

# PROGRAMA

## TECNICAS DE REHABILITACION

### CUBANA DISTANCIA

#### MODULO 1

Preparación del centro de rehabilitación, aparatos para ejercitación, características de la camilla. Nociones generales de hueso, musculo y articulaciones.

Generalidades de las lesiones que se tratan con rehabilitación

LESIONES DE PIE. Anatomía del pie: músculos y huesos.

ESGUINCE DE TOBILLO. Definición, causas, diagnóstico y tratamiento.

Identificación de ligamentos propensos al esguince. Diferencia entre distensión y ruptura ligamentaria. Diferentes grados de esguince (I,II,III,IV).

FASCITIS PLANTAR. Definición, causas, diagnóstico y tratamiento. Relación Fascitis plantar y deporte.

ESPOLON CALCANEO. Definición, Causas, diagnóstico y tratamiento. Diferentes taloneras para el espolón.

HALLUX VALGUS. Definición, causas, diagnóstico y tratamiento. Correctores para hallux Valgus

PIE PLANO. Definición, causas, diagnóstico y tratamiento. Diferencia entre pie plano congénito y heredado.

PIE CAVO. Definición, causas, diagnóstico y tratamiento.

DEDO MARTILLO, Definición, causas, diagnóstico y tratamiento.

Practica: se realizara la rehabilitación de las patologías precedentes

LESIONES DE RODILLA. Anatomía de la rodilla, huesos , ligamentos y músculos.

Esguince de rodilla: definición, causas, diagnóstico y tratamiento. Diferentes grados de esguince (I,II,III,IV).Diferencia entre distensión ligamentaria y ruptura parcial. Pruebas para lesión de los ligamentos cruzado anterior y posterior (Cajón) , lateral interno y externo (Bostezo).

Meniscos: lesiones, ruptura parcial o total, diagnostico, causas y tratamiento.

Pruebas (maniobra de Bragard). Bursitis (quiste de Baker): definición, causas, diagnóstico y tratamiento. Fractura de rotula: definición, causas, diagnóstico y tratamiento. Tendón rotuliano (tendinitis): definición, causas, diagnóstico y tratamiento.

**PROGRAMA**  
**TECNICAS DE REHABILITACION**  
**CUBANA**  
**DISTANCIA**

LESIONES DE CADERA. Anatomía de cadera, huesos y músculos. Lesiones comunes de la articulación coxofemoral.

LUXACION DE CADERA. Definición, causas diagnostico tratamiento (observación de placas).

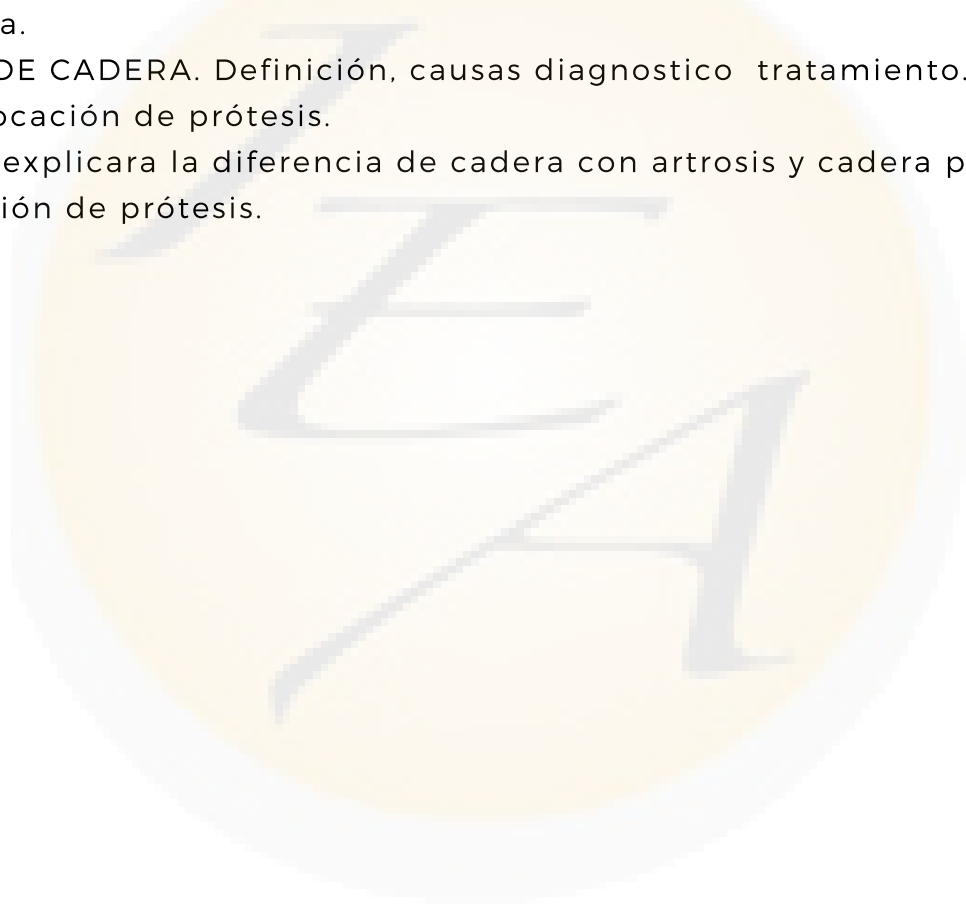
ARTROSIS DE CADERA. Definición, causas diagnostico tratamiento.

Evaluación de la cadera con recuperación frente a tratamiento kinésico y frente a una cirugía.

FRACTURA DE CADERA. Definición, causas diagnostico tratamiento.

Cirugía, colocación de prótesis.

Practica: se explicara la diferencia de cadera con artrosis y cadera post quirúrgica con colocación de prótesis.



# PROGRAMA

## TECNICAS DE REHABILITACION

### CUBANA DISTANCIA

#### MODULO 2

LESIONES DE MANO Y MUÑECA. Anatomía de la mano: huesos y músculos

ESGUINCE DE DEDO: Definición, causas diagnóstico Y tratamiento.

Tipo de inmovilización (venda) , férula.

LUXACION DE DEDO: Definición, causas diagnóstico Y tratamiento. Forma de reducción e inmovilización.

FRACTURA DE METACARPANOS: Definición, causas diagnóstico Y tratamiento Diferencias entre inmovilización y cirugía.

ESGUINCE DE MUÑECA: Definición, causas diagnóstico, tratamiento. Determinación de grados.

FRACTURA DE MUÑECA: Definición, causas diagnóstico y tratamiento

ARTROSIS REUMATOIDEA: Definición, causas diagnóstico y tratamiento

Prácticas: se realizara rehabilitación de la mano para todas las patologías mencionadas anteriormente

LESIONES DE CODO. Anatomía de codo: huesos y músculos

CODO DE TENISTA (Epicondilitis): Definición, causas diagnóstico y tratamiento.

Medidas preventivas (pruebas clínicas, exámenes). Criomasaaje. Masaje transversal profundo.

CODO DE GOLFISTA (Epitrocleititis): Definición, causas diagnóstico y tratamiento

Medidas preventivas. Pruebas clínicas (exámenes). Masaje transversal profundo.

LUXACION DE CODO. Definición, causas diagnóstico y tratamiento.

Tratamiento médico: reducción e inmovilización. Tratamiento kinésico :recuperación del movimiento.

BURSITIS DEL CODO. Definición, causas diagnóstico y tratamiento Práctica:

se realizaran las maniobras de rehabilitación del codo y tendinitis (codo del tenista y del golfista).

# PROGRAMA

## TECNICAS DE REHABILITACION

### CUBANA DISTANCIA

LESIONES DEL HOMBRO. Hombro: anatomía, huesos y músculos

TENDINITIS. (Manguito rotador): Definición, causas diagnóstico y tratamiento.

Ubicación de los músculos del manguito ( supraespinoso, infraespinoso, redondo y subescapular). Pruebas de diagnóstico de tendinitis del supraespinoso.

LUXACION DE HOMBRO. Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Reducción de la articulación. Inmovilización, vendaje de hombro (cabestrillo).

ARTROSIS DE HOMBRO: (hombro congelado). Definición, causas diagnóstico y tratamiento.

FRACTURA DE CLAVICULA. Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Practica: se realizara la rehabilitación específica de cada lesión.

APARATOLOGIA ULTRASONIDO: definición, tipos de ultrasonido, acciones

generales, forma e aplicación (directa o subacuática), tiempo de aplicación.

Diferentes corrientes (continua y alterna). Contraindicaciones absolutas y relativas, utilización en dolor.

MAGNETOTERAPIA: definición, que es un campo magnético, tipo de imanes,

potencia. Efectos beneficiosos y perjudiciales del imán. Campo de aplicación

(paralelos o circuito). Tiempo de aplicación, contraindicaciones absolutas y relativas.

LASER: definición, técnicas de aplicación (barrido, puntual), aplicación sobre

puntos de acupuntura. Acciones generales, contraindicaciones relativas y absolutas.

# PROGRAMA

## TECNICAS DE REHABILITACION

### CUBANA DISTANCIA

#### MODULO 3

LESIONES DE COLUMNA VERTEBRAL. Anatomía de la columna vertebral. Características de las vértebras y músculos paravertebrales.

ESCOLIOSIS: Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Relación del deporte con la escoliosis.

CIFOSIS: Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Relación del deporte con la cifosis

CERVICALGIA: Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Relación del deporte con la cervicalgia.

LUMBALGIA: Definición, causas diagnóstico y tratamiento

HERNIA DE DISCO: Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Relación de la lumbalgia y hernia de disco con el deporte.

HEMIPLEJIA. Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Etapas de la hemiplejia, periodos más importantes en la rehabilitación. Etapa de flaccidez y espasticidad . Evolución. Rehabilitación de brazo y pierna. Ejercicios activos, pasivos y con resistencia. Tipos de férulas para evitar la flexión del brazo. Explicación de la atención multidisciplinaria de la hemiplejia, la importancia del psicólogo para el paciente hemipléjico. Rol de la terapia ocupacional.

Ejercicios acuáticos. Técnicas para movilizar a un paciente hemipléjico: pararse , sentarse, acostarse, caminar, comer, vestirse. Breve explicación de como es la rehabilitación en Cuba.

PARALISIS FACIAL. Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Realización de masaje, Electroestimulacion a nivel facial. Tratamiento neurológico kinésico.

NEURALGIA DEL TRIGEMINO. Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Diferencia entre dolor agudo y crónico. Identificación de las tres ramas del trigémino . Masaje especial para la neuralgia. Electroestimulacion facial.

ESCLEROSIS MULTIPLE. Definición, causas diagnóstico y tratamiento. Diferentes etapas de evolución. Evaluar recuperación mensual. Importancia de la psicología en la enfermedad. Tratamiento combinado. Médico-neurólogo-kinesiólogo.

**PROGRAMA**  
**TECNICAS DE REHABILITACION**  
**CUBANA DISTANCIA**

VENDAJES. Definición, tipos de vendaje, clasificación de vendas (elásticas, semielásticas, rígidas). Diferencia entre inmovilización total y contención. Forma de inmovilizar un tendón o músculo.

Practica: vendaje tobillo, rodilla, mano, codo y hombro

