

## FISIOTERÀPIA DE L'ESPORT II

### Dades generals

- **Descripció:** En aquesta assignatura es descriuen les principals lesions així com els factors intrínsecs i extrínsecs que les provoquen. S'aborden les diferents fases de la lesió per a poder programar correctament el procés de readaptació i establir tasques funcionals segons l'especificitat esportiva.
- **Crèdits ECTS:** 3
- **Curs:** 4rt
- **Durada:** Semestral (1r Semestre)
- **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%)
- **Professorat:** Dr. Abraham Batalla Gavaldà i Sr. Josep Carles Peris

### Competències

#### Competències específiques:

**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.

**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.

### Resultats d'aprenentatge

1. Dissenyar un pla d'intervenció per a afavorir l'envelliment actiu.
2. Exposar en públic el disseny d'un programa per a afavorir l'envelliment actiu
3. Produir un text oral adequat a la situació comunicativa.
4. Diferenciar entre els diferents tipus de patologia esportiva. Enumerar i raonar el tractament de fisioteràpia en la patologia esportiva.

### Continguts

#### Tema 1.- Introducció

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

#### Tema 2. Importància del treball de força

1. Treball excèntric
2. Control neuromuscular

### 3. Estabilitat lumbo-pèlvica

#### Tema 3. Planificació i programació

1. Entrenament esportiu adaptat a la readaptació
2. Classificació i dinàmica de les càrregues de treball
3. Interconnexió de les càrregues de treball
4. Introducció a la planificació i programació de la readaptació esportiva

#### Tema 4. Valoracions i control del procés de readaptació

1. Els tests de camp adaptats a les habilitats de l'esport
2. identificar variables rellevants
3. Fiabilitat, validesa, objectivitat i precisió de les valoracions
4. Classificació de les valoracions
5. Planificació
6. Interpretació de les dades

#### Tema 5. Planificació del procés de readaptació en lesions musculars, tendinoses i articulars

1. Lesions musculars
  - 1.1. Readaptació de lesions en extremitats inferiors
  - 1.2. Readaptació de lesions en tronc
  - 1.3. Readaptació de lesions en extremitats superiors
2. Lesions articulars
  - 2.1. Readaptació de lesions en extremitats inferiors
  - 2.2. Readaptació de lesions en extremitats superiors
3. Lesions Tendinoses
  - 3.1. Readaptació de lesions en extremitats inferiors
  - 3.2. Readaptació de lesions en tronc
  - 3.3. Readaptació de lesions en extremitats superiors

### 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
<b>Total</b>	<b>32,5</b>	<b>42,5</b>	<b>75</b>

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	A11	Examen tipus test de respostes múltiples i de resolució de casos. A les preguntes tests les errònies descompten 0'33 i les no contestades ni sumen ni descompten.	50%
AV2 Treball en grup	A27	Treballs en grup. Treball en grup (2-3 persones). Treball escrit + pòster (15%+10%).	25%
AV3 Pràctiques	A11	Pràctiques (Assistència obligatòria). És necessari assistir al 80% de les classes pràctiques per a poder optar a aquesta nota. Lliurar memòria de pràctiques i altres activitats/tasques proposades en classe.	10%
AV4 Examen article	A11	2 Examen tipus test de respostes múltiples en relació a articles científics analitzats (10%-10%).	15%

### Qualificació

#### Avaluació Contínua:

- La nota a l'examen d'avaluació contínua mínima per a optar avaluació contínua és de 5 (Examen basat en preguntes tipus test i resolució de casos)
- L'alumne que no justifiqui el 20% de les faltes (requeriment per a avaluació contínua) anirà directament a l'avaluació final.
- S'ha d'obtenir un 5 en el Treball en grup per a fer mitjana amb la resta de notes (activitats i tasques proposades en classe com: pòster incidència lesiva i dades valoracions). En cas de no superar aquesta nota es pot repetir optant a un màxim de 5, igual que les activitats i tasques proposades en classe que no s'hagin aprovat.
- Els exàmens d'articles fan mitjana (sobre un 15%) amb la resta de qualificacions.
- L'avaluació contínua 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 contínua) anirà directament a l'avaluació final.
- Qui opti per a accedir directament a **avaluació final** tindrà que:
- Examen basat en preguntes tipus test i resolució de casos.
- Cal treure una nota igual o major a 5 per a poder aprovar l'assignatura.
- En les recuperacions Nota màxima un 5.
- Els alumnes que optin per a assistir a l'avaluació final hauran de realitzar examen final 50% i presentar un treball final (50%) havent realitzat 2 tutories obligatòries (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 ha realitzat menys del 50% de les activitats d'avaluació continuada o no s'ha presentat a l'avaluació final o a l'avaluació única.

## 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
- Fisioteràpia de l'esport I-Fonaments bàsics de teoria de l'entrenament