



## 2ª Edición (2018) – 6 ECTS ( 40 horas presenciales)

**Dirección Académica:** Asunción Ferri Morales. Profesora Titular de la Universidad de Castilla-La Mancha. Facultad de Fisioterapia. Toledo. [Asuncion.Ferri@uclm.es](mailto:Asuncion.Ferri@uclm.es).

**Impartido por:** Itziar Gonzalez de Arriba. Fisioterapeuta. Master en Nutrición y Salud. Master Europeo en Nutrigenómica.

**Lugar y fechas de celebración:** Facultad de Fisioterapia. Universidad de Castilla-La Mancha. Toledo. 7 al 9 de septiembre y del 5 al 7 de octubre de 2018

**Precio:** 380 €

**Plazas:** Número mínimo de alumnos: 22, máximo 28

El 75% de las plazas van dirigidas a Fisioterapeutas. El 25% de las plazas se reservan a otros profesionales de ciencias de la salud (Matronas, Enfermeras, nutricionistas, etc.) interesados en la nutrición aplicada a trastornos del sistema hormonal en la mujer, y a la patología ginecológica.

**Bonificaciones:** 2 plazas con bonificación de 80 € (abonarán 300 €) para Asociados Clínicos y colaboradores con las Estancias Clínicas de los alumnos de Fisioterapia de la EUE y F de Toledo.

**Requisitos:** Estar en posesión del Título de Diplomado/Graduado en Fisioterapia o en otras Ccs de la Salud.

**Información:** <http://www.cnafo-2.posgrado.uclm.es>

**Matrícula:** <http://cursosweb.uclm.es/>

**Admisión:** La admisión se realizará por orden de inscripción. En este curso no hay preinscripción, cuando se cubran las plazas la matrícula se cerrará.

**Lista de espera:** Si la matrícula está cerrada te puedes preinscribir para quedar en lista de espera en este enlace: <http://postgradofisioterapiatoledo.com/inscripcion-online/>

**Acreditación:** Certificado de Asistencia y de Aprovechamiento otorgados por la UCLM.

## CONTENIDOS DE LOS ESTUDIOS

### Justificación:

La alimentación equilibrada en la mujer debe variar para adaptarse a las distintas circunstancias de su ciclo vital. Hay que tener en cuenta que el desarrollo de la mujer tiene aspectos que dependen de su función hormonal, encontrándose alteraciones de salud íntimamente relacionadas al ciclo menstrual, al embarazo y/o a la menopausia: dolores de cabeza, alérgias, torsión sacra, dolor referido de rodillas, infecciones de repetición, candidas. Estos aspectos pueden tener una gran repercusión a nivel osteomuscular y en este curso trataremos de abordarlo con una correcta valoración y recomendaciones nutricionales de asistencia al tratamiento.

Este curso está dirigido a fisioterapeutas que tengan interés en profundizar en cómo mejorar el estado de salud de las mujeres a través de la nutrición y su repercusión tanto a nivel visceral como en el tejido conjuntivo y músculo esquelético.

### Objetivos y Competencias:

Durante el desarrollo del curso se pretende capacitar al alumno para:

- Sensibilizar a los fisioterapeutas y motivarles a conocer la repercusión de la alimentación en el equilibrio hormonal y en la salud visceral del aparato reproductor femenino.
- Enseñarles a utilizar recursos nutricionales como parte del tratamiento fisioterápico en función de las diferentes etapas de la mujer.
- Dar a conocer a los fisioterapeutas los diferentes tipos de alimentos y su influencia a nivel sistémico, y a nivel ginecológico.
- Realizar una anamnesis correcta y establecer un diagnóstico en base a la bioquímica del organismo
- Identificar algunas de las alteraciones funcionales de tipo visceral más frecuentes.
- Desarrollar las diferentes alteraciones músculo-esqueléticas y sus relaciones con la salud visceral en la mujer.
- Elaborar recomendaciones nutricionales adecuadas en las diferentes etapas del ciclo vital de la mujer, en algunas disfunciones ginecológicas como coadyuvante de los tratamientos de fisioterapia, con el fin de normalizar la función endocrina para evitar repercusiones negativas sobre el sistema osteomuscular.

## PROGRAMA

### **Modulo 1: Nutrición aplicada a la Fisioterapia en Obstetricia y Ginecología 1.**

**Del 7 al 9 de septiembre de 2018**

#### Viernes (15:30 a 20:30 h)

##### **15:30 a 18:00 h.**

1. Nutrigenómica, en la intervención fisioterápica.
  - 1.1 Pirámide Mediterránea
  - 1.2 Nutrición Básica aplicada a la patología músculoesquelética de la mujer.
  - 1.3 Consideraciones (metabolismo de las catecolaminas; Resistencia a la Insulina; Agua, vitaminas y minerales) en la salud de la mujer.

##### **18:00 a 18:15 h. Descanso**

##### **18:15 a 20:30 h:**

- 1.4 Alimentación tóxica (azúcares y SOP, grasas trans, trigo, lácteos) y su importancia en la intervención fisioterápica.

#### Sábado (9:00 a 20:30 h)

##### **9:00 a 11:00 h.**

- 1.5 Cadena tóxica y su repercusión en el estado físico del paciente.

##### **11:00 a 11:15 h. Descanso**

##### **11:15 a 14:00 h.**

2. Sistema Inmune. Factores que lo alteran y su influencia en estado musculo-esquelético del paciente.
  - 2.1 Estrés (agudo y crónico)
  - 2.2 Nutrición
  - 2.3. Antioxidantes
  - 2.4. Sobrenutrición
  - 2.5. Sistema mucoso común inmune

##### **14:00 a 15:30 h. Comida**

##### **15:30 a 20:30 h. Casos prácticos**

#### Domingo (9:00 a 14:00 h)

##### **9:00 a 11:45 h.**

- 2.6. Respuesta alterada del sistema inmune
- 2.7. Dieta antiinflamatoria (Th1)/
- 2.8. Dieta alergenos (Th2)

##### **11:45 a 12:00 h. Descanso**

##### **12:00 a 14:00 h.**

3. De niña a mujer. Etapas y cambios en estado general y musculo-esquelético femenino. Ciclo hormonal (prostaglandinas).

## **Modulo 2: Nutrición aplicada a la Fisioterapia en Obstetricia y Ginecología 2.**

**Del 5 al 7 de octubre de 2018**

### **Viernes (15:30 a 20:30 h)**

#### **15:30 a 18:00 h.**

3.2. Hiperestrogenia y su influencia en la salud física de la mujer.

3.2.1. Anticonceptivos hormonales y su repercusión sobre el metabolismo de la mujer.

#### **18:00 a 18:15 h. Descanso**

#### **18:15 a 20:30 h:**

3.2.2. Importancia del Hígado y la Vesícula Biliar para la intervención fisioterápica.

### **Sábado (9:00 a 20:30 h)**

#### **9:00 a 11:00 h.**

3.2.2. Importancia del Hígado y la Vesícula Biliar para la intervención fisioterápica.

#### **11:00 a 11:15 h. Descanso**

#### **11:15 a 14:00 h.**

4. Fertilidad y embarazo. Cómo afecta al manejo fisioterápico en la mujer

#### **14:00 a 15:30 h. Comida**

#### **15:30 a 20:30 h. Casos prácticos**

### **Domingo (9:00 a 14:00 h)**

#### **9:00 a 11:00 h.**

5. Tiroides. Patología tiroidea y su gran influencia en la mujer hoy en día.

5.1. Hipotiroidismo por estrés.

- Agotamiento suprarrenales
- Hipotiroidismo (síntomas y tratamiento)

#### **11:00 a 11:15 h. Descanso**

#### **11:15 a 12:45 h.**

5.2. Hipotiroidismo primario

5.3. Tiroiditis

5.4. Hipotiroidismo y depresión (tratamiento)

5.5. Tiroiditis de Dquervan

#### **12:45 a 13:00 h. Descanso**

#### **13:00 a 14:00 h.**

6. Menopausia y Obesidad. Su repercusión sobre la intervención fisioterápica.