

# CASOS CLÍNICOS DE LESIONES DE RODILLA DESDE EL DEPORTISTA JOVEN AL ADULTO MAYOR



# 01 INTRODUCCIÓN

La rodilla es una de las articulaciones de nuestro cuerpo más solicitadas en las actividades de nuestro día a día, realizando funciones tanto de carga como de movilidad, así como participando en gran cantidad de gestos funcionales como levantarse, correr o saltar. Es por ello que en la rodilla se observa una gran diversidad de cuadros clínicos, estando presentes en poblaciones con características bien distintas.

En pacientes jóvenes, es común encontrar patología de rodilla asociado principalmente a la práctica deportiva. El aumento de popularidad del deporte y los mayores niveles de práctica de ejercicio físico experimentados en la población joven durante las últimas, ha conllevado que aumente también la incidencia y prevalencia de patologías de rodilla, requiriendo de tratamiento fisioterapéutico en la mayoría de los casos. Además, el proceso de recuperación de algunas lesiones de rodilla puede ser largo y complejo, requiriendo una adecuada pauta de tratamiento y readaptación para volver a la práctica deportiva en óptimas condiciones.

Por otro lado, en el adulto mayor, las lesiones de tipo degenerativa (lesiones de menisco, osteoartritis) tiene una elevada incidencia, aumentando conforme avanza la edad de los individuos. Se estima que de las personas mayores de 60 años, el 50% de ellas presenta signos de osteoartritis, con una importante afectación de la funcionalidad y la calidad de vida.

Además, debido al envejecimiento poblacional que vivimos actualmente, se prevé que la incidencia de estas patologías vaya en aumento en las próximas décadas. Los fisioterapeutas, tenemos un gran papel a la hora de prevenir y recuperar adecuadamente estas lesiones, y por tanto, resulta crucial que mejoremos nuestros conocimientos en la materia y hagamos llegar este mensaje a la población objetiva, la cual, a día de hoy, sigue siendo poco conocedora de nuestro potencial al respecto.

# 02 INFORMACIÓN GENERAL

## MODALIDAD

- Programa Online (150 horas - 1 mes)

## CURSO ONLINE CERTIFICADO POR LA FUNDACIÓN GENERAL DE LA UNIVERSIDAD DE ALCALÁ

- 6 ECTS



# 03 OBJETIVOS

## Objetivo general

- Conocer detalladamente los aspectos biomecánicos y patológicos característicos de las lesiones de rodilla, y, mediante un abordaje basado en casos prácticos, mejorar las estrategias de diagnóstico, tratamiento y seguimiento de las principales patologías de rodilla en jóvenes y adultos mayores.

## Objetivos específicos

- Entender en profundidad los aspectos biomecánicos y patológicos que son relevantes y clínicamente útiles en las lesiones de rodilla, tanto en jóvenes como en adultos mayores.
- Conocer la sintomatología característica de los principales cuadros clínicos de rodilla en jóvenes deportistas y adultos mayores.
- Entender la importante relación que existe en la rodilla entre estos conceptos claves: Control motor, función física y síntomas.
- Realizar una correcta evaluación del paciente con patología de rodilla, centrada en la biomecánica, la función muscular y sus capacidades físicas.
- Mediante los casos clínicos, reconocer patrones clínicos en la rodilla, y ser capaz de determinar una estrategia terapéutica que mejore la sintomatología, la funcionalidad y la actividad deportiva o la calidad de vida del paciente joven o mayor respectivamente.
- Conocer y emplear estrategias de comunicación, adherencia y planificación de objetivos que afiancen la alianza terapéutica del paciente con patología de rodilla.

# 04 CONTENIDOS

## MÓDULO 1

FUNDAMENTOS BIOMECÁNICOS Y CARACTERÍSTICAS PATOLÓGICAS EN LA RODILLA

## MÓDULO 2

- CUADROS CLÍNICOS DE LESIONES DE RODILLA EN EL ADULTO JOVEN

## MÓDULO 3

- CUADROS CLÍNICOS DE RODILLA EN EL ADULTO MAYOR

# 05 EQUIPO DOCENTE

FERNANDO DOMÍNGUEZ NAVARRO

Graduado en Fisioterapia por la Universidad de Valencia. Máster Terapia Manual Neuro-ortopédica y ciencias del dolor y Máster de Fisioterapia en los procesos de envejecimiento: estrategias socio-sanitarias. Actualmente trabaja en la Clínica Aston en Asistencia clínica y especializado en terapia manual y fisioterapia deportiva. Tiene experiencia en el ámbito docente y científico, en la Universidad Europea de Valencia y en la Facultad de Fisioterapia. Con la docencia en las asignaturas de Fisioterapia Deportiva I, Biomecánica y Afecciones médico-quirúrgicas así como tutorización de TFGs y colaboración en tareas de investigación clínica en diversos proyectos relacionados con la fisioterapia en patologías degenerativas, ejercicio terapéutico y terapia manual.



# 06 RECURSOS

## CONTENIDO

Temario digital descargable en pdf

## ORIENTACIÓN

Guía del alumno y planificación del estudio.

## FOROS

Foros para la comunicación y la resolución de dudas.

## COMPLEMENTOS

Artículos, noticias, ampliación bibliográfica, etc...

## TEST

Test a final de curso para la validación de objetivos cumplidos.

# 07 EVALUACIÓN



# 08 CERTIFICADO

El alumno recibirá un certificado emitido por la Fundación General de la Universidad de Alcalá, una vez superado el test cuya puntuación obtenida ha de ser superior al 50%, acreditando el aprovechamiento del curso y la obtención de los 6 créditos ECTS (150 horas).