en la transmisión del conocimiento. Además, el curso está diseñado para el **estudio de casos (15%)** que aporta datos para la reflexión, el análisis y la discusión para alcanzar las soluciones a los problemas. Y, del mismo modo, incluye espacios para la **discusión y el debate (15%)** que ayudará a promover el pensamiento crítico, el razonamiento lógico, la comprensión de puntos de vista opuestos, la organización del pensamiento, la propia comunicación de ideas y el trabajo en equipo.

Toda la documentación que los profesores entreguen será facilitada a los alumnos a través del Campus Virtual de la Escuela:

<https://portal.once.es/campusvirtualfisisio/>

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Para la obtención del certificado es obligatoria la asistencia, teniendo el alumno que cursar el 100% de las horas totales de clase.

La evaluación se llevará a cabo mediante la resolución de cuestionario tipo test al finalizar el curso.

ACREDITACIÓN

Para esta actividad docente se ha solicitado, ante la Comisión de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias de la Comunidad de Madrid-Sistema Nacional de Salud, la acreditación para la obtención de los créditos correspondientes como formación continuada para la profesión de Fisioterapeuta.

FECHAS Y HORARIO

Fechas:

- Viernes, 20 de noviembre de 2026, de 9:30 h. a 17:00 h.
- Sábado, 21 de noviembre de 2026, de 9:30 h. a 15:00 h.

CRONOGRAMA

FECHA	HORARIO	CONTENIDO	PROFESOR
20-11-2026	09:30-10:30	Introducción, conceptos clave del curso e introducción a la comprensión del dolor en MMII	Ben Cormack
	10:30-11:00	La ciencia del dolor y los mecanismos de lesión	
	11.00-11:15	Descanso	
	11:15-11:45	Comprensión del dolor de rodilla	
	11:45-13:00	Valoración en el dolor de rodilla	
	13:00-14:00	Comida	
	14:00-14:30	Tratamiento en el dolor de rodilla	
	14:30-15:00	Comprensión del dolor de cadera	
	15:00-15:45	Valoración en el dolor de cadera	
	15:45-16:00	Descanso	
20-11-2026	16:00-17:00	Tratamiento en el dolor de cadera	
21-11-2026	09:30-10:00	Repaso de contenidos	Ben Cormack
	10:00-10:30	Aspectos relevantes sobre salud y el dolor	
	10:30-11:00	Comprensión del dolor de tobillo	
	11:00-11:15	Descanso	
	11:15-13:00	Valoración en el dolor de tobillo	
	13:00-13:15	Descanso	
	13:15-15:00	Tratamiento en el dolor de tobillo	

LUGAR DE CELEBRACIÓN

Escuela Universitaria de Fisioterapia de la ONCE-UAM
Calle Nuria 42, 28034 Madrid

COORDINADOR

D. João Miguel Mota de Sousa