



## TECNICAS DE REHABILITACION CUBANA

### Módulo I

- ¿Qué es la Kinesiología? Definición. Historia.
- Pie: anatomía. Huesos. Ligamentos, músculos y tendones.
- Movimientos normales de la articulación del tobillo.
- Lesiones musculares. Flexores plantar (Fascitis plantar). Lesión de extensores (metatarsalgia).
- Lesión del tibial anterior y posterior.
- Inervación del pie.
- Lesión ligamentaria articulares. Esguince de tobillo: definición, causas, diagnóstico, tratamiento, técnicas de prevención. Vendaje preventivo y curativo para el esguince.
- Fortalecimiento muscular. Técnicas pasivas y activas.
- Tendinitis del tendón de Aquiles: diagnóstico. Tratamiento rotura del tendón de Aquiles: maniobra para diagnóstico.
- Técnicas para rehabilitación del tobillo (36 maniobras).

### Módulo II

- Patología de pie en los niños (pie equino – calcáneo – valgo – varo – eversión – inversión).
- Torsión tibial interna: definición – causas – tratamiento.
- Pie plano: congénito o adquirido. Definición – causas – tratamiento. Ejercicios manuales.
- Corrección de zapatos (soportes).
- Metatarso varo: definición, causas, tratamiento. Ejercicios manuales. Hallux Valgus. Juanete: definición, causas, tratamiento. Ejercicios manuales. Corrector nocturno. Fracturas del tobillo: definición, causas, diagnóstico y tratamiento. Luxación del astrágalo.
- Puntos de acupuntura para el dolor. Ultrasonido, aplicación al paciente. Indicaciones. Escala de absorción del US en el cuerpo. Contraindicaciones.

### **Módulo III**

- Rodilla. Anatomía: huesos, músculos, articulaciones. Características de las bolsas articulares (bursitis).
- Tendinitis en rodilla (pata de ganso).
- Lesión meniscal: definición, síntomas, diagnóstico y tratamiento.
- Pruebas para la lesión meniscal. Ejercicios para cuádriceps (pasivos, activos).
- Lesiones ligamentarias (esguince de rodilla). Liga lateral, interno y externo. Cruzado anterior y posterior. Definición, causas y diagnóstico. Pruebas de inestabilidad y tratamiento (kinésico o quirúrgico).

### **Módulo IV**

- Cadera: Anatomía (huesos – músculos – tendones – ligamentos). Movimientos normales de la articulación de la cadera.
- Característica de la marcha.
- Dolor de la articulación de la cadera.
- Artrosis: definición, síntomas, causas, diagnóstico, tratamiento.
- Ejercicios para la artrosis de cadera.
- Traumatismo de cadera. Causas, síntomas, diagnóstico y tratamiento (quirúrgico). Tipo de prótesis que se coloca. Diferencia entre reemplazo parcial y total.
- Luxación de cadera: definición, síntomas, causas, diagnóstico y tratamiento.
- Ejercicios generales para la rehabilitación de la cadera.
- Ejercicios pre quirúrgicos y postquirúrgicos.
- Ejercicios pasivos, activos, activos con resistencia.
- Ejercicios con pelotas y elásticos.

### **Módulo V**

- Anatomía estructural de la mano. Huesos, músculos, tendones.
- Articulación. Movimientos normales de la muñeca y la mano.
- Características de los huesos del carpo.
- Inserción de los músculos flexores y extensores de los dedos.
- Lesiones tendinosas: tendinitis de los flexores y extensores: diagnóstico, causas, tratamiento.
- Ruptura del tendón flexor y extensor. Tenosinovitis: definición – causas – diagnósticos – tratamiento.
- Dedo Gatillo: definición, causas, diagnóstico, tratamiento.
- Fractura y luxación de los dedos. Definición, causas, diagnóstico y tratamiento. Ejercicios de rehabilitación pasivos, activos, resistencia.

- Codo: anatomía estructural del codo. Hueso, músculos, tendones. Articulación. Movimientos normales del codo.
- Codo de tenista: definición, causas, síntomas, diagnóstico, tratamiento.
- Codo del golfista: definición, causas, síntomas, diagnóstico, tratamiento.
- Luxación del codo: definición, causas, síntomas, diagnóstico, tratamiento.
- Bursitis: definición, causas, síntomas, diagnóstico, tratamiento.
- Ejercicios de rehabilitación activos, pasivos, activos con resistencia.

## **Módulo VI**

- Codo: anatomía funcional del codo (hueso - músculos - articulaciones). Descripción de los diferentes traumatismos del codo.
- Luxación. Definición. Causas. Diagnóstico y tratamiento.
- Codo de tenista (epicondilitis lateral). Definición, síntomas, causas, diagnóstico y tratamiento.
- Bursitis (codo del estudiante). Definición, síntomas, causas, diagnóstico y tratamiento.
- Fracturas del codo: cabeza de radio-olecranon.
- Tendinitis músculos de antebrazo. Técnica de rehabilitación de codo. Hombro.
- Anatomía funcional del hombro (hueso, músculo, articulación).
- Características de la articulación glenohumeral. Movilización manual de la articulación manguito rotador: ruptura o tendinitis. Palpación de los diferentes músculos del hombro.
- Luxación de hombro (anterior, posterior, lateral). Definición, síntomas, causas, diagnóstico, tratamiento (reducción articular).
- Artrosis de hombro, definición, síntomas, causas, diagnóstico, tratamiento (ejercicios de rehabilitación del hombro).

## **Módulo VII**

- Columna vertebral.
- Anatomía funcional (músculos, huesos, articulaciones). Características de cada una de las vértebras (cervical – dorsal- lumbar- sacrocóccix).
- Fractura de la columna dorsolumbar. Definición, síntomas, diagnóstico, tratamiento.
- Lumbalgia: definición, síntomas, diagnóstico, causas, tratamiento. Compromiso del nervio ciático (Ciatalgia).
- Estrechamiento del canal vertebral (estenosis vertebral).
- Espondilólisis – Espondilolistesis. (definición, síntomas, diagnóstico, causas, tratamiento).
- Escoliosis: definición, causas, síntomas, diagnóstico, tratamiento.

- Ejercicios para la escoliosis en balancian y bancos con resistencia, estático y flexibilidad.
- Lesiones del cuello (cervicalgia). Definición, causas, síntomas, diagnóstico y tratamiento.
- Hernia de disco. Definición, causas, síntomas, diagnóstico, tratamiento, ejercicios específicos para la hernia de disco.
- Hemiplejia: definición, causas, síntomas, diagnóstico y tratamiento. Ejercicios de rehabilitación para mano, brazo, hombro, pie, rodilla, cadera, cara y boca.
- Técnicas de rehabilitación en la subluxación del hombro de hemiplejia.