

# Diplomado

## Dolor crónico musculoesquelético

### Equipo docente:

- Mag. Maikol González (Uruguay)
- Dr. Nicolás Maragaño (Chile)
- Dr. Federico Montero (España)
- Lic. Román Aparicio (Argentina)
- Mag. Miguel Norabuena (Perú)
- Lic. Pablo Policastro (Argentina)
- Dr. Rodrigo Enríquez (España)
- Dra. Olga Sacristán (España)
- Lic. Rodrigo Yarzabal (Uruguay)
- Dr. Santiago Juarros (España)
- Lic. Rita Marr (Uruguay)
- Mag. Ana Parma (Uruguay)

**Unidad académica:** Departamento de Bienestar y Salud

**Referente académico:** Mag. Ernesto Benítez

**Dirigido a:** Estudiantes avanzados y profesionales del área de la salud que traten personas con dolor crónico (fisioterapeutas, médicos, psicólogos, nutricionistas, odontólogos, fonoaudiólogos, enfermeros, etc.)

### Contenido:

- Introducción en las ciencias del dolor y Clasificación según la CIE-11.
- Historia clínica y evaluación de personas con dolor crónico.
- Dolor lumbar crónico inespecífico, dolor neuropático y dolor crónico postquirúrgico.
- Principales estrategias no farmacológicas de afrontamiento del dolor crónico en SDRC, fibromialgia y otros síndromes primarios en atención primaria de salud.
- Trastornos temporomandibulares.
- Cefaleas primarias y dolor cervical.
- Abordaje biopsicosocial de personas con artrosis de rodilla.
- Abordaje integral de síndromes de Hombro doloroso.

- Abordaje farmacológico y desprescripción de fármacos en la persona con dolor crónico.
- Aspectos psicológicos del dolor crónico y su abordaje.
- Dolor crónico y su relación con el género y el sexo.
- El sueño como factor bidireccional en el dolor crónico.
- La nutrición dentro del programa de abordaje para el dolor crónico.

### **Objetivos de la capacitación:**

Capacitar a profesionales de la salud y áreas afines en el abordaje integral del dolor crónico musculoesquelético, mediante un modelo biopsicosocial y transdisciplinar, que integre evidencia científica actualizada, herramientas prácticas y estrategias de intervención para mejorar la calidad de vida de las personas que sufren dolor crónico.

### **Metodología de enseñanza:**

100% online, combinando sesiones sincrónicas (en vivo) con aprendizaje autónomo asincrónico, diseñado para adaptarse a la disponibilidad de profesionales de la salud.

#### *Componente Sincrónico (Clases en Vivo)*

- Sesiones interactivas: Clases magistrales en vivo con docentes expertos, mediante plataforma Teams, con espacios para preguntas y discusión de casos clínicos.
- Talleres prácticos: Simulaciones de entrevistas clínicas, análisis de videos de pacientes y ejercicios grupales en tiempo real.

#### *Componente Asincrónico (Trabajo Autónomo)*

- Módulos en plataforma virtual: Contenidos multimedia (videos grabados, infografías, artículos científicos) organizados por temas, disponibles en todo momento a partir del comienzo del módulo correspondiente y hasta finalizar el curso.

**Evaluación:** Se evaluará con un cuestionario múltiple opción al final del diplomado obteniendo la nota de aprobación con 60% de las respuestas correctas.

**Cronograma de actividades:**

Fecha	Horario	Modalidad	Actividad
29/7	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Introducción en las ciencias del dolor
5/8	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Neurofisiología y <u>Clasificación según la CIE-11</u>
12/8	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Historia clínica y evaluación de personas con dolor crónico.
19/8	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Dolor lumbar crónico inespecífico
26/8	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Dolor neuropático y dolor crónico postquirúrgico
2/9	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Principales estrategias no farmacológicas de afrontamiento del dolor crónico
9/9	20:00 a 23:00h	Sincrónico	SDRC, fibromialgia y otros síndromes primarios
16/9	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Unidades de dolor en atención primaria de salud.
23/9	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Trastornos temporomandibulares
30/9	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Cefaleas primarias y dolor cervical
7/10	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Abordaje biopsicosocial de personas con artrosis de rodilla
14/10	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Abordaje integral de síndromes de Hombro doloroso (1ra parte)
21/10	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Abordaje integral de síndromes de Hombro doloroso (2da parte)
28/10	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Abordaje farmacológico y desprescripción en la persona con dolor crónico
4/11	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Aspectos psicológicos del dolor crónico y su abordaje
11/11	20:00 a 23:00h	Sincrónico	Dolor crónico y su relación con el género y el sexo
18/11	20:00 a 23:00h	Sincrónico	El sueño como factor bidireccional en el dolor crónico
25/11	20:00 a 23:00h	Sincrónico	La nutrición dentro del programa de abordaje para el dolor crónico

**Modalidad:** 100% online, clases sincrónicas y trabajo autónomo del estudiante.

**Carga horaria total:** 126 horas

**Días y horarios:** martes de 20:00 a 23:00h.

**Fecha de inicio:** martes 29 de julio de 2025.

**Fecha de finalización:** martes 25 de noviembre de 2025.

**Costo total: \$25.000 pesos uruguayos**

Financiación hasta en 6 cuotas con tarjetas de crédito.

Pago en efectivo en 2 cuotas de \$12.500, a través de redes de cobranza o transferencia bancaria.

Beneficios: Estudiantes UCU 25% - Alumni UCU 25% - Personal docente y administrativo UCU 20%

## Bibliografía

- Louw A, Zimney K, Puentedura EJ, Diener I. The efficacy of pain neuroscience education on musculoskeletal pain: A systematic review. *Physiother Theory Pract.* 2016;32(5):332-355. DOI: 10.1080/09593985.2016.1194646
- Rodríguez Domínguez, D. Á. J. (2021). *Neurociencia y dolor: Cambios neuroplásticos y rehabilitación en dolor crónico* (Edición en español). Punto rojo.
- Sluka, K.A. (2016). *Mechanisms and management of pain for the physical therapist*. IASP.
- Kosek, E., Clauw, D., Nijs, J., Baron, R., Gilron, I., Harris, R. E., Mico, J.-A., Rice, A. S. C., & Sterling, M. (2021). Chronic nociplastic pain affecting the musculoskeletal system: Clinical criteria and grading system. *Pain*, 162(11), 2629-2634
- van Griensven, H., Schmid, A., Trendafilova, T., & Low, M. (2020). Central sensitization in musculoskeletal pain: Lost in translation? *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 50(11), 592-596
- Bułydyś K, Górnicki T, Kałka D, Szuster E, Biernikiewicz M, Markuszewski L, et al. What Do We Know about Nociplastic Pain? *Healthcare (Basel)*. 2023 Jun 17;11(12):1794.
- Kaplan CM, Kelleher E, Irani A, Schrepf A, Clauw DJ, Harte SE. Deciphering nociplastic pain: clinical features, risk factors and potential mechanisms. *Nat Rev Neurol*. 2024 Jun;20(6):347-363.
- Whibley, D., Alkandari, N., Kristensen, K., Barnish, M., Rzewuska, M., Druce, K. L., & Tang, N. K. Y. (2019). Sleep and Pain: A Systematic Review of Studies of Mediation. In *Clinical Journal of Pain* (Vol. 35, Issue 6, pp. 544–558). Lippincott Williams and Wilkins.
- Runge, N., Ahmed, I., Saueressig, T., Perea, J., Labie, C., Mairesse, O., Nijs, J., Malfliet, A., Verschueren, S., Van Assche, D., de Vlam, K., Van Waeyenberg, T., Van Haute, J., & De Baets, L. (2024). The bidirectional relationship between sleep problems and chronic musculoskeletal pain: a systematic review with meta-analysis. *Pain*.
- Nijs, J., D'Hondt, E., Clarys, P., Deliens, T., Polli, A., Malfliet, A., Coppieters, I., Willaert, W., Tumkaya Yilmaz, S., Elma, Ö., & Ickmans, K. (2020). Lifestyle and Chronic Pain across the Lifespan: An Inconvenient Truth? In *PM and R* (Vol. 12, Issue 4, pp. 410–419). John Wiley and Sons Inc.