

IV Congreso Internacional Kinesiología Musculoesquelética SOKIME

CURSO PRE-CONGRESO - 19 NOVIEMBRE

Congreso Internacional
SOKIME
20 - 21
NOVIEMBRE 2026
SANTIAGO
CHILE

“Putting chronic pain to sleep: Why and how to integrate sleep management in the treatment for patients with chronic pain”



Jo Nijs

PT, MT, PhD

Pain in Motion International Research Group
www.paininmotion.be

Vrije Universiteit Brussel, Belgium

PijnPraxis.be interdisciplinary practice for pain management

Leopoldsburg, Belgium

Department of Neuroscience and Physiology
University of Gothenburg, Sweden.

Fundamento

Los factores de estilo de vida, especialmente el sueño, influyen en la persistencia del dolor crónico, pero suelen ser poco abordados. El insomnio es frecuente, se asocia a sensibilización central y responde poco a fármacos.

La terapia cognitivo-conductual para el insomnio (CBT-I) ha demostrado ser eficaz para mejorar el sueño y disminuir el impacto del dolor, por lo que integrarla permite un abordaje más completo y mejores resultados clínicos.

El contenido de curso se entrega en una mezcla de métodos, que incluye:

- Clases interactivas
- Demostraciones
- Entrenamiento de habilidades prácticas
- Ilustraciones
- Casos clínicos de estudio

Se usa una combinación de modelos educativos para optimizar la implementación en la práctica clínica y para poder también cubrir las barreras de implementación

Objetivos de Aprendizaje

Al finalizar este curso, los participantes serán capaces de:

- Identificar a pacientes con dolor crónico que requieran tratamiento del sueño.
- Realizar evaluaciones del sueño relevantes en pacientes con dolor crónico que requieran tratamiento del sueño.
- Mejorar su razonamiento clínico integrando los problemas de sueño en su proceso de razonamiento para pacientes con dolor crónico.
- Tratar los problemas de sueño más comunes en pacientes con dolor crónico.
- Integrar el tratamiento del sueño en enfoques más tradicionales de fisioterapia, como la educación y la terapia de ejercicio, con el fin de diseñar tratamientos multimodales individualizados para personas con dolor crónico.

Hora	
09:00	Introducción
09:15	El rol de los problemas de sueño en el dolor crónico
10:00	Identificación y evaluación de pacientes con dolor crónico que requieren tratamiento de sueño: entrenamiento de habilidad usando casos de estudios
11:00	COFFEE BREAK
11:15	Tratamiento de los problemas de sueño en pacientes con dolor crónico parte 1: educación del sueño e higiene del sueño
13:00	ALMUERZO (No incluido)
14:00	Tratamiento de los problemas de sueño en pacientes con dolor crónico parte 2: control de estímulos, terapia cognitiva y terapia de relajación
15:30	COFFEE BREAK
15:45	Tratamiento de los problemas de sueño en pacientes con dolor crónico parte 3: terapia de restricción de sueño y combinación de intervenciones educativas y de ejercicio
17:00	Finalización del Curso

IV Congreso Internacional de Kinesiología Musculoesquelética SOKIME