

ACREDITADO:



Curso prevención de  
lesiones en el deporte:  
**TENIS, PADEL Y GOLF**



**AÑO ACADÉMICO 2015/2016**  
**1 SEMINARIO DE UN DIA**



Existe cada año una alta incidencia de lesiones relacionadas con el deporte. Hay varios factores de riesgo que han sido identificados y que pueden predisponer a patologías por sobreuso en los deportistas. La biomecánica individual ha sido relacionada con varios de los mecanismos de lesión.

En este curso se formará al profesional sanitario en el correcto diagnóstico de las principales lesiones que aparecen en los deportes de raqueta y en el golf, además de conocer qué factores biomecánicos del gesto deportivo se han visto asociados a sus patologías por la evidencia científica, y la forma de poder prevenirlas y abordarlas gracias a una correcta exploración del deportista.

## OBJETIVOS DEL CURSO

- Analizar las principales lesiones que aparecen en deportes de raqueta y en el golf
- Describir los factores biomecánicos que están asociados en el desarrollo de lesiones deportivas.
- Aprender a realizar una exploración biomecánica completa del deportista.
- Conocer el abordaje terapéutico más adecuado en las lesiones deportivas y facilitar su prevención.

## PROGRAMA

### ESTRUCTURA

Horarios:

- Jueves: 9:30h – 14:00h y 15:30h – 19:00h

### ACREDITACIÓN

- **Título propio de Instituto Alcalá de Ciencias y Especialidades de la salud (IACES)** de 8 horas en colaboración con la **Escuela de Fisioterapia del Deporte y Readaptación Deportiva**
- **Solicitada acreditación al Consell Català de la Formació Continuada de les professions sanitàries.**

## CONTENIDO

### **Análisis biomecánico de las lesiones en deportes de raqueta** (4 horas):

- Patomecánica de las principales lesiones en el tenis y pádel.
- Diagnóstico de la patología de hombro en el deporte.
- Prevención y abordaje terapéutico de la patología de hombro en el deporte.

### **Análisis biomecánico de las lesiones en el golf** (4 horas):

- Patomecánica de las principales lesiones en el golf.
- El dolor lumbar en el deporte.
- Prevención y abordaje terapéutico de la patología del jugador de golf.
- Diseño de un programa de actividad física para deportistas con patología de la columna vertebral.

## PROFESORADO

### **ISIDRO FERNÁNDEZ LÓPEZ**

- Fisioterapeuta, Osteópata C.O.
- Fisioterapeuta en Holystic Centro de Recuperación S.L.
- Máster Oficial en Actividad Física y Salud por la U.P.O.
- Especialista en Fisioterapia Deportiva por la U.C.M.
- Especialista en Biomecánica Deportiva (Biomecánica del Running Custom y Dynamic Bike Fit Course por Retul University)
- Profesor de postgrado Fisioterapia Deportiva de la Universidad Complutense de Madrid, IACES y Monitor de la Escuela de Osteopatía de Madrid.

## CALENDARIO

26 de Mayo de 2016

## DESARROLLO DEL CURSO

## METODOLOGÍA DOCENTE

Clases teórico- prácticas 50% - 50%

Ropa deportiva para la realización de las prácticas