



RECONCILING BIOMECHANICS

WITH PAIN SCIENCE



RIO DE JANEIRO
03 e 04 de março de 2018

Greg Lehman

BKin, MSc, DC, MScPT
Fisioterapeuta e Quiropraxista
dedicado ao tratamento de
lesões músculo-esqueléticas
dentro de um modelo biopsicossocial.



RECONCILANDO A BIOMECÂNICA COM A CIÊNCIA DA DOR

Inédito no Brasil

Breve descrição do curso

Pesquisas significativas no campo das neurociências da dor e biomecânica muitas vezes parece minar o raciocínio e as justificativas de muitas das abordagens terapêuticas tradicionais e técnicas de muitas profissões de reabilitação.

Ao enfrentar as fraquezas e pontos fortes da abordagem biomecânica, podemos ver que o tratamento pode ser muito mais simples, congruente com a abordagem cognitiva, neurociência e prática baseada em melhores evidências.

Este curso fornece uma estrutura para utilizar uma abordagem biomecânica alternativa que combina com a educação da neurociência da dor.

Ensina ao terapeuta como ensinar aos pacientes sobre Ciência da dor em uma estrutura de tratamento que ainda utiliza exercícios e manuais específicos e corretivos.

Os terapeutas são ensinados um modelo de tratamento que **simplifica** o processo de avaliação e o tratamento.

ESTILO DE APRENDIZADO

Este curso é a mistura de uma palestra baseada em discussão, estudos de caso e componentes práticos.

Os componentes práticos são usados com os estudos de caso para "sentir" as intervenções.

No entanto, não existirão técnicas "específicas". Em vez disso, o objetivo é mostrar que o quadro ajuda o terapeuta a usar suas próprias técnicas, mas de uma maneira diferente.

Além disso, podemos compartilhar "técnicas" de todos participantes da aula.

Os exercícios são demonstrados e o tempo é dado para praticar estes exercícios.

Ao explorar como as Mensagens-chave se relacionam com dor e mudança de comportamento, o componente prático ajuda o terapeuta a usar suas próprias experiências e "histórias" para se adequar as principais mensagens de dor e mudança de comportamento.

OBJETIVOS

- Técnicas de avaliação atualizadas para dividir o papel da biomecânica e neurociência terapêutica no tratamento de dor e lesão
- Demonstração de como tratamentos biomecânicos e explicações podem abordar a natureza multidimensional da dor
- Prescrição de exercício formada por biomecânica e neurociência terapêutica
- Técnicas simplificadas de terapia manual que são consistentes com a neurociência terapêutica e a biomecânica da terapia manual
- Meios imediatos de aplicação de neurociência terapêutica a pratica biomecanica tradicional
- confiança no abandono do modelo biomecânico tradicional e desatualizado de cuide enquanto aprende como integrar habilidades previamente aprendidas
- Acesso a quaisquer futuros folhetos centrados no paciente e tutoriais baseados na web que reforcem ensinamentos e a abordagem do terapeuta para o paciente,

Imersões:

Fundamentos do Tratamento

- Produção de uma alternativa ao modelo cinesiopatológico do tratamento
- Um caso simples
- Um quadro simplificado para incorporar ambos os tratamentos biomecânicos com psicossocial
- uma interrupção prática prática de 15 minutos para introduzir o conceito de capacidade para treinar o complexo do tornozelo

Ciência da dor e Mensagens chave

- Instrutor de ciência da dor é ensinado, mas não TRIVIA
- A ciência da dor é ensinada que pode ter relevância clínica direta
- Como entregar mensagens-chave
- Serão ilustradas técnicas de entrevistas para ajudar a mudar as opiniões e, finalmente, mudar o comportamento
- apresentação dos estudos de caso pela classe e resolvidos com facilitação do instrutor e do grupo

Avaliação Simplificada

- Uma reconceitualização de testes clínicos comuns demonstra que grande parte do nossos testes atuais podem ser modificados e ainda serem úteis
- Exemplos específicos que demonstram como começar um tratamento significativo "quando tudo dói" e toda terapia manual e terapia de exercícios falhou

Quando a Biomecânica é importante

- Uma exploração da utilidade e limitações do modelo biomecânico em dor e gestão da lesão
- Introdução de como o modelo biomédico atual pode ser simplificado e modificado para ser consistente com a melhor evidência de ciência da dor e ciência biomecânica
- Exploração da teoria da estabilidade da coluna vertebral, discinesia escapular e modelos comuns da cinesiopatologia de dor e disfunção
- Uma estrutura para quando a qualidade do movimento é importante para dor e lesão
- A importância da interrupção do hábito como razão para mudar a qualidade do movimento

Terapia manual desmistificante

- Pesquisa simples sobre terapia manual em fisiologia que deve moldar profundamente todas intervenções de terapia manual

Carga

- Uma abordagem simplificada da prescrição do exercício,
- A importância da capacidade e das opções de movimento é destacada e ilustrado quando necessária
- Uma abordagem baseada em evidências para a compreensão da dor e a reabilitação de condições mais comuns
- Uma abordagem para entender a avaliação da sensibilidade na prescrição de exercícios
- Demonstrações de intervenções do exercício
- estudos de caso em autópsias ilustram temas comuns por trás de várias abordagens de tratamento e como uma intervenção simplificada pode ser efetiva

Modelo de Reabilitação do Tendão

- Uma revisão de temas comuns na tendinopatia e como as pesquisas podem guiar muito a prática clínica

Exposição graduada e Três faces de dor na flexão: incorporando biomecânica na abordagem biopsicossocial.

- Biomecânica, carga e estresse ainda são variáveis importantes no gerenciamento de lesões
- Determinar quando a biomecânica é importante é avaliada durante esta seção com uma ênfase especial na dor relacionada à flexão
- Como usar os princípios de exposição graduada para diminuir a dor e mudar o comportamento no movimento
- Um guia para o conceito de facilitar e não fixar

Modificação do Sintoma Modelo de Tratamento de Lesões / Dor

- A capacidade e a abordagem de exposição graduada para tratamento de lesões e dor
- Técnicas de várias escolas de pensamento (Mulligan, ART, lançamento miofascial, McGill, Sahrman, CFT, pesquisa de tendinopatia) são

demonstradas e reconceitualizadas para se adequarem em uma estrutura de tomada de decisão clínica mais simples

- Destilamos tratamentos biomecânicos comuns para justificar esses tratamentos dentro de um modelo alternativo
- os alunos aprenderão um quadro e uma ferramenta de raciocínio clínico simplificado para ajudar a orientar a terapia
- A modificação de sintomas como raciocínio clínico para orientar as intervenções como demonstrado através de estudos de caso
- Simplificando a terapia manual, intervenções baseadas no movimento e terapia de exercícios, compreendendo as semelhanças entre as nossas intervenções mais populares
- As técnicas tradicionais de terapia manual serão reformuladas para maximizar uma abordagem de intervenção bio-psicossocial
- Abordagens ativas e passivas para as intervenções de modificação de sintomas e como estas abordagens terapêuticas manuais são apoiadas por intervenções de exercícios.