



Movement Quality Center

CURSO EJERCICIO TERAPÉUTICO & READAPTACIÓN DE LESIONES

PARA FISIOTERAPEUTAS Y ENTRENADORES

3.0 MALLORCA

- **3 Seminarios**
- **Casos clínicos reales**
- **Mentorías post curso**
- **Internship 1 semana de practicas en MQC**

Plazas limitadas



Primeras 10 plazas-> 790€

Después el precio aumentará

Quiero mi plaza

CONTENIDOS

1r Seminario Online: Bases teóricas

Atención centrada en la persona

- Comprender el contexto biopsicosocial del paciente. Comunicar de forma empática y efectiva.

Razonamiento clínico aplicado

Habilidades persuasivas y comunicativas para la adherencia del ejercicio.

Fisiología del ejercicio aplicada

- Sistemas energéticos (aeróbico, láctico...) y adaptaciones fisiológicas al entrenamiento. Diseño de cargas, periodización y ejercicio de fuerza.

Principios del ejercicio terapéutico

- Bases, patrones motores, aprendizaje motor, integración de las habilidades.

Fisiopatología del dolor y de los tejidos.

- Fisiología del dolor.
- Tendinopatías: modelos actuales, carga, adaptación.
- Roturas Musculares

24 y 25 de octubre: Seminario presencial teórico-práctico

Cervical

Fisiopatología del dolor cervical

- Mecanismos biológicos y disfunciones biomecánicas comunes en el origen del dolor cervical.

Neuropatías del plexo braquial

- Diagnóstico diferencial y relación con síntomas cervicobraquiales.

Valoración funcional

- Test clínicos para detección de disfunción neuromuscular y neural, fuerza, variabilidad motora y neuromuscular.

Ejercicio terapéutico en dolor cervical

- Estrategias de movilidad, control motor y fuerza adaptadas a cada fase.
- Prescripción individualizada basada en la valoración funcional.

Casos clínicos y práctica.

- Análisis de casos reales.

Complejo del hombro

Fisiopatología y biomecánica de las lesiones de hombro

- Mecanismos más comunes de lesión: tendinopatías, roturas, inestabilidad.

Valoración funcional y cinemática

- Exploración de la movilidad, control motor, estabilidad y valoración neurocognitiva.
- Análisis del movimiento y test funcionales específicos.

Ejercicio terapéutico

- Enfoque práctico en tendinopatías, roturas parciales y hombro inestable.
- Progresión del ejercicio según fase de recuperación y objetivos funcionales.

Readaptación en el deportista overhead

- Claves biomecánicas y funcionales en deportes de lanzamiento o gesto elevado.

Casos clínicos y práctica aplicada

- Estudio de casos reales.

CONTENIDOS

Codo y mano

Fisiopatología de lesiones en codo y mano. El codo de tenista, el dedo del escalador.

Valoración funcional

- Test de movilidad, estabilidad y fuerza en codo y mano. Aprendizaje motriz en el espacio.

Ejercicio y readaptación

- Diseño de programas específicos para prevenir y rehabilitar lesiones.
- Adaptaciones del ejercicio en función del deporte de raqueta y escalada y las necesidades del paciente.

Casos clínicos y práctica aplicada

- Resolución de casos reales relacionados con el codo y la mano.

7 y 8 de Noviembre: Seminario presencial teórico-práctico

Complejo Lumbopélvico

Fisiopatología y dolor crónico lumbar

- Mecanismos fisiopatológicos implicados en el dolor lumbar persistente.
- Relación entre estructura, función y sensibilización.

Neuropatías del plexo lumbosacro y patología discal

- Identificación de patrones neurales, hernias frecuentes. Claves para el diagnóstico diferencial.

Valoración funcional lumbopélvica

- Exploración del control motor, movilidad, variabilidad motora,

Ejercicio terapéutico personalizado

- Prescripción y progresión basada en la valoración.
- Estrategias para mejorar tolerancia al movimiento y función. Ejercicio relacionado con la sensibilización central.

Casos clínicos y práctica guiada

- Aplicación práctica con casos reales.
- Resolución de casos y razonamiento clínico.

Rodilla y Pie

Fisiopatología de las lesiones

- Comprensión de los mecanismos que originan el dolor y la disfunción.
- Relación entre las estructuras y como se relacionan con la carga y los síntomas.

Valoración funcional

- Métodos efectivos para evaluar la movilidad, fuerza y estabilidad.
- Herramientas clínicas para identificar y diferenciar tipos de lesiones.

Ejercicio terapéutico y readaptación

- Prescripción de ejercicio seguro y progresivo para la recuperación.
- Readaptación en deportes de carrera y cambios de dirección. Mecánicas y habilidades.

LCA y lesiones meniscales

Casos clínicos y práctica supervisada

- Resolución de casos reales de diversas lesiones.

Objetivos

Este curso está diseñado para profesionales que no se **conforman con aplicar protocolos**, sino que quieren entender, decidir y **marcar la diferencia** en sus pacientes.

Cada vez más personas buscan **soluciones reales** a sus lesiones a través del **ejercicio y la readaptación**, y la diferencia entre un profesional más y uno realmente competente está en saber aplicar estos procesos con **criterio**.

Si quieres dejar de dudar, entender el por qué detrás del dolor y las lesiones, y tener las herramientas para intervenir con seguridad y precisión, y devolver a las personas a su vida y a su rendimiento. este **curso es para ti**.

Joan y Pere forman parte de un equipo multidisciplinar de entrenadores y fisios donde acumulan más de **3000 horas** trabajando directamente en valoración funcional y ejercicio terapéutico con pacientes y deportistas. Su experiencia diaria les permite valorar con precisión, diseñar **planes de ejercicio eficaces** y generar adherencia real en los procesos de recuperación y readaptación. Además su visión sale de la puramente metodológica, buscan el crecimiento personal y profesional de todos los alumnos, transmitiendo la emoción y pasión por la profesión.



Joan Reynés



Pere Joan Moyà

FECHAS

- **1º Seminario Online: Avanza a tu ritmo**
- **2º Seminario presencial: 24-25 octubre**
- **3º Seminario presencial: 7 y 8 de noviembre**

TODO LO QUE RECIBES

- **1 semana de internship presencial en clínica MQC**
(Vive la experiencia real y aplica todos los conocimientos aprendidos)
- **2 meses de mentoría grupal post formación**
(Acompañamiento, resolución de casos y dudas)
- **Casos reales en directo**
(Aprende viendo exactamente cómo se evalúa y readapta en directo)
- **Seguimiento continuo y resolución de dudas por WhatsApp**



Gimnasio MQC Son Morro



Reservar mi plaza

www.mqcmallorca.com