

***APRENDIZAXE E SERVIZO NA
ASOCIACIÓN CORUÑESA DE
FIBROMIALXIA (ACOFIFA) A
TRAVÉS DUNHA INTERVENCIÓN
DE FISIOTERAPIA***

CURSO 2022-2023

GRADO DE FISIOTERAPIA

Alumna: Sara Sambad Rodríguez

Titora: Beatriz Rodríguez Romero



Facultade de Fisioterapia



Universidade da Coruña

¿A quen vai dirixido?



Socias/os da Asociación Coruñesa de
Fibromialxia, Fatiga Crónica e
Sensibilidade Química Múltiple.



Beatriz Rodríguez Romero

Para: Oficina de Cooperación e Voluntariado

Vie 24/02/2023 14:00

Ola Lorena,

son Beatriz R Romero, profesora no Grado de Fisioterapia.

Unha alumna á que dirixo o seu Traballo Fin de Grado (TFG) neste curso académico ten interés en desenrolalo baixo unha **metodoloxía de aprendizaxe e servizo na Asociación Coruñesa de Fibromialxia e Fatiga Crónica (ACOFIFA)**.

Tras consultar a relación de entidades conveniadas vexo que non aparece na lista. Contactei coa presidenta da Asociación, Dña. Bibiana Pérez, que manifesta interés en que se establezca o convenio para este tipo de actividades e dame o visto bo para que vos envíe o seu contacto.

Expliquei brevemente en que consiste o convenio.

O seu número de teléfono 

Se non é molestia, agradecería ser informada cando se firme o convenio.

Un saúdo e moitas grazas.

Beatriz Rodríguez-Romero PhD, MSc, PT | Lecturer at Faculty of Physiotherapy, University of A Coruña | Researcher at Psychosocial Intervention and Functional Rehabilitation Group | <http://pdi.udc.es/gi/File/Pdi/7779E> | <https://www.webofscience.com/wos/author/record/M-4336-2013>

EMAIL INICIAIS PARA A FIRMA DO CONVENIO CON ACOFIFA

Oficina de Cooperación e Voluntariado

Para: Bibiana Perez <acofifaasoc@gmail.com>

 271-2023.pdf
459 KB

Bo día,

Envío asinado

CONVENIO DE COLABORACIÓN PARA DESENVOLVER PROXECTOS DE APRENDIZAXE E SERVIZO ENTRE A UNIVERSIDADE DA CORUÑA E ACOFIFA (ASOCIACIÓN CORUÑESA DE FIBROMIALGIA E FATIGA CRÓNICA) 271-2023

Saúdos.



ACOFIFA (Asociación Coruñesa de Fibromialxia, Síndrome de Fatiga Crónica e Sensibilidade Química Múltiple)

SEDE: Centro Cívico Municipal de San Diego



Facultade de Fisioterapia

Universidade da Coruña



PROYECTO DE APRENDIZAJE Y SERVICIO EN ACOFIFA

ESTRATEGIAS DE MANEJO ACTIVO DEL DOLOR:
EDUCACIÓN EN NEUROCIENCIA DEL DOLOR,
EJERCICIO TERAPÉUTICO Y ACTIVIDAD FÍSICA

Alumna: Sara Sambah Rodríguez
Profa. Dra. Beatriz Rodríguez Romero

[Video](#) divulgativo para a difusión do proxecto entre os/as socios/as de ACOFIFA

Acción 1: revisión da literatura científica

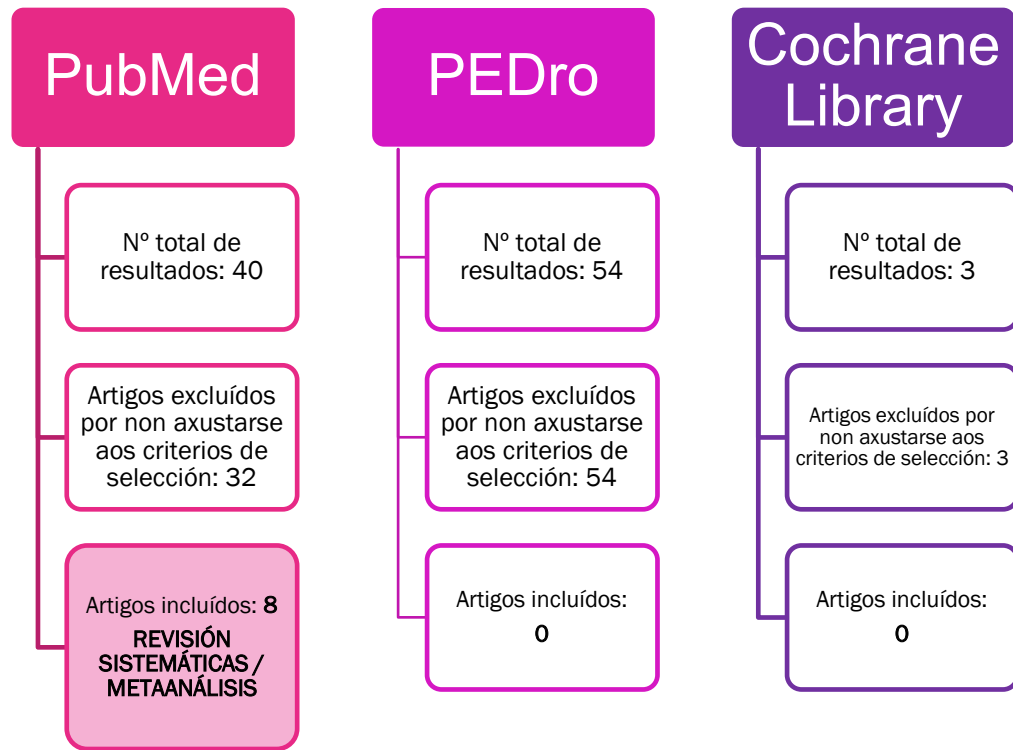


Diagrama cos resultados da busca bibliográfica sobre a prevalencia e características da enfermidade (fibromialxia)

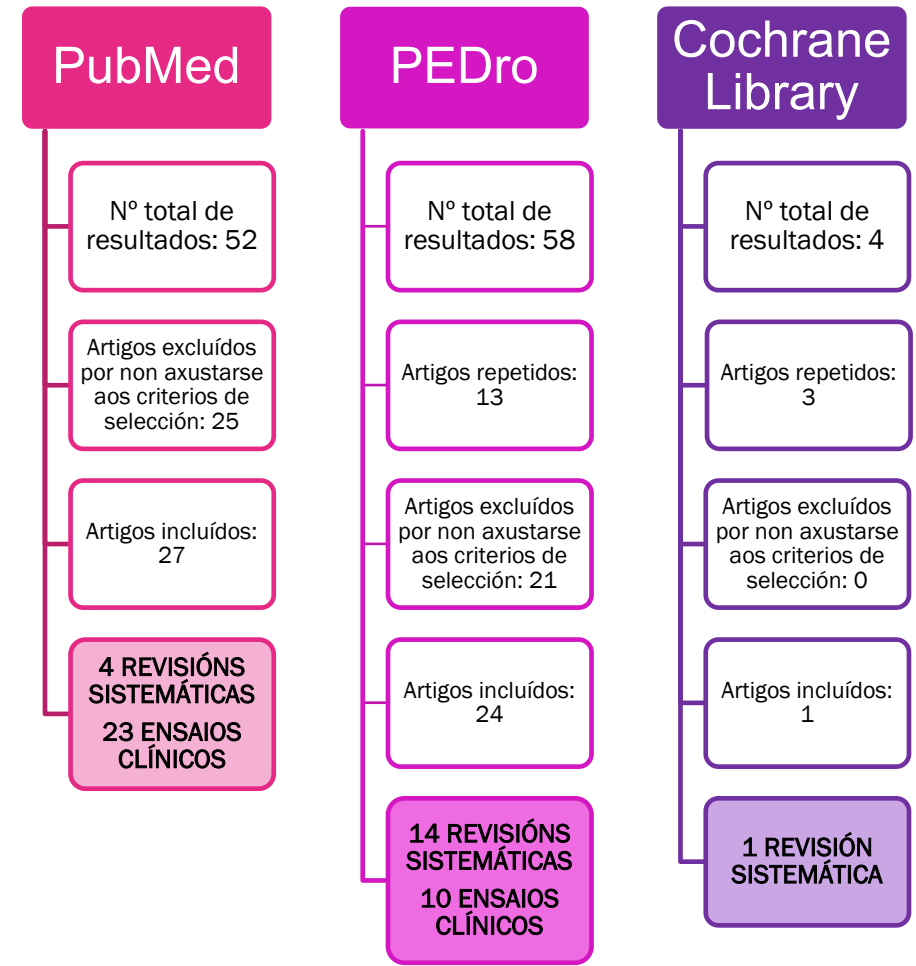
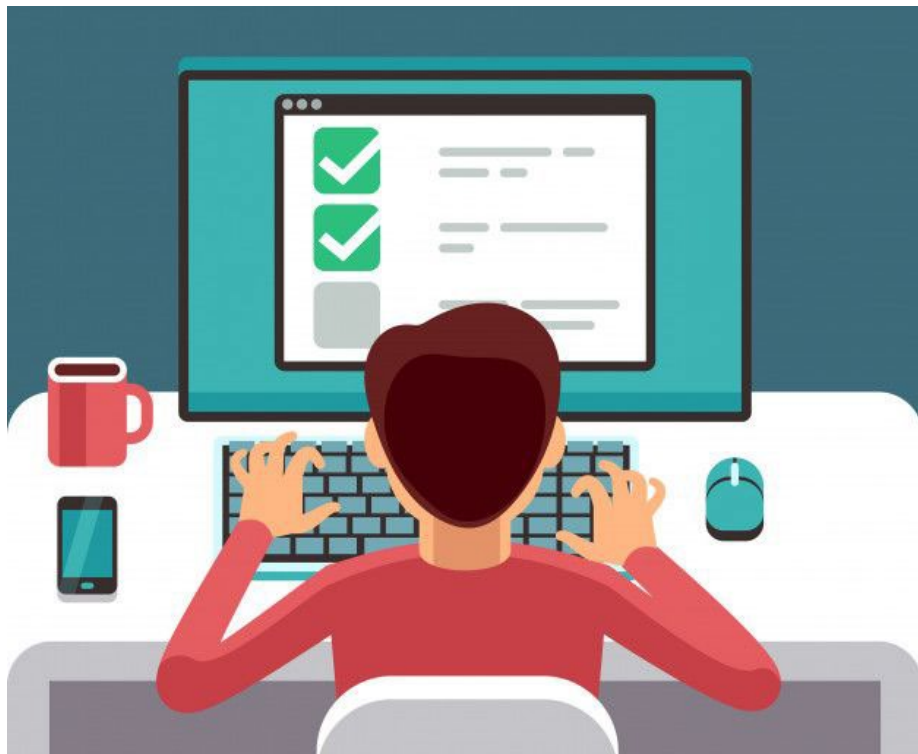


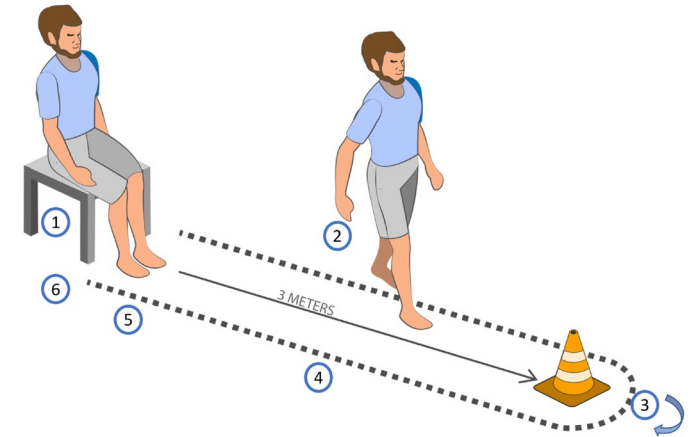
Diagrama cos resultados da busca bibliográfica sobre o exercicio terapéutico na fibromialxia

Acción 2: fase de valoración das participantes

Cuestionarios auto
cumplimentados

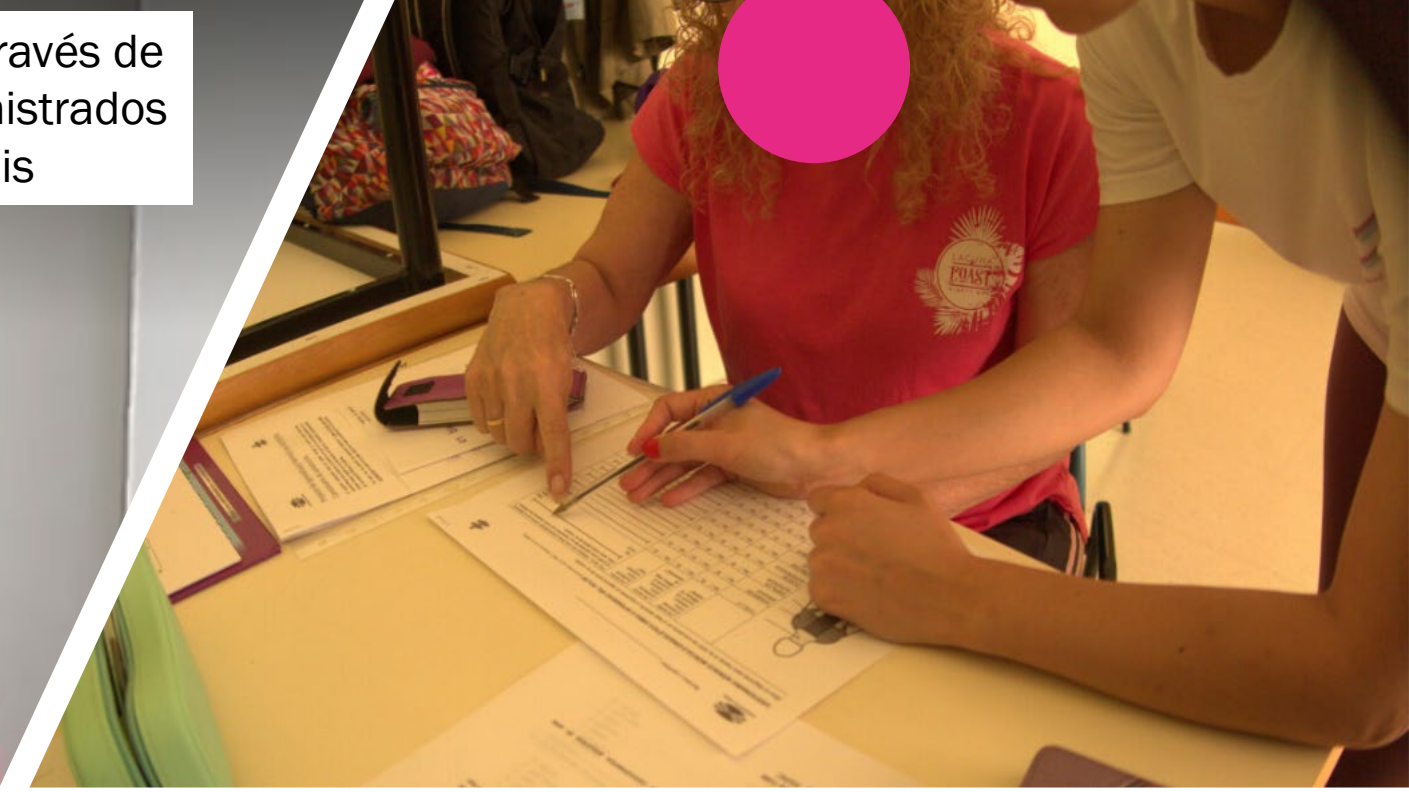


Probas físicas
de capacidade
funcional,
resistencia e
fuerza



EDAD	HOMBRE	MUJER
60-64	< 14	< 12
65-69	< 12	< 11
70-74	< 12	< 10
75-79	< 11	< 10
80-84	< 10	< 9
85-89	< 8	< 8
90-94	< 7	< 4

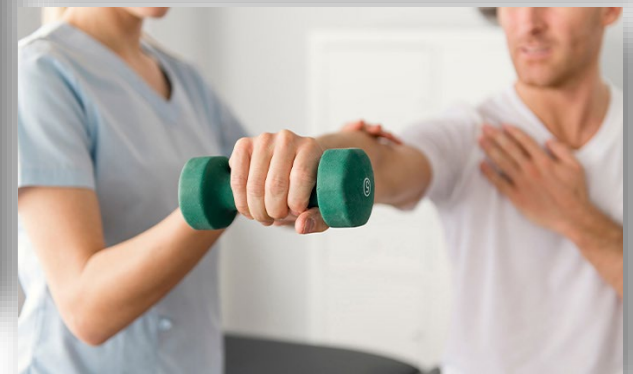
Sesión de valoración a través de cuestionarios autoadministrados e probas funcionais



Acción 3: fase de intervención



Píldoras formativas para o automanexo da dor crónica. Adquirir coñecemento sobre os diferentes factores que influen na experiencia dolorosa.



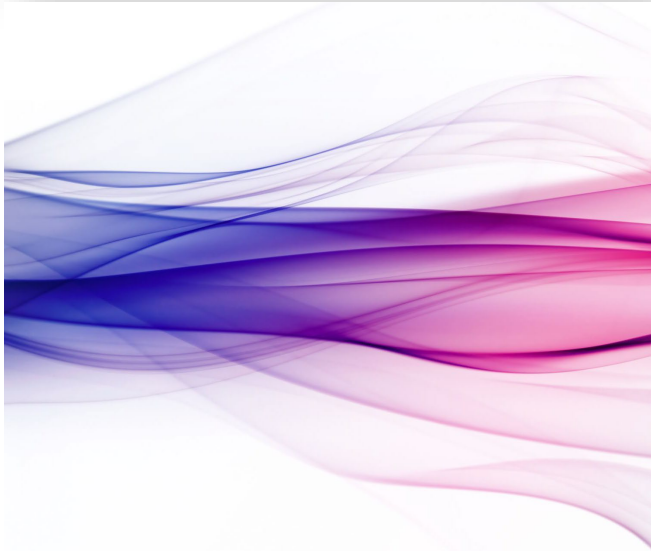
Sesiones grupais dirixidas de exercicio terapéutico e actividade física, baseada en logros.



Exemplo dunha sesión nun aula do Centro Cívico Municipal de San Diego



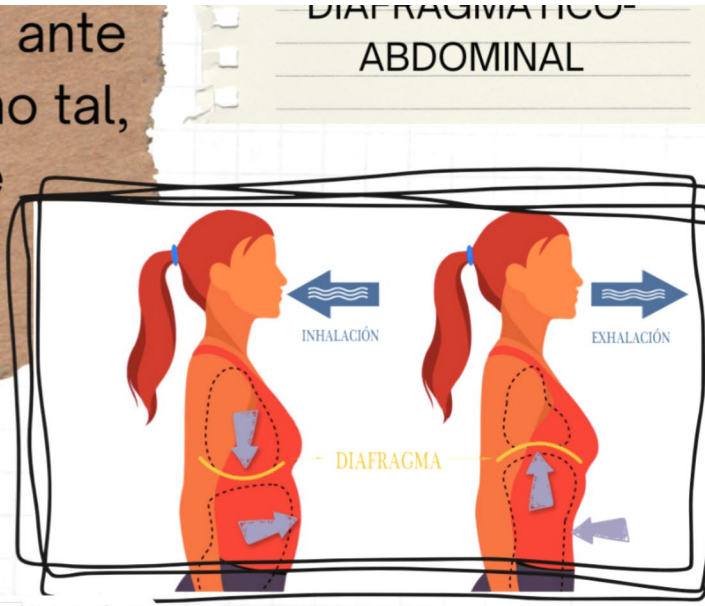
Exemplo dunha sesión o aire libre nas inmediacións do Centro Cívico de San Diego



Exemplo dunha PÍLDORA FORMATIVA



pero el DIAFRAGMA es ante todo un músculo y como tal, puede entrenarse

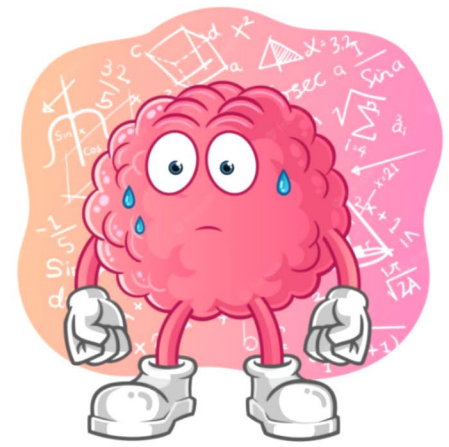


Dolor crónico

Fibromialgia

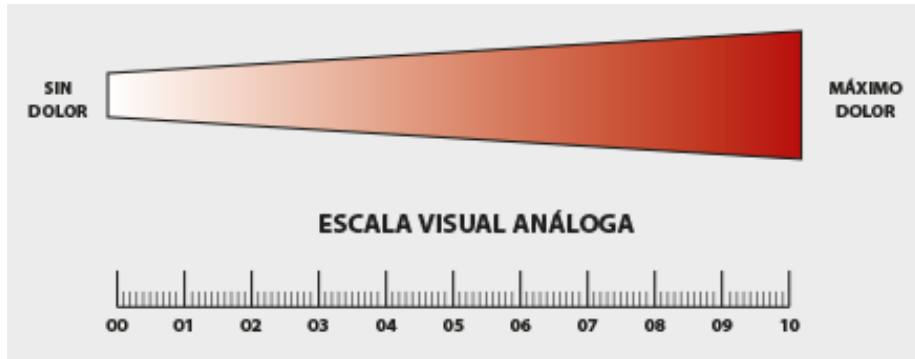


- La intensidad del dolor no está relacionada con un daño sufrido en el tejido
- El error está en el análisis que hace nuestro propio cerebro, que interpreta un daño donde realmente no lo hay



SENSIBILIZACIÓN CENTRAL

Resultados



DISMINUCIÓN
DA DOLOR



MELLORA DA
CALIDADE DE VIDA

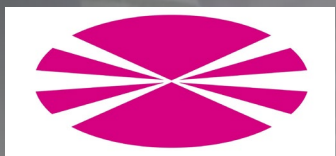


INCREMENTO
DO NIVEL DE
ACTIVIDADE
FÍSICA E DAS
HORAS DE
SONO

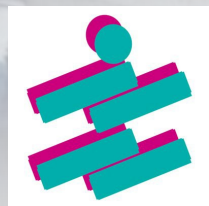
Resultados

ELEVADO NIVEL DE
SATISFACCIÓN E
PERCEPCIÓN
POSITIVA DE
CAMBIOS





Universidade da Coruña



Facultade de Fisioterapia

