

JORNADA DE FISIOTERAPIA Y DANZA

Talleres pre-jornada - viernes 23/9/2022 (cada inscrito podrá asistir a 1 taller por sesión, indicar orden de preferencia al formalizar la inscripción).

Aulas M-15/M-18 planta baja Facultad Fisioterapia Universitat de València.

Aulas M-29/M-30 segunda planta Facultad Fisioterapia Universitat de València.

1ª sesión: 4 talleres simultáneos que se desarrollarán de 15:30h-17:00h.

- Taller 1. *Valoración y abordaje clínico del dolor de cadera en bailarines: en este taller se hablará del En dehors en Fisioterapia de la Danza es determinante, no solamente porque corresponde al eje motriz para la realización de cualquier movimiento, sino, porque como fisioterapeutas debemos ser capaces de realizar una valoración exhaustiva con el objetivo de esclarecer los límites anatómicos y poder educar a los bailarines para poder conseguir su máximo rendimiento de forma segura y eficiente.* **D^a. Marta Toledo.**

- Taller 2. *Diagnóstico, Exploración y Tratamiento Activo del Dolor Femoropatelar: en este taller se hablará de la base del abordaje del dolor femoropatelar se basa en el abordaje activo mediante ejercicio; El control de cargas en la articulación femoropatelar y la mejora de los factores de riesgo modificables del paciente; cómo reconocer la patología, controlar el volumen de clases y ensayos, realizar modificaciones técnicas de los gestos en danza, así como reconocer y mejorar los factores predisponentes específicos de las bailarinas será indispensable para manejar la patología mediante la prescripción de ejercicio.* **D. José Molina.**

- Taller 3. *Diagnóstico diferencial y abordaje práctico del dolor posterior de tobillo en bailarinas/es: en este taller se hablará del manejo del dolor posterior del tobillo debe abordarse atendiendo a la anatomía, a la técnica de la danza y a la funcionalidad, siempre desde una perspectiva biopsicosocial. El pie de los bailarines requiere de alineación para realizar los movimientos, fuerza extrínseca e intrínseca del pie y tobillo, así como una alta capacidad de aislamiento entre grupos musculares. El flexor largo del primer dedo, está implicado en el dolor posterior de tobillo, y es tan importante para las bailarinas como el tendón de aquiles para los corredores.* **D^a. Nerea Rodríguez.**

- Taller 4. *Relación del Suelo Pélvico en la amortiguación del salto y del zapateado de los bailarines: En este taller teórico-práctico se hablará de la importancia del suelo pélvico y el control de presiones abdominales en la amortiguación de los saltos y zapateados que se realizan en las diferentes especialidades de danza. Se propondrán ejercicios variados para mejorar conciencia corporal y técnicas de autotratamiento para transmitirle a nuestros bailarines/as.* **D^a. Mireia Fuster y D^a. María Teresa Soler.**

17:00h-17:30h Pausa café.



IL·LUSTRE COL·LEGI OFICIAL
DE FISIOTERAPEUTES
DE LA COMUNITAT VALENCIANA

2ª sesión: 4 talleres simultáneos que se desarrollarán de 17:30h-19:00h.

- Taller 1. *Valoración y abordaje clínico del dolor de cadera en bailarines.*
D^a. Marta Toledo, *fisioterapeuta experta en danza cofundadora del proyecto Painfree Ballet.*

- Taller 2. *Diagnóstico, Exploración y Tratamiento del Dolor Activo Femoropatelar.*

D. José Molina, *profesor de fisioterapia musculoesquelética en la Universidad Cardenal Herrera-CEU.*

- Taller 3. *Diagnóstico diferencial y abordaje práctico del dolor posterior de tobillo en bailarinas/es.*

D^a. Nerea Rodríguez, *fisioterapeuta experta en lesiones en el ámbito de la Danza, docente e investigadora.*

- Taller 4. *Relación del Suelo Pélvico en la amortiguación del salto y del zapateado de los bailarines.*

D^a. Mireia Fuster, *fisioterapeuta y profesional de Danza de Valencia, especialidad Danza Contemporánea.*

D^a. María Teresa Soler, *fisioterapeuta miembro de la Asociación Multidisciplinar para las Artes Escénicas.*

Jornada - sàbado 24/9/2022. Universitat de València.

Aula M-28 segunda planta Facultad Fisioterapia Universitat de València.

9:00h-09:15h Presentación.

Mesa 1. La Fisioterapia en la Danza.

9:15h-9:45h *Perspectiva clínica de la cadera en danza:* La danza es una disciplina artística que precisa de rangos extrafisiológicos de cadera en todas las direcciones de movimiento. Es por ello, que los bailarines tienen una morfología típica que los diferencia del resto de los atletas. Estas condiciones anatómicas, aunque potencialmente resultan ventajosas, también pueden contribuir a la aparición de lesiones, como consecuencia de una inestabilidad inherente. Así pues, para realizar un buen abordaje terapéutico es fundamental entender la cadera desde su globalidad.
D^a. Marta Toledo, *fisioterapeuta experta en danza cofundadora del proyecto Painfree Ballet.*

9:45h-10:15h *Dolor Femoropatelar en Bailarinas. ¿Por qué a Mí?:* Se tratará la identificación de la causa y factores predisponentes específicos del dolor femoropatelar en bailarinas es indispensable para dirigir nuestra exploración y tratamiento. Las características particulares de las bailarinas, junto con el hecho de que la rodilla soporte altas demandas físicas durante la danza y la exigencia de la programación de los ensayos hacen del dolor femoropatelar una patología prevalente en esta disciplina artística.
D. José Molina, *profesor de fisioterapia musculoesquelética en la Universidad Cardenal Herrera-CEU.*

10:15h-10:45h *Aproximación Clínica al Impingement Posterior de Tobillo en Danza:* El pie y tobillo de los bailarines está sometido a altas demandas físicas, exigiendo rango articular, fuerza, reactividad y estabilidad suficiente para ser la base a partir de la cual se desarrolla el movimiento. Son las articulaciones que requieren de más exigencia y a la vez son las más vulnerables a lesiones. En disciplinas artísticas donde se realiza una flexión plantar repetitiva durante la práctica tanto en carga como en descarga se vinculan con mayor desarrollo del rango de movimiento, además de con la aparición de cambios o variantes anatómicas, tales como el os trigonum. La prevalencia de estos cambios, no siempre se correlacionan con dolor.

D^a. Nerea Rodríguez, *fisioterapeuta experta en lesiones en el ámbito de la Danza, docente e investigadora.*

10:45h-11:15h Debate mesa 1. La Fisioterapia en la Danza.

11:15h-11:45h Pausa café.

Mesa 2. La Fisioterapia desde el punto de vista del profesional de la Danza.

11:45h-12:30h *Fisioterapia dentro de la Danza:* La fisioterapia juega un papel fundamental en el desarrollo de la carrera artística de un bailarín. El fisioterapeuta de la



IL·LUSTRE COL·LEGI OFICIAL
DE FISIOTERAPEUTES
DE LA COMUNITAT VALENCIANA

danza tiene que conocer la técnica y las necesidades de los mismos para ayudarle a prevenir y tratar las lesiones en danza.

Dr. D. Luis Gadea, *catedrático Conservatorio Superior de Danza María de Ávila y fisioterapeuta Compañía Nacional de Danza.*

12:30h-13:15h *La importancia de la fisioterapia en la vida de un bailarín o deportista:*
Exponer las diferentes fases de una lesión en un bailarín. 1. Lesión. 2. Recuperación y rehabilitación. 3. Vuelta a la normalidad post-lesión.

D. Juan José Carazo, *bailarín profesional Compañía Nacional de Danza.*

13:15h-13:45h Debate mesa 2. La Fisioterapia desde el punto de vista del profesional de la Danza.

13:45h-14:00h Clausura.