**CRONOGRAMA. DOLOR LUMBAR: DISEÑO DE PROGRAMAS DE EJERCICIO TERAPÉUTICO**

**(25h)**

**27-28-29/11/2026**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Día de Formación | Horario | Programa | Docente |
| Dia 1. | 09:00h-11:30h | Ejercicio terapéutico en dolor lumbar: Principios Generales. | D. EDUARDO FONDEVILA SUÁREZ |
| Día 1 | 11:30h-14:00h | Diseño de Ejercicio Terapéutico: Propuesta metodológica.  |  |
|  | 15:00h-21:00h | Valoración clínica del paciente con dolor lumbar no específico con una orientación hacia el ejercicio terapéutico:- Cribado de mecanosensibilidad neural y valoración neurológica básica. |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Día de Formación | Horario | Programa | Docente |
| Día 2 | 09:00h-14:00h | Programas de ejercicio terapéutico en paciente con dolor lumbar inespecífico. Valoración funcional de la cadera: pre-requisitos de rango y fuerza. Valoración funcional lumbo-pélvica: pre-requisitos de control. Valoración funcional torácica: movilidad.  | D. EDUARDO FONDEVILA SUÁREZ |
|  |  |  |  |
|  | 15:00h-19:00h | Clinimetría. Valoración del esfuerzo. Diseño de programas de ejercicio terapéutico en pacientes con dolor lumbar inespecífico. Ejercicios terapéuticos: movilidad torácica, movilidad lumbopélvica.  |  |
| Día de formación |  |  |  |
| Día 3 | 09:00h-11:00h | Ejercicios terapéuticos: control lumbopélvico; bisagra de cadera; bisagra de rodilla; bisagra de tobillo; ejercicios funcionales.  |  |
|  |  |  |  |
|  | 11:00h- 14:00h | Progresión de ejercicios y puesta en común.  |  |