

FORMACIÓN - 40 horas

## Subfenotipos de movimiento en región coxolumbopélvica y extremidad inferior. Abordaje interdisciplinar desde la prevención a la readaptación



Noviembre  
8, 9, 10, 15, 16 y 17



Eshmún Sport Clinic



Viernes (8 y 15)  
16:00h-20:00H  
Sábados (9 y 16)  
09:00H-14:00H  
15:30H-20:30H  
Domingos 15 y 17)  
08:30H-14:30H



CON **IVÁN BENNASAR**,  
FISIOTERAPEUTA ESPECIALIZADO  
EN EJERCICIO TERAPÉUTICO,  
READAPTACIÓN DE LESIONES Y  
TERAPIA MANUAL

# OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN

- **Introducir al alumno en principios de la física y la química teórica que le ayuden a entender la respuesta orgánica tisular a los estresores horméticos como el ejercicio.**
- **Exponer al alumno los principios fundamentales de la osteocinemática, y una visión integrativa de la biomecánica a través del estudio de las relaciones intersegmentarias en la extremidad inferior y la región coxolumbopélvica.**
- **Profundizar en las diferentes dimensiones de recogida de datos en análisis de datos dentro del principio de especificidad e individualidad biológica.**
- **Debatir entre profesionales sobre la integración de los datos recogidos y las estrategias de actuación realistas.**
- **Diseñar estímulos mecánicos específicos dentro de los diferentes subfenotipos expuestos en el curso.**
- **Exponer y debatir acerca del concepto de dosis mínima efectiva.**
- **Enseñar una propuesta de periodización de estresores horméticos.**

# Programación noviembre 2024

## VIERNES 08 DE NOVIEMBRE

16:00-16:30 Presentación del curso.

16:30-17:30 Principios de termodinámica y física de tejidos en cinesiopatología.

17:30-18:30 Paradigma alostático. Hormesis. El ejercicio como estresor hormético. Vías de señalización molecular.

18:30-19:00 Descanso

19:00-20:00 Individualidad biológica. Principio de especificidad y subfenotipos de movimiento.

## SÁBADO 09 DE NOVIEMBRE

09:00-11:00 Principio de especificidad.

11:00-14:00 Recogida de datos relevantes en análisis del movimiento.

14:00 - 15:30 Comida

15:30-18:30 Recogida de datos relevantes en el análisis de movimiento.

18:30 - 20:00 Dimension metabólico. Evaluación indirecta de la eficiencia metabólica. Taller práctico y journaling.

## DOMINGO 10 DE NOVIEMBRE

08:30 - 10:00 Análisis y correlación de datos. Visión integrativa en el sistema de movimiento.

10:00- 10:30 Descanso

10:30 - 14:30 Fundamentos de biomecánica tobillo-pie, art. Tibiofemoral/ patelofemoral, art. Coxofemoral. Relaciones intersegmentarias ascendentes y descendentes.

### **VIERNES 15 DE NOVIEMBRE**

16:00 – 20:30 Análisis de movimiento en tobillo-pie. Subfenotipos de movimiento.

### **SÁBADO 16 DE NOVIEMBRE**

09:00 – 11:00 Análisis de movimiento en articulación tibiofemoral y patelofemoral. Subfenotipos de movimiento.

11:00 – 12:00 Diseño y programación de ejercicios en subfenotipos de movimiento lumbar. Susceptibilidad a la extensión y a la flexión.

12:00 – 12:30 Descanso

12:00 – 14:00 Diseño y programación de ejercicios en subfenotipos de movimiento lumbar. Susceptibilidad a la extensión y a la flexión.

14:00 - 15:30 Comida

15:30 - 18:00 Diseño y programación de ejercicios en subfenotipos de movimiento lumbar . Susceptibilidad a la rotación.

18:00 - 18:30 Descanso

18:30 - 20:30 Diseño y programación de ejercicios en subfenotipos de movimiento de la extremidad inferior

### **DOMINGO 17 DE NOVIEMBRE**

08:30 – 11:00 Diseño y programación de ejercicios en subfenotipos de movimiento de la extremidad inferior.

11:00 – 11:30 Descanso

11:30 – 14:30 Principios de dosificación y periodización. Dosis mínima efectiva.

**FORMACIÓN DE 40HORAS  
600 EUROS  
INSCRIPCIONES  
[WWW.ESHMÚNSPORTCLINIC.COM](http://WWW.ESHMÚNSPORTCLINIC.COM)**