



CERTIFICADO DE ESTUDIOS

La Federación Española de Actividades Dirigidas y Fitness, a través de su Delegación FEDA CENTRAL certifica que:

Don/Doña: **JOSE ANTONIO RODRÍGUEZ CRESPO** , con DNI/IDC:
48941054K

Ha cursado satisfactoriamente la formación no reglada que se detalla, a continuación, resultando como APTO:

Formación:

**Certificado Feda, en Readaptación de Lesiones Deportivas
en Sala Fitness y Entrenamiento Personal**

Carga Horaria: 100 horas

Formato: Online

Fecha Finalización: 09-09-2025

La realización de esta formación no reglada, le capacita, con conocimientos necesarios para desarrollar su labor en el Área mencionada, de manera satisfactoria, acorde a las exigencias del Plan Formativo FEDA

La Delegación FEDA CENTRAL expide el presente certificado, para que se presente como documento anexo, en las diligencias, en las que sea requerido, a petición del interesado y con la autorización de la Presidencia de la Federación Española de Actividades Dirigidas y Fitness.

CONTENIDOS DE LA FORMACIÓN

1. PRINCIPIOS DE LA RECUPERACIÓN Y READAPTACIÓN

DEPORTIVA

- Recuperación, readaptación y reentrenamiento
- Clasificación de lesiones
- Anamnesis y pruebas complementarias
- Electroterapia

2. TRATAMIENTO DE LESIONES

• 2.1. Lesiones de tobillo y pie

- Anatomía de tobillo y pie
- Esguinces de ligamentos del tobillo
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Artrosis de tobillo
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Tendinopatía del tendón de Aquiles
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Fascitis Plantar
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico

• 2.2. Lesiones de rodilla

- Anatomía de la rodilla
- Esguinces de ligamentos de la rodilla
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Condropatía y condromalacia rotuliana
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Lesión meniscal
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Artrosis de rodilla
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Tendinopatía cuadriceps
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico

• 2.3 Lesiones de cadera

- Anatomía de la cadera
- Necrosis cabeza del fémur
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Artrosis de cadera
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Osteopatía de pubis o pubalgia
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Síndrome del piramidal
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Trocánteritis
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico
- Lesión del psoas y labrum
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
- Diseño de programa de readaptación específico

• 2.4. Lesiones del hombro



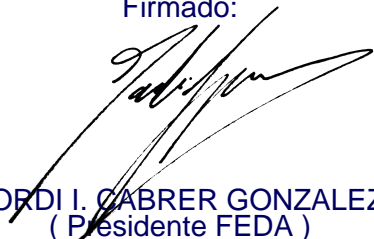
- Anatomía del hombro
- Tendinopatía del manguito de los rotadores
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico
- Inestabilidad del hombro
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico
- Bursitis subacromial
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico
- 2.5 Lesiones y alteraciones de la columna vertebral
 - Anatomía de la columna vertebral
 - Cadenas musculares y músculos estabilizadores del raquis
 - Escoliosis
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico
 - Hipercifosis
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico
 - Hiperlordosis
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico
 - Fisura, protusión y hernia discal
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico
 - Espondilolisis y espondilolistesis
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico
 - Rectificación vertebral
 - Etiología
 - Sintomatología
 - Tratamiento
 - Diseño de programa de readaptación específico

Firmado:



Responsable Delegación

Firmado:



JORDI I. CABRER GONZALEZ
(Presidente FEDA)