

CONTENIDO DEL CURSO:

1. Introducción a la rehabilitación física:

Definición, objetivos, y principios básicos.

2. Anatomía y fisiología básica:

Comprender los sistemas del cuerpo humano y su funcionamiento.

3. Lesiones comunes y sus tratamientos:

Tipos de lesiones musculares, óseas y articulares más frecuentes.

4. Evaluación del paciente:

Técnicas para evaluar el estado físico y funcional.

5. Técnicas básicas de rehabilitación:

Ejercicios de movilidad, fortalecimiento y estiramiento.

6. Uso de equipos y tecnología en rehabilitación:

Introducción a cintas de correr, bicicletas estáticas, electroestimulación, etc.

7. Prevención de lesiones y promoción de la salud:

Estrategias para evitar lesiones y fomentar un estilo de vida saludable.

8. Rehabilitación específica según la lesión o condición:

Programas orientados a condiciones particulares como la artritis, lesiones deportivas, etc.

9. Ética y profesionalismo en la práctica de la rehabilitación física:

Consideraciones éticas y conducta profesional.

10. Recursos y asociaciones profesionales en México:

Información sobre asociaciones, certificaciones y educación continua en México.