



TREBALL ACTIU EN LES TENDINOPATIES

Adreçat a: Fisioterapeutes col·legiats

Durada: 20 hores lectives

Preu: curs bonificat al 100% pel CFC

Calendari: 16 i 17 d'octubre de 2021

Horari: dissabte i diumenge, de 9.00 h a 14.00 h i de 15.30 h a 20.30 h

Seu: Unitat Docent Hospital Sant Joan de Reus, Planta -1, aula A17. Avinguda del Doctor Josep Laporte, 2, 43204 Reus

DOCENT

Albert Torner: Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport. Fisioterapeuta i màster en prevenció i readaptació de lesions al futbol. Cofundador del centre R3 Manresa, un espai dedicat a la readaptació funcional esportiva física. Des de 2016 forma part del cos mèdic del primer equip del RCD Espanyol de Barcelona desenvolupant la feina de fisioterapeuta i readaptador esportiu encarregat del treball de força en els processos de readaptació i prevenció de lesions.

PRESENTACIÓ

Avui en dia, amb l'augment del temps que dediquem a fer esport, han aparegut moltes lesions relacionades amb la falta d'adaptació de les estructures tendinoses a la dosi d'exercici que practiquem, tant en l'esport amateur com professional. Tanmateix, és una patologia relacionada amb el sobreús, mecanisme habitual en feines repetitives que acabaran estressant l'estructura tendinosa. L'afectació de la tendinopatia arriba fins al 16-34% segons l'esport, sent una de les patologies amb més prevalença en esports com el voleibol, bàsquet, futbol...

La necessitat del fisioterapeuta d'entendre els mecanismes fisiopatològics, etiològics, mecanismes lesius i factors de recuperació, serà cabdal per poder realitzar un pla d'actuació per reduir els símptomes i, a la vegada, retornar la funció de l'estructura lesionada.

En aquest curs es presenta l'abordatge de les principals tendinopaties i s'ensenyarà a l'alumne la visió global del tractament del tendó patològic.

OBJECTIUS

- Conèixer les diferents fases del procés de readaptació funcional esportiva.
- Conèixer les diferents tendinopaties.
- Conèixer els diferents factors de risc.
- Conèixer els mecanismes de lesió en cada tendinopatia.
- Conèixer i saber escollir els exercicis més adequats en cada tendinopatia i fase en què es troba.
- Saber controlar la càrrega de cada pacient en el procés de readaptació.



TEMARI

- Tendinopatia aquil·liana (contextualització + cas pràctic)
- Tendinopatia rotular (contextualització + cas pràctic)
- Síndrome de la cinta iliotibial (contextualització + cas pràctic)
- Tendinopatia gluti mig (contextualització + cas pràctic)
- *Impingement* supraespínós (contextualització + cas pràctic)