**Formación Columna Lumbar y Cadera**:
**Diagnostico & Re-entrenamiento de las alteraciones del movimiento**

Formación completa sobre Diagnostico & Re-entrenamiento de las alteraciones del movimiento en la zona lumbar y en la articulación de la cadera. El curso presenta **una comprensión funcional de la ANATOMIA y BIOMECÁNICA útil para encontrar la relación entre los trastornos de la estructura, la función y la motricidad del paciente o su ausencia**. La disfunción del sistema neuromusculoesquelético y la interpretación de pruebas específicas esta estrechamente relacionada con una carga tisular anormal durante la actividad diaria y la practica deportiva con sus características individuales: como la variabilidad anatómica y la capacidad funcional del paciente.

La parte practica incluye la corrección de los patrones de desalineación y los movimientos relacionados con la función y la actividad física. **Los participantes practicarán la evaluación mediante pruebas de forma estructurada, harán un diagnóstico y desarrollarán programas de tratamiento para corregir los patrones de movimiento** de forma personalizada a nivel lumbar y de la articulación de la cadera.

**Objetivos generales de la formación:**

* Perfeccionamiento del diagnostico en la zona lumbar y la articulación de la cadera
* Desarrollo del programa de tratamiento: corrección del movimiento
* Aplicación de programa del ejercicio terapéutico

**Objetivos específicos de la formación:**

* Compresión sobre las alteraciones neuromusculares y su impacto en el sistema del movimiento para controlar la sintomatología y mejora del rendimiento
* Permitir a los fisioterapeutas identificar los trastornos del movimiento, la desalineación, la longitud, la rigidez y el rendimiento de los músculos y su relación con los síndromes de dolor.
* Evaluación clínica de la columna vertebral y articulación de cadera para establecer estrategias individuales

**Duración del curso:** el curso incluye parte teórica (15%) y práctica (85%)

3 días – 21 horas

**Viernes y sábado:** (9:00 – 18:00)

**Domingo:** (9:00 – 13:45)

**Fechas: 4-6 de abril**

**Día 1**

9:00 – 11:00 Conceptos claves del sistema del movimiento:

* Aplicaciones practicas

11:00 – 11:30 Descanso

11:30 – 13:30 Movimiento anormal y las alteraciones al nivel de la columna lumbar:

* Practica

13:30 – 14:30 Comida

14:30 – 15:30 Análisis y correcciones del movimiento de pie y en marcha:

* Lumbar, cadera, tren inferior (practica en grupos)

15:30 – 16:30 Análisis y correcciones del movimiento tumbado boca arriba:

* Lumbar, cadera (practica en grupos)

16:30 – 16:45 Descanso

16:45 – 18:00 Análisis y correcciones del movimiento tumbado boca abajo:

* Lumbar, cadera (practica en grupos)

**Resumen día 1:** Relacionar y corregir las alteraciones del movimiento que presenta nuestro paciente en la zona lumbar en posición de pie, supino y prono. Corrección del movimiento
y aplicación del ejercicio terapéutico para controlar la sintomatología y optimizar el rendimiento.

**Día 2**

9:00 – 10:00 Análisis y correcciones del movimiento en decúbito lateral y sentado:

* Lumbar, cadera (practica en grupos)

10:00-11:00 Examen integral con presentación de las estrategias optimas de corrección:

* Casos clínicos reales en la zona lumbar
* Practica en grupos

11:00 – 11:30 Descanso

11:30 – 13:30 Condiciones estructurales de la articulación de la cadera:

* Variabilidad anatómica y su relación con la función del paciente
* Cadera hipomóvil vs hipermóvil
* Control neuro-muscular

13:30 – 14:30 Comida

14:30 – 15:30 Análisis y correcciones del movimiento de la cadera:

* + Examen y corrección de pie (practica en grupos)

15:30 – 16:30 Análisis y correcciones del movimiento de la cadera:

* + Examen y corrección en supino y en prono (practica en grupos)

16:30 – 16:45 Descanso

16:45 – 18:00 Análisis y correcciones del movimiento de la cadera:

* + Decúbito lateral, cuadrupedia y sentado (practica en grupos)

**Resumen día 2:** Integrar el examen de la columna lumbar y las correcciones en posiciones funcionales. Describir el programa de corrección y entrenamiento. Presentar como abordar el trabajo del ejercicio terapéutico en patologías comunes de la articulación de la cadera como la lesión del labrum, pinzamiento femoro-acetabular, osteoartritis o la cadera hipermóvil.

**Día 3**

9:00 – 11:00 Examen integral con presentación de las estrategias individuales de corrección:

* + Casos clínicos reales de la articulación de la cadera (practica en grupos)

11:00 – 11:30 Descanso

11:30 – 13:30 Desarrollo de los protocolos correctivos en patologías comunes para controlar dolor, optimizar la función y mejorar el rendimiento

13:30 – 14:00 Cierre del curso

**Resumen día 3:** Presentar las correcciones mas eficientes para los pacientes con dolor de la cadera con patología del labrum, pinzamiento femoroacetabular, osteoartritis o cadera hipermóvil.

**Profesores:**

Michal Hadala

Fisioterapeuta, Doctor por la Universidad de Valencia

Sus principales áreas de especialidad se relacionan con el análisis, valoración y corrección de patologías dentro del sistema musculoesquelético. Como fisioterapeuta y formador, trabaja en su centro en Polonia. Colabora ​​con ilustres fisioterapeutas como prof. Shirley Sahrmann, Jenny McConnell, Marc Comerford formando a los fisioterapeutas en conceptos: Movement System Impairments, McConnell y Kinetic Control. Todo su trabajo profesional esta relacionado con el movimiento, dolor y ejercicio terapéutico. Es autor de numerosas publicaciones científicas. Como instructor internacional cuenta con 17 anos de experiencia docente y 22 anos de experiencia clínica.

**Cursos dirigidos a:**

* Fisioterapeutas.
* Estudiantes (a partir del 3er año de fisioterapia)