

Grupo de Interesse em Fisioterapia no Desporto

CURSO DE LIGADURAS FUNCIONAIS NAS LESÕES DOS TECIDOS MOLES

Data e Local

11, 12 e 13 de Dezembro 2009
Escola Superior de Saúde do Alcoitão

Destinatários

Fisioterapeutas

Formadores

José Esteves – Fisioterapeuta
Professor Adjunto da Escola Superior de Saúde do Alcoitão. Prática clínica privada na área da Fisioterapia no Desporto. Formador em Cursos de Ligaduras Funcionais desde 1995

Marco Jardim – Fisioterapeuta
Professor da Escola Superior de Saúde de Setúbal Formador em Cursos de Ligaduras Funcionais desde 2000

N.º de Inscrições:

Mínimo: 30 / Máximo: 40

Preço de Inscrição

220 € – Fisioterapeutas Sócios da APF

440 € – Fisioterapeutas não sócios da APF (necessário fotocópia reconhecida do comprovativo oficial do título profissional)

Inscrição inclui

Documentação, material para sessões práticas e “coffee-breaks” e inscrição gratuita com acesso *full-text* à revista JOSPT até Agosto de 2010

Desistências

Em caso de desistência, o valor da inscrição só será devolvido se a vaga for preenchida.

Crítérios de Selecção

- 1- Membro do Grupo de Interesse em Fisioterapia no Desporto.
- 2- Ordem de chegada das inscrições

Data limite de Inscrição

28 de Novembro de 2009

Nota Importante:

TODOS OS INSCRITOS NO CURSO RECEBEM UMA **SUBSCRIÇÃO GRATUITA**
(FULL-TEXT) À REVISTA JOSPT
(VALIDADE DA SUBSCRIÇÃO ATÉ AGOSTO DE 2010)

OBJECTIVOS

RESULTADOS DE APRENDIZAGEM

No final do curso os participantes deverão:

- Conhecer e compreender as principais fases do processo de reparação tecidual, assim como, os princípios de intervenção em cada uma das fases.

- Conhecer e compreender os conceitos de ligadura funcional, assim como, os seus efeitos e pressupostos de aplicação.
- Conhecer e compreender os principais tipos de materiais utilizados na aplicação de uma ligadura funcional.
- Demonstrar capacidades técnicas na aplicação de ligaduras funcionais nos diferentes tipos de lesões de origem traumática e não-traumática do quadrante superior e inferior
- Conhecer e compreender as vantagens e desvantagens das ligaduras funcionais relativamente a outros meios de imobilização.

PROGRAMA

Sexta-feira – 11 de Outubro

Manhã: 09.00 h – 13.00 h

- Fisiopatologia das Lesões dos Tecidos Moles (tipos de lesões, factores etiológicos, evolução da tensão/tempo de lesão)
- Fisiologia da reparação tecidular
 - Fase Inflamatória*
 - Fase de Reparação Fibroblástica*
 - Fase de Remodelação*
- Princípios terapêuticos *RICE* vs. *HARM*
- Influência da imobilização vs. mobilização sobre a reparação tecidular
- Breve abordagem histórica sobre as Ligaduras Funcionais.
- Conceito de Ligadura Funcional.
- Classificação e seus objectivos:
 - Ligadura Funcional Terapêutica*
 - Ligadura Funcional Profilática*
- Efeitos Terapêuticos:
 - Mecânico*
 - Exteroceptivo*
 - Proprioceptivo*
 - Psicológico*
 - Neuromuscular*
- Indicações e contra-indicações.

Tarde: 14.00 h – 18.00 h

- Caracterização e demonstração dos diversos materiais e equipamentos.
- Descrição das principais componentes da Ligadura Funcional.
- Descrição dos princípios básicos de aplicação.

Lesões Capsulo-Ligamentares da Articulação Tíbio-Társica

Fase aguda
 Fase sub-aguda/Heel Lock`s
 Fase crónica/profilática/preventiva
 Componente Tibial Anterior

Sábado - 12 de Outubro

Manhã: 09.00 h – 13.00 h

Lesões no Pé

Fasciíte plantar/Esporão do calcâneo
Lesões cápsulo-ligamentares dos dedos

Lesões Cápsulo-Ligamentares do Joelho

Ligamentos Lateral Interno/Externo/Cruzados

Lesões do Aparelho Extensor do Joelho

Luxação da rótula
Tendinopatias rotulianas

Tarde: 14.00 h – 18.00 h

Lesões Músculo-Tendinosas do Membro Inferior

Ligadura em rede para os Gêmeos
Ligadura para Tendão de Aquiles e Gêmeos
Ligadura em rede para Quadricípete
Ligadura para flexores do joelho

Lesões Cápsulo-Ligamentares dos Dedos e Polegar

Articulações Interfalangicas
Articulações Metacarpico-falangicas
Articulação do Polegar
Articulação Trapézio-metacárpica

Domingo – 13 de Outubro

Manhã: 09.00 h – 13.00 h

Lesões Cápsulo-Ligamentares do Punho

Fase aguda com todas as componentes

Lesões Cápsulo-Ligamentares do Cotovelo

Lesões em extensão
Banda de dispersão de forças

Tarde: 14.00 h – 18.00 h

Lesões Cápsulo-Ligamentares da Cintura Escapular

Articulação Acromio-clavicular
Articulação Gleno-humeral

Lesões no Tórax e Coluna Vertebral

Músculos inter-costais
Limitação da flexão do tronco (coluna lombar)

Discussão sobre a aplicação das ligaduras em condições clínicas

Análise comparativa de diferentes métodos de imobilização

Discussão sobre os temas apresentados

Nota importante: nas sessões práticas, os participantes deverão trabalhar em grupos de 2 e apresentar-se com vestuário adequado para a prática.