



Especialización en
Movimiento
Eficiente y
Ejercicio
Terapéutico

Buenos
Aires 

Inicio
25, 26 y 27
Marzo 2022



Prof. Tomás Bonino

Presentación

¿POR QUÉ ES NECESARIA ESTA FORMACIÓN?

Nos ofrece un abanico de enfoques de movimiento eficiente útiles para evaluar y trabajar de manera activa y dinámica a nuestros usuarios, alumnos y pacientes, buscando promover el bienestar físico, mental, y emocional.

Nos aporta herramientas de exploración del movimiento propio y del otro, el análisis de los patrones adquiridos, la relación que se establece entre diversas partes del cuerpo para una óptima función y las estrategias de movimiento necesarias para una mejor performance.

Nos ofrece el conocimiento necesario sobre la neurociencia aplicada al movimiento y el ejercicio, entendiendo que sólo trabajando desde el SNC y modificándolo se generarán cambios reales en las funciones motrices.

Y nos ofrece opciones y variantes de movimiento eficiente y óptimo que nos ayudarán a integrar todos los sistemas implicados en la dinámica humana, para una optimización real y sostenida en el tiempo.

Existe una necesidad URGENTE entre los profesionales de la salud, la actividad física y las artes escénicas en incluir el análisis dinámico funcional y del movimiento e implementar estrategias de movimiento óptimo y eficiente como herramientas para el trabajo diario. Y tener un mejor conocimiento de estos enfoques tanto para sí mismos como para los clientes, alumnos y pacientes.



Objetivo general

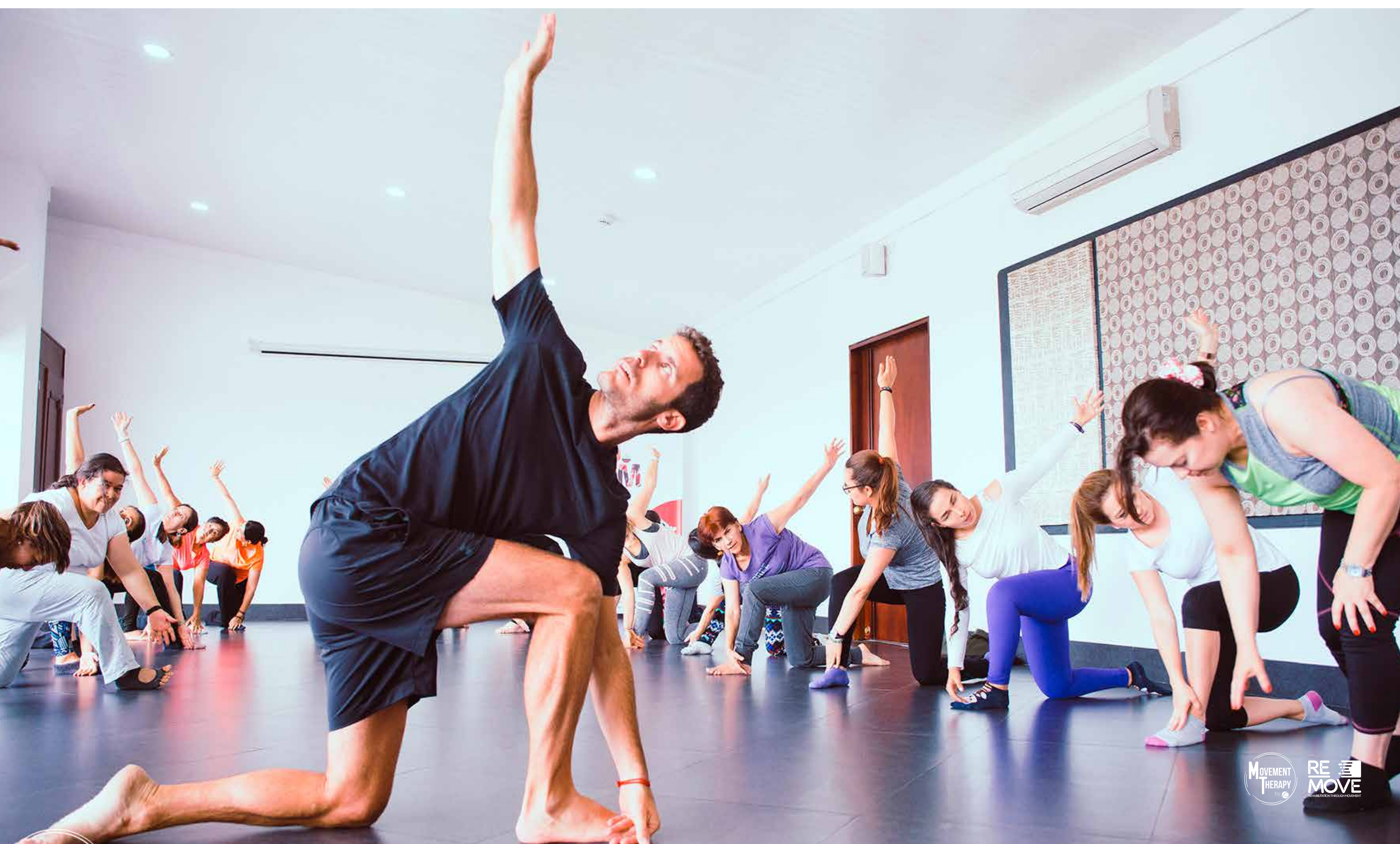
Lograr que el alumno adquiriera las habilidades necesarias para realizar un adecuado razonamiento en relación a las disfunciones del movimiento y su repercusión en la eficiencia y optimización del uso del aparato locomotor. Conseguir que el alumno sepa pautar una propuesta de eficiencia a través del movimiento y ejercicio.

Objetivos específicos:

- Explicar cuál es nuestro rol sobre el sistema de movimiento.
- Exponer que es el movimiento eficiente.
- Dar a conocer y practicar las destrezas básicas/ adquiridas.
- Conocer las familias de movimiento humano.
- Presentar los conceptos de capacidad y demanda funcional.
- Exponer la influencia de los sistemas articular, mio-tendinoso, nervioso, fascial, y psicosocial en el movimiento.
- Discutir sobre las diferencias entre movimiento, ejercicio y deporte.
- Exponer las últimas tendencias sobre neuropedagogía aplicada al movimiento.
- Describir y desarrollar las diferentes fases del aprendizaje motor.
- Variabilidad, variación, variedad.
- Conocer los diferentes conceptos posturales: estática y dinámica
- Redefinir la propiocepción, conciencia corporal y cinestésia.
- Demostrar y reconocer los patrones motores funcionales y las secuencias de reclutamiento muscular.
- Aprender a evaluar la eficiencia de la aplicación y transferencias de fuerzas
- Evaluar la eficiencia de la capacidad de disipación de fuerzas.
- Dar a conocer el concepto de capacidad funcional de movimiento.
- Distinguir los criterios sobre control motor: disociación de segmentos.
- Manejar los conceptos relacionados con la estabilidad: estática y funcional.
- Explicar el concepto de “force strategies” y respuesta neuromuscular.
- Presentar los conceptos de coordinación y secuenciación. Secuencia cinemática e integración.
- Conocer la importancia de la influencia de las creencias, actitud y confianza en el paciente.
- Aprender un proceso metodológico de toma de decisiones para establecer un razonamiento clínico en el abordaje de la patología musculoesquelética..
- Comprender las relaciones funcionales de las cadenas miofasciales y su implicación en los patrones de movimiento normales y patológicos.

Detalles

- 📅 Fechas: Inicio 25, 26 y 27 Marzo de 2022
Módulo 2: 29, 30 y 31 Mayo
Módulo 3: 8, 9 y 10 Julio
Módulo 4 y 5 a confirmar
- 📅 Duración: 5 Módulos - 3 días cada uno (Total 15 días = 120 hrs.)
- 🕒 Horario: 9 hrs. a 18hrs.
- 👤 Dirigido a: Profesionales de la salud, Profesionales de la actividad física y Profesionales de las artes escénicas.
- 📍 Lugar: Federico Lacroze y Corrientes, Buenos Aires
- 👥 Cupo: 30 alumnos
- 💰 Inversión: Inscripción (reserva de cupo): \$8000 ARG
Precio por módulo : 125 USD
(o su equivalente en pesos al cambio blue del momento)
(a entregar el primer día de cada módulo en efectivo)
- 📝 Criterios de evaluación: Se realizará una evaluación continua y un examen final teórico de respuesta múltiple.
Para la obtención del certificado es obligatoria la asistencia al primer día de clase y, como mínimo, al 90% de las horas totales de clase.
- 🎓 Organiza y Avala: ESITEF INTERNACIONAL



Programa académico

Seminario I (tres días)

- Movement system (Apta).
- Movimiento eficiente. Tipos de movimiento. ¿ que es moverse bien?
- Antropología del movimiento
- Desarrollo dinámico desde la neurogenesia
- Destrezas básicas/ destrezas adquiridas.
- Familias de movimientos humanos (análisis de sus patrones naturales)
- Capacidad funcional vs demanda funcional
- Sistemas que influyen en el movimiento: articular, mio-tendinoso, nervioso, fascial, influencia psico-social
- Diferencias entre movimiento, ejercicio y deporte
- Diferencias entre movimiento terapéutico y ejercicio terapéutico
- Neuro-pedagogía aplicada al movimiento /ejercicio terapéutico:
 - Fases de aprendizaje motor
 - Variabilidad, variación, variedad
 - SNC y movimiento
 - Elementos que se relacionan para generar un movimiento eficiente.

Modelo del círculo del movimiento.

- Postura: estática / dinámica
- Postura vs "posturas".definición de la buena postura desde la dinámica
- Estabilidad lumbopélvica primaria / estabilidad torácica primaria / sistema visceral "neumática" : respiración, tipos y necesidad en base a los distintos tipos de actividades.
- El core podal: uso del pie diferencias de pisadas y su influencia en la capacidad elástica dinámica, la resistencia y la capacidad motora.
- Línea central espinal : protocolo de consciencia y activación

Seminario II (tres días)

Consciencia corporal -Self awareness

- Influencia de la experiencia-aprendizajes en la propiocepción.
Diferencia y trabajos específicos de propiocepción | cinestesia | sensación de fuerza | intercepción
- Amnesia senso-motora

Localización del inicio del movimiento (pre set)

- Los bloqueos
- Preparación para la acción
- Planificación del movimiento
- Secuencia de activación
- Planos de inicio movimiento

Reclutamiento muscular y patrones motores funcionales

- Evaluación. Impresión general de mov .(Follow, Reach, Avoid,, Reaction)

Functional force mangment

- Creación de fuerzas.
Estabilidad y objetivo
Funcionamiento del "core". Estabilidad vs rigidez.
Evaluación dinámica y tratamiento funcional
Propulsión (empuje e inercia)
 - Evaluación dinámica de bases
 - Evaluación dinámica funcional
 - Tratamiento fases: empuje, inercia, combinación

Seminario III (tres días)

- Distribución eficiente de las fuerzas. Evaluación (tests dinámicos) y tratamiento.
- Transferencia de las fuerzas. Evaluación (tests dinámicos) y tratamiento.
 - Acción en el plano rotacional
 - Acción en el eje vertical
 - Alteraciones en el movimiento por planos
- Disipación eficiente de las fuerzas. Evaluación (tests dinámicos) y tratamiento.
 - Las leyes de la disipación.
 - Los "muelles " de la disipación (tobillo, rodilla , cadera)
 - La absorción de fuerzas
 - Espirales y caída

Seminario IV (tres días)

- Capacidad funcional de movimiento (concepto de mobility)
- Explicación y practica de estos conceptos:
 - Flexibilidad relativa
 - Rigidez funcional
 - Inhibición refleja
 - Inhibición recíproca
 - Dominancia sinergista
- Mobility vs flexibilidad, practica: cadera, columna, hombro, muñecas, pies, tobillo.
- Motores del movimiento
- Contact Impro aplicado
- El cubo de Laban en el control de espacio
- Frases de movimiento

Seminario V (tres días)

- Disociación entre segmentos (control motor en ejes adecuados):
- Estabilidad:
 - Estabilidad estática y estabilidad funcional
 - Estabilidad vs rigidez
 - Condicionantes del equilibrio y la estabilidad
 - Progresiones de actividades de estabilidad dinámica
- Respuesta neuromuscular:
 - Force strategies: armadura, soporte elástico, respuesta neuro muscular
 - Analisis de predominancia de cada uno y su corrección.
- Coordinación y secuenciación
 - Timing motor
 - Error sensorio-motor
 - Patrones proximo distales vs dinámica disto proximales
- Secuencia cinemática y integración:
 - Aplicación a destrezas adquiridas
- Creencias, actitud, confianza
 - Influencia emoción-reacción

Profesor



Tomás Bonino

- Diplomado en Fisioterapia – U. Alcalá de Henares
- Formado en Osteopatía, / Mulligan, / Inducción Miofascial, / Método Watson, / Cupping Therapy, / Taping Neuro Muscular, / Postgrado en Sistema cráneo-cérvi-co-mandunbular, / Neurodinámica, / Método Voijta, / Joanne Elphinson Movement System (JEMS), / Balance Muscular Training (BMT), / R10 Method, etc...
- Especialista en patología craneal de origen cervical por Headache Institute, Australia
- Fisioterapeuta del equipo de Ortodoncia, cirugía maxilofacial y Odontología del Instituto Prof. Sada
- Director de Bonsalud desde 2002. Centro de fisioterapia - Madrid
- Consultor y asesor de fisioterapia en 19 centros en 6 países.
- Asesor de movimiento - Cirque du Soleil-JOYA
- Director de ESITEF (Escuela Internacional de Terapia Física). Presente en 9 países desde 2007.
- Director académico y profesor en: Postgrado en Osteopatía (29 ediciones) / Postgrado en Fisioterapia Deportiva (6 ediciones) / Postgrado en Neurorehabilitación infantil (2 ediciones) / Postgrado en Movement Therapy (2 edición) - ESITEF
- Profesor en la Maestría en Neurorehabilitación - Universidad Autónoma de Manizales (Colombia)
- Ex - Responsable de formación de TNM Sud y Centro America. 2008 - 2014
- Ponente en más de 500 cursos, charlas , talleres y conferencias en congresos y universidades
- Creador de "Movement Therapy by ESITEF" fisioterapia desde el movimiento.
- Creador RE_MOVE. Rehabilitation Through Movement
- Colaborador académico y speaker en Fisiso Campus y Fisiso Online (formación online)
- Fundador del evento EXPERIENCIA FISIO
- Impulsor de la Terapia Manual Integrativa y Terapia Manual aplicada en Neurorehabilitación.
- Director-editor de "FISIOREPORT. Fisioterapia en el Mundo"
- Creador de FISIO-HUB. Incubadora de ideas con impacto en fisioterapia
- Autor del libro "Tape Neuro Muscular. Aplicaciones prácticas". Ediciones 1º y 2º. 2013-14
- Speaker en Universidades y empresas sobre "Ser emprendedor como actitud en la vida"

Inscripción

Para formalizar la Inscripción (3 PASOS)

INVERSIÓN Reserva/Inscripción: \$8000 ARG

Precio por módulo : 125 USD

(o su equivalente en pesos al cambio blue del momento)

(a entregar el primer día de cada módulo en efectivo)

1º- Realizar un ingreso / transferencia de \$8000 pesos con:

- Nombre del participante.
- Concepto: "Especialización MT BS AS"

BANCO SUPERVIELLE

Número: 1-3095895-3

CBU: 0270001420030958950036

ALIAS: BAMBU.SABADO.BUQUE

Titular: Tomás Bonino

CUIT 20-28165772-1

2º-Enviar el comprobante de ingreso o copia a info@esitef.com indicando:

- Asunto: Inscripción Especialización MT BS AS
- Nombre del Participante
- Teléfono (con prefijos locales) + e-mail

3º- Recibirá un mail de confirmación de su inscripción con más detalles sobre el inicio de la certificación.

El pago de cada módulo se hará en el momento de inicio de cada uno (125 USD o pesos al cambio blue del momento)

IMPORTANTE:

- Una vez abonada la inscripción, si el alumno no puede asistir al curso no se le reintegrara el dinero de la inscripción.
- En caso de no llegar al cupo mínimo de inscriptos, se reintegrará de forma íntegra el dinero depositado.

