

Fisioteràpia en la Prevenció i en el Tractament de les Lesions Esportives 2014/2015

Codi: 103988

Crèdits: 6

Titulació	Tipus	Curs	Semestre
2500892 Fisioteràpia	OT	4	0

Professor de contacte

Nom: Manuel Torelló Vilar

Correu electrònic: Manuel.Torello@uab.cat

Utilització de llengües

Llengua vehicular majoritària: català (cat)

Grup íntegre en anglès: No

Grup íntegre en català: Sí

Grup íntegre en espanyol: No

Prerequisits

Tenir superades les assignatures dels cursos anteriors que facultin a l'estudiant a realitzar assignatures de 4rt de Grau

Objectius

L'objectiu principal de la assignatura es facultar a l'estudiant a establir una correcta valoració , exploració clínica de fisioteràpia d'un esportista lesionat , d'aquesta valoració inicial establir uns objectius concrets i assolibles i sapiguer estructurar i aplicar un pla terapèutic de fisioteràpia adaptat a cada tipus d'esportista / lesió per tal de afavorir la més acurada , eficaç i eficient rehabilitació del procés lesional .

També com a objectiu es plantejaran coneixements que facultaran l'estudiant a plantejar estratègies de fisioteràpia - activitat física que serveixin a l'esportista per fer un treball de prevenció de les lesions més freqüents a l'esport que practiqui .

Competències

- Demostrar que té coneixement de la morfologia, la fisiologia, la patologia i la conducta de les persones, tant sanes com malaltes, en el medi natural i social.
- Demostrar que té prou coneixement dels mètodes, procediments i actuacions fisioterapèutics encaminats a la realització d'activitats dirigides a la promoció i manteniment de la salut.
- Demostrar que té prou coneixement dels mètodes, procediments i actuacions fisioterapèutics, encaminats a la terapèutica clínica.
- Desenvolupar estratègies d'aprenentatge autònom
- Desenvolupar un pensament i un raonament crítics i saber comunicar-los de manera efectiva, tant en les llengües pròpies com en una tercera llengua.
- Determinar el diagnòstic de fisioteràpia segons les normes i amb els instruments de validació reconeguts internacionalment.
- Dissenyar el pla d'intervenció de fisioteràpia d'acord amb els criteris d'adequació, validesa i eficiència.
- Integrar, a través de l'experiència clínica, els valors ètics i professionals, els coneixements, les habilitats i les actituds pròpies de la fisioteràpia per resoldre casos clínics concrets en l'àmbit hospitalari, extrahospitalari, i de l'atenció primària i comunitària.
- Raonar amb sentit crític.
- Resoldre problemes.

- Treballar en equip.
- Valorar l'estat funcional del pacient considerant els aspectes físics, psicològics i socials.

Resultats d'aprenentatge

1. Aplicar els coneixements i competències adquirits per resoldre casos clínics, en l'àmbit dels pacients amb lesions relacionades amb l'esport.
2. Aplicar els mètodes i tècniques específics referits a les lesions en l'esport
3. Aplicar mètodes específics d'intervenció de fisioteràpia per prevenir possibles lesions en la pràctica esportiva.
4. Definir els objectius generals i específics per a l'aplicació del tractament *fisioterapèutic de les lesions relacionades amb l'esport.
5. Descriure i aplicar els procediments de valoració de fisioteràpia, a les alteracions produïdes per les lesions relacionades amb l'esport, i la seva possible repercussió funcional.
6. Descriure les circumstàncies que condicionen les prioritats d'actuació en el tractament fisioterapèutic de les lesions relacionades amb l'esport.
7. Desenvolupar estratègies d'aprenentatge autònom
8. Desenvolupar un pensament i un raonament crítics i saber comunicar-los de manera efectiva, tant en les llengües pròpies com en una tercera llengua.
9. Enumerar els diferents tipus de material i aparells utilitzats en el tractament *fisioterapèutic de les lesions relacionades amb l'esport.
10. Enumerar els tractaments mèdic-quirúrgics, fonamentalment en els seus aspectes fisioterapèutics i ortopèdics, que s'apliquen en les lesions esportives.
11. Establir una hipòtesi diagnòstica de fisioteràpia en l'àmbit dels pacients amb lesions relacionades amb l'esport.
12. Explicar la fisiopatologia de les lesions en l'esport.
13. Raonar amb sentit crític.
14. Resoldre problemes.
15. Treballar en equip.

Continguts

Programa de l'assignatura

Clases teòriques "pures"

- lesions més freqüents per cada tipus d'esport
- aspectes essencials de la biomecànica del gest esportiu a les principals articulacions- espatlla -genoll.
- característiques principals dels teixits anatòmics implicats en les lesions - articulacions - fisiopatologia lesional - etiopatogènia - fases biològiques de reparació dels diferents teixits i tècniques adaptades als mateixos
- aspectes essencials de prevenció de la lesió en l'àmbit de l'esport i aspectes de fisioteràpia a la recuperació post-esforç .
- estructuració d'un pla terapèutic basat en la exploració - valoració , establiment d'objectius terapèutics i elecció de les tècniques adequades
- valoració - tractament del genoll inestable per insuficiència dels estabilitzadors primaris . Establiment protocols
- l'espatlla de l'esportista , valoració i tractament .
- aspectes teòrics de tècniques específiques com massatge - estiraments - propiocepció -embenats funcionals/kinesiotape - tonificació/potenciació - diatermia - ones de xoc .

Clases teòrico-pràctiques

- tècniques adaptades a muscul - tendó - capsula - lligaments

- tonificació - potenciació - readaptació del gest esportiu
- valoració - tractament manual extremitat inferior
- valoració - tractament unitat coxo-femoral-lumbo-pelvica
- valoració - tractament columna vertebral cervico-dorsal
- valoració - tractament manual extremitat superior
- massatge - masoteràpia - teràpia manual
- estiraments del conjunt miotendinos - fascial
- aplicació pràctica de reeducació propioceptiva
- embenats funcionals - k-tape
- tècniques específiques d'electrotermoteràpia

Metodologia

classes teòriques pures

classes teòrici pràctiques

pràctiques en centre esportiu (pendent conveni)

activitats autònomes - virtuals

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
Clases pràctiques	19,5	0,78	
Clases teòriques	18	0,72	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15
Tipus: Supervisades			
Tutories	15	0,6	
Tipus: Autònomes			
Activitats realitzades per l'alumne de forma autònoma seguint les indicacions pertinents del professor	90	3,6	

Avaluació

AVALUACIÓ DE L'ASIGNATURA

2 EXÀMENS DE CONTINGUTS TEORICS , DE DESCRIPCIÓ , EXPLICACIÓ (NO TIPUS TEST) UN AL FINAL DE MARÇ I EL 2N A LA FI DE MAIG QUE ALLIBERAN MATERIA SI ES CONSEGUEIX UN MÍNIM DE 6 SOBRE 9 (66 % PER APROVAT)

REALITZACIÓ DE PROVES PRÀCTIQUES INDIVIDUALS SOBRE LES CLASSES TEORICO-PRÀCTIQUES / PRACTIQUES TRACTADES A L'ASIGNATURA

AVALUACIO CONTINUADA INDIVIDUAL DE LA REALITZACIÓ DE LES TASQUES AUTONOMES PROPOSADES.

EL PROCEDIMENT DE REVISIO DE PROVES S'AJUSTARÀ A LA NORMATIVA VIGENT DE LA UAB

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Avaluació continuada	20	0	0	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15
Continguts pràctics	50	4,5	0,18	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14
Continguts teòrics	30	3	0,12	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12

Bibliografia

Fisioterapia del deporte y ejercicio . Kolt G et al Ed Elsevier

Medicina deportiva clinica . Frontera W et al Ed Elsevier

Acute muscle injuries . Kerkhoffs ,G Ed Springer (anglés)

Monografias medico-quirurgicas del ap locomotor : el deporte y la actividad fisica en el aparato locomotor .
Mulero Mendoza .J .Secot - Ser

Proprioception . Lephart Scott

Valoracion muscular normal y patologica - Lacote . M et al Ed Masson

Fisioterapia Manual . Kaltenborn - extremidades

Rehabilitacion y deporte . Monografias Femedede

Muscles tendons et Sport . Benezis C et al . Ed Masson (frances)

Tratamiento fisioterapico de la rodilla . Basas Garcia . Mc Graw Hill

Nuevas tendencias en fuerza y musculación Julio Tous Fajardo

Diagnostico Fisioterapico . Viel Eric . Ed Masson .

Manual de lesiones deportivas . Hospital Asepeyo S Cugat . Ed sport/asepeyo

Ectracorporeal Shock Wave therapy . Gerdesweyer Ludjer . Data Trace Publishing Company

Tecnicas de Rehabilitacion en mdicina deportiva . Prentice .W Ed Paidotribo