



CURSO: PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DEL DOLOR DE HOMBRO

 **Desde:** 18/05/21 |
  **Hasta:** 25/05/21 |
  **Campus de Valencia**

Preinscripción: desde el 25/01/21

Promovido por:

Vicerrectorado de Alumnado, Cultura y Deporte

Responsable de la actividad:

Vicerrector/a Alumnado, Cultura Y Deporte



Certificación

Asistencia

Modalidad

PRESENCIAL

Curso

2020-2021

ECTS

0

Campus

Valencia




10 h

Presenciales

0 h

Online

Modalidad

Presencial	Online	Emisión en directo
 10 horas	 0 horas	 0 horas

Lugar de impartición:

Teoría: Aula Indurain, situada en el 1º piso del Edificio Principal de Deportes 7C Práctica: Sala Trinquet, situada en el 1º piso del Edificio Trinquet

Horario:

Tarde
18, 20 y 25 de mayo (martes y jueves) de 18 a 21.30h

Precio	Colectivo	Plazos	Desde	Hasta
25,00 €	Personal UPV	1 plazo	28/01/21	-
25,00 €	Socio de Deportes UPV	1 plazo	28/01/21	-
25,00 €	Alumno UPV	1 plazo	28/01/21	-
25,00 €	Alumni UPV PLUS o AAA UPV	1 plazo	28/01/21	-
35,00 €	Público en general	1 plazo	28/01/21	-
5,00 €	Alumnado de Grado UPV	1 plazo	-	-
25,00 €	Familiares de 1º Grado de PAS/PDI UPV(mayores de 18 años)	1 plazo	28/01/21	-

Observaciones al precio:

25,00 € - Alumno UPV

5,00 € - Alumnado de Grado UPV

25,00 € - Alumni UPV PLUS o AAA UPV

25,00 € - Personal UPV

35,00 € - Público en general

25,00 € - Socio de Deportes UPV

25,00 € - Familiares de 1º Grado de PAS/PDI UPV(mayores de 18 años)

Objetivos

En esta acción formativa se darán a conocer cuáles son las principales lesiones y problemas de hombro en el deporte, así como las causas que las provocan y sus factores de riesgo.

Otro de los objetivos es aprender ejercicios para la prevención de dichas lesiones.

Acción formativa dirigida a

Miembros de la comunidad universitaria y público en general interesado en el deporte, y más en concreto, interesados en prevenir y tratar lesiones de hombro. A alum@s de grado que quieran obtener ECTS por formación deportiva.

Conocimientos previos

No se necesitan

Profesores

Lirios Dueñas Moscardo

Profesional del sector

Temas a desarrollar

Martes 18 de mayo:

18:00 a 19:30h: Generalidades. Anatomía y biomecánica del complejo articular del hombro. Patologías más frecuentes.

19:30 a 21:30h: Sesión práctica: Exploración, masaje y automasaje.

Jueves 20 de mayo:

18:00 a 19:30h: Tendinopatías del hombro y pinzamiento subacromial.

19:30 a 21:30h: Sesión práctica: Fortalecimiento y ejercicios específicos.

Martes 25 de mayo:

18:00h a 19:30h: Luxaciones, lesiones del labrum, inestabilidad de hombro, periartrosis escapulohumeral.

19:30 a 21:30h: Sesión práctica: Estiramientos y vendajes.

Otra información de interés

Acción formativa convalidable por 0.33 ECTS por deportes en estudios de Grado(asistencia mínima al 80% de las sesiones de que consta el curso).

La organización del curso se reserva el derecho de modificación del mismo ante causas de fuerza mayor u otras circunstancias que así lo determinen.

Realiza la inscripción de esta actividad en www.cfp.upv.es

Inscripción →

Nota: Consulta las condiciones generales y específicas de esta actividad en la ficha disponible en www.cfp.upv.es