



Instituto de Enseñanza
ATRICA

Junín 328, C.A.B.A – Argentina
Tel.: 4953-6900
www.institutoatrica.com

PROGRAMA DE REHABILITACION DE RODILLA

MODULO I

- Anatomía de la rodilla.
- Descripción de los diferentes elementos que la forman (Meniscos interno-Externo, ligamentos cruzados anterior y posterior, ligamentos laterales interno-Externo) Irrigación de la rodilla.
- Descripción de cada músculo que interviene en el movimiento de la rodilla.
- Lesión meniscal: Definición, causas, tratamiento.
- Diferentes pruebas de diagnostico para determinar lesiones meniscales.
- Ejercicios de fortalecimiento de rodilla. (Cuadriceps).
- Lesiones capsulares y ligamentarias.
- Diagnostico, causas y tratamiento.
- Examen de ligamentos cruzados anterior posterior, lateral interno-externo.

MODULO II

- Fractura de rotula: causas, síntomas, diagnostico y tratamiento.
- Luxación de rodilla: causas, síntomas, diagnostico y tratamiento.
- FKT pasiva (Movimientos para recuperar la rodilla lesionada).
- Ejercicios de fuerza para fortalecimiento de los músculos de rodilla.
- Ejercicios de flexores y extensores.
- Ejercicios estáticos de flexibilidad.
- Mesoterapia: definición, acciones generales, contraindicaciones.
- Utilización de aceites esenciales. (ciprés, eucalipto, enebro, limón, manzanilla, romero).
- Aromaterapia y masajes.
- Electroestimulación en rehabilitación de rodilla.
- Afección de la rodilla en la artritis reumatoidea.
- Bursitis: definición, causas, tratamiento del dolor