



**Durada:** 4 hores lectives.

**Preu:** Gratuït. Imprescindible realitzar inscripció.

**Data de celebració:** 6 de febrer de 2019.

**Horari:** de 16h a 20h

**Lloc de realització:** Seu del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya. C/ Segle XX, 78, 08032, Barcelona.

**Avaluació del curs:** Es realitzarà una avaluació continuada del curs que contemplarà l'assistència i la participació de l'alumnat. Cal assitir al 100% de les hores lectives per obtenir la certificació del seminari.

## ESTABILITZACIÓ CERVICAL

### DOCENT

**Leandro Gutman.** Fisioterapeuta. Llicenciat en Cinesiologia i Fisiatria. Exdocent de la Universitat de Buenos Aires. Especialista en el tractament dels trastorns de l'ATM. Membre de la Comissió de Fisioteràpia Neuromusculosquelètica del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.

## PRESENTACIÓ

Els trastorns cervicals crònics cursen, a causa del dolor, amb grans alteracions en el control muscular fet que canvia la capacitat d'estabilitzar la columna cervical, també es produeixen canvis propioceptius que alteren l'activació dels diferents músculs, així com el moviment de la columna i, freqüentment, també, alteracions posturals. És necessari que el fisioterapeuta compregui aquest tipus d'adaptacions que s'esdevenen en la musculatura per poder dissenyar un pla d'exercicis específic per a cada problema.

## OBJECTIUS

- Revisar els conceptes anatòmics i biomecànics de la columna cervical.
- Conèixer noves tècniques d'avaluació de la musculatura cervical.
- Millorar l'abordatge dels trastorns cervicals idiopàtics.
- Establir el pla d'exercicis individualitzat en funció de les necessitats del pacient.

## CONTINGUTS

- Cervicàlgia i musculatura, evidència científica
- Avaluació de la musculatura cervical
  - o Anatomia i biomecànica cervical
  - o Tècniques d'avaluació cervical
  - o Diferenciació de la musculatura cervical en base a la seva funció
- Tractament de la musculatura cervical
  - o Disseny del pla d'exercicis. Adaptació a les necessitats del pacient
  - o Exercicis de la musculatura estabilizadora
    - Musculatura cervical superior
    - Musculatura cervical inferior
  - o Exercicis propioceptius
- Cas clínic