

28 y 29 de Junio

San José **Costa Rica**

READAPTACIÓN Y EJERCICIO TERAPÉUTICO

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL



CARLOS HEREDIA

Fisioterapeuta primer equipo Real Madrid C.F. (2009-2015) | Especialista en neurocontrol motor, prevención y recuperación de lesiones
Doctorado en ciencias de la salud por la universidad de Sevilla.



/ ANDARE CERTIFICACIONES



/ 449 137 2050

READAPTACION Y EJERCICIO TERAPEUTICO



/ ANDARE CERTIFICACIONES

OBJETIVOS

1. IMPORTANCIA DEL EJERCICIO EN LA RECUPERACION DEL DOLOR Y LESIONES.

- Exposición de las lesiones musculares y tendinosas (isquiotibial, recto anterior, pubalgia, tennis leg, manguito rotador...) más frecuentes en el futbol, así como los trabajos preventivos grupales (fifa 11+, mls groin, acl pep...) e individuales para abordarlas. (nordic hamstrings, sentadilla monopodal, estabilidad lumbopelvica, adductor copphenaguen, slump...)
- Pruebas de valoración funcional (squat, hop test, slb test, neurodinamia, stabilizer, termografía...) a través del movimiento para entender las restricciones y comprender las fases según el momento de la lesión.
- Planificación de un cronograma lesivo.

2. RAZONAMIENTO CLINICO MEDIANTE UNA VALORACION FUNCIONAL BASADA EN TESTS DE MOVILIDAD.

- Comprensión de la importancia de la musculatura del Core en la prevención.
- Comprensión de los distintos trabajos de fuerza (control motor) y los dispositivos para trabajarla. (isometrías, excéntricos, dispositivos isoineriales, polea cónica, cinturón ruso, elásticos...)
- Importancia del trabajo propioceptivo en la prevención. (sistema vestibular)
- Diferenciar los trabajos de movilidad y/o estabilidad según la cualidad a trabajar y/o el abordaje de dolor.



OBJETIVOS

3. ACTUACION DEL FISIOTERAPEUTA EN LA SALA DE GIMNASIO.

- Comprender el papel del fisioterapeuta junto con los preparadores físicos en las distintas fases de actuación de una lesión. (reentrenamiento, gesto deportivo...)
- Trabajo multidisciplinar. (estadística y epidemiología lesional...).

4. INTEGRACION DE DIFERENTES METODOLOGIAS DESDE LA BIOMECANICA FUNCIONAL Y EL MOVIMIENTO TERAPEUTICO.

- Tener una visión global de la preinscripción del ejercicio y su integración el movimiento y prevención lesional.
- Saber aplicar los distintos test de return to play para la vuelta a la competición. }



I PROGRAMA



/ ANDARE CERTIFICACIONES

PROGRAMA

PRIMER DÍA

- 9,00h- 10,00h** Introducción prevención lesiones.
- 10,00h-11,00h** Metodología técnica de prevención grupal.
Dispositivos.
- 11,00h-12,00h** Recuperación Funcional deportiva.
- 12,00h-12,30h** Descanso
- 12,30h-14,00h** Práctica de trabajo de CORE y
propiocepción (tobillo miembro inferior).
Círculo preventivo con postas.
- 14,00h-14,30h** Comida
- 15,30h-17,00h** Caso clínico LCA. RETURN TO PLAY.
- 17,00h-17,30h** Descanso
- 17,30h-19,00h** Práctica de valoración y ejercicio
progresiones / regresiones).



PROGRAMA

SEGUNDO DÍA

9,00h-10,00h Ejercicio Terapéutico en lesiones deportivas.

Integración.

10,00h-11,00h Patología isquiotibial.

11,00h-12,00h Recto anterior y tennis Leg.

12,00h-12,30h DESCANSO.

12,30h-14,00h Pubis (Recto abdominal y complejo adductor).

14,00h-15,30h COMIDA.

15,30h-17,00h Patología tendón. (Aquiles rotulino).

17,00h-17,30h DESCANSO.

17,30h-19,00h Tendinopatía M. Superior.



¡PONENTE!



/ ANDARE CERTIFICACIONES

| PONENTE

CARLOS HEREDIA MACÍAS



DESCRIPCION GENERAL

- Diplomado fisioterapia universidad de Alcala de henares.
- Grado fisioterapia en universidad de Salamanca.
- Asesor/consultor agencia deportiva best of you sports.
- Supervisor servicio de fisioterapia MARBELLA CF.
- Fisioterapeuta Real Madrid C.F.(2009- 2015)
- Miembro de la comision de ejercicio teapútico del colegio de fisioterapia de Madrid.

FORMACION COMPLEMENTARIA

- Master en osteopatia (euro ost d.o). UFV - FBEO.
- Master oficial neurocontrol motor. urjc.
- Master prevención y recuperación de lesiones. UPMINEF.
- Especialista en fisioterapia conservadora e invasiva. uclm
- Formado en metodología dynamic neuromuscular stability, termografía clínica, electrólisis percutánea, mckenzie, activación muscular, pilates y redcord, kinetic control deportivo, mulligan y mconell, neurodinamia, inducción miofascial...

| PONENTE

CARLOS HEREDIA MACÍAS

DOCENCIA

- Profesor asistente en practicas
- Master fisioterapia deportiva UEM.
- Profesor asistente fisioterapia deportiva. UAH.
- Profesor asistente master prevencion lesiones y recuperacion funcional deportiva. UPM- INEF Madrid
- Ponente formación deportiva en UCJC.
- Ponente grado fisioterapia universidad de comillas.
- Ponente en congresos de fisioterapia deportiva e invasiva a nivel nacional.



TRABAJOS DE INVESTIGACION

- Puncion seca en dolor cervical.
- Terapia bombeo ocular para pacientes con glaucoma.
- Terapia acuática watsu en autismo.
- Ejercicio terapéutico en dolor cervical.

INVERSIÓN



/ ANDARE CERTIFICACIONES

INVERSIÓN

CUPO LIMITADO

* 12 % DE DESCUENTO (del total del curso a c/u) en grupos de 2 o más personas.

Aparta con:

100 Dólares

Costo Total:

450 Dólares

Pago tiendas de autoservicio (Oxxo):
5579 0890 0045 9167 - BANCO SANTANDER

Número de cuenta:
65-50713763-2 (DEPÓSITO BANCO SANTANDER)

CLABE:
014010655071376327 (TRANSFERENCIAS)

A NOMBRE DE: ANDARE FISIOTERAPIA SA DE CV

También puedes realizar
tu pago desde:



FORMAS DE PAGO

DESPUÉS DE REALIZAR EL DEPÓSITO:

- Favor de enviar foto de tu comprobante de pago al vía whatsapp al 449 137 20 50
- Enviar foto de tu comprobante de estudios/carta pasante / cédula profesional (en caso de ser egresado)
- Enviar nombre tal cual deseas que aparezca en tu certificado del curso.

TÉRMINOS Y CONDICIONES

Una vez abonada la inscripción, si el alumno no puede asistir al curso, no se le reembolsará el dinero de la inscripción.

SI LA EMPRESA CANCELA EL EVENTO, se garantiza el reembolso del 100% de la inscripción en caso que el alumno así lo decida, o bien puede ser utilizada para otra formación de andare certificaciones.

El costo de la formación NO incluye viáticos (hospedaje, comidas ni transporte)

En caso de pedir factura, se cobrará el IVA.

El alumno se compromete a actuar de forma ética y profesional y siempre con respeto y tolerancia hacia sus compañeros y profesor, generando un ambiente educativo, agradable para los asistentes.

•
Cualquier alumno asistente a la formación deberá estar en un estado óptimo de salud, físico y mental, ya que Andare Certificaciones no se hará responsable ante cualquier incidente.

•
Andare Certificaciones se compromete a brindar el material necesario, para un buen desarrollo de la formación.

AL REALIZAR EL PAGO DE INSCRIPCIÓN/APARTADO EL ALUMNO ESTARÁ ACEPTANDO TODOS LOS TÉRMINOS Y CONDICIONES ANTES MENCIONADOS.

AVISO DE PRIVACIDAD

ANDARE CERTIFICACIONES, mejor conocido como Andare Fisioterapia S.A. de C.V., con domicilio en: Calle José María Elizalde #702, Colonia Olivares Santana, Ciudad Aguascalientes, Municipio o delegación Aguascalientes, CP: 20010, en la entidad de Aguascalientes, México, y portal de internet: [https:// andarecertificaciones.com](https://andarecertificaciones.com), es el responsable del uso y protección de sus datos personales.

**Para cualquier duda o aclaración/ mayor información favor de mandar whatsapp al 449 137 2050.
Con gusto le atenderemos.**

| CONTACTO

CEO ANDARE CERTIFICACIONES
LTF. JORGE GTZ. CHARLES

 / ANDARE CERTIFICACIONES

 / 449137 2050