



HUMMANNO

Optimizando la prescripción de ejercicio terapéutico. Región Rodilla-Tobillo-Pie

¿Por qué te interesa esta formación?

Programa de la formación

Lugar y fecha

¿Por qué te interesa esta formación?

Hace años que se habla, tanto en la educación académica como entre compañeros, de que el ejercicio terapéutico es o debería ser la piedra angular del trabajo de fisioterapia pero de la frase a la implementación real hay muchos pasos que hay que resolver

- ¿Qué casos sí y qué casos no son susceptibles de ser solucionados con ejercicio?
- ¿Cómo se prescribe ejercicio terapéutico?
- ¿Qué aspectos hay que tener en cuenta a la hora de prescribir?
- ¿Qué hay más allá de la clásica prescripción de ejercicio de hipertrofia de 3x10?

Todas estas dudas son las que se abordan en la formación. Planteándolo desde una perspectiva de terapia activa como base del tratamiento.

Esto no va solamente de saber muchos ejercicios y todos muy atractivos visualmente. Esto va de tener criterio en su uso y dosificación, organización a la hora de prescribir y una aplicación real en la práctica clínica diaria.

Programa de la formación

1. Marco teórico del Método Humanno

- Carga / Determinantes de la Carga / Capacidades funcionales
- Fisiología de la adaptación
- Control motor
- Movimiento óptimo y variabilidad de estrategias de movimiento

2. Razonamiento clínico. De la valoración funcional y clínica a la toma de decisiones

- Algoritmo diagnóstico
- Recogida de datos
- Valoración clínica
- Valoración funcional
- Diagnóstico clínico
- Toma de decisiones tras el diagnóstico clínico

3. Análisis fisio-patológico de las lesiones más comunes y sus consideraciones en el tratamiento. Rodilla-Tobillo-Pie

- Lesión miotendinosas
- Lesión intra-articulares
- Lesiones neurales
- Lesiones óseas

4. Tratamiento basado en el ejercicio terapéutico

- Tratamiento enfocado en el dolor
- Tratamiento enfocado en las capacidades funciones
 - Re-entrenar la amplitud de movimiento
 - Re-entrenar la fuerza y potencia
 - Re-entrenar la capacidad de absorción de impacto
 - Re-entrenar la eficiencia del control motor
- Gestión de las expectativas del paciente



HUMMANNO

Lugar y fecha. Contacto

Lugar:

Olivenza, Badajoz. Extremadura / Calle Concepción 16 (06100)

Fecha y horarios:

- 17 abril 2027 // 09:00-14:00 / 16:00-20:00
- 18 abril 2027 // 09:00-14:00 / 16:00-18:00

Alojamiento:

Disponibles diferentes alternativas en la localidad y en la ciudad de Badajoz próxima a la localidad de Olivenza. Consultar para más información

Contacto:

615709555

humannorhb@gmail.com