

2019-10-18 09:33:32

<http://justnews.pt/noticias/lesoes-no-ombro-do-desportista-curso-do-hospital-da-luz-lisboa-aberto-a-preparadores-fisicos>



Lesões no ombro do desportista: Hospital da Luz e Benfica abordam «as últimas inovações»

“O ombro do desportista” é o tema do curso teórico-prático, que decorre entre 8 e 9 de novembro, nas instalações do Sport Lisboa e Benfica e no Auditório do Hospital da Luz, em Lisboa.

O evento é organizado pelo Grupo de Cirurgia do Ombro e do Cotovelo do Hospital da Luz e pelo Human Performance Department do Sport Lisboa e Benfica e conta também com o patrocínio da EXS Exercise School.

Eduardo Carpinteiro, coordenador do Grupo da Cirurgia do Ombro e Cotovelo do Hospital da Luz, é o responsável, juntamente com Raul Alonso, ortopedista do Grupo, pelo evento que se destina a médicos, enfermeiros, fisioterapeutas e preparadores físicos.



Raul Alonso e Eduardo Carpinteiro

“O objetivo é dar a conhecer o estado da arte nesta área tão importante, sobretudo quando estamos perante atletas de alta competição, que precisam de recuperar das lesões o quanto antes e, de preferência, voltando à sua performance anterior”, referiu, em declarações à Just News.

Uma condição que é possível hoje em dia: “O nosso Grupo tem cerca de 12 anos e temos acompanhado a evolução nesta área, que tem sido fantástica. Os desportistas conseguem, de facto, recuperar totalmente do ponto de vista físico, o que é essencial para a sua carreira.”

No curso serão assim abordadas "as últimas inovações nas mais variadas patologias", tais como discinesia

escapulo-umeral, luxações da acrómio-clavicular, bicipite e coifa dos rotadores e instabilidade anterior do ombro.

O ortopedista enfatiza ainda a participação de oradores estrangeiros. “Contamos com Abel Hachem (Barcelona, Espanha), que abordará o importante (sobretudo nos atletas) e complexo tema da discinesia escapulo-umeral e Felyx Dyma (Münster, Alemanha) que vai falar sobre “Ortobiológicos: O que há de novo e útil no tratamento dos atletas com patologia do ombro?”.”



Logo no primeiro dia, 8 de novembro, terão lugar dois workshops, um sobre “Ecografia” e outro sobre “Prevenção de lesões do ombro: desde a avaliação clínica até aos protocolos de trabalho instrumentado do ombro”.

“O da Ecografia é inédito neste tipo de cursos e destina-se apenas a médicos interessados na técnica, sendo da responsabilidade da Unidade Musculoesquelética do Hospital da Luz Lisboa, que tem uma equipa altamente especializada nesta área, o que é uma enorme mais-valia.”



Papel dos profissionais do exercício na prevenção das lesões

No caso do workshop sobre prevenção, "um tema importante para qualquer profissional de saúde ou do desporto", Raul Alonso realça a sua relevância "para fisioterapeutas, enfermeiros e preparadores físicos".

Neste contexto, é de salientar a parceria entre o Hospital da Luz e a Exercise School, "fundamental para complementar a formação dos personal trainers e preparadores físicos para que possam atuar na prevenção de possíveis lesões".



Como referiu, "quem pratica exercício sem ser de alta competição não tem um elevado risco de ter uma lesão grave no ombro, mas, ultimamente, há cada vez mais pessoas a optarem por desportos com maior impacto e intensidade e daí a importância da prevenção".

O programa pode ser consultado [aqui](#).
As inscrições podem ser efetuadas [aqui](#).