



Guía docente

**REHABILITACIÓN DE HOMBRO:
¿QUÉ HAY DE NUEVO DESDE
EL PUNTO DE VISTA
CIENTÍFICO Y CLÍNICO?**

Barcelona, 12 y 13 de junio de 2026

ANN COOLS

Fisioterapeuta, PhD

 **VINCULA**
FORMACIÓ
www.vinculafisioterapia.com

1. Datos generales del curso

Entidad organizadora: Víncula Formación

12-13 junio 2026

Modalidad presencial.

14 horas lectivas

Ciudad: Barcelona.

Dirección: Gran Via de les Corts Catalanes 774.

Horario:

- Viernes y Sábado de 9.00h – 17.00h

2. Objetivos del curso

Tras la finalización del curso, el participante habrá alcanzado las siguientes competencias:

- El participante dispone de conocimientos actualizados sobre los trastornos más comunes de la cintura escapular, incluyendo la tendinopatía del manguito rotador, las roturas del manguito rotador, la inestabilidad de hombro traumática, atraumática y adquirida, la discinesia escapular, el hombro del deportista y el dolor de hombro relacionado con el lanzamiento.
- El participante puede aplicar principios y algoritmos de razonamiento clínico para la exploración clínica funcional de la cintura escapular.
- El participante puede aplicar principios y algoritmos de razonamiento clínico para el tratamiento de las patologías de hombro más comunes.
- El participante puede conceptualizar, organizar, ejecutar, reflexionar críticamente y ajustar un programa de tratamiento progresivo para el paciente con dolor de hombro.
- El participante realiza todas las habilidades y ejercicios incluidos en el curso durante las sesiones prácticas.
- El participante puede debatir de forma crítica los principios de exploración y tratamiento con la profesora del curso y con sus compañeros durante las sesiones interactivas.
- El participante puede integrar conocimientos científicos recientes (aportados por artículos científicos) en el proceso de razonamiento clínico de la exploración y rehabilitación del hombro.

3. Destinatarios y requisitos de acceso

¿A quién va dirigido?

Curso para fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales.

El público objetivo son terapeutas con un interés especial en la rehabilitación del hombro. Tanto terapeutas noveles como experimentados tienen la oportunidad de actualizar sus conocimientos y habilidades.

Requisitos previos:

El participante debe actualizar sus conocimientos sobre la anatomía básica y la kinesiología de la cintura escapular, así como sobre la cinemática del hombro en el gesto de lanzamiento (fases del lanzamiento, posiciones articulares y posibles riesgos de lesión, patrones de actividad muscular). Conocimientos básicos sobre los trastornos de hombro más comunes, como la tendinopatía del manguito rotador, las roturas degenerativas, la inestabilidad, la patología del bíceps, las lesiones SLAP, el hombro congelado y los trastornos escapulares.

Se recomienda leer la literatura facilitada (artículos científicos) antes del inicio del curso. Los artículos se utilizarán durante el curso en una aplicación clínicamente relevante y serán interpretados de forma crítica. El participante debe reflexionar críticamente sobre su propio razonamiento clínico en la exploración y rehabilitación del hombro.

4. Contenidos del curso

El objetivo de este curso de hombro de 2 días es actualizar los conocimientos y las habilidades prácticas en relación con la rehabilitación del hombro, debatiendo los trastornos más comunes del hombro como las alteraciones del manguito rotador, la inestabilidad traumática y atraumática, la rigidez de hombro, la implicación de la escápula, el dolor de hombro específico del deporte, etc. La base teórica se actualiza a partir de la literatura reciente y se aplica inmediatamente a la práctica. Se presentan y discuten nuevos enfoques y puntos de debate de manera interactiva. Se realiza la exploración clínica basada en los principios de la práctica basada en la evidencia, integrando la evidencia científica y la experiencia clínica. Se discuten críticamente diferentes enfoques de exploración clínica. Durante la parte de rehabilitación del curso se abordan los principios generales del razonamiento clínico, así como indicaciones terapéuticas específicas, que se ponen en práctica durante talleres interactivos, en los que todos los ejercicios y modalidades adicionales demostrados y discutidos se realizan y experimentan.

PROGRAMA DEL CURSO Y HORARIO



DÍA 1:

9:00-11:00 h: PARTE TEÓRICA 1

Discusión crítica sobre el etiquetado tradicional del dolor de hombro como “impingement”, avanzando hacia una clasificación más basada en la función, actualización de la literatura científica y artículos críticos. Actualización sobre la disfunción del manguito rotador, incluyendo tendinopatía, roturas degenerativas del manguito rotador y desequilibrios musculares.

Inestabilidad de hombro: diagnóstico diferencial y abordaje de los 3 tipos más comunes de inestabilidad: luxación traumática, inestabilidad funcional por sobrecarga en deportistas de gestos por encima de la cabeza, e inestabilidad multidireccional atraumática basada en hiperlaxitud generalizada.

11:00-12:30 h: PARTE TEÓRICA 2

- Patología relacionada con el bíceps: trastornos de la porción larga del bíceps y lesiones SLAP.
- Déficits de rango de movimiento glenohumeral en el deportista overhead y su relación con el dolor de hombro por sobreuso.
- El papel de la escápula en el dolor de hombro desde una perspectiva biomecánica y clínica.
- La sesión teórica finaliza con una discusión crítica e interactiva sobre las posibles causas del dolor de hombro, incluyendo la sensibilización central, los trastornos de la cadena cinética y los factores psicosociales.

12:30-13:30 h: Pausa

13:30-15:30 h: EXPLORACIÓN CLÍNICA PARTE 1

Razonamiento clínico en la valoración del paciente utilizando algoritmos de razonamiento clínico basados en la evidencia científica. Pruebas de provocación y reducción de síntomas, pruebas ortopédicas tradicionales, incluyendo una discusión crítica sobre su interpretación. Interpretación de la exploración clínica basada en casos durante una sesión práctica interactiva.

15:30-17:00 h: EXPLORACIÓN CLÍNICA PARTE 2

Continuación. Al final de esta sesión, los participantes podrán compartir su experiencia personal y su conocimiento en un momento de aprendizaje entre iguales.

PROGRAMA DEL CURSO Y HORARIO



DÍA 2:

9:00-11:00 h: REHABILITACIÓN PARTE 1: MANGUITO ROTADOR

Base científica para el tratamiento conservador de la tendinopatía del manguito rotador y de los desequilibrios musculares, justificación científica de la elección de ejercicios, sesión práctica.

11:00-12:30 h: REHABILITACIÓN PARTE 2: INESTABILIDAD DE HOMBRO

Ejercicios específicos para la inestabilidad de hombro, ejercicios para el control neuromuscular local, ejercicios en cadena cerrada en progresión (algoritmo + práctica), abordaje diferencial según el tipo de inestabilidad, justificación científica de los ejercicios de la cadena cinética, enfoque específico para el deporte incluyendo ejercicios de lanzamiento y ejercicios para nadadores, sesión práctica.

12:30-13:30 h: Pausa

13:30-15:30 h: REHABILITACIÓN PARTE 3: TÉCNICAS DE MOVILIZACIÓN

Estiramientos angulares y técnicas de movilización articular no angular, programa de estiramientos domiciliarios, técnicas de movilización con movimiento para el hombro con rigidez posterior. Principios de las técnicas de movilización aplicadas a la capsulitis adhesiva (hombro congelado). Sesión práctica.

15:30-17:00 h: REHABILITACIÓN PARTE 4: REHABILITACIÓN ESCAPULAR

Algoritmo de razonamiento clínico para la rehabilitación escapular, selección específica de ejercicios para el desequilibrio muscular y su progresión, justificación científica de la selección de ejercicios, técnicas de tejidos blandos para el tratamiento del pectoral menor.

5. Metodología

Este curso de 2 días consta de sesiones de base teórica (30%), debates críticos interactivos (20%) y sesiones prácticas (50%).

6. Profesorado y breve currículum

Ann Cools, Fisioterapeuta, PhD.

Fisioterapeuta y profesora en el Departamento de Ciencias de la Rehabilitación de la Universidad de Gante, Bélgica. Su área de investigación y docencia es la rehabilitación del hombro en general, y en particular el enfoque específico para el deporte y la implicación escapular. Además de su trabajo académico, dirige una clínica de hombro en una consulta privada. Finalizó su doctorado en 2003, centrado en la implicación escapular en el dolor de hombro relacionado con el deporte en deportistas overhead. Ha publicado numerosos artículos en revistas científicas internacionales revisadas por pares, ha escrito contribuciones y capítulos en varios libros internacionales de referencia y imparte cursos a nivel nacional e internacional. Fue responsable de la formación en Fisioterapia en la Universidad de Gante entre 2008 y 2016 y fue miembro fundador y presidenta de la European Society of Shoulder and Elbow Rehabilitation (EUSSEER) entre 2008 y 2012. Desde 2016, también está afiliada como investigadora senior al Departamento de Fisioterapia del Hospital Bispebjerg y al Departamento de Medicina del Deporte de la Universidad de Copenhague, Dinamarca. Actualmente es miembro del comité organizador del International Congress of Shoulder and Elbow Therapists, que organiza el congreso mundial trienal para terapeutas de hombro y codo, y es miembro fundador del consejo directivo de la Flemish Shoulder Network.

7. Material incluido

La inscripción incluye:

- Apuntes impresos
- Literatura científica proporcionada por la docente
- Certificado de asistencia

8. Certificación y acreditación

Certificado de asistencia para los participantes

Curso no acreditado por ningún organismo profesional o universitario

9. Precio e inscripción

Coste del curso: 450€

Procedimiento de inscripción y pago online en www.vinculafisioterapia.com

Para cancelar la inscripción, en los 21 días previos a la formación, no se devolverá el pago excepto escenario de causa médica justificada.