



OBJECTIU

Prevenir, rehabilitar a l'esportista lesionat i col.laborar dins l'entrenament en les mesures de recuperació post-esforç

COM HO ACONSEGUEM?

- Treball en equip amb unavisió interdisciplinària entre les diferents unitats de ciències, medicina i tecnologia
- Educació de l'esportista sobre les funcions i beneficis de la fisioteràpia

ÀREES D'ACTUACIÓ

PREVENCIÓ

Evitar lesions

Identificació dels mecanismes lesius i factors de risc de cada esport

Planificació de rutines per evitar les lesions

RECUPERACIÓ POST-ESFORÇ

Tècniques post-fatiga

Mesures de recuperació físiques i manuals per evitar i minimitzar que es manifesti la fatiga i les sobrecàrregues musculars.

Cicles de treball on es combinen

TÈCNiques MANUALS

TÈCNiques D'HIDROTERÀPIA

Metodologia de treball

REHABILITACIÓ

En cas de lesió

