

# ERGODINÀMICA

## EN QUÈ CONSISTEIX?

L'ergodinàmica d'un ésser humà és la forma en què aquest es desplaça sobre els peus, sigui caminant, corrent o realitzant qualsevol mena d'exercici o esport. **Aquesta busca l'estabilitat i el màxim equilibri del suport de la superfície del peu.**

El problema ve quan es produeix alguna alteració, ja sigui per lesió, adquirida amb el pas del temps o per herència, en el recolzament dels peus. Amb el pas dels anys, aquestes alteracions poden desencadenar en degeneracions articulars i múscul-esquelètiques.

## QUÈ ÉS L'ESTUDI BIOMECÀNIC DE LA MARXA?

L'estudi biomecànic de la marxa és l'exploració en la qual analitzem, mitjançant la més avançada tecnologia, el comportament de genolls, malucs i columna mitjançant el funcionament dels peus en estàtic i en dinàmic, el que ens permet identificar i tractar les causes biomecàniques que produeixen alteracions.

# ERGODINÀMICA

**FMG**  
FISIOMÈDIC GRUP

*més*  
**FISIOMÈDIC**  
GRUP

Avda. Lluís Pericot, 49 - 17003 Girona  
T. 972 21 47 41 (ext. 2)

**FMG**  
FISIOMÈDIC GIRONA

Avda. Lluís Pericot, 51 - 17003 Girona  
T. 972 21 47 41

**FM+**  
FISIOMÈDIC CLÍNICA GIRONA

C. Barcelona 204-206 - 17005 Girona  
T. 972 22 62 55

**FM+**  
FISIOMÈDIC BOFILL

C. Juli Garreta, 10 - 17002 Girona  
T. 972 43 62 62

**FMF**  
FISIOMÈDIC FIGUERES

C. Sant Llàtzer, 4 - 17600 Figueres  
T. 872 55 09 88

**FMO**  
FISIOMÈDIC OLOT

C. Marià Vayreda, 7 - 17800 Olot  
T. 972 65 64 17

**FML**  
FISIOMÈDIC LLORET

Avda. Josep Pla Casadevall, 14-16  
17310 Lloret de Mar - T. 872 22 77 77

**FME**  
FISIOMÈDIC TERRES DE L'EBRE

Avda. de la Ràpita, 92 - 43870 Amposta  
T. 977 90 07 00

**FMT**  
FISIOMÈDIC TRÀNSITS

C. Barcelona 204-206 - 17005 Girona  
T. 972 22 82 62



[fisiomedicgrup.cat](http://fisiomedicgrup.cat)

CENTRES ACREDITATS PER

Generalitat de Catalunya  
Departament de Salut

Unió de Federacions  
Esportives de Catalunya

UNESPA  
ASOCIACIÓN  
ESPAÑOLA  
DEL SEGURO

Col·legi  
de Fisioterapeutes  
de Catalunya

AEFO  
Asociación Española  
de Fisioterapia Oncológica

ACEFIC

FEDERACIÓ  
CATALANA  
DE FUTBOL

Sociedad Española de  
Tratamientos con Ondas de Choque

aces  
ASOCIACIÓN  
ESPAÑOLA  
DE SEGURO

FINAEM  
Fisioterapia Nacional Empresarial

rne  
Registro de  
Nacionalidad  
de España

EFFO  
FEDERACIÓN  
ESPAÑOLA  
DE FISIOTERAPIA  
POR CONTACTO

*més* **FISIOMÈDIC**  
GRUP

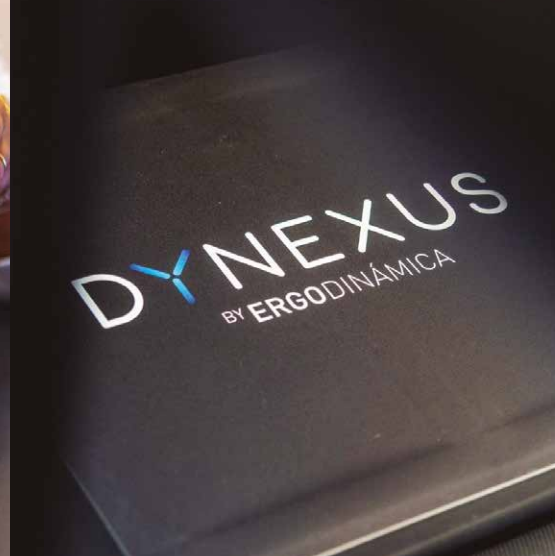
# ESTUDI BIOMECÀNIC DE LA MARXA 4D I PLANTILLES PERSONALITZADES



# ERGODINÀMICA

## L'ESTUDI BIOMECÀNIC DE LA MARXA CONSTA DE LES SEGÜENTS FASES:

1. Entrevista amb el pacient en la qual valorem el seu historial clínic de lesions, activitat diària, esports que practica així com calçat que utilitza.
2. Observem i filmem el pacient caminant i en carrera amb el calçat posat, d'aquesta manera analitzem els eixos mecànics i determinem possibles desequilibris o desajustos que puguin desencadenar en lesions o patologies.
3. Veiem al pacient caminant descalç per veure com actuen els dits i la musculatura del peu en acció.
4. Estudi dinàmic de l'empremta plantar mitjançant la plataforma de pressions, en què analitzem la repartició de càrregues que efectua el cos sobre del peu en moviment.
5. Exploració múscul-esquelètica on valorem l'estat de la columna, la musculatura i les seves asimetries, així com l'estat tendinós i la posició global del cos.
6. Visionat de la filmació amb el pacient en el qual descrivim gràficament les alteracions detectades i el seu possible tractament amb plantilles personalitzades.



## PATOLOGIES PROVOCADES PER ALTERACIONS

- Peus valgus
- Peus cavos
- Peus plans
- Genu varo
- Escoliosis
- Peus adductos
- Metatarsàlgia
- Tendinitis
- Fascitis plantars
- Condropaties
- Esperons
- Periostitis
- Lumbàlgia
- Sobrecàrregues musculars
- Dits en garra
- Gonartrosis



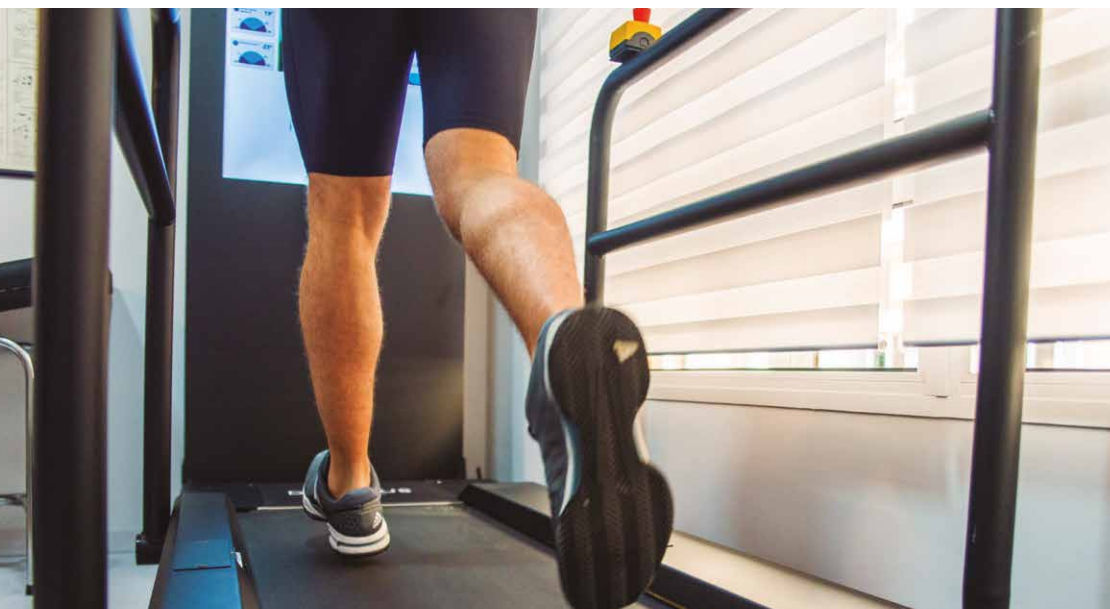
## PER QUÈ HE DE FER-ME UN ESTUDI BIOMECÀNIC?

- ✓ Elimina dolors articulars i musculars
- ✓ Més i millor mobilitat
- ✓ Millora l'estabilitat
- ✓ Proporciona qualitat de vida
- ✓ Augmenta el rendiment físic natural i esportiu
- ✓ Corregeix mals hàbits posturals
- ✓ Ajuda a prevenir lesions

Molts problemes de l'aparell locomotor no són causats per traumatismes directes sinó per problemes de la nostra manera de caminar, córrer o estar dret. En molts casos no s'és capaç de diagnosticar amb proves complementàries com radiografies, ressonàncies magnètiques, etc. Els estudis biomecànics són la millor opció per a determinar les causes d'aquests problemes.



[www.fisiomedicgrup.cat](http://www.fisiomedicgrup.cat)



LA SALUT ESTÀ ALS TEUS PEUS