



CURSO **FISIOTERAPIA EN LESIONES DE LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR Y OTRAS TRAUMÁTICAS DE RODILLA**

27 Y 28 DE NOVIEMBRE DE 2021 - 16 HORAS

Las lesiones traumáticas de rodilla son las de mayor incidencia en el deporte, también en sedentarios, pero sólo por detrás del dolor de espalda, siendo un reto difícil cortar el bucle de relesión que frecuentemente ocurre en estos pacientes y que les puede llevar a graves secuelas.

Por eso, es importante una correcta toma de decisiones como fisioterapeutas que nos lleven a realizar un abordaje óptimo con estos pacientes. En este curso ofreceremos la actualización y última evidencia en esta especialización.

IMPARTIDO POR: ANA GACIMARTÍN. Fisioterapeuta FREMAP Mutua de Accidentes Laborales, SPV-Complutense Hockey División de Honor femenina, Clínica Fisiomon Las Tablas.

DIRIGIDO A Fisioterapeutas

Nº DE PLAZAS 18

MATRÍCULA

- Fisioterapeutas COFLARIOJA: 160 euros
- 10% de las plazas para colegiados de los Colegios: Andalucía, Aragón, Baleares, Canarias, Castilla y León, Extremadura, Madrid, Murcia, Navarra, y País Vasco: 160 €
- Fisioterapeutas Colegiados otras comunidades: 200 €
- Fisioterapeutas No Colegiados: 240 €

INSCRIPCIONES Se confirmarán las preinscripciones recibidas por orden cronológico en el correo electrónico: administracion@coflarioja.org Fecha límite recepción de solicitudes viernes 12 de noviembre 2021

Más información en www.coflarioja.org y 941 27 59 61

PROGRAMACIÓN

Horario: Sábado 27 de noviembre 8:30-14:00 y 15:00-20:00

Domingo 28 de noviembre 8:30-15:30

Lugar: Colegio Oficial Fisioterapeutas de La Rioja
C/ Ruavieja, 67-69 26001 Logroño - La Rioja

OBJETIVOS

- Conocer en profundidad anatomía y biomecánica de la rodilla
- Comprender los mecanismos de lesión más frecuentes
- Conocer los factores de riesgo para lesiones traumáticas
- Aprender a hacer una valoración mediante test ortopédicos
- Conocer las técnicas y variantes quirúrgicas según lesión
- Conocer y aplicar los abordajes de Fisioterapia actualizados para este tipo de lesiones según fases biológicas y funcionales
- Aprender métodos de prevención
- Conocer y aplicar los criterios a tener para la decisión del *Return to Play*

CONTENIDO

Anatomía

- Componente estabilizador pasivo
- Componente estabilizador activo

Mecanismos de lesión

- LCA - LCP - Meniscos - LLI - LLE y Esquina posterolateral

Factores de riesgo

- Factores de riesgo intrínsecos - Factores de riesgo extrínsecos - Mujer y rodilla

Test ortopédicos

- Fracturas óseas - LCA - LCP - Meniscos - LLI - LLE y Esquina posterolateral

Abordajes médicos

- LCA
 - o ¿Operar o no? Algoritmo de toma de decisiones
 - o Artrosis de rodilla y LCA
 - o Opción conservadora
 - o Opción quirúrgica: Tipo de plastia - Rotura parcial - *Timing* de cirugía - Rodilla pediátrica - Proceso de cicatrización
- Menisco:
 - o Tipos de rotura según mecanismo
 - o Tipos de rotura según localización
 - o Opción conservadora
 - o Opción quirúrgica: - Menistectomía - Sutura meniscal - Aloinjerto meniscal
- LCP
 - o Clasificación según grados
 - o Opción conservadora
 - o Opción quirúrgica
- LLI:
 - o Clasificación según grados
 - o Opción conservadora
 - o Opción quirúrgica

- LLE y Esquina Posterolateral
 - o Clasificación según grados
 - o Opción conservadora
 - o Opción quirúrgica

Abordaje de Fisioterapia

- Objetivos

- LCA:

- o Prehabilitación
- o Opción conservadora
- o Opción quirúrgica:
 - Fase 0: Prehabilitación
 - Fase 1: Postquirúrgico inmediato
 - Fase 2: Intermedia
 - Fase 3: Return to play
- Test entre fases: Movilidad - Fuerza - Cantidad de movimiento: Hop Test - Calidad de movimiento - Test de agilidad
- Especificaciones: Banderas rojas - Ortesis - Particularidades según plastia - OKC y CKC - Control neurocognitivo - Factores psicosociales

- Menisco:

- o Menistectomía
- o Sutura meniscal: Estables - Complejas - Raíz
- o Aloinjerno meniscal

- LCP:

- o Opción conservadora
- o Opción quirúrgica

- LLI:

- o Opción conservadora
- o Opción quirúrgica

- LLE y Esquina Posterolateral

- o Opción conservadora
- o Opción quirúrgica

Abordaje de prevención

- Trabajo de factores de riesgo
- Programas FIFA11+, PEP, Gaa 15

Return to Play

- Variables
- Mediciones a realizar

Práctica

- Prescripción en casos clínicos y factores de riesgo

Conclusiones