

Fisioteràpia de l'esport II

Dades generals

- **Descripció:** Descripció de les principals lesions així com els factors intrínsecs i extrínsecs que les provoquen. Conèixer les diferents fases de la lesió per a poder programar el procés de readaptació. Establir tasques funcionals segons l'especificitat esportiva.
- **Crèdits ECTS:** 3 Optativa
- **Idioma principal de les classes:** Català / Castellà
- **S'utilitza oralment la llengua anglesa en l'assignatura:** Gens (0%)
- **S'utilitzen documents en llengua anglesa:** Si (30%)
- **Durada:** Semestral (1r Semestre)
- **Curs:** 4rt
- **Professorat:** MARC MADRUGA, RAIMON PARDO, JULIA MARCO, MERCÈ MESTRE, DANIEL HERNANDEZ

Competències

Competències específiques:

A4- Explicar els principis i les teories de la física, la biomecànica, la Cinesiologia i l'ergonomia, aplicables a la fisioteràpia.

A6- Aplicar els principis ergonòmics i antropomètrics.

A10- Analitzar els factors que intervenen en el treball en equip i en situacions de lideratge.

A11- Identificar els aspectes generals de la patologia relacionada amb la fisioteràpia, de tots els aparells i sistemes amb els seus tractaments mèdics, quirúrgics, fisioterapèutics i ortopèdics.

A12- Identificar els canvis estructurals, fisiològics, funcionals i de conducta que es produeixen com a conseqüència de la intervenció de la fisioteràpia.

A15- Utilitzar les metodologies d'investigació i d'avaluació que permeten la integració de perspectives teòriques i experiències d'investigació en el disseny i implantació d'una fisioteràpia efectiva.

A16- Discutir les teories en què es basen la capacitat de resolució de problemes i el raonament clínic.

A27- Dissenyar el pla d'intervenció de fisioteràpia. Elaborar un Pla específic d'Intervenció de Fisioteràpia utilitzant habilitats de resolució de problemes i raonament clínic: d'acord amb els recursos disponibles; formulant els objectius d'intervenció amb l'usuari i, si escau, amb les persones significatives del seu entorn, recollint les seves expectatives respecte a l'atenció, seleccionant els protocols o procediments més adequats a l'atenció planificada i atenent els criteris d'adequació, validesa i eficiència.

A35- Incorporar la investigació científica i la pràctica basada en l'evidència com a cultura professional. Això inclou establir línies de recerca en l'àmbit de les competències de la professió i difondre-les en el grup de recerca, participar en el grup de recerca de l'entorn, difondre els treballs de recerca i les conclusions en la comunitat científica i professional, establir protocols assistencials de fisioteràpia basats en la pràctica per l'evidència científica, fomentar totes aquelles activitats professionals que comportin la dinamització de la recerca en fisioteràpia.

Competències transversals:

B1- Aprendre a aprendre

B3- Aplicar pensament crític, lògic i creatiu, demostrant dots d'innovació i motivació per la qualitat.

B4- Treballar de forma autònoma amb responsabilitat i iniciativa.

B5- Treballar en equip de forma col·laborativa i responsabilitat compartida en un equip de caràcter interdisciplinari mostrant habilitats en les relacions interpersonals.

B6- Comunicar informació, idees, problemes i solucions de manera clara i efectiva en públic o àmbit tècnic concrets.

Competències nuclears:

C1- Dominar en un nivell intermedi una llengua estrangera, preferentment l'anglès.

C2- Utilitzar de manera avançada les tecnologies de la informació i la comunicació.

C3- Gestionar la informació i el coneixement.

C4- Expressar-se correctament de manera oral i escrita en una de les dues llengües oficials de la URV.

C5- Comprometre's amb l'ètica i la responsabilitat social com a ciutadà i com a professional.

C6- Definir i desenvolupar el projecte acadèmic i professional que l'estudiant es planteja a la universitat.

Resultats d'aprenentatge

1. Conèixer la nomenclatura anatòmica i les generalitats de l'àrea de coneixement.
2. Conèixer les principals lesions, la gravetat lesiva i la seva repercussió.
3. Analitzar i descriure els mecanismes lesius i la tipologia de lesions.
4. Analitzar i descriure les fases del procés lesiu
5. Analitzar i descriure els factors de risc de lesions
6. Analitzar i executar mètodes de valoració en la readaptació.
7. Planificar processos de readaptació

Continguts

Tema 1.- Introducció

- Antecedents i estat actual de la readaptació com a especialitat dins l'esport.
- La readaptació en la recerca actual relacionada amb l'esport.

Tema 2.- Incidència lesiva.

- Concepte de lesió esportiva.
- Repercussió de salut, social i econòmica.
- Estudi i planificació del pla de prevenció i readaptació
- Localització corporal de les lesions més habituals.
- Gravetat lesiva.

Tema 3.- Mecanisme lesiu.

- Conceptes de lesió per mecanisme agut i lesió per sobreús
- Lesions amb contacte i sense contacte
- Lesions articulars habituals i mecanismes associats
- Lesions musculars habituals i mecanismes associats
- Lesions tendinoses habituals y mecanismes associats.
- Lesions òssies habituals i mecanismes associats

Tema 4.- Fisiopatologia. (Repàs)

- Alteració fisiològica produïda per la lesió
- Fases del procés lesiu: consecució de la curació del teixit.
- Evolució clínica de les lesions musculars.
- Evolució clínica de las lesions tendinoses.
- Evolució clínica de la lesió articular.

Tema 5.- Factors de risc.

- Classificació dels factors de risc
- Els factors de risc extrínsecs
- Factors intrínseca relacionats amb el procés de readaptació

Tema 6.- Planificació del procés de readaptació.

- Lesions Musculars
- Lesions articulars

Activitats

Tipus d'activitat	Hores amb professor	Hores sense professor	Total
Anàlisi / estudi de casos	5	10	15
Aprenentatge basat en problemes (PBL)	10	10	20
Classes expositives	10	0	10
Elaboració de treballs	2,5	7,5	10
Lectura / comentari de textos	0	10	10
Prova d'avaluació	0	5	5
Tutories	5	0	5
Total	32,5	42,5	75

Les dades que apareixen a la taula de planificació són de caràcter orientatiu, considerant l'heterogeneïtat de l'alumnat.

Avaluació i qualificació

Activitats d'avaluació

Activitat d'avaluació	Competències	Descripció de l'activitat	%
AV1 Examen	A4-6-11-15-16 B3-4-6 C1	Examen tipus test de respostes múltiples i de resolució de casos	50%
AV2 Treball en grup	A4-6-10-11-15-16- 27-35 B1-3-5-6 C1-2-3-4-6	Treballs en grup. Treball en grup (2-3 persones).	15%
AV3 Pràctiques	A6-10-11-12-15- 35 B1-2-4-5 C1-2-3-4-5	Pràctiques (Assistència obligatòria). És necessari assistir al 80% de les classes pràctiques per a poder optar a aquesta nota.	15%
AV4 Examen article	A16 B1-2-4-5 C1-2-3	2 Examen tipus test de respostes múltiples en relació a articles científics analitzats (10%-10%)	20%

Qualificació

Avaluació Contínua:

-Si l'alumnat suspèn alguna part de l'avaluació contínua es pot presentar només d'aquesta part a l'avaluació final i la nota que pot obtenir serà de 5 si aprova aquesta part segons normativa avaluació anterior.

-Cal treure un 4 a l'examen de l'avaluació continua per a fer mitja amb la resta de notes (Examen basat en preguntes tipus test i resolució de casos)

-L'alumne que no justifiqui el 20% de les faltes (requeriment per avaluació continua) anirà directament a la avaluació final.

- Cal treure un 4,5 al treball per a fer mitja amb la resta de notes (Treball escrit + presentació pòster). En cas de no superar aquesta es pot repetir, optant a un màxim de 5.

-Els exàmens d'articles fan mitja (sobre un 20%) amb la resta de qualificacions.

L'avaluació continua s'aprovarà si l'alumne obté un 5 amb la suma dels diferents percentatges

Avaluació Final:

-L'alumne que no justifiqui el 20% de les faltes (requeriment per avaluació continua) anirà directament a la avaluació final. Qui Opti per anar directament a avaluació final.

Qui opti per accedir directament a la Avaluació final haurà de:

Realitzar examen final (50%) - Cal treure una nota igual o major a 5 per a poder aprovar l'assignatura. Nota màxima de l'examen 7,5

- Presentar TREBALL FINAL, havent realitzat un mínim de 2 tutories. (50%)
(no es guarda cap nota parcial d'aquestes parts pel següent curs)

Criteris específics de la nota No Presentat:

Es considerarà un alumne no presentat aquell que no es presenti a l'avaluació final no havent superat l'avaluació contínua.

Bibliografia

- Bahr, R., Engebretsen L (2009). *Sports injury prevention. Handbook of Sports medicine and Science*. . UK: Wiley-Blackwell.
- Bahr, R., Maehlum, S. (2007). *Lesiones Deportivas. Diagnóstico, tratamiento y rehabilitación*. . Madrid: Panamericana.
- Nacleiro, F. (2010). *Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes*. . Panamericana.
- Pfeiffer, R.P., Mangus, B.C. (2007). *Las lesiones deportivas*. Paidotribo.
- Romero, D., Tous, J. (2012). *Prevención de lesiones en el deporte*. Panamericana.
- McGill, S. M. (2009). *Ultimate back fitness and performance*. Madrid: HISPANO EUROPEA.

Assignatures recomanades

- Biomecànica clínica
- Principis de l'exercici físic