

## FISIOTERAPIA DEL DEPORTE Y – 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
- **Curso:** 3r
- **Profesorado:** Dr. Abraham Batalla Gavalda i Sr. Josep Carles Peris.

### Competencias

#### Competencias específicas:

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

A3 Valorar 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 en 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

1. Antecedentes y estado actual de la readaptación como especialidad dentro del deporte
2. La readaptación en la investigación actual relacionada con el deporte

### Tema 2.- Incidencia lesiva

1. Concepto de lesión deportiva
2. Repercusión de salud, social y económica
3. Estudio y planificación del plan de prevención y readaptación
4. Localización corporal de las lesiones más habituales
5. Gravedad lesiva

### Tema 3.- Mecanismo lesivo

1. Conceptos de lesión por mecanismo agudo y lesión por sobre uso
2. Lesiones con contacto y sin contacto
3. Lesiones articulares habituales y mecanismos asociados
4. Lesiones musculares habituales y mecanismos asociados
5. Lesiones tendinosas habituales y mecanismos asociados
6. Lesiones óseas habituales y mecanismos asociados
7. Tecnopatías.

### Tema 4.- Fisiopatología

1. Alteración fisiológica producida por la lesión
2. Fases del proceso lesivo: consecución de la curación del tejido
3. Evolución clínica de las lesiones musculares
4. Evolución clínica de las lesiones tendinosas
5. Evolución clínica de la lesión articular

### Tema 5.- Factores de riesgo

1. Clasificación de los factores de riesgo
2. Los factores de riesgo extrínseco
3. Factores intrínsecos relacionados con el proceso de readaptación:

1. Las lesiones previas
2. La alteración propioceptiva
3. El déficit de fuerza
4. Capacidad de explosividad
5. La fatiga muscular
6. Laxitud articular
7. Diferencias de género
8. Alteraciones de patrones motores

### Actividades

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

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	CB1-2-3-4-5 A1-2-3-4 C2-3	Examen tipo test de respuestas múltiples y de resolución de casos. A las preguntas tests, las erróneas, descuentan 0'33 y las no contestadas ni suman ni descuentan.	50%
AV2 Trabajo en grupo	CB1-2-3-4-5 A-1-2-3-4-5-6 B2-5 C2-3-5	Trabajos en grupo. Trabajo en grupo (2-3 personas). Trabajo escrito + póster (15%+10%).	25%
AV3 Asistencia y participación en clase	CB1-2-3-4-5 A-1-4-6 B2-5 C2-3-5	Es necesario asistir al 80% de las clases para poder optar a esta nota. Entregar memoria de prácticas y otras actividades/tareas propuestas en clase.	10%
AV4 Examen artículo	B2-5 A1 -2-3-4	Examen tipo test de respuestas múltiples en relación a artículos científicos analizados .	15%

## Calificación

### Evaluación Continua:

- La nota al examen de evaluación continua mínima para optar evaluación continua es de 5 (Examen basado en preguntas tipo test y resolución de casos)
- El alumno que no justifique el 20% de las faltas (requerimiento para evaluación continua) irá directamente a la evaluación final.
- Se debe obtener un 5 en el Trabajo en grupo para hacer media con el resto de notas (actividades y tareas propuestas en clase como: póster incidencia lesiva y datos valoraciones). En caso de no superar esta nota se puede repetir optando a un máximo de 5, al igual que las actividades y tareas propuestas en clase que no se hayan aprobado.
- Los exámenes de artículos hacen media (sobre un 15%) con el resto de calificaciones, sin necesidad de obtener un 5 para que haga media.
- La evaluación continua se aprobará si el alumno obtiene un 5 con la suma de los diferentes porcentajes.

### Evaluación Final:

- El alumno que no justifique el 20% de las faltas (requerimiento por evaluación continua) irá directamente a la evaluación final.
- En las recuperaciones, tanto de trabajos como del examen, la NOTA máxima será un 5, es decir, toda nota que supere el 5 a uno de los trabajos o al examen de evaluación final, tendrá una nota final de aquel apartado en la asignatura, de 5 puntos.
- Quien opte por acceder directamente a **evaluación final** deberá avisar al profesor de la asignatura o a dirección del grado vía correo electrónico, durante los 15 primeros días después del inicio de la asignatura. En caso de no informar por esta vía durante los primeros 15 días, se pierde la posibilidad de ir a evaluación directa final, realizando desde ese momento evaluación continua.
- Los alumnos que opten por asistir a la evaluación final deberán realizar examen final 50% (nota mínima de 7 puntos) y presentar un trabajo final (50%) habiendo realizado 2 tutorías obligatorias (no se guarda ninguna nota parcial de estas partes para el siguiente curso).

### Criterios específicos de la nota No Presentado:

---

Se considerará un alumno no presentado aquel que ha realizado menos del 50% de las actividades de evaluación continuada o no se ha presentado a la evaluación final o a la 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 5<sup>TH</sup> edition.

### Asignaturas recomendadas

---

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