

## CURSO DE MASSAGEM DESPORTIVA E LIGADURAS FUNCIONAIS

Dias 17 e 18 de Abril de 2010

Massagem desportiva dia 17 de Abril 2010

- Introdução
- Técnicas de massagem desportiva e materiais de apoio
- Massagem desportiva pré-competição
- Massagem desportiva durante a competição
- Massagem desportiva de recuperação
- Massagem terapêutica -desportiva
- Massagem com gelo

Ligadura funcional dia 18 de Abril 2010

- Introdução
- Descrição dos materiais
- Práctica de ligadura funcional aplicada a:
  - Tornozelo
  - Joelho
  - Pélvis
  - Ombro
  - Cotovelo
  - Pulso e mão
  - Músculo
- Ligadura neuromuscular

## CURSO REALIZADO POR JUAN MARTINEZ

- Licenciado em Fisioterapia
- Nutricionista
- Fisioterapeuta da primeira equipa do Real Clube Celta de Vigo
- Professor do Mestrado em Medicina Natural da Universidade Santiago de Compostela
- Mestrado em Alto Rendimento Desportivo
- Formação em:
  - Osteopatia
  - Electrólise Percutânea Intratecidular
  - Tenofibrolise
  - Massagem desportiva
  - Fisioterapia desportiva de elite
  - Martelo estrutural
  - Psico Neuroimunologia
  - Kinesio taping
  - Auriculomedicina
- Fisioterapeuta do Real Clube Celta de Vigo Futebol Salão, Divisão de Honra
- Fisioterapeuta de desportistas como: Santi Pérez, Chus Lago, Juan Zunzunegui, selecção Espanhola de Marcha (grupo de Marín), Volta Ciclismo da Galiza, entre outros.

## EXERCÍCIOS DE REABILITAÇÃO FUNCIONAL

Dias 1 e 2 de Maio de 2010

- Exercícios de Reabilitação Funcional
- Introdução
  - Avaliação funcional
  - Exercícios de potenciamento: trabalho excêntrico, isotónico, isométrico, isocinético e isoínercial.
  - Métodos de trabalho de potenciamento.
  - Exercícios de regulação do tonús muscular: tipos de estiramento, pós isométricos, facilitação neuromuscular proprioceptivo.
  - Métodos de trabalho de regulação do tonús muscular.
  - Trabalho proprioceptivo.
  - Elaboração de um programa de exercícios de recuperação funcional em relação à patologia e avaliação funcional. Planificação da progressão.

## CURSO DE TRATAMENTO DE LESÕES DESPORTIVAS

Dias 15 e 16 de Maio de 2010

Lesões desportivas

- Introdução
- Classificação das lesões
- Lesões traumáticas
- Lesões por uso excessivo
- Lesões degenerativas
- Patologia óssea: Diagnóstico e tratamento de fracturas, fissuras e periostite.
- Patologia articular: Diagnóstico e tratamento de luxações, lesões de ligamentos, artroses, condropatias, sinovites e lesões de menisco.
- Patologia tendinosa: Diagnóstico e tratamento de tendinites, tendinoses, roturas e tenosinovite.
- Patologia muscular: Diagnóstico e tratamento de contracturas, caimbras, alongamentos e roturas musculares.
- Tecnopatia

**Informações e Inscrições**  
**EMAC**

**Telef: 226 003 788/917 458 292**  
**emac.medicinas.alternatiavs@gmail.com**  
**www.emac-edu.com**