

Recuperare în traumatologie sportivă

CURS STUDII DE LICENȚĂ

Autor

Manole Vasile



Editura Alma Mater

Bacău – 2009

Cuprins

Cuvânt înainte	6
Capitolul I. Noțiuni terminologice	7
Scop	7
Obiective operaționale.....	7
1.1. Explicarea terminologiei specifice activității sportive de performanță.....	8
Bibliografie.....	13
Capitolul II. Considerații generale privind traumatologia sportivă și importanța și importanța kinetoterapeutului de teren în realizarea performanțelor sportive	14
Scop.....	14
Obiective operaționale.....	14
2.1. Considerații generale privind evoluția sportului	15
2.2. Considerații generale privind traumatologia sportivă	16
2.3. Rolul și importanța kinetoterapeutului de teren	18
Bibliografie.....	22
Capitolul III. Cauzele producerii traumatismelor în sport și examinarea unui sportiv traumatizat	23
Scop.....	23
Obiective operaționale.....	23
3.1. Cauzele producerii traumatismelor în sport	24
3.2. Examinarea unui sportiv traumatizat.....	25
Bibliografie.....	28
Capitolul IV. Principiile și obiectivele recuperării prin kinetoterapie a sportivilor traumatizați – ședința de tratament și etapizarea programului general de recuperare.....	29
Scop.....	29
Obiective operaționale.....	29
4.1. Principiile recuperării prin kinetoterapie a sportivilor traumatizați	30
4.2. Obiective generale de tratament.....	40
4.3. Ședința de tratament	42
4.4. Etapizarea programului general de recuperare.....	43
Bibliografie.....	46
Capitolul V. Inventarul mijloacelor utilizate în recuperarea afecțiunilor din activitatea sportivă	47
Scop.....	47
Obiective operaționale.....	47

5.1. Exerciții cu scăderea rezistenței.....	48
5.2. Exerciții cu creșterea rezistenței	51
Bibliografie	55
Capitolul VI. Gamba, glezna și piciorul în activitatea sportivă.....	56
Scop	56
Obiective operaționale	56
6.1. Anatomia funcțională și biomecanica elentelor gambei, gleznei și piciorului .	57
Bibliografie	86
Capitolul VII. Genunchiul în activitatea sportivă	87
Scop	87
Obiective operaționale	87
7.1. Anatomia funcțională și biomecanica elementelor articulare ale genunchiului	88
7.2. Sinergismul musculo-ligamentar al genunchiului	92
7.3. Biomecanica meniscurilor	94
7.4. Leziunile de menisc.....	95
Bibliografie	105
Capitolul VIII. Șoldul în activitatea sportivă.....	106
Scop	106
Obiective operaționale	106
8.1. Anatomia funcțională și biomecanica elementelor articulare ale șoldului	107
8.2. Solicitarile simfizei pubiene (patologia mecanică).....	112
8.3. Analiza biomecanică a loviturii de picior din fotbal	115
8.4. Pubalgia de efort a fotbaliștilor.....	116
Bibliografie	22
Capitolul IX. Umărul în activitatea sportivă.....	120
Scop	120
Obiective operaționale	120
9.1. Bazele anatomo-funcționale și biomecanice ale umărului	121
9.2. Biomecanica articulației umărului	123
9.3. Umărul instabil generat de activitatea sportivă (după Chanussot și Danowski, 1999)	125
9.4. Analiza biomecanică și fiziopatologia aruncării.....	127
Bibliografie	130
Capitolul X. Cotul în activitatea sportivă	131
Scop	131
Obiective operaționale	131

10.1. Complexul osteo-articular	132
10.2. Complexul muscular.....	132
10.3. Funcționalitatea cotului în sport	133
10.4. Epicondilita sau cotul tenismenului.....	135
10.5. Tratament (după Chanussot și Danowski, 1999)	137
Bibliografie.....	138
Capitolul XI. Pumnul și mâna în activitatea sportivă.....	139
Scop	139
Obiective operaționale.....	29
11.1. Anatomia funcțională și biomecanica pumnului și mâinii	140
11.2. Reeducarea pumnului traumatic	143
11.3. Faza I de recuperare: perioada de imobilizare, leziune neconsolidată: ziua 1 – 45 (după Chanussot și Danowski, 1999).....	148
11.4. Faza a-II-a de recuperare: îndepărtarea imobilizării, consolidarea dobândită: după ziua a 45 - a(după Chanussot și Danowski, 1999)	149
Bibliografie.....	150
Capitolul XII. Leziunile musculare	151
Scop	151
Obiective operaționale.....	151
12.1. Elemente de semiologie	152
12.2. Program general de recuperare a unei leziuni musculare.....	153
Bibliografie.....	157