



# PREVENCIÓN DE LESIONES BASADAS EN LA EVIDENCIA Y CRIBADO PARA EL REGRESO A LA PRÁCTICA DEPORTIVA



**Dirigido a:** Fisioterapeutas colegiados/as  
**Duración:** 14 horas lectivas  
**Precio:** 150 €  
**Calendario:** 30 i 31 de mayo de 2022  
**Horario:** Lunes y martes de 9.00 h a 13.15 h y de 14.00 h a 17.15 h  
**Lugar de realización:** Sede del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya. Calle Segle XX, 78, 08032 - Barcelona

## DOCENTE

**Dr. Damien Van Tiggelen:** Jefe del Departamento de Medicina Física y Rehabilitación del Hospital Militar Reina Astrid (Bruselas, Bélgica) donde dirige un equipo de médicos civiles y militares y fisioterapeutas especializados en lesiones musculoesqueléticas. Profesor de la Universidad de Gante, donde desarrolla proyectos de investigación sobre prevención y factores de riesgo de lesiones por uso excesivo de la extremidad inferior dentro del grupo de investigación musculoesquelético de la Universidad de Gante. Docencia de estudiantes de fisioterapia de grado y posgrado. Doctor en rehabilitación motora y fisioterapia en la Universidad de Gante. Experto en prevención y rehabilitación de lesiones deportivas y terapia manual.

## PRESENTACIÓN

Este curso se adentra en la evidencia científica y una variedad de pruebas validadas y cribado para:

- Prevención de lesiones: las últimas ideas basadas en la evidencia sobre el cribado de prevención de lesiones y la elaboración de perfiles de riesgo de lesiones para atletas de múltiples deportes y para distintas lesiones.
- Rehabilitación: retorno a la práctica deportiva después de una lesión o después de la cirugía.

Se trata de una mezcla de conocimientos teóricos y habilidades prácticas de pruebas y cribado, que permiten a los participantes volver a su trabajo diario con un gran número de pruebas válidas y fiables, que pueden utilizarse tanto con deportistas profesionales o recreativos como con pacientes.

## OBJETIVOS

- Conocer los marcos científicos en torno a la prevención de lesiones y el cribado para el retorno a la práctica deportiva.
- Tener una sólida comprensión del cribado y test más adecuados.
- Conocer diferentes test, sus puntos fuertes y limitaciones.
- Utilizar la evidencia científica para establecer su propio enfoque de cribado y test.
- Desarrollar habilidades en pruebas prácticas y estandarización de pruebas.

## TEMARIO

- Marco teórico: cribado para la prevención de lesiones; el estado del arte
- Implementación práctica. Prevención de lesiones en fútbol: contractura isquiotibial, dolor inguinal, lesión del ligamento cruzado anterior
- Implementación práctica. Prevención de lesiones en baloncesto: dolor anterior en la rodilla, tendón de Aquiles
- Implementación práctica. Prevención de lesiones en voleibol: lesiones por sobreuso de hombro, esguince de tobillo
- Marco teórico: cribado para el regreso a la práctica deportiva; el estado del arte
- Implementación práctica: regreso a la carrera después de después de una reconstrucción del LCA
- Implementación práctica: regreso al deporte después de la contractura isquiotibial
- Implementación práctica: regreso al deporte después del esguince de tobillo
- Implementación práctica: regreso a la actividad después de la artroplastia total de cadera