

ÍNDICE

Introducción, 7

PARTE I. Descripción de las lesiones, 11

CAPÍTULO I. Lesiones de la extremidad superior, 13

Lesiones del hombro. Lesiones del brazo. Lesiones del codo. Lesiones de la muñeca y mano.

CAPÍTULO II. Lesiones del tronco, 25

Lesiones de la zona torácica. Lesiones del cinturón abdomino-lumbar. Lesiones de columna.

CAPÍTULO III. Lesión de la extremidad inferior, 35

Lesiones de la cadera. Lesiones del muslo. Lesiones de la rodilla. Lesiones de la pierna. Lesiones del tobillo y pie. Accidentes deportivos con repercusión respiratoria o cardiorrespiratoria.

PARTE II Ejercicios de recuperación, 65

CAPÍTULO I. Readaptación de la extremidad superior, 67

Readaptación deportiva de la movilidad articular del hombro. Readaptación deportiva de la movilidad articular del codo. Readaptación deportiva de la movilidad articular de la muñeca. Readaptación deportiva de la movilidad de la mano.

CAPÍTULO II. Readaptación del tronco, 113

Readaptación deportiva de la movilidad torácica. Readaptación deportiva de la movilidad abdominal. Readaptación deportiva de la movilidad dorsal. Readaptación deportiva de la movilidad lumbar.

CAPÍTULO III. Readaptación de la extremidad inferior, 197

Readaptación deportiva de la movilidad articular de la cadera. Readaptación deportiva de la movilidad articular de la rodilla. Readaptación deportiva de la movilidad articular del tobillo. Readaptación deportiva de la movilidad del pie.

CAPÍTULO IV. Readaptación de las desalineaciones vertebrales, 275

Ejercicios físicos de readaptación de la movilidad cervical. Ejercicios físicos de readaptación de la escoliosis dorso-lumbar. Ejercicios físicos de readaptación de la hiperlordosis lumbar. Natación terapéutica.

Bibliografía, 305