

La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



# Especialista en Fibromialgia

Modalidad:

e-learning con una duración 112 horas

Objetivos:

- Explicar el conocimiento epidemiológico de la fibromialgia.
- Conocer cómo actúa la fibromialgia en la salud de la persona.
- Describir los principales protocolos de actuación ante el diagnóstico de la fibromialgia.
- Identificar los beneficios de las estrategias paliativas más importantes utilizadas en la fibromialgia.
- Definir los principales métodos de rehabilitación física utilizados en fibromialgia.

Contenidos:

## UNIDAD DIDÁCTICA 1. HISTORIA DE LA FIBROMIALGIA

Historia de la fibromialgia  
Historia del diagnóstico de la fibromialgia  
Epidemiología

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN A LA FIBROMIALGIA

Introducción al concepto de fibromialgia  
Clasificación  
Etiología  
Incidencia dentro de la población  
Sintomatología  
Diagnostico  
- Anamnesis  
- Exploración clínica  
- Criterios diagnósticos  
- Diagnóstico diferencial y de las comorbilidades



La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



### UNIDAD DIDÁCTICA 3. IMPACTO DE LA FIBROMIALGIA

Impacto de la fibromialgia y propuestas para minimizarlo  
Impacto sobre el estado de salud  
Impacto familiar  
Impacto laboral  
Impacto sobre el sistema sanitario

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. CALIDAD DE VIDA EN LA FIBROMIALGIA

Concepto de calidad de vida  
Fibromialgia y calidad de vida  
Instrumentos de evaluación de la calidad de vida en la fibromialgia

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. CARACTERÍSTICAS MUSCULARES DEL ENFERMO DE FIBROMIALGIA

Características principales  
Tono y fuerza muscular  
Investigaciones clínicas en fibromialgia

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. ASPECTOS PSICOLÓGICOS DE LA FIBROMIALGIA

Principales aspectos  
Perfil psicológico del paciente afectado de fibromialgia  
Estrategias en el tratamiento de la enfermedad  
- Tratamientos físicos  
- Tratamientos psicológicos  
- Intervenciones psicológicas en la FM

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS

Información y educación del paciente  
Tratamiento farmacológico  
Tratamiento rehabilitador y físico  
Tratamiento combinado multicomponente

### UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL EJERCICIO FÍSICO INDICADO PARA LA FIBROMIALGIA



La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



Fibromialgia y ejercicio físico  
La condición física en la fibromialgia  
Posibilidades del ejercicio físico en la fibromialgia  
Entrenamiento de la capacidad aeróbica  
- Caminar  
- Pedalear  
- Aeróbic  
Entrenamiento de la fuerza  
Ejercicio físico en el agua  
Entrenamiento mixto  
Entrenamiento de la flexibilidad  
Adherencia al programa de entrenamiento

## UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS ORIENTALES DE REHABILITACIÓN FÍSICA APLICADAS A LA FIBROMIALGIA

QiGong

- Técnicas básicas de ejecución
- Beneficios del QiGong en la salud
- QiGong y fibromialgia. Efectos positivos de la práctica del QiGong en la fibromialgia

Tai Chi

- Tipos de Tai Chi
- Beneficios del Tai Chi en la salud
- Tai Chi y fibromialgia. Efectos positivos de la práctica del Tai Chi en la fibromialgia

Yoga

- Tipos de yoga
- Beneficios del yoga en la salud
- Yoga y fibromialgia. Efectos positivos de la práctica del yoga en la fibromialgia
- Técnicas del Yoga
- Desarrollo de la sesión de Yoga Físico

## UNIDAD DIDÁCTICA 10. REHABILITACIÓN FISIOTERÁPICA EN LA FIBROMIALGIA

Conceptos de la rehabilitación fisioterápica

Procedimientos fisioterapéuticos en la fibromialgia

- Masoterapia
- Termoterapia y crioterapia
- Fototerapia
- Ultrasonoterapia y electroterapia



La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



- Magnetoterapia
- Osteopatía y terapia manual
- Hidroterapia, crenoterapia y talasoterapia
- Cinesiterapia

## UNIDAD DIDÁCTICA 11. OTRAS TERAPIAS ALTERNATIVAS EN EL TRATAMIENTO DE LA FIBROMIALGIA

Alimentación en fibromialgia

Acupuntura

- Técnicas de acupuntura
- Meridianos y puntos de acupuntura, concepto y localización
- Acupuntura y fibromialgia

Electroacupuntura

Hipnosis, relajación y sugestión

Oxígeno hiperbárico

Homeopatía

Musicoterapia

Asociaciones españolas de fibromialgia