



PROFESOR TITULAR

Mtro. Daniele Steffanizzi.

AVAL

Asociación Mexicana de Fisioterapia manual e Instrumental.

DURACIÓN

(16 presenciales, 4 de estudio independiente)

PERFIL DE INGRESO.

Fisioterapeutas, médicos, licenciados en rehabilitación, kinesiólogos y carreras afines, así como estudiantes de estas disciplinas que se encuentren en formación a partir del 5to semestre/ cuatrimestre.

OBJETIVOS

Que el alumno adquiera los conocimientos teóricos y la práctica relacionada del tratamiento postural, con una perspectiva global y multisistémica, para contribuir a través de este al restablecimiento de la salud física de los pacientes que cursan con disfunciones y/o patologías del sistema musculoesquelético.



CURSO-TALLER GLOBAL STRETCHING

CONTENIDO

Unidad 1: introduccion al global stretching.

- Fisiopatología muscular.
- El diafragma y su importancia en el global stretching.
- Las cadenas musculares
- Trabajando el cuerpo en su globalidad.
- El global stretching y la prevención de lesiones ortopédicas y deportivas

Unidad 2: Análisis Postural:

- Postura 1: La postura de la rana al aire.
- Postura 1: Progresiones.
- Postura 2: Postura de sedestación con resistencia selectiva.
- Postura 2: Progresiones.
- Postura 3: Bipedestación con resistencia selectiva.
- Postura 3: Progresiones.

Unidad 3: Análisis postural 2

- Postura 1: La postura de la rana al suelo
- Postura 1: Progresiones.
- Entrenamiento excéntrico global. (Avanzado)
- Postura 2: Inclínación funcional en bipedestación: global stretching y entrenamiento excéntrico de la cadena posterior
- Postura 2: Progresiones
- Postura 3: La postura del Orador. Global Stretching y entrenamiento excéntrico de la cadena anterior
- Postura 3: Progresiones