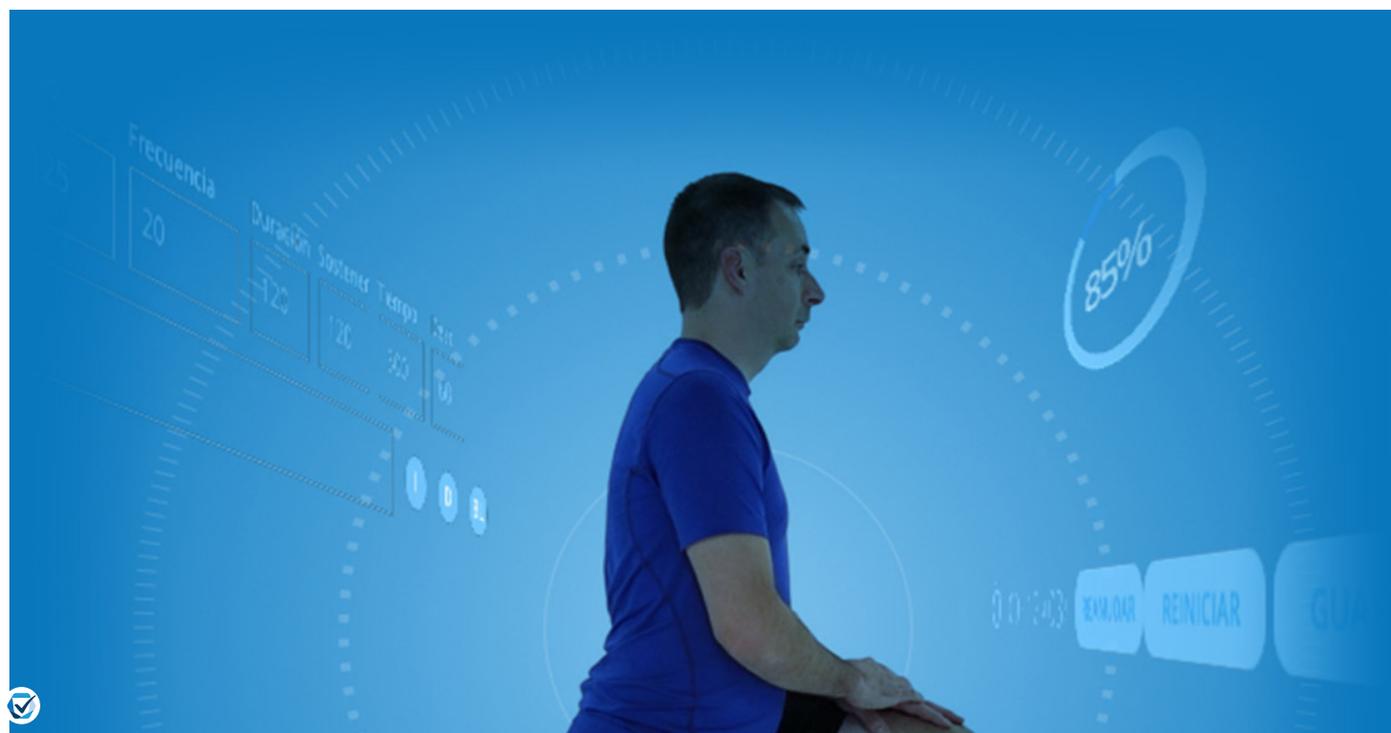


# SOFTWARE DE EJERCICIOS DE FISIOTERAPIA

El programa de ejercicios en casa de Physiotec combina tecnologías innovadoras y ha sido diseñado por expertos con una solución "todo en uno".

Hacemos que sea fácil construir en segundos un programa de ejercicios en casa, con videos instructivos perfectamente diseñados. Las mejoras incorporadas reducirán su carga de trabajo. Además, nuestro software motiva a sus pacientes y mejora los resultados, con herramientas de seguimiento y análisis detallados. Vea cómo nuestro programa de ejercicios completo y adaptable puede llevar su clínica al siguiente nivel.

**¡COMIENCE SU PRUEBA GRATUITA AHORA!**



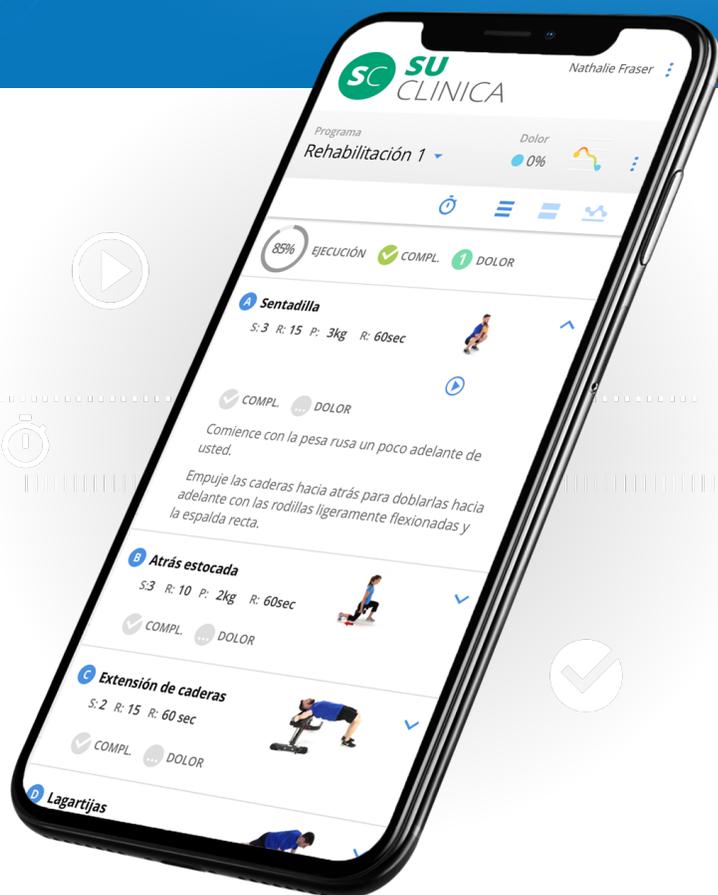
# EMPODERAMIENTO. FÁCIL DE USAR. SUS PACIENTES SE LO AGRADECERÁN.

El programa de ejercicios en casa de Physiotec le ayuda a comunicar los ejercicios con videos sorprendentes e instrucciones paso a paso, motivando a los pacientes a mantenerse en el camino correcto. Los terapeutas pueden controlar el cumplimiento del programa de los pacientes, los niveles de dolor y mucho más. Estimule la confianza del paciente, mejore los resultados y revolucione su práctica de rehabilitación.

## Una aplicación intuitiva

Sus pacientes pueden acceder a tutoriales en vídeos de alta calidad, funciones de seguimiento atractivas y mucho más. Disponible en cualquier dispositivo móvil o navegador web.

**VEA CÓMO FUNCIONA**



## Impresiones fáciles de seguir



Cree impresiones de las instrucciones paso a paso con la marca de su clínica. Escoja entre varias opciones de diseño



para satisfacer las necesidades de sus pacientes.

## VEA EJEMPLOS DE IMPRESIONES



**SU CLINICA**  
Avenida Molano, no.24  
Santo Domingo,  
República Dominicana  
8095930004

**Ciente: Alejandro García**  
hep.physiotec.ca  
Nombre de usuario : g7f72thuvr3yq2f  
Contraseña : zHR9lBxc  
Fortalecimiento 1

**Notas:** Asegúrate de que todos los ejercicios estén hechos en control.

---

**1- Zancadas adelante, caminar** - Series:2 / Repetición:10 / Descanso:60s




Párese con las rodillas a la altura de las caderas, dé un paso adelante y flexione la rodilla y la cadera formando un ángulo de 90 grados. Mantenga el tronco y la pelvis estables y el pie de adelante alineado con la rodilla y la cadera, al momento de dar el paso adelante. Lleve el pie de atrás adelante para dar otro paso y repita según las instrucciones.

---

**2- Fortalecimiento en sentadillas** - Series:2 / Repetición:10 / Descanso:60s




Párese delante de una mesa con una silla detrás de usted. Apóyese en la mesa si es necesario, siéntese en la silla lentamente y con control manteniendo la espalda recta y doblando al nivel de las caderas solamente (no arquee la espalda). Vuelva a levantarse flexionando las caderas, empujando con los talones y activando los glúteos y los abdominales. Repita.

---

**3- Puente de glúteos** - Series:2 / Repetición:10 / Sostener:5




Acuéstese boca arriba con las rodillas flexionadas. Levante las caderas del suelo, contrayendo los glúteos, hasta que el tronco quede alineado con las piernas. Vuelva a la posición inicial y repita.

---

**4- Extensión invertida de una pierna** - Series:1 / Repetición:12




Acuéstese boca abajo sobre una mesa de manera que sus caderas queden colgando sobre el borde y sus piernas en el piso. Sostenga la mesa para estabilizarse. Mantenga su espalda recta y la cabeza alineada con la columna vertebral, apriete los glúteos y levante una pierna solamente. Eleve la pierna a la altura de las caderas hasta que quede paralela al piso. Deje la otra pierna en el piso. No estire demasiado la parte baja de la espalda ni el cuello. Repita con la otra pierna.

---

**5- Tocar el suelo con el talón.** - Series:1 / Repetición:8 / Sostener:1s

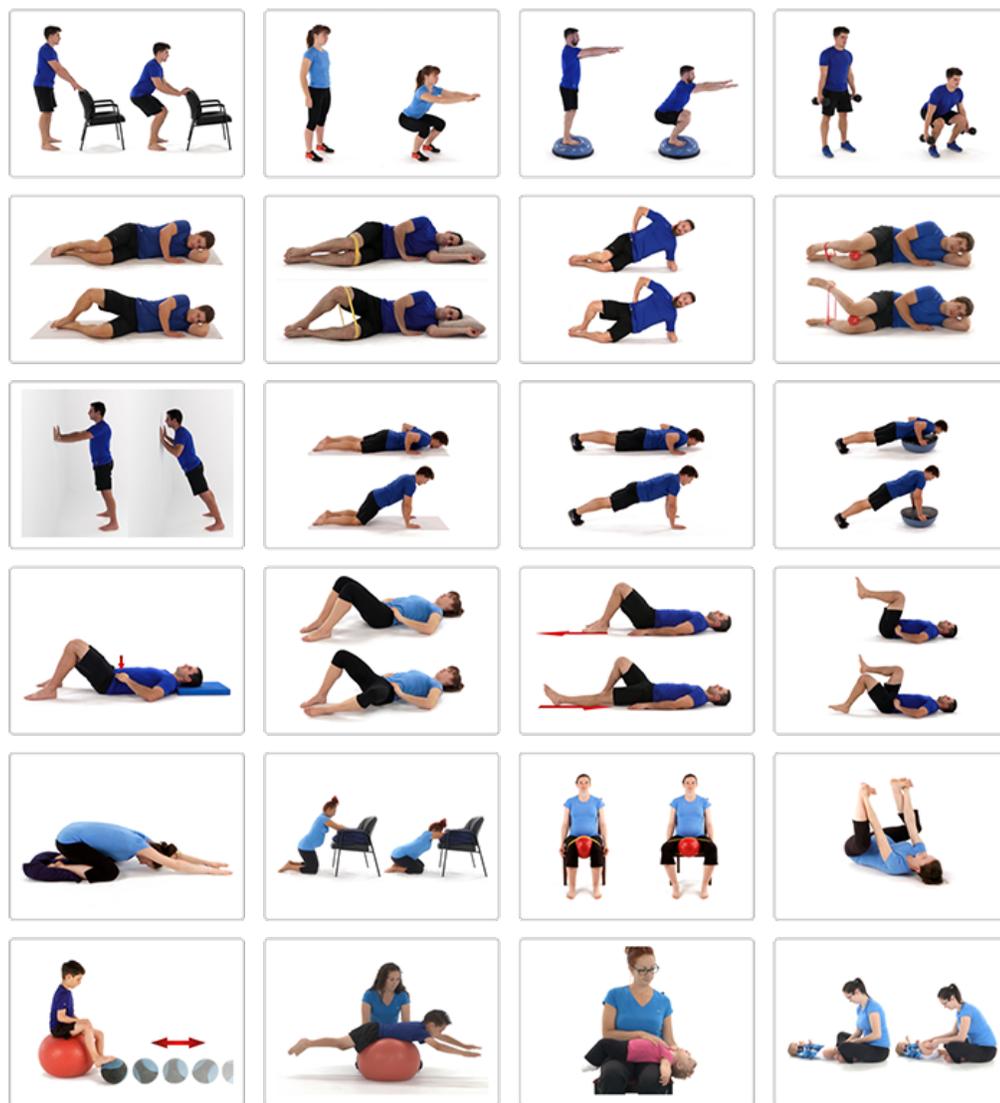



Acostarse boca arriba con las caderas y las rodillas a 90 grados. Mantener la espalda baja plana en el suelo y meter ligeramente el ombligo. Bajar una pierna a fin de tocar el suelo con el talón y regresar a la posición inicial, sin perder la contracción de los abdominales. Colocar los dedos de las manos sobre los huesos de las caderas para verificar la contracción. Repetir con la otra pierna.

Página 1/2  
 © Physiotec 1996 - 2019. Todos los derechos reservados

Preparado por: Patrick Lambert  
 Preparado en: 24 de octubre de 2018





## UNA BIBLIOTECA RICA Y MULTIDISCIPLINARIA AL ALCANCE DE SUS MANOS

Desde hace 25 años, Physiotec ha estado perfeccionando su biblioteca de ejercicios. Hoy en día, esa biblioteca funciona con tecnología de búsqueda altamente inteligente. Seleccione ejercicios de cualquiera de nuestras más de 20 secciones especializadas, desde geriatría hasta medicina deportiva. Busque y organice un programa de ejercicios personalizado en casa en cuestión de segundos, con imágenes y vídeos precisos y de alta calidad para que sus clientes lleguen al éxito.

**¡ECHE UN VISTAZO!**



## LA CREACIÓN DEL PROGRAMA ES MÁS FÁCIL QUE NUNCA

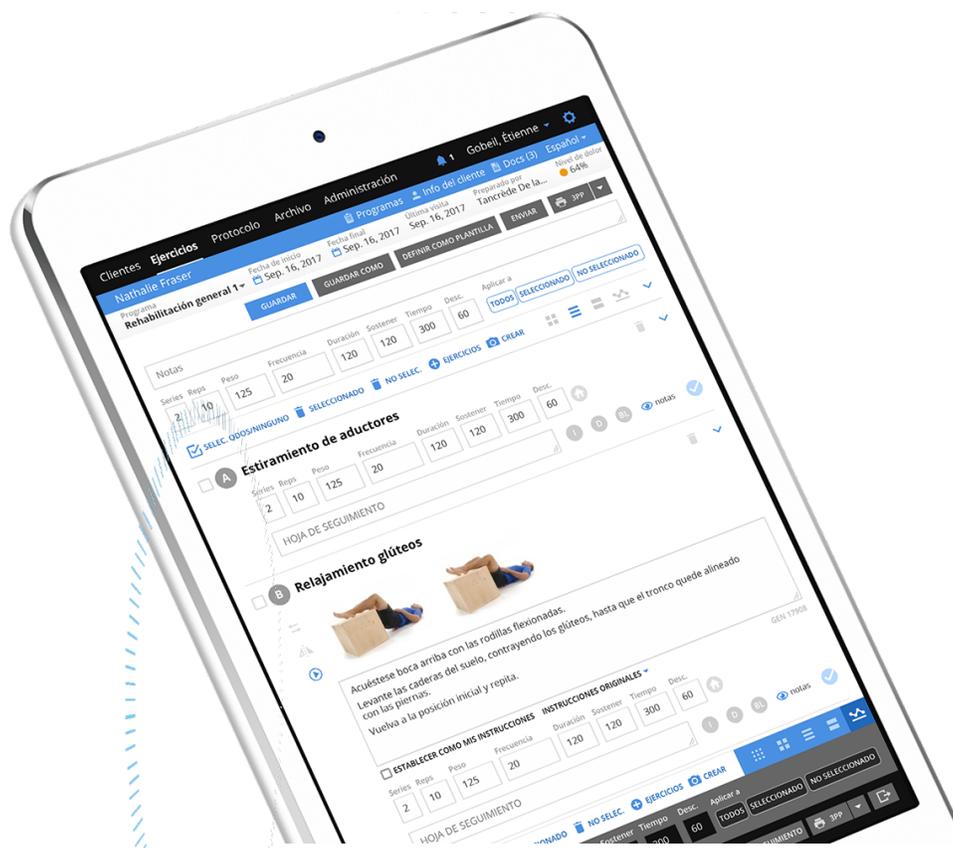
Con el programa de ejercicios en casa de Physiotec, usted obtiene todo un paquete: velocidad, simplicidad y exhaustividad.

La creación del programa de Physiotec le permite armar las rutinas de sus pacientes en cuestión de minutos.

Usted puede crear un programa desde cero o a partir de nuestra colección de modelos de plantillas. Así que si necesita un ejercicio específico para un caso especial o una preselección de ejercicios con condiciones comunes, nosotros lo tenemos asegurado. Es rápido y fácil personalizar los programas para satisfacer las necesidades específicas de cada paciente.

Desde los parámetros de ejercicio hasta las instrucciones especiales, nuestra tecnología inteligente garantiza que no se pase por alto ningún detalle. La retroalimentación de los profesionales en rehabilitación y de los pacientes impulsa nuestro desarrollo, permitiéndole a usted comunicar la información sobre el ejercicio de una manera fácil de entender y visualmente fascinante.

**¡COMPRUEBE LO SENCILLO QUE ES!**



Análisis del nivel de dolor

Más pasado Hoy





## **SUPERVISE EL PROGRESO DE LOS PACIENTES PARA MANTENERLOS EN EL BUEN CAMINO**

Con nuestro software de ejercicios, los profesionales pueden seguir más de cerca la recuperación de sus pacientes entre las visitas.

Nuestras capacidades de seguimiento le permiten recibir notificaciones sobre áreas problemáticas e hitos, en función de sus preferencias.

## **INTEGRACIÓN CONSTANTE SOFTWARE DE GESTIÓN CLÍNICA PARA FACILITAR SU TRABAJO**

Usted puede acceder al programa de ejercicios en casa de Physiotec directamente desde su software de gestión clínica.

Estamos integrados con más de 35 sistemas de gestión, esto significa que probablemente usted ya tiene la opción disponible en el historial de sus pacientes.

### **LO QUE PUEDE RASTREAR**

Quando haya activado la función, usted se beneficia de las capacidades de autenticación única y de un fácil acceso a la

documentación del programa del paciente. Nos comprometemos a ofrecer a los profesionales en rehabilitación herramientas intuitivas y de vanguardia para simplificar su flujo de trabajo, también ofrecemos opciones de integración personalizadas.

### **VER INTEGRACIONES DISPONIBLES**





## ACCIONE EL SITIO WEB DE SU CLÍNICA

Al integrar Physiotec a su página web, sus pacientes pueden ver sus programas de ejercicios en casa directamente desde su página web. Cada paciente tendrá su propio y único portal con acceso a vídeos de alta calidad, instrucciones detalladas, hoja de seguimiento y mucho más. Gracias al portal del paciente, ahora es mucho más fácil atraer tráfico a su página web, aumentar el conocimiento de la marca y conectar a sus clientes con su clínica. Usted puede esperar testimonios brillantes, más interacciones en las redes sociales y un aumento en las referencias de pacientes. ¡Su éxito es el nuestro!

**CONECTE SU SITIO WEB HOY MISMO**



**Inspira. Fortalece. Optimiza.**

Physiotec motiva a sus pacientes, optimiza su flujo de trabajo y destaca su marca. Hacemos que sea fácil realizar y compartir programas de ejercicios en casa. Fortalezca su clínica con nuestras herramientas de éxito ¡Ahora mismo!

---

**MENU** ▼

---

**EMPRESA** ▼

---

**ACCESO** ▼ [+1 866-301-3439](tel:+18663013439)[Política de privacidad](#)

[PRUEBA PHYSIOTEC  
GRATUITAMENTE](#)



[BOLETÍN  
INSCRIBIRSE](#)

