



Brian Waterman, MD

SPORTS MEDICINE & ORTHOPEDICS

TRANSFERENCIA DE PECTORALIS MAYOR PARA EL PROTOCOLO PT ALEANTE ESCAPULAR

Nombre fecha: _____

Diagnóstico: _____

Fecha de la cirugía _____

Frecuencia: 1 2 3 4 veces/semana

Duración: 1 2 3 4 5 6 Semanas

Semanas 0-3:

- Cabestrillo durante 6 semanas
- Ejercicio de péndulo, rango de movimiento del codo y la muñeca, fortalecimiento del agarre
- Sin resistencia

Semanas 3-6:

- 90 FF / 20 ER de lado, PROM Supino solo con escápula estabilizada

Semanas 6-12:

- 140 FF / 40 ER al costado/ 80 ABD, avance según lo tolere
- Los ejercicios isométricos pueden comenzar a las 8 semanas

12 Semanas a 6 Meses: •

- Entrenamiento con pesas resistido.

Comentarios:

Evaluación de Capacidad Funcional Endurecimiento por trabajo/Acondicionamiento por trabajo Enseñar HEP

Modalidades:

Estimulación eléctrica Ultrasonido Iontoforesis Fonoforesis
 DIEZ Calor antes/después Hielo antes/después Masaje de puntos gatillo
 A discreción del terapeuta
 Otro _____

Firma: _____

Fecha: _____