

INTRODUCCIÓN A LA FISIOTERAPIA EN SALUD MENTAL

DESCRIPCIÓN

La salud mental ha emergido como una nueva área de especialización para la fisioterapia, no sólo en España sino en todo el mundo. Se aplica en diferentes ámbitos como la salud mental, la psiquiatría, dolor crónico y la medicina psicosomática corroborados por estudios científicos.

El objetivo de la fisioterapia en la salud mental es optimizar el bienestar y potenciar al individuo promoviendo el movimiento funcional, la conciencia del movimiento, la actividad física y el ejercicio, uniendo los aspectos físicos y mentales. Las principales herramientas terapéuticas utilizadas son el ejercicio terapéutico y las terapias de conciencia corporal, donde Basic Body Awareness Therapy (BBAT) ocupa un lugar destacado por su evidencia y aplicabilidad clínica.

Los fisioterapeutas de salud mental se encargan de la promoción de la salud, la atención de la salud preventiva, el tratamiento y rehabilitación de personas, grupos y en entornos terapéuticos de grupo a través de la creación de una relación terapéutica para proporcionar evaluaciones y servicios relacionados, específicamente con la complejidad de la salud mental en un entorno de apoyo aplicando un modelo que incluye aspectos biológicos y psicosociales. Los fisioterapeutas en salud mental contribuyen al equipo multidisciplinario y a la atención interprofesional.

Se trata de un curso teórico-práctico enfocado fundamentalmente en el abordaje biopsicosocial de la enfermedad mental.

OBJETIVO GENERAL

- Dotar al fisioterapeuta de herramientas a través de BBAT y ejercicio terapéutico para tratar a los pacientes que sufren patología mental y ser capaz de paliar los síntomas que presentan.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Comprender el rol del fisioterapeuta en el ámbito de la salud mental, así como las principales áreas en las que puede intervenir de manera efectiva.
- Familiarizarse con las técnicas empleadas en fisioterapia aplicada a la salud mental y analizar su respaldo por la evidencia científica.
- Reconocer los factores clave que influyen en la relación terapéutica dentro del contexto de la salud mental.
- Integrar el enfoque biopsicosocial en el abordaje del dolor crónico utilizando herramientas específicas de fisioterapia en salud mental.
- Desarrollar habilidades prácticas en movimientos de conciencia corporal mediante *Basic Body Awareness Therapy*, con fines terapéuticos.
- Identificar las principales funciones, beneficios y características del ejercicio terapéutico en el ámbito de la salud mental.

PROGRAMA

Día	Horario	Contenido	Profesorado
Viernes	15:30h - 16:30h	Introducción a la Fisioterapia en salud mental. Historia de la FSM y estado actual. Modelo interdisciplinario del equipo de salud mental.	Daniel Catalán
	16:30h - 18:30h	Diferentes herramientas en fisioterapia en salud mental: Actividad física adaptada, técnicas de relajación, terapia de la conciencia corporal basal, meditación. Salutogénesis y empoderamiento a través del movimiento en fisioterapia en salud mental. La relación interpersonal, bases de la relación de seguridad, sistemas interpersonales. Los factores terapéuticos grupales de Yalom.	Daniel Catalán Cristina Bravo
	18:30h - 20:30h	Sesión práctica: entrevista motivacional y principios en la atención fisioterapéutica a un paciente con trastorno mental.	Cristina Bravo
Sábado	09:00h - 11:30h	Ejercicio terapéutico en salud mental. Efectos del ejercicio sobre la salud mental. Evidencia científica. Motivación y adherencia a programas de ejercicio terapéutico en personas con trastornos mentales.	Daniel Catalán
	11:30h - 14:00h	Sesión práctica: Ejercicio terapéutico en salud mental.	Daniel Catalán
	15:00h - 17:30h	Principios generales, historia y filosofía de <i>Basic Body Awareness Therapy</i> . Las 4 dimensiones de la calidad de movimiento. Equilibrio, respiración y conciencia. Instrumentos y herramientas de evaluación de la calidad de movimiento. Aplicaciones clínicas de BBAT: evidencia científica.	Cristina Bravo
	17:30h - 20:00h	Sesión práctica: <i>Basic Body Awareness Therapy</i> .	Daniel Catalán Cristina Bravo
Domingo	09:00h - 11:30h	Definición del dolor. Factores del dolor: biológico, psicológico y social. Enfoque psicosocial desde la fisioterapia en salud mental. Dolor crónico y salud mental. Dolor y conciencia corporal.	Cristina Bravo
	11:30h - 14:00h	Sesión práctica: <i>Basic Body Awareness Therapy</i> .	Daniel Catalán Cristina Bravo