



CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL

Centro de Desarrollo Estratégico e Información en Salud y Seguridad Social (CENDEISSS)

Subárea de Regulación y Evaluación

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD EDUCATIVA (Pasantía)

“2026 Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS). Todos los derechos reservados.

Este documento ha sido elaborado por el Programa Institucional de Pasantías de la CCSS y está protegido por las leyes de derechos de autor y tratados internacionales. Queda prohibida la reproducción, distribución o transmisión total o parcial de este documento por cualquier medio, incluyendo medios electrónicos, mecánicos, fotocopiado o cualquier otro sistema de almacenamiento y recuperación de información, sin la autorización previa y por escrito de la CCSS.”

IDENTIFICACIÓN.

Nombre de la actividad educativa	INTERVENCIÓN FISIOTERAPÉUTICA EN LA PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE PATOLOGÍAS COMUNES EN EL ADULTO MAYOR		
Perfil de ingreso	Médico asistente general o Profesional en terapia física que laboren en la CCSS en atención directa a usuarios en Primer Nivel de Atención.		
Duración de la actividad educativa	Cantidad de sesiones	Horario	Horas efectivas
	10	De lunes a jueves de 7 am a 4 pm y viernes de 7 am a 3 pm	78
Modalidad de la actividad educativa	Presencial		
Cantidad máxima de participantes por actividad educativa	1		
Sede	Hospital Monseñor Sanabria		
Nota mínima para aprobación	90		
Porcentaje mínimo de asistencia para aprobación	90		
Informante o especialista en contenido	Msc. Heiner Barboza Pérez, hbarbozap@ccss.sa.cr		
Fecha de última revisión del descriptor curricular	Setiembre 2026		
Observaciones			

RESUMEN CURRICULAR.

OBJETIVO GENERAL	CONTENIDOS
1. Conocer los aspectos fundamentales de la rehabilitación para la atención del paciente con dolor.	1.1 Conceptos básicos en el campo de Terapia física 1.1.1 Epidemiología de la discapacidad. 1.1.2 Concepto de funcionalidad. 1.1.3 Concepto de rehabilitación. 1.1.4 Clasificación Internacional del Funcionamiento (CIF). 1.1.5 Anatomía funcional. 1.1.6 Biomecánica básica. 1.1.7 Fisiología del ejercicio. 1.1.8 Sarcopenia. 1.1.9 Fragilidad.
	1.2 Evaluación funcional en la atención del adulto mayor en Primer Nivel de atención. 1.2.1 Historia clínica orientada a la funcionalidad. 1.2.2 Evaluación postural. 1.2.3 Análisis de la marcha y el movimiento 1.2.4 Evaluación de fuerza muscular y dolor. 1.2.5 Valoración funcional del equilibrio. 1.2.6 Goniometría. 1.2.7 Escalas básicas de valoración (Barthel, Rankin, EVA, otras). 1.2.8 Capacidad funcional y actividades de la vida diaria (AVD). 1.2.9 Evaluación neuromuscular. 1.2.10 Valoración del daño corporal 1.2.11 Signos de alerta.
	1.3 Pruebas complementarias de utilidad para el diagnóstico en terapia física y su correcta prescripción. 1.3.1 Diagnóstico por imagen. 1.3.1.1 Radiografías. 1.3.1.2 Ecografía musculoesquelética 1.3.1.3 Tomografía 1.3.1.4 Resonancia Magnética. 1.3.2 Dinamometría isocinética. 1.3.3 Electromiografía. 1.3.4 Velocidades de conducción nerviosa.
	1.4 Evaluación caso clínico. 1.4.1 Evaluación funcional en la atención del adulto mayor en Primer Nivel de atención. 1.4.2 Indicación de pruebas diagnósticas en Terapia física.
	1.5 Técnicas específicas de tratamiento del dolor con terapia física. 1.5.1 Terapia Manual. 1.5.2 Termoterapia 1.5.3 Técnicas de Infiltración. 1.5.4 Electroterapia. 1.5.5 Ondas de choque extracorpóreas

	1.5.6 Hidroterapia y medios físico-hidrológicos. 1.5.7 Vendajes funcionales. 1.5.8 Terapia Ocupacional. 1.5.8.1 Productos de apoyo. 1.5.8.2 Ergonomía. 1.5.9 Ortesis 1.5.10 Prótesis. 1.5.11 Indicación de ayudas técnicas: 1.5.11.1 Bastones. 1.5.11.2 Andaderas. 1.5.11.3 Sillas de ruedas. 1.5.11.4 Adaptaciones del hogar. 1.6 Ejercicio terapéutico y su correcta prescripción por medio del programa Vivifrail 1.6.1 Generalidades del programa Vivifrail. 1.6.2 Prescripción individualizada de ejercicio. 1.6.3 Pasaportes de ejercicio. 1.6.4 Ruedas de ejercicio por nivel de funcionalidad. 1.6.5 Beneficios. 1.6.6 Contraindicaciones absolutas/ relativas. 1.6.7 Prevención de lesiones. 1.7 Técnicas intervencionistas en terapia física y rehabilitación. 1.7.1 Infiltraciones. 1.7.2 Bloqueos nerviosos. 1.7.3 Radiofrecuencia. 1.8 Análisis de un caso clínico. 1.8.1 Técnicas específicas de tratamiento en rehabilitación. 1.8.2 Ejercicio terapéutico y su correcta prescripción (Vivifrail)
2. Analizar las posibles intervenciones según la patología del paciente adulto mayor con dolor crónico a través de terapia física	2.1 Abordaje terapéutico de la patología de columna vertebral. 2.1.1 Cervicalgia. 2.1.2 Lumbalgia mecánica. 2.1.3 Hernia discal. 2.1.4 Síndrome facetario. 2.1.5 Dolor miofascial. 2.1.6 Radiculopatías. 2.1.7 Alteraciones de la postura: 2.1.7.1 Escoliosis. 2.1.7.2 Hiper cifosis. 2.1.7.3 Hiperlordosis. 2.1.8 Malformaciones congénitas. 2.2 Técnicas de terapia física para el tratamiento de las patologías de hombro y miembro superior. 2.2.1 Síndrome de hombro doloroso. 2.2.1.1 Tendinitis 2.2.1.2 Bursitis 2.2.1.3 Lesiones del manguito rotador.

2.2.1.4 Atrapamiento nervioso. 2.2.1.5 Artrosis. 2.2.1.6 Ruptura de tendones. 2.2.2 Lesiones en la articulación del codo: 2.2.2.1 Tendinopatías. 2.2.2.2 Epicondilitis. 2.2.2.3 Compresión nerviosa. 2.2.2.4 Artrosis 2.2.3 Lesiones de muñeca y mano. 2.2.3.1 Tendinitis. 2.2.3.2 Esguince de muñeca. 2.2.3.4 Síndrome del túnel carpiano. 2.2.3.5 Deformidades adquiridas de los dedos y las manos.
2.3 Abordaje de la patología dolorosa de cadera y miembro inferior. 2.3.1 Patología dolorosa de cadera: 2.3.1.1 Osteoartrosis. 2.3.1.2 Bursitis. 2.3.1.3 Tendinitis 2.3.1.4 Fractura de cadera. 2.3.1.5 Displasia de cadera 2.3.2 Patología de rodilla: 2.3.2.1 Gonartrosis. 2.3.2.2 Lesiones meniscales. 2.3.2.3 Dolor patelofemoral. 2.3.2.4 Genu varo/ valgo 2.3.3 Patología de tobillo y pie: 2.3.3.1 Esguince de tobillo. 2.3.3.2 Tendinopatía aquilea y patelar. 2.3.3.3 Fascitis plantar. 2.3.3.4 Pie varo/valgo. 2.3.3.5 Pie equino. 2.3.3.6 Hallux valgo 2.3.3.7 Alteraciones de la bóveda plantar. 2.3.4 Linfedema.
2.4 Terapia y rehabilitación del adulto mayor con patología neurológica. 2.4.1 Rehabilitación del ictus cerebral. 2.4.2 Traumatismo craneoencefálico. 2.4.3 Lesión medular. 2.4.4 Esclerosis múltiple. 2.4.5 Enfermedad de Parkinson y otras enfermedades neurodegenerativas. 2.4.6 Polineuropatías. 2.4.7 Lesiones del plexo braquial. 2.4.8 Trastornos cognitivos. 2.4.9 Valoración y tratamiento de la disfagia. 2.4.10 Neuralgia del trigémino.

	2.4.11 Parálisis facial.
	2.4.12 Neuralgia post herpética.
	2.5 Terapia física al paciente con patología reumática.
	2.5.1 Artritis:
	2.5.1.1 Reumatoide.
	2.5.1.2 Psoriásica.
	2.5.1.3 Idiopática.
	2.5.3 Lupus eritematoso sistémico.
	2.5.4 Espondilo artropatías.
	2.5.5 Fibromialgia.
	2.5.6 Síndrome de dolor miofascial.
	2.6 Intervención fisioterapéutica en el abordaje de trastornos del piso pélvico.
	2.6.1 Piso pélvico y envejecimiento.
	2.6.2 Prolapso de órganos pélvicos.
	2.6.3 Incontinencia urinaria femenina.
	2.6.4 Incontinencia urinaria masculina.
	2.7.1 Abordaje de la patología de columna vertebral.
	2.7.2 Técnicas de Terapia y rehabilitación para hombro y miembro superior.
	2.7.3 Técnicas de terapia y rehabilitación para cadera y miembro inferior.
	2.7.4 Rehabilitación en la persona usuaria con patología neurológica.
	2.7.5 Aplicaciones de la medicina física y rehabilitación al paciente con patología reumática.
	2.7.6 Abordaje de trastornos del piso pélvico.
3. Analizar el rol del médico general en la evaluación física y funcional del adulto mayor.	3.1 Prevención de lesiones en el adulto mayor en primer nivel de atención.
	3.1.1 Educación al paciente.
	3.1.2 Ergonomía.
	3.1.3 Ejercicio como medicina.
	3.1.4 Prevención de lesiones y discapacidad.
	3.1.5 Factores de riesgo asociados a las caídas.
	3.1.6 Ejercicios de coordinación equilibrio y fortalecimiento muscular.
	3.1.7 Influencia del ejercicio regular sobre el bienestar físico y emocional.
	3.1.8 Prevención de fragilidad y sarcopenia.
	3.2 Abordaje farmacológico del paciente adulto mayor con dolor desde la consulta de primer nivel de atención.
	3.2.1 Tratamiento farmacológico del dolor nociceptivo
	3.2.2 Tratamiento farmacológico del dolor neuropático.
	3.2.3 Fármacos coadyuvantes.
	3.2.4 Uso de bloqueos.
	3.3 Criterios de referencia del paciente para abordaje en 2do y 3er nivel de atención.
	3.3.1 Cuándo derivar a especialista en rehabilitación.
	3.3.2 Cuándo referir a terapia física u ocupacional.
	3.3.3 Seguimiento en atención primaria.
	3.4 Guía para referencia de casos desde y hacia el primer nivel de atención

EVALUACIÓN (Escala de 0 a 100)

Criterio	Valor porcentual
3 Análisis de caso clínico (20 % cada uno)	60
Elaboración de guía para referencia y contrarreferencia de casos	40
TOTAL	100