

FISIOTERAPIA DEL DEPORTE I – FUNDAMENTOS BÁSICOS DE TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO

Datos generales

- **Descripción:** Conocer las principales lesiones deportivas. Abordar distintos tipos de lesiones deportivas desde 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 (1er Semestre)
- **Curso:** 3
- **Profesor:** **Jaume Guerra Sánchez**
-

Competencias

Competencias específicas:

A2 Explicar los cambios fisiológicos y estructurales que se pueden producir como consecuencia de la aplicación de la fisioterapia.

A3 Discutir los factores que influyen sobre el crecimiento y desarrollo humanos a lo largo de toda la vida.

A7 Identificar los factores psicológicos y sociales que influyen en el estado de salud / enfermedad del individuo, familia y comunidad.

A8 Analizar la teoría de la comunicación de las habilidades interpersonales .

A11 Identificar los aspectos generales de la patología relacionada con la fisioterapia de todos los aparatos y sistemas con sus tratamientos médicos, quirúrgicos, fisioterapéuticos y ortopédicos.

A13 Definir las bases teóricas de la fisioterapia como ciencia y profesión. Enumerar los modelos de actuación en fisioterapia. Explicar las bases teóricas de las valoraciones, tests y comprobaciones funcionales: conocimiento de sus modalidades y técnicas, así como de la evaluación científica de la utilidad y efectividad. Aplicar el diagnóstico de la fisioterapia. Utilizar la metodología de la investigación aplicada a la fisioterapia.

A21 Enumerar los factores que intervienen en los problemas de desigualdad social y en las necesidades de salud de los diferentes grupos sociales.

A25 Valorar el estado funcional del paciente / usuario, considerando los aspectos físicos, psicológicos y sociales, por lo que deberá: a) recibir al paciente, recoger y valorar datos subjetivos manifestados por el usuario y / o las personas significativas de su entorno; b) aplicar los procedimientos adecuados de valoración en fisioterapia, lo que incluye ejecutar las pruebas eléctricas y manuales destinadas a determinar el grado de afectación de la inervación y de la fuerza muscular, las pruebas para determinar las capacidades funcionales, la amplitud del movimiento articular y las medidas de la capacidad vital; c) Identificar los datos y describir las alteraciones, limitaciones funcionales y discapacidades detectadas reales y potenciales; d) registrar de forma sistemática los datos significativos de la información recogida y expresarla de forma correcta a la historia clínica de fisioterapia.

A27 Diseñar el Plan de Intervención de Fisioterapia. Elaborar un Plan específico de Intervención de Fisioterapia utilizando habilidades de resolución de problemas y razonamiento clínico: de acuerdo con los recursos disponibles; formulando los objetivos de intervención con el usuario y, si procede, con las

personas significativas de su entorno, recogiendo sus expectativas respecto a la atención, seleccionando los protocolos o procedimientos más adecuados a la atención planificada y atendiendo a los criterios de adecuación, validez y eficiencia.

Resultados de aprendizaje

1. Producir un texto oral adecuado a la situación comunicativa.
2. Diferenciar entre los diferentes tipos de patología deportiva. Enumerar y razonar el tratamiento de fisioterapia en la patología deportiva.
3. Realizar la valoración en función del tipo de práctica deportiva. Conocer las diferentes técnicas en fisioterapia deportiva.
4. Poner en práctica de forma disciplinada los enfoques, métodos y experiencias que le propone el profesor.
5. Participar de forma activa y compartir información, conocimientos y experiencias. Actuar constructivamente para afrontar los conflictos del equipo.
6. Ser conscientes de la importancia de preservar la confidencialidad de toda la información personal relacionada con el usuario.
7. Participar de forma activa y compartir información, conocimientos y experiencias.
8. ser capaz de obtener, utilizar e interpretar la información científica a partir de las fuentes bibliográficas.
9. Extraer el sentido general de los textos que contienen información no rutinaria dentro de un ámbito conocido.
10. Evaluar críticamente la información y sus fuentes y la incorpora a la propia base de conocimientos y a su sistema de valores.

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

- trabaja excéntrico
- control neuromuscular
- Estabilidad lumbo- pélvica

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 fisioterapia

Tema 6.- Lesió tendinosa

- bases conceptuales
- Fisiopatología de las tendinopatías
- Clasificación
- Diagnóstico y valoración
- Pautas de tratamiento (rotuliano, aquiles , supraespinoso)
- Reeducación funcional deportiva
- Criterios alta fisioterapia.

Tema 7.- Lesió articular

- Lesió ligamento cruzado anterior
 - bases conceptuales
 - fisiopatología
 - clasificación
 - Diagnóstico y valoración
 - Pautas de tratamiento
 - Reeducación funcional deportiva
 - Criterios alta fisioterapia
- Lesió condropatía rotuliana y aquilea
 - bases conceptuales
 - fisiopatología
 - clasificación
 - Diagnóstico y tratamiento
 - Pautas de tratamiento
 - Reeducación funcional deportiva
 - Criterios alta fisioterapia
- Lesió del cintura escapular
 - bases conceptuales
 - fisiopatología
 - clasificación
 - Diagnóstico y tratamiento
 - Reeducación funcional de deportiva
 - Criterios alta fisioterapia

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 | A2 A3 A11 A13 A25 A27 | Examen tipo test de respuestas múltiples y de resolución de casos | 50% |
| AV2 Trabajo en grupo | A7 A21 A25 A27 | 1 trabajo en grupo. Trabajo en grupo (2-3 personas). Resolución de caso práctico | 15% |
| AV3 Asistencia | A8 | Asistencia obligatoria. Es necesario asistir al 80% de las clases prácticas para poder optar a esta nota | 15% |
| AV4 Talleres prácticos | A8 A21 A25 A27 | Talleres prácticos | 20% |

Calificación

Evaluación Continua:

- 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.
- Tanto en la evaluación final como en la evaluación continua, es necesario aprobar el apartado teórico (nota igual o mayor a 5) para poder hacer media y así aprobar la asignatura.
- En caso de que más de que el apartado teórico tuviera una nota igual o superior a 6, se permitiría hacer media con una tercera parte de los contenidos siempre que la nota fuera igual o superior a 4.

Evaluación Final:

- 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 .
- Si el alumnado suspende alguna parte de la evaluación continua puede presentarse 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.
- Nota máxima un 5.

Criterios específicos de la nota No Presentado:

Se considerará un alumno no presentado aquel que ha realizado menos del 50% de las actividades o no se ha presentado a la evaluación final o evaluación única.

Bibliografía

- 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, S. M. (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