



**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: \_\_\_\_\_