

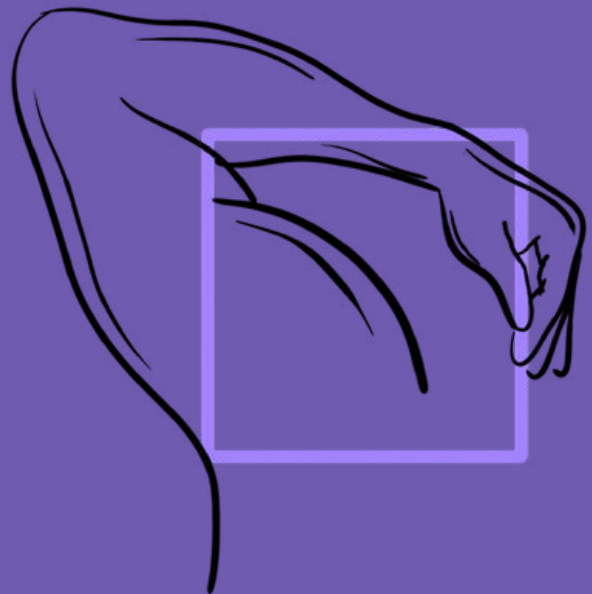


# GUÍA DOCENTE



# ABORDAJE DE TENDINOPATÍAS EN MMSS

DOCENTE:  
ÁLVARO GARCÍA ALTUBE



# ÍNDICE

- CONÓCENOS
- PROGRAMA
- OBJETIVOS
- CONOCE A NUESTRO DOCENTE
- ATENCIÓN AL ALUMNO



## "METODOLOGÍA"

### ¿Ya conocías los cursos de Qeres formación ?

- ☞ Qeres formación es una empresa de formación online para profesionales de la salud.

Actualmente, la mayoría de su oferta está dirigida a fisioterapeutas pero a largo plazo tenemos la intención de ampliar nuestra oferta formativa a todas las profesiones relacionadas con la salud.

## ¿QUÉ TE OFRECEMOS?

- ☞ **Accesibilidad:**  
Con conexión a internet, puedes acceder desde cualquier sitio y en cualquier dispositivo a todos nuestro cursos
- ☞ **Biblioteca virtual:**  
Tod@ alumn@ tiene la opción de disponer de una biblioteca virtual donde además de contenido adicional, podrás almacenar todos los cursos que compres y acceder a ellos cuando quieras.



### Tutores:

Todos los cursos disponen de tutores propios que se encargan de corregir las actividades del mismo y resolver todas las dudas que puedan ir surgiéndote.

Sabemos que la evaluación y el feedback docente son importantes para favorecer el aprendizaje y cuidamos mucho esta parte.



### Microlearning:

Los cursos están estructurados siguiendo la filosofía microlearning. A través de una cuidada estructuración, diseño y presentación el alumno irá aprendiendo a través de vídeos de entre 5 a 10 minutos de duración. De esta forma nos aseguramos que no pierdas la atención y el foco en ningún momento.



### Certificado de finalización:

Si superas los exámenes y actividades del curso con una nota media mayor a 7/10 dispondrás de un diploma que acredite que has finalizado el curso.



### Actualización constante:

Todos los cursos pasan por unos mínimos filtros de calidad y se van actualizando cada cierto tiempo para poder garantizar que estén basados en la evidencia científica más actual

# PROGRAMA

## 1ª PARTE

### **BLOQUE 1.** ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

3 bloques donde aprenderás en profundidad la anatomía y fisiología del tendón

### **BLOQUE 3.** FISIOPATOLOGÍA

Fase 1 y 2:  
Tendón reactivo y desestructurado  
Fase 3:  
Tendinopatía degenerativa I y II

### **BLOQUE 2.** BIOMECÁNICA: LA CARGA

Adaptaciones de la matrix extracelular a la carga  
Detección y respuesta de las células tendinosas  
Regulación de la síntesis de colágeno en carga y descarga  
Vascularización e inervación  
¿Cómo se adapta el tendón a la carga?  
Biomecánica de la carga

### **BLOQUE 4.** MANEJO DE TENDINOPATÍAS

Adaptaciones de la matrix extracelular a la carga  
Detección y respuesta de las células tendinosas  
Regulación de la síntesis de colágeno en carga y descarga  
Vascularización e inervación  
¿Cómo se adapta el tendón a la carga?  
Biomecánica de la carga



## 2ª PARTE

### **BLOQUE 5.** EJERCICIO Y NEUROPLASTICIDAD EN TENDONES

Ejercicio y neuroplasticidad  
La fuerza y los cambios bilaterales  
Cambios a nivel central  
Factores de riesgo

### **BLOQUE 6.** MANGUITO ROTADOR

Conociendo al manguito rotador (MR)  
Patogenia del MR  
Función del MR  
Valoración del MR  
Manejo de la tendinopatía del MR  
Vendaje y ejercicios

### **BLOQUE 7.** CODO

Conociendo las tendinopatías de codo  
Bases teóricas  
Valoración del codo  
Manejo de las tendinopatías de codo  
Vendajes y ejercicios



### **BLOQUE 8.** MANO Y MUÑECA

Conociendo las tendinopatías  
de mano y muñeca  
Bases teóricas  
Valoración del codo  
Manejo de las tendinopatías de codo  
Vendajes y ejercicios

### **BLOQUE 9.** CONCLUSIONES

# OBJETIVOS

Enseñaros en profundidad o más relevante de la anatomía, fisiología y fisiopatología del tendón

Enseñaros cómo diagnosticar, valorar y tratar las tres principales tendinopatías que se dan en el miembro superior, como son la tendinopatía del manguito rotador, la medial del codo y la del tendón distal del tríceps.

Enseñaros cómo diagnosticar, valorar y tratar otras tendinopatías que se dan en el miembro superior, como son la tendinopatía del bíceps braquial en el codo o un dedo en gatillo





## CONOCE A NUESTRO DOCENTE

# ÁLVARO ALTUBE

GRADUADO EN FISIOTERAPIA POR LA  
UNIVERSIDAD GIMBERNAT, CANTABRIA.

MENCIÓN EN ACTUACIÓN FISIOTERAPÉUTICA  
DEL APARATO LOCOMOTOR. COLEGIADO Nº2362.

DOCENTE EN POSTGRADO EN EJERCICIO TERAPÉUTICO EN DOLOR  
MUSCULOESQUELÉTICO, MALLORCA.

MÁSTER EN RECUPERACIÓN FUNCIONAL DE LESIONES EN EL  
DEPORTE POR LA UNIVERSIDAD DE VALENCIA.

EXPERTO EN FISIOTERAPIA INVASIVA EN EL SÍNDROME DE  
DOLOR MIOFASCIAL (PUNCIÓN SECA, ECOGRAFÍA, ELECTRÓLISIS  
PERCUTÁNEA, ACUPUNTURA CLÍNICA) POR LA UNIVERSIDAD REY  
JUAN CARLOS DE MADRID.



# CONTACTO

## ATENCIÓN AL ALUMNO PERSONALIZADA

SI DE ALGO ESTAMOS ORGULLOSOS EN QERES FORMACIÓN ES DE NUESTRO SERVICIO DE ATENCIÓN AL ALUMNO.

CON LA COMPRA DEL CURSO TENDRÁS ACCESO A UN GRUPO DE WHATSAPP Y TELEGRAM QUE COMPARTIRÁS CON EL RESTO DE COMPAÑEROS DONDE TE MANTENDREMOS INFORMADO DE LAS ÚLTIMAS NOVEDADES Y ACTUALIZACIONES DEL CURSO Y PODRÁS COMPARTIR DUDAS CON NOSOTROS O EL RESTO DE ALUMNOS

SI LO PREFIERES, PUEDES HACERNOS LLEGAR TUS DUDAS TAMBIÉN POR EL CORREO INTERNO DEL CAMPUS.



## ATENCIÓN AL ALUMNO



659 88 16 15



Correo: [atencionalumnos@qeresformacion.com](mailto:atencionalumnos@qeresformacion.com)

TUTOR DEL CURSO:

Josué Escalante



# DUDAS FRECUENTES - FUTURO



## ¿Cuándo empieza el curso?

Los cursos empiezan en el momento de la matriculación salvo que se trate de una primera edición y realizaras la matrícula en el prelanzamiento.

No obstante, cuando el curso sea un prelanzamiento te indicaremos el inicio del curso en el momento de la matriculación en la misma página en la que realizaste la matrícula y podrás consultar la fecha de inicio través del campus al que tendrás acceso.

## ¿Cuál es la duración del curso?

Depende de la carga lectiva, suelen durar como mínimo 90 días. Adaptamos la duración para ofrecer la mejor formación para fisioterapeutas. En el campus virtual puedes consultar el tiempo restante que te queda para que finalice el curso.



# DUDAS FRECUENTES - FUTURO

## ¿Se puede aplazar o extender el curso?

Los cursos tienen una duración determinada y no son aplazables. En caso de situaciones excepcionales puedes contactar con nosotros a través de [atencionalumnos@qeresformación.com](mailto:atencionalumnos@qeresformación.com) y estudiaríamos tu caso para poder ofrecerte una solución. En caso de haber finalizado el curso, podrás seguir teniendo acceso al contenido suscribiéndote a nuestra biblioteca virtual, pero solo podrás ver el contenido, no tendrás la posibilidad de realizar actividades ni consultar tus dudas. ([enlace a la biblioteca](#)).

## ¿Están acreditados los cursos?

Una vez finalices el curso, hayas entregado todos los ejercicios y realizado todos los cuestionarios obteniendo mas de un 70%, podrás descargar el diploma de Qeres Formación que acredita que has superado el curso.



# DUDAS FRECUENTES - FUTURO



## ¿Qué requisitos hay que cumplir para acceder a los cursos?

Tienes que estar en posesión del grado en fisioterapia o al menos estar matriculado en tercero de carrera. Te pediremos que subas el documento que acredite tu situación al campus, al que tendrás acceso una vez te matricules en uno de nuestros cursos.

## ¿Cómo me uno al grupo de WhatsApp del curso?

Podrás ver el enlace de acceso al grupo en la página de gracias, una vez finalizado el pedido. También te llegará por email junto a las instrucciones de acceso al curso y además te dejaremos un anuncio con el enlace en el tablón del campus virtual.



# DUDAS FRECUENTES - FUTURO

## ¿Cómo empiezo el curso?

Una vez finalices la matrícula en uno de los cursos, te llegará un email desde nuestro campus con las claves de acceso. Además, te llegará otro email con la confirmación del pedido y las instrucciones para poder acceder. Si no lo encuentras revisa tu bandeja de spam, debe llegarte desde la dirección: [matriculas@qeresformacion.com](mailto:matriculas@qeresformacion.com).

Si no recuerdas tu contraseña puedes utilizar la opción de “olvidé mi clave” en la página de inicio de sesión del campus.



# DUDAS FRECUENTES - FUTURO



Ten en cuenta que para matricularte en el curso te registraste en nuestra página web pero para acceder al contenido del curso debes entrar en el campus virtual: <https://campus.qeresformacion.com/acceso.php> y por lo tanto tus claves de acceso son diferentes.

## **¿Cómo es la metodología del curso?**

Nuestra metodología se basa en el microlearning, esto significa que puedes estudiar desde donde tu quieras, a tu ritmo y sin horarios. Podrás ver las clases las veces que lo necesites (dentro del periodo de duración del curso). Además, contarás con seguimiento personalizado de nuestros tutores y se organizarán webinars con los docentes para la resolución de dudas.

Aunque el material audiovisual, es decir, los vídeos de las clases no pueden ser descargados, puedes descargar el material de apoyo que te proporcionamos en PDF.





# DUDAS FRECUENTES - FUTURO



## **¿Puedo hacer los cursos cuando yo quiera?**

Habitualmente las ediciones de nuestros cursos tienen una capacidad máxima de 100 alumnos. No obstante, cuando una edición se llena abrimos la siguiente por lo que siempre tienes la opción de matricularte cuando mejor te venga empezar. Sin embargo, tendrás cierto número de días máximos para completar el curso. Recuerda también que si te has prematriculado a una primera edición las fechas de inicio y finalización estarán marcadas.

No es necesario que comiences el curso el mismo día que te matricules, puedes empezarlo cuando tú quieras, pero los días de realización comenzarán a contar desde el momento de la matrícula por lo que te recomendamos que no lo dejes pasar demasiado para que tengas tiempo de hacerlo completo.



# DUDAS FRECUENTES - FUTURO



## ¿Hay alguna promoción, por ejemplo, si me matriculo en 2 cursos?

Nuestros precios ya están fijados de manera que la formación sea lo más accesible posible, sin embargo, intentamos dar facilidades a nuestros alumnos.

La matriculación en dos cursos implica dos matrículas independientes y no conlleva ningún tipo de descuento. No obstante, ponemos a disposición de nuestros alumnos un sistema de referidos a través del cual pueden acumular 40€ con cada alumno que traigan para descontar de sus futuras matriculaciones. Esta opción ha ofrecido a muchos de nuestros alumnos conseguir formarse de manera gratuita.  
([enlace a página de referidos](#))



# DUDAS FRECUENTES - FUTURO



## ¿Cuánto cuesta el curso?

Cada uno de nuestros cursos tiene un precio asignado en función del contenido del mismo. Puedes ver el precio en la página de matriculación del curso.

Del mismo modo verás también el docente o docentes del curso, así como a quién va dirigido el mismo.

## ¿Hacéis factura del curso?

Puedes descargar la factura de tu curso en la página web, dentro de la sección de alumno. Recuerda, deberás haber iniciado sesión para poder acceder a la misma.

**¿QUIERES PROBAR EL CURSO GRATIS?  
¡ADELANTE!**

**PROBAR CURSO**





**Qeres**  
FORMACION

**¡Te esperamos para  
revolucionar  
la Fisioterapia!**