



# FORMACIÓN FISIODIGESTIVA 2.0

Este 2026 nos lanzamos con la segunda edición de FISIOTERAPIA EN TRASTORNOS DIGESTIVOS. Con un curso mucho más completo, con diferentes ramas que hay que entender para poder abordar mucho mejor al paciente con sintomatología digestiva, teniendo o no, trastorno digestivo.

- **Objetivo general:**

Ofrecer una formación especializada para fisioterapeutas sobre el abordaje integral de los trastornos digestivos, integrando conocimientos de nutrición, medicina interna, psicología y fisioterapia, con el fin de mejorar la valoración clínica, el razonamiento terapéutico y el tratamiento fisioterapéutico del paciente digestivo desde un enfoque biopsicosocial y multidisciplinar.

- **Objetivos específicos:**

## Área de nutrición digestiva

- Comprender cómo la alimentación y la microbiota influyen en la sintomatología digestiva y musculoesquelética.
- Identificar patrones nutricionales que puedan agravar o perpetuar síntomas digestivos frecuentes.
- Entender conceptos básicos relacionados con inflamación, disbiosis, permeabilidad intestinal y sensibilidad alimentaria.
- Aprender a interpretar información nutricional relevante para mejorar el razonamiento clínico fisioterapéutico.
- Favorecer la comunicación interdisciplinaria y la derivación adecuada al profesional de nutrición.

## Área de nutrición hormonal

- Comprender la relación entre alteraciones hormonales y síntomas digestivos, musculoesqueléticos y del suelo pélvico.
- Identificar cómo el ciclo menstrual, la menopausia, el estrés o alteraciones metabólicas pueden influir en el abordaje fisioterapéutico.
- Integrar el conocimiento hormonal dentro de la valoración global del paciente.
- Mejorar la capacidad de trabajo conjunto con profesionales de nutrición y salud hormonal.

## **Área de medicina interna**

- Reconocer signos y síntomas de alarma que requieran derivación médica.
- Diferenciar patologías funcionales digestivas de posibles alteraciones orgánicas.
- Comprender las principales patologías digestivas que pueden llegar a consulta de fisioterapia.
- Interpretar informes médicos y pruebas diagnósticas frecuentes relacionadas con digestivo.
- Mejorar el razonamiento clínico y la seguridad en la práctica fisioterapéutica.

## **Área de psicología**

- Comprender la relación entre sistema nervioso, estrés, emociones y síntomas digestivos.
- Entender el eje intestino-cerebro y su repercusión en el dolor, la hipersensibilidad y la percepción corporal.
- Identificar factores psicoemocionales que pueden influir en la evolución clínica del paciente.
- Mejorar la comunicación terapéutica y el acompañamiento del paciente digestivo.
- Favorecer la derivación y el trabajo coordinado con profesionales de psicología cuando sea necesario.

## **Área de fisioterapia**

- Comprender la relación entre sistema digestivo, diafragma, postura, sistema nervioso autónomo y suelo pélvico.
- Aprender a realizar una valoración fisioterapéutica integral en pacientes con trastornos digestivos.
- Conocer técnicas de terapia manual, ejercicio terapéutico y abordaje respiratorio aplicadas a digestivo.
- Integrar estrategias de regulación neuromuscular y modulación del dolor.
- Aplicar ejercicio terapéutico y activación abdominal adaptados a las necesidades del paciente digestivo.
- Mejorar la funcionalidad y calidad de vida del paciente desde el abordaje fisioterapéutico.

## Objetivos transversales del curso

- Potenciar una visión global e integrativa del paciente digestivo.
- Desarrollar razonamiento clínico interdisciplinar aplicado a la fisioterapia.
- Mejorar la capacidad de derivación y comunicación entre profesionales sanitarios.
- Aplicar herramientas prácticas basadas en evidencia científica.
- Favorecer tratamientos individualizados centrados en la persona y no únicamente en el síntoma.

Nutricionista especializada en patología digestiva	<b>Virginia Gómez</b>
Nutricionista especializada en patología hormonal	<b>Nuria García</b>
Medicina Interna	<b>Ángela Nicolás</b>
Psicología	<b>Noelia Sancho</b>
Fisioterapia especializada en trastornos	<b>Aroa Olivares</b>

digestivos	
------------	--

<b>Lugar</b>	<b>Valencia</b> <b>Sede: Clínica Fimed</b>
<b>Precio</b>	<b>390</b>  *Puedes pagarlo en dos plazos *Si reservas tu plaza antes de Septiembre de 2026 el precio será de 340 euros
<b>Fecha y horario</b>	<b>Noviembre 2026</b>  <b>Viernes 13 de Noviembre</b>  ● 9.00 - 14.00 / 16.00 - 20.00  9.00 - 12.00 → Nutrición Digestiva 12.00 - 12.30 → Pausa/Café 12.30 - 14.00 → Nutrición Hormonal 14.00 - 16.00 → Pausa comida 16.00 - 18.00 → Medicina interna / Fisioterapia 18.00 - 18.30 → Pausa Café 18.30 - 20.00 → Medicina interna / Fisioterapia  <b>Sábado 14 de Noviembre</b>  ● 9.00 - 14.00 / 16.00 - 20.00  ○ Fisioterapia Teoría / Práctica

## Domingo 15 de Noviembre

- 9.00 - 15.00
  - Fisioterapia práctica
  - Psicología práctica

\*El horario de cada profesional puede verse alterado y adaptado por diferentes causas. Se informará en el momento de la modificación, si se da el caso.

## ***Programa y temario del curso***

### **FISIOTERAPIA**

Profesional: Aroa Olivares

## **MÓDULO 1. Bases de la fisioterapia digestiva**

### Tema 1. Introducción a la fisioterapia en trastornos digestivos.

- Qué es la fisioterapia digestiva
- Evidencia científica actual.
- Rol del fisioterapeuta dentro del equipo multidisciplinar.
- Relación entre sistema digestivo y sistema musculoesquelético
- Visión biopsicosocial del paciente digestivo

### Tema 2. Anatomía y fisiología aplicada.

- Anatomía visceral digestiva.
- Peritoneo, fascias y relaciones anatómicas.
- Diafragma y presión intraabdominal.
- Sistema nervioso autónomo y digestión.
- Suelo Pélvico y función digestiva.
- Motilidad intestinal.
- Respiración y función visceral.

## **MÓDULO 2. Patología digestiva**

### **Bloque de patologías funcionales**

### Tema 3. Estreñimiento funcional

- Tipos de estreñimiento
- Disinergia defecatoria
- Suelo Pélvico y su relación con el estreñimiento.
- Hábitos y educación

#### Tema 4. Distensión abdominal funcional

- Tipos de distensión
- Disinergia abdominofrénica.
- Papel del diafragma.
- Reeducción de la musculatura abdominal.
- Postura y distensión
- Hábitos del día a día del paciente.

#### Tema 5. Síndrome del intestino irritable (SII).

- Fisiopatología
- Hipersensibilidad visceral.
- Relación con estrés y suelo pélvico
- Hábitos del día a día del paciente.
- Sintomatología que vamos a abordar.

#### Tema 6. Reflujo gastroesofágico y hernia de hiato.

- Diafragma y esfínter esofágico.
- Alteraciones posturales
- Respiración y presión abdominal.
- Sintomatología y farmacología.
- Estrés y sintomatología.
- Hábitos del día a día del paciente.

### **MÓDULO 3. PATOLOGÍA INFLAMATORIA INTESTINAL**

#### Tema 7. Enfermedad inflamatoria intestinal

- Chron y colitis

- Fatiga y dolor
- Brotes y remisión
- Calidad de vida

#### Tema 8. Endometriosis y digestivo

- Dolor pélvico
- Adherencias
- Hipertonía abdominal
- Suelo Pélvico
- Tratamiento multidisciplinar.

#### Tema 9. SIBO y disbiosis intestinal

- Qué debe conocer el fisioterapeuta
- Distensión y dolor
- Diafragma y motilidad
- Estrategias de regulación.

#### Tema 10. Hígado graso y metabolismo

- Relación metabólica e inflamatoria.
- Dolor musculoesquelético asociado.
- Papel de la respiración y movimiento

#### Tema 11. Paciente oncológico.

- Cáncer de colon / Colorrectal / Rectal
- Tratamiento y consecuencias
- Cirugía
- Ostomías

### **BLOQUE URO-GINECOLÓGICO Y DIGESTIVO**

#### Tema 12. Suelo Pélvico y digestivo

- Defecación y suelo pélvico

- Disinergias
- Dolor pélvico crónico
- Disfunciones asociadas
- Embarazo, postparto
- Diástasis

## **MÓDULO 4. VALORACIÓN EN FISIOTERAPIA DIGESTIVA**

### Tema 13. Historia clínica

- Síntomas digestivos principales
- Banderas rojas
- Cuestionarios y escalas
- Relación entre síntomas digestivos y dolor musculoesquelético

### Tema 14. Valoración global del paciente

- Valoración postural
- Patrón respiratorio
- Valoración del diafragma
- Evaluación abdominal
- Movilidad visceral.
- Tensión fascial
- Sistema nervioso autónomo
- Valoración lumbar, pelvis y caja torácica
- Valoración del suelo pélvico
- Hipertonía abdominal.
- Estrategias de fisioterapia.

### Tema 15. Ecografía funcional aplicada. (valoración).

- Introducción a la ecografía en digestivo.
- Valoración diafragmática.
- Activación abdominal.
- Sinergia abdominal-suelo pélvico

## **MÓDULO 5. Herramientas terapéuticas**

### Tema 16. Terapia manual

- Terapia manual diafragmática.
- Movilidad visceral.
- Abordaje fascial
- Liberación costal
- Cicatrices
- Adherencias

### Tema 17. Ejercicio terapeutico

- Activación abdominal.
- Control motor.
- Respiración y movimiento
- Hipopresivos. Cuándo sí y cuándo no.
- Ejercicio en distensión abdominal.
- Trabajo de movilidad torácica y pélvica
- Ejercicio para estreñimiento.
- Ejercicio para dolor abdominal
- Adaptación según síntomas.

## **MÓDULO 6. CASOS COMPLEJOS Y RAZONAMIENTO CLÍNICO**

### Tema 18. Casos clínicos. Valoración y tratamiento

- Dolor abdominal crónico.
- Paciente digestivo deportista

# NUTRICIÓN DIGESTIVA

**Profesional: Virginia Gómez**

1. Repaso y actualización sobre las recomendaciones dietéticas actuales y nutrición

básica.

2. Introducción a los trastornos funcionales digestivos o trastornos del eje intestino-cerebro.

- a. Definición . Tipos. Puntos en común.
- b. Trastornos funcionales de tracto digestivo alto.

3. Distensión Abdominal Funcional.

- a. Definición. Diagnóstico y diagnóstico diferencial.
- b. Abordaje dietético y farmacológico.
- c. ¿Qué necesitamos de la fisioterapia?.

4. SIBO y Síndrome del Intestino Irritable.

- a. Definiciones y criterios diagnósticos.
- b. Diagnóstico de SIBO e interpretación de resultados.
- c. Tratamiento farmacológico SIBO y SII.
- d. Abordaje dietético.

5. Estreñimiento

- a. Definición y causas del estreñimiento.
- b. Estreñimiento funcional. Diagnóstico diferencial.
- c. Estudio del estreñimiento.
- d. Tratamientos: Suplementos, fármacos , psicoterapia, otras intervenciones.
- e. Abordaje nutricional.

6. Microbiota y permeabilidad intestinal ¿hasta qué punto son modificables?

- a. Definición y clasificación funcional de la microbiota clónica.
- b. ¿Que nos aporta un test de microbiota?
- c. Permeabilidad intestinal y factores que la regulan.
- d. ¿Hasta qué punto podemos intervenir?

# NUTRICIÓN HORMONAL

Profesional: Nuria García

## “Relación entre hormonas, sistema digestivo y salud hormonal femenina”

EJ: menopausia, PMOS (nuevo término SOP), AHF □ pueden afectar a síntomas digestivos, por los cambios a nivel hormonal.

1. EJE INTESTINO- CEREBRO- HORMONAS, por que las hormonas afectan al sistema digestivo y viceversa.
  - a. Estrógenos y progesterona, más allá del ciclo menstrual.
  - b. Microbiota y estrógenos (estroboloma) □ reciclaje de estrógenos, estreñimiento...
  - c. Permeabilidad intestinal
2. FASES CICLO MENSTRUAL □ como cada fase del ciclo puede afectar al sistema digestivo (fase folicular, ovulación, fase lútea, menstruación). Antojos y regulación apetito.
3. ALTERACIONES EN ETAPA REPRODUCTIVA: SOP y AHF
4. DOLOR MENSTRUAL y ENDOMETRIOSIS □ síntomas como hinchazón, dolor abdominal, alteraciones del tránsito...
5. PERIMENOPAUSIA y MENOPAUSIA □ bajada/ausencia de estrógenos, cambios microbiota, cambios composición corporal, resistencia a la insulina, hidratación de las mucosas...

# MEDICINA INTERNA

## Profesional: Ángela Nicolás

- Patología frecuente:
  - SII, dispepsia funcional, estreñimiento funcional, distensión abdominal funcional, patología anorrectal (incontinencia, síndrome del elevador del ano, dolor pélvico crónico, patología estructural), ERGE, litiasis biliar (dorsalgia D5-D7 derecha, hombro derecho), EII, CCR, pancreatitis crónica, obesidad y su impacto en la sintomatología digestiva.
  
- Dolor musculoesquelético crónicos VS. Trastorno funcional digestivo (modelo predictivo/bayesiano).
- Ejemplo de paciente → Dolor lumbar crónico + estreñimiento + fibromialgia.
- Pruebas diagnósticas : Colonoscopia, gastroscopia, manometría anorrectal, test de expulsión del balón, defecografía (RM y convencional), tránsito colónico, test SIBO (y controversia), tránsito baritado, analítica
- Farmacología: AINEs, paracetamol, opioides, antidepresivos y otros psicofármacos, IBP, laxantes, biológicos - el paciente inmunodeprimido, fármacos con efectos adversos digestivos, suplementación y efectos adversos digestivos
- Red flags, criterios de derivación y cómo comunicarte con el médico
- Mitos frecuentes sobre patología digestiva
- Síntomas digestivos en el paciente deportista

# PSICOLOGÍA

**Profesional: Noelia Sancho**

## **1. Introducción: por qué la psicología es clave en fisioterapia**

- Modelo biopsicosocial del dolor.
- El paciente no solo trae una lesión: trae historia, estrés, emociones, creencias y contexto.
- Cómo las variables psicológicas influyen en:
  - percepción del dolor,
  - recuperación,
  - adherencia,
  - cronificación,
  - relación terapéutica.

## **2. Factores psicológicos implicados en el dolor y la recuperación**

### **Explicación sencilla y práctica de:**

- Sistema de alerta cerebral y supervivencia.
- Sistema Ascendente Reticular Activador (SARA).
- Papel del sistema nervioso autónomo.
- Nervio vago y estados de seguridad/amenaza.
- Hipervigilancia corporal.
- Estrés crónico y tensión muscular.
- Sensibilización del sistema nervioso.

### **Metáforas clínicas útiles para explicar al paciente:**

- “Detector de humos” (alarma hiperactivada).
- “El cerebro interpreta peligro, no daño.”
- “El cuerpo recuerda.”

## **Factores emocionales y biográficos relacionados con el dolor:**

- estrés mantenido,
- duelos,
- relaciones conflictivas,
- presión laboral,
- autoexigencia,
- trauma y experiencias previas,
- factores transgeneracionales y aprendizaje familiar del dolor.

## **3. Herramientas psicológicas aplicables en consulta de fisioterapia**

- Preguntas breves para explorar:
- **Herramientas sencillas para aplicar durante la sesión:**
  - Respiración y regulación.
  - Visualización.
  - Anclajes corporales de calma.
  - Psicoeducación básica del dolor.
  - Validación emocional.
  - Reforzamiento de pequeños avances.

## **4. Comunicación eficaz con pacientes difíciles o frustrados**

- **Situaciones habituales en consulta:**
- **Herramientas de comunicación:**
- **Frases útiles en consulta:**

## **5. Autocuidado del fisioterapeuta y prevención del desgaste profesional**

- **Realidad emocional del trabajo asistencial**

- Fatiga por empatía.
- Frustración terapéutica.
- Exceso de responsabilidad.
- Sensación de “tener que salvar”.

- **Herramientas de autocuidado:**

- Islas de tiempo.
- Ritual de desconexión al llegar a casa.
- Escritura terapéutica.
- Separar responsabilidad profesional y responsabilidad del paciente.
- Supervisión y terapia psicológica.
- Regulación emocional del profesional.

La formación está orientada a integrar el razonamiento clínico, la valoración y el tratamiento del paciente con trastornos digestivos desde una perspectiva multidisciplinar basada en la práctica clínica actual.

Centro Colaborador: **CLINICA FIMED**