

L'atenció a les persones amb problemes de la columna vertebral en la consulta d'infermeria

PROGRAMA:

1. Introducció

El mal d'esquena (cervical, dorsal o lumbar) és un problema de salut que afecta a una proporció important de la població. Segons l'Enquesta de salut de Catalunya de l'any 2018, el 26,1% de les dones i el 17,7% dels homes de més de 15 anys pateixen o han patit mal d'esquena crònic lumbar o dorsal. És el tercer motiu de consulta en nombre total de pacients atesos pels professionals d'atenció primària (AP) i impacta significativament en la salut percebuda de les persones que la pateixen.

Les guies clíniques actuals sobre lumbàlgia inespecífica donen recomanacions que bàsicament consisteixen a potenciar el tractament no farmacològic (exercici i tractament cognitivoconductual) des d'una perspectiva biopsicosocial i en l'entorn d'AP.

2. Objectiu pedagògic

Generals

- Millorar els coneixements i habilitats dels professionals en l'abordatge de les persones amb problemes de columna vertebral.

Específics

- Conèixer l'anatomia i biomecànica de la columna vertebral.
- Aprendre a explorar la columna vertebral.
- Aprofundir en els plans de cures per a la contractura muscular cervical i el dolor mecànic dorsal o lumbar.
- Aprofundir en les tècniques d'autocura i rehabilitació de la columna vertebral.

3. Continguts d'aprenentatge

Unitat 1. Introducció a l'anatomia de la columna vertebral

Unitat 2. Introducció a la biomecànica de la columna vertebral

Unitat 3. Gestió infermera de la demanda en els problemes de la columna vertebral: contractura muscular cervical i dolor mecànic dorsal o lumbar.

Unitat 4. Prevenció i promoció de la salut.

Unitat 5. Aspectes generals de l'activitat física.

Unitat 6. Consells i tècniques d'autocura / autoprotecció de la columna vertebral.

4. Metodologia

- Curs online. El curs es desenvolupa a l'aula virtual de formació de FAECAP.
- Conté 6 unitats. La teoria es presenta en format de diapositives, amb un material dinàmic i interactiu amb exercicis d'autoavaluació.
- Té el suport de mitjans audiovisuals i el contingut de formació està en format pdf que pot descarregar l'alumne.

5. Destinataris

Infermers/eres de Família i Comunitària i d'Atenció Primària.

6. Hores

28 hores lectives.

Crèdits concedits pel CCFPCS: 3,9 crèdits.

7. Preu

Gratuït - Places limitades a 1.000 alumnes.

8. Dates realització

- Data inici curs 1 de juny de 2022
- Data finalització 31 de juliol de 2022

9. Avaluació

Test d'avaluació dels coneixements adquirits, dos intents, aprovats puntuació de tall de 7 punts. Qualificació final: apte o no apte.

Es lliurarà un certificat d'aprofitament als alumnes que finalitzin el curs i hagin superat l'avaluació final que es descarregarà des de l'aula virtual.

10. Docents

- **Núria Arnau García.** Fisioterapeuta. Servei de Rehabilitació Mataró. ICS
- **Josep Duran Vives.** Fisioterapeuta. Servei de Rehabilitació Mataró. ICS
- **Silvia Hernández Tarrasón.** Infermera. SAP Barcelonès Nord i Maresme. ICS

- **Sonia Martín Martín.** Infermera Clínica Territorial. SAP Barcelonès Nord i Maresme. ICS
- **Eva Quirant Barbarà.** Fisioterapeuta. Servei de Rehabilitació Mataró. ICS
- **Marina Ramón Fernández.** Fisioterapeuta. Entrenament personal i readaptació físico-esportiva. C.F. Cerdanyola. Noyafitness Center. Iriteb Alfons XII.
- **Carme Sánchez Mato.** Fisioterapeuta. SAP Barcelonès Nord i Maresme. ICS

11. Organitza

AIFiCC

Nota informativa:

Inici inscripcions a partir del 1 de juny de 2022 fins exhaurit places.

Formació subvencionada pel Servei Català de la Salut

Salut/ Servei Català
de la Salut