



# DESCRIPCIÓN

En la actualidad, el consenso actual sobre la importancia del ejercicio como herramienta terapéutica activa del paciente en la recuperación y tratamiento de la patología de la cintura escapular en especial, y del resto de la extremidad superior en general, es incuestionable.

El uso de técnicas pasivas únicamente, se ha demostrado como una conducta terapéutica ineficaz e insuficiente.

Por estas razones, este curso plantea el uso del ejercicio terapéutico, tanto a nivel diagnóstico como a nivel terapéutico en las distintas disfunciones del miembro superior, columna vertebral y miembro inferior.

Analizaremos cómo se mueve nuestro paciente, valoráramos la extremidad superior, la columna vertebral y el miembro inferior del paciente con movimiento...y en el movimiento tendremos la solución de nuestro paciente.



# OBJETIVOS

- Recalcar al alumno la importancia del conocimiento de la biomecánica humana como base del movimiento normal
- Adiestrar al alumno en la toma de decisiones ante la situación específica de cada presentación clínica.
- Establecer una secuencia metódica de obtención de información relevante, concisa y estructurada.
- Permitirá a los alumnos asentar unas bases de exploración y una guía metodológica basándose en el razonamiento clínico.
- Relacionaremos los aspectos biomecánicos exploratorios con los patrones disfuncionales de movimiento.
- Identificación y manejo de los factores psicosociales de nuestro paciente.
- Curso actualizado con las mayores publicaciones de interés.

## TITULACIÓN:

Diploma avalado por la cátedra de investigación en Fisioterapia de la URJC.



# Seminario I

## Cintura escapular y miembro superior

### **BLOQUE I: SABADO (4h)**

- Función, Anatomía y Biomecánica del Complejo Articular de la Cintura escapular
- Evolución y función del hombro.
- Entender cómo trabaja el manguito Rotador.
- Función de la escápula.
- Importancia de la Cadena Cinética.

### **BLOQUE II: SABADO (4h)**

- Influencia y relevancia de la Columna Cervical
- Repercusión de la Columna Dorsal
- El papel de la Escápula
- El humero, el ultimo eslabón
- Cadena Cinética global





# Seminario I

## Cintura escapular y miembro superior

### **BOQUE III: DOMINGO (4h)**

- Síndrome Irritable
- Síndrome Mecánico
- Síndrome Degenerativo
- Hombro Congelado

### **BLOQUE IV: DOMINGO (4h)**

- Función, Anatomía y Biomecánica del Codo y Muñeca
- Disfunciones tendinosas.
- Disfunciones articulares
- Relación con cintura escapular
- Ejercicio Terapéutico en Codo y Muñeca

# Seminario II

## Columna vertebral

### ***BLOQUE I: Sábado ( 4 horas)***

- Ejercicio terapéutico
- Actividad física
- Modelos de estabilidad y análisis de alteraciones del movimiento
- Aprendizaje motor
- Ejercicio y dolor
- Columna lumbar
- Valoración lumbopélvica
- Valoración estática

### ***BOLQUE II: Sábado ( 4 HORAS)***

- Columna lumbar
- Valoración lumbopélvica (coordinar valoración cadera)
- Valoración dinámica monoarticular y multiarticular
- Test de fuerza-resistencia
- Supuestos prácticos



# Seminario II

## Columna vertebral

### **BLOQUE III:** domingo ( 4 horas)

- Columna lumbar
- Ejercicios específicos (coordinar con MMII)
- Supuestos prácticos

### **BLOQUE IV:** Domingo ( 4 HORAS)

- Columna torácica
- Valoración columna torácica y cintura escapular (coordinar con Carlos)
- Ejercicios específicos
- Columna cervical
- Valoración columna cervical
- Ejercicios específicos

# Seminario III

## Miembro inferior

### BLOQUE I: Sábado ( 4 horas)

- FUNDAMENTOS E INTRODUCCION A LA RIT®
- PROTOCOLOS DE EVALUACION Y VALORACIONES PARA LESIONES DEL MMII
- PROGRAMACION AL RTP
- INTRODUCCION: CLINICA DE LAS LESIONES MUSCULARES MMII
  - EPIDEMIOLOGIA
  - REGENERACION DEL TEJIDO MUSCULAR
  - ESTRATEGIAS: EJERCICIO PARA PREVENIR LESIONES MUSCULARES\*
  - RTS: RETOMAR DEPORTE
- EXPECTATIVAS VS REALIDAD
- MODELO DE EVOLUCION Y RESOLUCION DE FACTORES DE RIESGO
- ANALISIS ISOCINETICO
- ANALISIS FUNCIONALES
- TEST Y NUEVAS TECNOLOGIAS





# Seminario III

## Miembro inferior

### **BLOQUE II: SÁBADO ( 4 HORAS)**

- Lesión de isquiosurales:
- Lesión proximal, medial y distal.
- Lesión del cuadriceps:
- Mecanismos de producción, anatomía, clasificación, enfermedad de Hansen.
- Tendinopatías: razonamineto, tendinopatía rotuliana.

### **BLOQUE III: domingo( 4 horas)**

- Lesión del triceps sural: clasificación, ejercicios.
- Lesión adductores: mecanismos, diagnóstico.
- Pubalgía
- Lesión del LCA: mecanismos, factores.
- Lesión de Tendón de Aquiles: mecanismos, factores, roturas.
- Lesión esguince de tobillo: mecanismos, factores.

# Seminario III

## Miembro inferior

- Lesión del LCA: mecanismos, factores.
- Lesión de Tendón de Aquiles: mecanismos, factores, roturas.
- Lesión esguince de tobillo: mecanismos factores

### **BLOQUE IV:** Domingo ( 4 horas)

- PROGRAMA ESPECIFICO DE EJERCICIOS PARA LA PREVENCION DE LESIONES
- ESCENARIO
- TRATAMIENTO PRIMERA FASE
- TRATAMIENTO SEGUNDA FASE
- TRATAMIENTO INICIO TRABAJO DE ESTRUCTURAS INVOLUCRADAS
- PROGRESION SEGÚN TOLERANCIA
- ALTA VELOCIDAD. ALTA CARGA. GESTO DEPORTIVO

ORGANIZA FISIOCYL

# FISIOCYL

[www.fisiocyl.com](http://www.fisiocyl.com)

[cursos@fisiocyl.com](mailto:cursos@fisiocyl.com)

