



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



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



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



- 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