



physioclem  
formação

CURSO

# Análise Biomecânica e Tratamento de Lesões na Marcha e Corrida



## ANÁLISE BIOMECÂNICA E TRATAMENTO DE LESÕES NA MARCHA E CORRIDA

### INTRODUÇÃO

Este curso irá mudar a maneira de tratar dos seus utentes e diagnosticar algumas das lesões mais comuns. Desenvolvido a partir da metodologia do *Running Therapy Center*, com base nos mais recentes avanços científicos em biomecânica e neurociência e distinguido pela prática em mais de 1000 pacientes com resultados de cerca de 90% de êxito relativamente ao tratamento efetuado.

Nele irá adquirir o conhecimento necessário para realizar um estudo e tratamento biomecânico, como analisar uma sapatilha para caminhar ou correr, as bases para uma análise e tratamento neuromuscular, quais as novidades relativas ao tratamento tecidual e como planear uma abordagem terapêutica adequada. Serão colocados à prova práticas, treinos e tratamentos que têm sido questionados no campo científico. Irá adquirir conhecimentos sobre novos tipos e processos de treino, permitindo desenvolver uma planificação e posterior execução de um treino funcional. Para a realização deste curso será utilizada a tecnologia mais recente em análise biomecânica, acompanhado por material educativo para cada aluno.

A metodologia do curso foi desenvolvida para que os profissionais formados possam começar a pôr em prática os conhecimentos adquiridos sem realizar qualquer investimento em tecnologia.

## FORMADORES



### **Ferran Espejo: Osteopata e Fisioterapeuta**

Fisioterapeuta – (Universitat Gimbernat 2000);

Osteopata– (Universitat Gimbernat 2005);

Formado em Crochetagem Mioaponevrótica por *Jules Boone* em 2006;

Prática clínica particular desde 2001;

Diretor da Unidade Avançada de Recuperação Desportiva – Fisiocos;

Criador do método FNR;

Criador da metodologia de diagnóstico e tratamento biomecânica do *Running Therapy Center*;

Colaborador da Federação Espanhola de Atletismo;

Treinador nacional de atletismo (1998);

Pós-graduado em Neuromiostática Visceral (2004);

Pós-graduado em Terapias regenerativas (2005);

Pós-graduado em Fisioterapia do desporto e recuperação da atividade física (2008);

Formação complementar: Análise estática e dinâmica do pé (2006), Análise biomecânica da marcha (2010), Ecografia músculo-esquelética (2012), Análise e tratamento computadorizado dos desequilíbrios posturais/dinâmicos (2014), *Versapulley Training* (2014).



### **Caridad Hernández: Doutorada em Ciências da Atividade Física e do Desporto**

Professora da Real Federação Espanhola de Atletismo, atleta internacional, Professora da metodologia RTC, treinadora de vários atletas e *personal training*;

Licenciada em Atividade Física e Desporto – 2005 UC San Antonio Murcia;

Doutorada em Ciências da Atividade Física e do Desporto – 2014 Univ. Católica San Antonio Murcia;

Master em Atividade Física Terapêutica -2014 Univ. Católica San Antonio Murcia;

Master em Alto Rendimento e *Coaching* Desportivo – 2013 Isep Formación Madrid;

Master em Educação Física e Saúde – 2013 Univ. Católica San Antonio Murcia;  
Formação Complementar: Curso de adaptação pedagógica (2005), Traumatologia do desporto (2010), *Coaching* Sistémico (2011), *Personal Brandind* (2012).

## **DESTINATÁRIOS**

Fisioterapeutas, Podólogos, Licenciados em Atividade Física e Médicos.

## **DATAS E HORÁRIO**

12 e 13 de Setembro de 2015

Sábado e Domingo: 09:00 às 13:00 horas e das 14:30 às 17:30 horas

Tempo Total de Curso: 14 horas

## **LOCAL**

Leiria

## **CERTIFICADO**

*RTC Method Expert*

## **OBJETIVOS**

Este curso pretende que os alunos aprendam a utilizar as novas ferramentas na análise e tratamento biomecânico, capacitando-os para realizar uma análise e tratamento com um investimento mínimo de tempo e dinheiro.

Após a conclusão do curso o aluno possuirá uma título de *RTC Method Expert*, e os seus dados serão incluídos na página da internet do *Running Therapy Center* como profissional especializado.

## PROGRAMA

- Tipos de corridas;
- Tipos de corredores;
- A definição de corredor;
- O ser humano e a sua evolução;
- Biomecânica da marcha;
- Biomecânica da corrida;
- Análise de diferentes calçados;
- Impacto do calçado sobre a biomecânica da marcha e da corrida;
- Lesões mais frequentes;
- Histopatologia do tecido conjuntivo;
- Avaliação da lesão;
- Avaliação postural;
- Avaliação neuromuscular;
- Avaliação biomecânica;
- Análise diferencial, análise biomecânica, análise neuromuscular, tratamento local, análise de tratamento, tratamento neuromuscular de:
  - Fascite plantar;
  - Metatarsalgia;
  - Entorse de tornozelo;
  - Síndrome compartimental;
  - Periostite;
  - Tendinopatia aquiliana;
  - Tendinopatia do tibial posterior;
  - Síndrome fêmuro-patelar;
  - Tendinopatia patelar;
  - Síndrome banda iliotibial;
  - Entorse do joelho;
  - Rotura muscular dos isquiotibiais;
  - Síndrome do piramidal;

- Trocanteríte;
- Cruralgia;
- Lombalgia;
- Sacroileíte;
- Artrose;
- Ortótese plantar;
- Treino;
- Planificação do treino;
- Treino funcional;
- *Stress* mecânico e lesões;
- Bases nutricionais e imunológicas na reparação tecidual;
- Motivação e desempenho;
- Pontos-chave da análise biomecânica;
- Pontos-chave tratamento;
- Pontos-chave treino;
- Perguntas;
- Questionário;
- Revisão.

## METODOLOGIA

Classes administradas com o apoio de computador portátil, projetor, plataforma de pressões, faixa ótica, *optojump*, neuromodulador, e Marquesas. Realizar-se-ão classes teóricas e práticas entre os alunos das diferentes técnicas de análise e tratamento. O aluno receberá uma pen USB com documentação do curso, artigos e arquivos de ferramentas para poder trabalhar na sua prática clínica.

## **VAGAS**

30 vagas

O critério de seleção dos candidatos será feito pela ordem de receção das inscrições completas (dados pessoais + cópia do BI ou CC + cópia do diploma/cédula + comprovativo de pagamento).

Inscrições até dia 31 de Julho de 2015.

## **PREÇO E FORMA DE PAGAMENTO**

385 € (valor total).

O pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária para o seguinte NIB: 0010 000038246440001 42.

A sua inscrição só será válida após o envio do comprovativo de pagamento cópia do BI ou CC + cópia do diploma/cédula + dados pessoais (número de contribuinte, morada e contacto telefónico) para o email: [formacao@physioclem.pt](mailto:formacao@physioclem.pt).

No caso de desistência o valor pago apenas será reembolsado no caso de a vaga ser preenchida.

A Physioclem reserva-se o direito de cancelar o curso no caso de não obter o mínimo de inscrições. A realização do curso será confirmada na semana seguinte à do termo do prazo das inscrições.

## **CONTACTOS**

Rua Miguel Torga Lote 2 R/C Dto

2410-134 Leiria

Telefone: 244 109 427

Email: [formacao@physioclem.pt](mailto:formacao@physioclem.pt)