



GUÍA DOCENTE



TRATAMIENTO Y ABORDAJE DE TENDINOPATÍAS EN MMII Y 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

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 matriz 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. DOLOR EN TENDINOPATÍAS

Dolor fisiológico vs dolor fisiopatológico.

Concepto sobre dolor

¿Sensibilización en el tendón?

Contribuyentes al dolor en el tendón

Cambios celulares

Mecanismos centrales



BLOQUE 5. MANEJO DE TENDINOPATÍAS

¿Por qué fracasamos?

Educación y objetivos del paciente

Monitorización y ejercicio

Los 10 de Jill Cook

Evolución y prioridades

Ejercicio en tendinopatías

Dolor y tipos de ejercicio

Progresión del ejercicio por fases

Agentes electrofísicos y medicina

BLOQUE 7. MANGUITO ROTADOR

Conociendo al manguito rotador

Patogenia del MR

Función del MR

Valoración del MR

Manejo de la tendinopatía del MR

Vendaje y ejercicios

BLOQUE 6. EJERCICIO Y NEUROPLASTICIDAD EN TENDONES

Ejercicio y neuroplasticidad

La fuerza y los cambios bilaterales

Cambios a nivel central

Factores de riesgo



BLOQUE 8. CODO

Conociendo las tendinopatías de codo

Bases teóricas

Valoración del codo

Manejo de las tendinopatías de codo

Vendajes y ejercicios

BLOQUE 9. 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 11. TENDINOPATÍA ROTULIANA

Conociendo al tendón rotuliano

Evaluación y diagnóstico
diferencial del tendón rotuliano

Jugando con la carga en la
tendinopatía rotuliana
(Factores intrínsecos y extrínsecos,
modificables y no modificables)

Propuestas de tratamiento y
progresión de cargas mediante
ejercicio.

BLOQUE 10. TENDINOPATÍA AQUÍLEA

Conociendo al tendón de
Aquiles

Evaluación y diagnóstico
diferencial de la tendinopatía
aquilea

Jugando con la carga en la
tendinopatía aquilea
(Factores intrínsecos,
extrínsecos, modificables y no
modificables)

Propuestas de tratamiento y
progresión de cargas
mediante ejercicio



BLOQUE 12.

TENDINOPATÍA ISQUIOTIBIAL PROXIMAL

Conociendo al tendón isquiotibial.

Evaluación y diagnóstico del
tendón isquiotibial

Jugando con la carga en la
tendinopatía isquiotibial (Factores
intrínsecos y extrínsecos,
modificables y no modificables)

Propuestas de tratamiento y
prograsión de cargas en la
tendinopatía isquiotibial.

BLOQUE 13.

TENDINOPATÍA GLÚTEA

BLOQUE 14.

EVIDENCIA ACTUAL DE OTROS TRATAMIENTOS DIFERENTES Y LA MODIFICACIÓN DE CARGAS

BLOQUE 15.

CASOS CLÍNICOS REALES

OBJETIVOS

Para todos aquellos que tienen claro que lo suyo es llegar a dominar el abordaje y tratamiento de las tendinopatías tanto en MMII como en MMSS, esta es la formación que necesitas. Unificamos en un único curso nuestras 2 formaciones específicas para que no te pierdas nada.

En total tendrás 100 horas de formación con el experto en Tendinopatías, Álvaro Altube quien conseguirá que te conviertas en todo un profesional de la disciplina.

Aprenderás cómo diagnosticar, valorar y tratar las principales tendinopatías, tanto del MMII como del MMSS, como son la aquilea, rotuliana, isquiotibial proximal, glútea, del manguito rotador, del codo, medial del codo, del bíceps, del tríceps, de la mano y de la muñeca.

¡La formación más completa para convertirte en un Fisioterapeuta de verdad!



OBJETIVOS

¿Cuántas veces te llegan pacientes a tu consulta que necesitan ser tratados por alguna tendinopatía? Las tendinopatías son un problema realmente frecuente en nuestras consultas y saber diagnosticarlas, valorarlas y tratarlas es un imprescindible para un buen profesional de la Fisioterapia. En este curso que se compone de nuestros dos cursos de Tendinopatías, MMII y MMSS, iremos de lo complejo a lo simple y de la teoría a la práctica para que lo aprendido te resulte de gran utilidad a la hora de aplicarlo.

¡Todo lo que necesitas para enfrentarte al abordaje y tratamiento de Tendinopatías!



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

TUTORES DEL CURSO:

Paco Jurado, Josué Escalante y Paco Mateos



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 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 más 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.

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 empezar 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.

PRUEBA PRÓXIMAMENTE





Qeres
FORMACION

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