

## KINETIC CONTROL - THE MOVEMENT SOLUTION

Curso completo. Estratégias terapêuticas resultam do estudo aprofundado em neurociências. Diagnóstico e classificação da lesão. Análise da eficiência do controlo do movimento.



### DATAS, LOCAIS E DESTINATÁRIOS

#### DATAS

Seminário 1: 25, 26 e 27 de Maio de 2018

Seminário 2: 22, 23 e 24 de Junho de 2018

Seminário 3: 26, 27 e 28 de Outubro de 2018

Seminário 4: 23, 24 e 25 de Novembro de 2018

#### DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO

14 de Maio de 2018

## LOCAL

Hotel Black Tulip

Avenida da República, nº 2038

4430-195 Vila Nova de Gaia

Latitud: 41.12043 | Longitud: -8.60644

Transportes públicos:

Metro: Linha D (amarela) - Estação D. João II - 150m (2min a pé)

Comboio: Estação General Torres - 1,4km (16min a pé)

## CARGA HORÁRIA

120 horas

## HORÁRIOS

Sexta-feira e sábado: 9h00-19h00; Domingo: 9h00-16h00

## DESTINATÁRIOS

Fisioterapeutas (tb. estudantes finalistas)

## IDIOMA

Espanhol

## PROGRAMA

### **Módulo I – Generalidades Kinetic Control. Análise e retraining do local e direcção do movimento não controlado**

1. Introdução ao movimento, compensações e alterações musculares
2. Avaliação da posição neutra: palpação, avaliação postural e análise dos movimentos
3. Guias clínicos para encontrar o alinhamento ideal e o movimento incontrolado:  
Relação coluna lombar - pélvis – coxo-femoral; relação pélvis – coxo-femoral – joelho; e relação cintura escapular – coluna cervical.
4. Classificar grupos de disfunção do movimento e retraining do movimento incontrolado em:  
coluna lombar, pélvis, joelho, pé, cintura escapular e coluna cervical.
5. Integração de estratégias terapêuticas para melhorar a função muscular no movimento
6. Apresentação de casos clínicos

### **Módulo II - Gestão do desequilíbrio muscular baseado em evidências clínicas**

1. Anatomia, biomecânica funcional e sua relação com o movimento disfuncional
2. Influências miofasciais no alinhamento postural e suas adaptações
3. Relação entre flexibilidade e rigidez
4. Equilíbrio muscular geral:

- Avaliação e retraining muscular para o controlo da amplitude da faixa de movimento
- Avaliação e retraining da extensibilidade dos músculos poli articulares
- Trigger points e a sua relação com as restrições musculares
- Testes de instabilidade e impingement
- Programação de objectivos para integrar a activação da musculatura no movimento de baixa carga
- Estratégias para progredir no treino do controlo do motor
- Apresentação de casos clínicos

### **Módulo III – Retraining do controlo motor. Controlo da translação articular**

1. Avaliação do sistema muscular através do controlo da translação articular
2. Relação entre rigidez e hipermobilidade articular
3. Raciocínio clínico no treino local
4. Controlo da posição neutra, da translação e integração de exercícios para a melhoria muscular em: integração do controlo de movimento articular a nível global - local e apresentação de casos clínicos
5. Coluna lombar - pélvis – coxo-femoral
6. Coxo-femoral - joelho
7. Cintura escapular - ombro - coluna cervical

## **CERTIFICADO**

**Certificado internacional** que atesta a formação completa em [The Movement Solution](#).

**Certificado de Formação Profissional**, emitido através do Sistema de Informação e Gestão da Oferta Educativa e Formativa (SIGO), coordenado pelo Ministério da Educação e pelo Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social, conforme previsto na Portaria nº 474/2010.

*\* Necessária a frequência em pelo menos 90% do curso*

## **AVALIAÇÃO**

Existe avaliação sumativa escrita e prática (preparação de 2 casos clínicos).

## **PORQUÊ FREQUENTAR ESTE CURSO?**

1. Conseguirá avaliar, diagnosticar e classificar o movimento em termos de dor e incapacidade do ponto de vista do controlo do motor.
2. Terá ao seu alcance uma ampla gama de estratégias de controlo motor e de requalificação do movimento para estabelecer o controlo funcional ideal.
3. Desenvolverá um raciocínio clínico optimizado que permitirá priorizar as tomadas de decisão na prática clínica.
4. Desenvolverá habilidades de observação e palpação para monitorizar o controlo do movimento.

5. Compreenderá e interpretará os diferentes aspectos da "estabilidade do core" e de que forma essa estabilidade se relaciona com a reabilitação.
6. Conseguirá recorrer ao KC como ferramenta de avaliação clínica para identificar deficiências e reavaliar as melhorias na eficiência do controlo do motor.

## DESCRIÇÃO

### KINETIC CONTROL: UM DOS MAIORES GRUPOS DE INVESTIGAÇÃO MUNDIAIS DE ANÁLISE DO MOVIMENTO E DISFUNÇÕES DO MOVIMENTO

Nos últimos 20 anos, a equipa internacional de instrutores **Kinetic Control** tem sido **inovadora e líder em incorporar as evidências na prática clínica**. Esta série de cursos foi reestruturada e didacticamente organizada para aprimorar as suas habilidades de forma progressiva do **Nível 1 ao 3**. O curso agora apresentado corresponde aos 3 primeiros módulos do Nível 1 (**Certificação Kinetic Control Level 1**). [Aqui](#) poderás consultar a estrutura completa dos cursos Kinetic Control®.

Desejo antigo tornado realidade: trabalhar com **um dos maiores grupos de investigação do mundo (Reino Unido) na área da análise do movimento e soluções terapêuticas para as disfunções do movimento**.

Os cursos **Kinetic Control** propiciam as bases para a **avaliação clínica e para a elaboração de um processo de reabilitação** verificando as hipóteses da causa da disfunção do paciente através de um minucioso raciocínio clínico. Utiliza ainda um processo de **reprogramação neuromuscular através de exercícios de activação muscular específica** para corrigir e recuperar um padrão motor ideal.

Mark Comerford desenvolveu o método **Kinetic Control** influenciado por Janda e Sahrmann, a partir da sua experiência clínica e de pesquisas sobre controlo motor desenvolvidas na universidade de Queensland na Austrália.

**Kinetic Control** é o **resultado de pesquisas científicas constantes** com o fim claro de permitir ao profissional uma abordagem efectiva do controlo do movimento, optimização da função e prevenção de recidivas.

**A Master afirma, sem rodeios, que esta é claramente uma área onde habitualmente os profissionais não investem.** Regra todos se preocupam com mobilizações ou manipulações articulares, fasciais ou neurais, mas **esquecem algo tão elementar ao bem-estar de uma articulação como o controlo motor** (activação perfeitamente sincronizada dos músculos estabilizadores locais, globais e ainda dos mobilizadores globais de uma dada região). Por exemplo, se um paciente apresenta um conflito sub-acromial, será interessante desactivar um ponto gatilho do subescapular, realizar uma manobra articular para inferiorizar a cabeça do úmero e flexibilizar o grande peitoral? Sim, sem dúvida. Mas a grande questão é que habitualmente a intervenção fica por “aqui”. Regra todos se esquecem que depois de normalizar a articulação esta deve apresentar uma activação sequencial de determinados músculos para apresentar bom padrão de movimento. Melhorar o posicionamento articular por si só não oferece garantia alguma de que a articulação apresente potencial para apresentar um movimento fluído e com ausência de dor/desconforto.

**Se existe um bom controlo motor = ausência de restrição/dor/desconforto(1). Se o controlo motor é fraco = possibilidade de existência de restrição e dor.**