



# INTRODUCCIÓ AL MÈTODE McKENZIE. LA COLUMNA LUMBAR

**Adreçat a:** Fisioterapeutes col·legiats

**Preu:** 125 €

**Durada:** 8 hores lectives

**Calendari:** 26 de febrer de 2022

**Horari:** Dissabte, de 9.00 h a 14.15 h i de 15.30 h a 18.30 h

**Seu:** Aula A17 de l'Hospital Universitari Sant Joan de Reus. Avinguda del Doctor Josep Laporte, 2, 43204 Reus

## DOCENT

**Jorge Lledó.** Fisioterapeuta. Instructor de l'Institut McKenzie Internacional. Director Nacional de l'Institut McKenzie Espanya i Portugal-. Director de Fisioteràpia Jorge Lledó, clínica certificada McKenzie a Espanya

## PRESENTACIÓ

El dolor lumbar és la primera alteració neuromusculoesquelètica més comuna i invalidant segons la classificació de problemes crònics de salut que pateix la societat catalana i, per tant, un dels motius més habituals de consulta als fisioterapeutes. Per als professionals s'esdevé clau mantenir-se actualitzat i disposar d'eines basades en l'evidència científica per al seu tractament.

El Mètode McKenzie de Diagnòstic i Teràpia Mecànica (MDT) té un protocol d'avaluació i tractament basat en l'evidència científica per a pacients amb problemes de columna i extremitats. El Diagnòstic i la Teràpia Mecànica han demostrat ser un sistema d'avaluació fiable per categoritzar als pacients en subgrups.

El sistema d'avaluació MDT permet als fisioterapeutes realitzar un procés de classificació de pacients segur i eficient, especialment per determinar quin grup de pacients amb problemes o dolor de columna són apropiats per a aquest tractament. Aquesta avaluació també identificarà dolors no mecànics o contraindicacions per a aquesta mena de teràpia. Els estudis científics han demostrat que la majoria de pacients amb dolor a la columna responen bé a exercicis específics i disminueixen els seus símptomes quan es tracten amb exercicis específics per a cada pacient.

## OBJECTIUS

- Ampliar el coneixement dels fisioterapeutes en l'avaluació i diagnòstic dels problemes de columna lumbar.
- Adquirir el coneixement i les habilitats en l'aplicació del mètode McKenzie de diagnòstic i teràpia mecànica en la columna lumbar.



- Aprendre a diferenciar les diferents síndromes, entendre el raonament clínic utilitzat en el mètode i la utilització de la progressió de forces utilitzades per al tractament de problemes lumbar.
- Adquirir una millor comprensió del raonament clínic del mètode McKenzie i el maneig de les diferents tècniques aplicades en el mètode.

## TEMARI

- Història del mètode McKenzie, Sr. Smith. Centralització. Autotractament. Educació del pacient
- Què és el mètode McKenzie? Sistema de classificació i diagnòstic
- Com subagrupar en MDT. Mesures de referència
- Característiques principals del tractament MDT
- Centralització. Direcció de Preferència
- Síndrome *Derangement*
- Síndrome de Disfunció
- Síndrome Postural
- Grup ALTRES
- Història clínica. Valoració dels moviments repetits
- Principi de tractament. Procediments de tractament
- Evidència en MDT
- Fitxes de valoració lumbar. Guia per completar-les
- Avaluació i tractament d'un pacient

Material necessari per al curs: Es recomana als alumnes que duguin roba còmoda i una tovallola gran o talla per cobrir la llitera.

Avaluació del curs: Es realitzarà una avaluació continuada del curs que contemplarà l'assistència i la participació d' l'alumnat.

El percentatge d'assistència mínim per obtenir el certificat del curs és del 80%.