

FISIOTERAPIA DEL DEPORTE Y - FUNDAMENTOS BÁSICOS DE TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO

datos generales

- **Descripción:** Conocer las principales lesiones deportivas. Abordar distintos tipos de lesiones deportivas des de una perspectiva terapéutica y activa, invitando al alumno a leer e investigar sobre la literatura científica más actual en el día a día de la fisioterapia deportiva. Conocer las diferentes fases de la lesión.
- **Créditos ECTS:** 3 Optativa
- **Idioma principal de las clases:** Catalán / Castellano
- **Se utiliza oralmente la lengua inglesa en la asignatura:** Nada (0%)
- **Se utilizan documentos en lengua inglesa:** Si (30%)
- **duración:** Semestral (2º Semestre)
- **curso:** 3º
- **profesorado:** JAUME GUERRA SÁNCHEZ y JAVIER SANTILLANA

competencias

Competencias específicas:

A10- Analizar los factores que intervienen en el trabajo en equipo y en situaciones de liderazgo.

A12- Identificar los cambios estructurales, fisiológicos, funcionales y de conducta que se producen como consecuencia de la intervención de la fisioterapia (Trabajo activo)

A15- Utilizar las metodologías de investigación y de evaluación que permiten la integración de perspectivas teóricas y experiencias de investigación en el diseño e implantación de una fisioterapia efectiva.

A33- Relacionarse de forma efectiva con todo el equipo pluridisciplinar. Esto incluye establecer los objetivos de fisioterapia en el equipo, recoger, escuchar y valorar las reflexiones del resto del equipo pluridisciplinar sobre sus actuaciones, aceptar y respetar la diversidad de criterios del resto de los miembros del equipo, reconocer las competencias, habilidades y conocimientos del resto de los profesionales sanitarios, participar e integrarse en los trabajos del equipo en sus vertientes científicas y profesionales, así como de relación con los familiares, grupos de interés e instituciones, hacer de la comunicación y el respeto a los profesionales las herramientas para superar los conflictos interprofesionales y de competencias.

A35- Incorporar la investigación científica y la práctica basada en la evidencia como cultura profesional. Esto incluye establecer líneas de investigación en el ámbito de las competencias de la profesión y difundirlas en el grupo de investigación, participar en el grupo de investigación del entorno, difundir los trabajos de investigación y las conclusiones en la comunidad científica y profesional, establecer protocolos asistenciales de fisioterapia basados en la práctica por la evidencia científica, fomentar todas aquellas actividades profesionales que comporten la dinamización de la investigación en fisioterapia.

Competencias transversales:

B1- Aprender a aprender.

B2 Trabajar de forma autónoma con responsabilidad e iniciativa.

B5- Trabajar en equipo de forma colaborativa y responsabilidad compartida en un equipo de carácter interdisciplinario mostrando habilidades en las relaciones interpersonales.

B10- Desarrollar la capacidad para organizar y dirigir equipos de trabajo de manera efectiva y eficiente.

Competencias nucleares:

- C1- Utilizar de forma avanzada las tecnologías de la información y la comunicación.
- C2- Gestionar la información y el conocimiento.
- C3- Expresarse correctamente de forma oral y escrita en una de los dos lenguas oficiales de la URV
- C4- Comprometerse con la ética y la responsabilidad social como ciudadano y como profesional.

Resultados de aprendizaje

1. Conocer la nomenclatura anatómica y las generalidades del área de conocimiento.
2. Conocer las principales capacidades físicas
3. Conocer los principales medios y métodos trabajo activo en fisioterapia.
4. Analizar los diferentes modelos de programación
5. Analizar y describir los factores de riesgo de lesiones
6. Analizar y ejecutar métodos de valoración en la recuperación del deportista.
7. Crear tareas de trabajo activo en el seguimiento de la lesión.
8. Aplicar los recursos adquiridos en las diferentes áreas.

contenidos

Tema 1.- Introducción

- Contextualización básica: readaptación, rehabilitación, entrenamiento, tratamiento.
- Actualidad de la fisioterapia deportiva
- Equipo Multidisciplinar

Tema 2.- Lesiones en campo deportivo

- Primera atención al deportista, valoración.
- Primeros auxilios.

Tema 3.- Epidemiología de lesiones Deportivas.

Tema 4.- Programas de prevención (realidad actual)

Tema 5. Importancia del trabajo de fuerza

- Trabajo excéntrico
- Control neuromuscular
- Estabilidad lumbopélvica

Tema 5. Lesión deportiva

- Recuperación
- Readaptación

Tema 6. Lesión muscular

- Bases conceptuales.
- Fisiopatología de las lesiones musculares.
- Clasificación.
- Proceso de regeneración y cicatrización.
- Diagnóstico y valoración.
- Pautas de tratamiento (cuádriceps - m.isquiosural - tríceps sural)
- Reeduación funcional Deportiva.
- Criterios alta fisioteràpia.

Tema 6.- Lesió tendinosa

- Bases conceptuales.
- Fisiopatología de las tendinopatías.
- Clasificación.
- Diagnóstico y valoración.
- Pautas de tratamiento (rotuliano, aquiles, supraespinoso).
- Reeducción funcional Deportiva.
- Criterios alta fisioterapia.

Tema 7.- Lesió articular.

- Lesió ligamento cruzado anterior.
 - bases conceptuales.
 - Fisiopatología.
 - Clasificación
 - Diagnóstico y valoración.
 - Pautas de tratamiento.
 - Reeducción funcional deportiva.
 - Criterios alta fisioteràpia.
- Lesió condropatía rotuliana y aquilea.
 - bases conceptuales.
 - Fisiopatología.
 - Clasificación.
 - Diagnóstico y tratamiento.
 - Pautas de tratamiento.
 - Reeducción funcional Deportiva.
 - Criterios alta fisioterapia .
- Lesió del cintura escapular.
 - Bases conceptuales.
 - Fisiopatología.
 - Clasificación.
 - Diagnóstico y tratamiento.
 - Reeducción funcional de deportiva.
 - Criterios alta fisioteràpia.

Tema 8.- Aplicación práctica según casos

actividades

Tipo de actividad	Horas con profesor	Horas sin profesor	total
Análisis / estudio de casos	5	10	15
Aprendizaje basado en problemas (PBL)	10	10	20
clases expositivas	10	0	10
Elaboración de trabajos	2,5	7,5	10
Lectura / comentario de textos	0	10	10
Prueba de evaluación	0	5	5
tutorías	5	0	5
total	32,5	42,5	75

Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad del alumnado.

Evaluación y calificación

Actividades de evaluación

Actividad de evaluación	competencias	Descripción de la actividad	%
AV1 examen	A10-12-15-33-35 B3-4-6 C1	Examen tipo test de respuestas múltiples y de resolución de casos	50%
AV2 Trabajo en grupo	A10-12-15-33-35 B1-3-5-6 C1-2-3-4-6	1 trabajos en grupo. Trabajo en grupo (2-3 personas). Resolución de caso práctico	15%
AV3 asistencia	A10-12-15-33-35 B1-2-4-5 C1-2-3-4-5	Asistencia obligatoria. Es necesario asistir al 80% de las clases prácticas para poder optar a esta nota	15%
AV4 talleres prácticos	A10-12-15-33-35 B1-2-4-5 C1-2-3-4-5	talleres prácticos	20%

calificación

Evaluación Continua:

- Tanto en la evaluación final como en la evaluación continua, hay que aprobar cada una de las partes (nota igual o mayor a 5) para poder hacer media y así aprobar la asignatura.
- Examen basado en preguntas tipo test y resolución de casos
- Trabajo en grupo: se dará un caso a resolver y habrá que hacer una búsqueda bibliográfica y resolver el caso expuesto.
- Asistencia: la asistencia al 80% de las clases es obligatoria. Hacer las entregas de los resúmenes, mapas conceptuales pertinentes
- Talleres Prácticos: sesiones de carácter práctico en el que se realizan propuestas de tareas, lecturas, análisis de tareas.
- El alumno que no justifique el 20% de las faltas (requerimiento para evaluación continua) irá directamente a la evaluación final.

Evaluación Final:

- Si el alumnado suspende alguna parte de la evaluación continua puede presentar sólo de esta parte en la evaluación final y la nota que puede obtener será de 5 si aprueba esta parte según normativa evaluación anterior.
- Examen basado en preguntas tipo test y resolución de casos (100%)
- Hay que sacar una nota igual o mayor a 5 para poder aprobar la asignatura.
- Nota máxima un 5.

Criterios específicos de la nota No Presentado:

Se considerará un alumno no presentado aquel que no se presente a la evaluación final no habiendo superado la evaluación continua.

Bibliografia

- Romero, D., Tous, J. (2012). Prevención de lesiones en el deporte. Panamericana.
- Bosco, C. (2000). Fuerza muscular. Aspectos metodológicos. Inde Publicaciones.
- Badillo, G. (2014). Bases de la programación del entrenamiento de fuerza. Inde Publicaciones.
- McGill, SM (2009). Ultimate back fitness and performance. Madrid: HISPANO EUROPEA.
- Brukner (2000)- Clinical sports medicine 5TH edition.

asignaturas recomendadas

- Biomecánica clínica
- Valoración II
- Anatomía I
- Patología quirúrgica