

podologia
Online.com

Cursos Online
para la
Podofamily

¿Y tú...
estás
Online?

BIOMECÁNICA DEL CICLISMO EN PODOLOGÍA

– UCM PRESENCIAL

Director académico: Dr. Ricardo Becerro de Bengoa Vallejo.

JUSTIFICACIÓN DEL CURSO

Hoy en día, el deportista que practica el running también practica otros deportes complementarios como es el ciclismo. Por ello, los estudios biomecánicos del ciclismo son una buena herramienta para ayudar a estos deportistas.

Las diferencias anatómicas que presentamos los seres humanos (dismetrías, limitaciones articulares, una mala pisada, etc.) hacen que montar en bicicleta genere dolencias. No podemos olvidar, que la tecnología con la que se construyen las bicicletas es casi perfecta, por el contrario, el ciclista ha generado unas adaptaciones en su anatomía, que pueden dañarlo al montar en bicicleta.

A día de hoy, los estudios y ajustes biomecánicos del ciclismo se están realizando, mayoritariamente, por técnicos y personal de tienda no sanitarios, colocando alzas, plantillas y demás modificaciones en la bicicleta, e influyendo en la anatomía del ciclista a la hora de pedalear.

Según la Ley 44/2003, de 21 de noviembre de Ordenación de las Profesiones Sanitarias, el Podólogo tiene la capacidad legal, de realizar diagnósticos de las afecciones del pie, realizar estudios biomecánicos en dinámica, estática y cómo estos, influyen en el resto del cuerpo.

Por ello, este curso pretende aumentar las competencias del podólogo en el deporte y concretamente en el ciclismo al objeto de ampliar el ejercicio de la profesión en un área en el que el podólogo está capacitado para realizar un diagnóstico y prescribir los tratamientos farmacológicos y orto-protésicos indicados en el área del ciclismo.

El curso es eminentemente práctico y está orientado que el profesional de la Podología aprenda a ajustar una bicicleta a la medida del ciclista, solucionando, mediante cambios en la mecánica de la bicicleta, las dolencias o malos ajustes del paciente-ciclista y ayudando a que pueda disfrutar de su deporte sin dolor y prevenir lesiones.

Con este curso se pretende que el profesional de la Podología pueda poner en marcha una “Unidad de Biomecánica Clínica del Ciclismo” en su consulta.



OBJETIVOS GENERALES:

1.- Poner en funcionamiento una unidad de biomecánica del ciclista en la consulta de Podología.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1.- Aprender a diagnosticar cuáles son las patologías asociadas a una bicicleta mal ajustada y tratarlas mediante las correspondientes correcciones mecánicas.

2.- Implementar un “Protocolo Biomecánico del Ciclismo” completo, donde se plantee una dolencia, se formule una hipótesis y se aplique el ajuste mecánico adecuado a la bicicleta.

3.- Desarrollar la habilidad para manejar herramientas biomecánicas hard/software durante un Estudio Biomecánico del Ciclismo.

4.- Proporcionar toda la información necesaria para instaurar, por cuenta propia, una “Unidad de Biomecánica del Ciclismo Clínico” con una mínima inversión.

5.- Actualizar conceptos del mundo de la bicicleta, sin necesidad de tener conocimientos previos de ciclismo.

6.- Mejorar el rendimiento deportivo y prevenir lesiones.

METODOLOGÍA

Al participante se le entregará un “Protocolo Biomecánico” en papel para que aprenda a cumplimentarlo, desde cero, a lo largo del curso. Éste será el que luego aplique con sus propios pacientes ciclistas.

El participante dispondrá de todos los medios y herramientas biomecánicas necesarias, para el aprendizaje e implementación del protocolo biomecánico durante el curso.



CURSO PRESENCIAL

- El curso presencial tiene una duración de 2 días completos (9-20h con un pequeño descanso para comer) un coste de 480€.
- Sólo hay 20 únicas plazas.
- Tendrá lugar en la Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología, de la Universidad Complutense de Madrid. Plaza de Ramón y Cajal, 3, 28040 Madrid.
- Para la realización de la inscripción al curso debe de realizarse mediante el correo ribebeva@ucm.es indicando nombre completo, titulación academia, dirección postal completa con código postal, dirección de correo electrónico y teléfono de contacto.
- Te recomendamos que revises las «FAQS» de preguntas frecuentes en la Pestaña «Contacto».

PROGRAMA CIENTÍFICO

BLOQUE 1 Introducción a la “Biomecánica del Ciclismo”.

- Importancia de llevar una bicicleta ajustada con tus medidas biomecánicas.
- Características de los diferentes tipos de pacientes ciclistas.
- Por qué tengo que montar una “Unidad de Biomecánica del Ciclismo” en mi consulta.

BLOQUE 2 El “Protocolo Biomecánico” a seguir.

- Cómo cumplimentar el Protocolo Biomecánico paso a paso.
- Entrega y desarrollo de las partes del Protocolo Biomecánico.
- «Los imprescindibles» del Protocolo Biomecánico.



BLOQUE 3 La Goniometría en la Biomecánica del Ciclismo.

- Ciclismo y Goniometría articular.
- Ángulos de normalidad a tener en cuenta en el paciente ciclista:
Rodilla, Tronco, Sacro, Hombro, Codo, Muñeca, Pie.

BLOQUE 4 Puntos de interacción de la bicicleta que influyen en la anatomía.

- Modificaciones imprescindibles en una bicicleta.
- Sillín.
- Manillar – Potencia.
- Pedal – Cala.
- Zapatilla – Pie.

BLOQUE 5 Conceptos complementarios en Biomecánica del Ciclismo.

- Factor “Q”.
- Baricentro – Knee Over Pedal.
- Técnica de pedaleo.
- Drop.
- Reach – Stack

BLOQUE 6 Anatomía en la Biomecánica del Ciclismo.

- Fases de la Marcha vs. Fases del Pedaleo.
- Electromiografía de la pedalada.
- Inervación segmentaria y dermatomas protagonistas en el ciclismo.



BLOQUE 7 Valoración funcional del paciente ciclista.

- Test funcionales a realizar al paciente ciclista.
- Maniobras de exploración de Cadera, Rodilla, Tobillo y Pie.

BLOQUE 8 Herramientas Biomecánicas.

- Hardware Biomecánico.
- Software Biomecánico.
- Puntos anatómicos a medir en el ciclista.

BLOQUE 9 Patología del ciclista: Tratamiento y prevención.

- Tablas que muestran diferentes dolencias del ciclista, acompañadas de los correspondientes ajustes biomecánicos en la bicicleta, para solucionar ese dolor en espalda, cadera, rodilla, tobillo y pie.

BLOQUE 10 Estudios Biomecánicos.

- Realización de Estudios Biomecánicos del Ciclismo en vivo.
- Exploración del paciente ciclista.
- Planteamiento e implementación de casos clínicos sobre la bicicleta.
- Realización del “Protocolo Biomecánico” completo sobre un paciente ciclista.

Evaluación

El alumno deberá de realizar correctamente un Estudio Biomecánico del Ciclismo, analizando e interpretando los datos del paciente ciclista,



planteando las posibles hipótesis de tratamiento y/o modificaciones sobre la bicicleta.

Certificado del curso

La Universidad Complutense de Madrid expedirá un Diploma de participación.

** El programa podrá sufrir alguna modificación en beneficio del desarrollo del curso y del aprendizaje del alumno.*

** Se recomienda traer ropa de ciclismo o en su defecto calzado y ropa deportiva. El participante podrá traer su propia bicicleta si lo desea.*

PONENTES

- **Alfredo Soriano Medrano**



Podólogo y Director en Clinisalud Albacete.

Profesor Máster Universitario Investigación en Podología (A distancia) de la Universidad Pública Rey Juan Carlos.

Profesor Curso Superior Universitario en Ecografía Diagnóstica en Patología del Pie y Tobillo de la Universidad Rey Juan Carlos.

Profesor Seminario Internacional de Reconstrucción de la lámina ungueal en podología de la Universidad Complutense de Madrid.

Profesor Especialista Universitario en Biomecánica y Patología del Miembro Inferior en la Actividad Física de la Universidad Rey Juan Carlos.

Doctor por la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid.



- **Ángel Morales Ponce**



Podólogo y Director en Fisiopodología Torrijos.

Profesor Máster Universitario Investigación en Podología (A distancia) de la Universidad Pública Rey Juan Carlos.

Profesor Curso Superior Universitario en Ecografía Diagnóstica en Patología del Pie y Tobillo de la Universidad Rey Juan Carlos.

Profesor Seminario Internacional de Reconstrucción de la lámina ungueal en podología de la Universidad Complutense de Madrid

Profesor Especialista Universitario en Biomecánica y Patología del Miembro Inferior en la Actividad Física de la Universidad Rey Juan Carlos.

Doctor por la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid.

