

**Fisioterapia en la Prevención y Tratamiento de las Lesiones Deportivas**

Código: 103988

Créditos ECTS: 6

Titulación	Tipo	Curso	Semestre
2500892 Fisioterapia	OT	4	0

## Contacto

Nombre: Manuel Torelló Vilar

Correo electrónico: [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

## Uso de idiomas

Lengua vehicular mayoritaria: catalán (cat)

Algún grupo íntegramente en inglés: No

Algún grupo íntegramente en catalán: Sí

Algún grupo íntegramente en español: No

## Prerequisitos

Tener superadas las asignaturas de los cursos anteriores que faculten al estudiante a realizar asignaturas de cuarto del grado de Fisioterapia.

## Objetivos y contextualización

El objetivo principal de la asignatura es facultar al estudiante a llevar a cabo correctamente una valoración y una exploración clínica de fisioterapia de un deportista lesionado, a partir de esta valoración inicial establecer unos objetivos concretos y alcanzables y saber estructurar y aplicar un plan terapéutico de fisioterapia adaptado a cada tipo de deportista o lesión con el fin de favorecer la más esmerada, eficaz y eficiente rehabilitación del proceso de la lesión.

También como objetivo se planteará desarrollar conocimientos que facultarán al estudiante a plantear estrategias de fisioterapia o actividad física que sirvan al deportista para hacer un trabajo de prevención de las lesiones más frecuentes en el deporte que practique.

## Competencias

- Demostrar conocimiento de la morfología, la fisiología, la patología y la conducta de las personas, tanto sanas como enfermas, en el medio natural y social.
- Demostrar conocimiento suficiente de los métodos, procedimientos y actuaciones fisioterapéuticas encaminados a la realización de actividades dirigidas a la promoción y mantenimiento de la salud.
- Demostrar conocimiento suficiente de los métodos, procedimientos y actuaciones fisioterapéuticas, encaminados a la terapéutica clínica.
- Desarrollar estrategias de aprendizaje autónomo.
- Desarrollar un pensamiento y un razonamiento crítico y saber comunicarlos de manera efectiva, tanto en las lenguas propias como en una tercera lengua.
- Determinar el diagnóstico de fisioterapia según las normas y con los instrumentos de validación reconocidos internacionalmente.
- Diseñar el plan de intervención de fisioterapia atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficiencia.

- Integrar, a través de la experiencia clínica, los valores éticos y profesionales, los conocimientos, habilidades y actitudes propias de la fisioterapia, para resolver casos clínicos concretos, en el ámbito hospitalario, extrahospitalario, y de la atención primaria y comunitaria.
- Razonar con sentido crítico.
- Resolver problemas.
- Trabajar en equipo.
- Valorar el estado funcional del paciente, considerando los aspectos físicos, psicológicos y sociales.

## **Resultados de aprendizaje**

1. Aplicar los conocimientos y competencias adquiridos para resolver casos clínicos, en el ámbito de los pacientes con lesiones relacionadas con el deporte.
2. Aplicar los métodos y técnicas específicos referidos a las lesiones en el deporte.
3. Aplicar métodos específicos de intervención de fisioterapia para prevenir posibles lesiones en la práctica deportiva.
4. Definir los objetivos generales y específicos para la aplicación del tratamiento fisioterapéutico de las lesiones relacionadas con el deporte.
5. Desarrollar estrategias de aprendizaje autónomo.
6. Desarrollar un pensamiento y un razonamiento crítico y saber comunicarlos de manera efectiva, tanto en las lenguas propias como en una tercera lengua.
7. Describir las circunstancias que condicionan las prioridades de actuación en el tratamiento fisioterapéutico de las lesiones relacionadas con el deporte.
8. Describir y aplicar los procedimientos de valoración de fisioterapia, a las alteraciones producidas por las lesiones relacionadas con el deporte, y su posible repercusión funcional.
9. Enumerar los diferentes tipos de material y aparatos utilizados en el tratamiento fisioterapéutico de las lesiones relacionadas con el deporte.
10. Enumerar los tratamientos médico-quirúrgicos, fundamentalmente en sus aspectos fisioterapéuticos y ortopédicos, que se aplican en las lesiones deportivas.
11. Establecer una hipótesis diagnóstica de fisioterapia en el ámbito de los pacientes con lesiones relacionadas con el deporte.
12. Explicar la fisiopatología de las lesiones en el deporte.
13. Razonar con sentido crítico.
14. Resolver problemas.
15. Trabajar en equipo.

## **Contenido**

Clases teóricas:

1- lesiones más frecuentes para cada tipo de deporte. Manel Torelló. [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

2- aspectos esenciales del gesto deportivo - valoración y tratamiento en las articulaciones- hombro / rodilla / tobillo.

Manel Torelló [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

3- características principales de los tejidos anatómicos implicados en las lesiones - articulaciones fisiopatología lesional - etiopatogenia - fases

biológicas de reparación de los diferentes tejidos y técnicas adaptadas a los mismos. Manel Torelló [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

4- aspectos esenciales de prevención de la lesión deportiva y aspectos de fisioterapia en la recuperación post-esfuerzo.

Manel Torelló [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

5- estructuración de un plan terapéutico basado en la exploración - valoración, establecimiento de objetivos terapéuticos y elección de técnicas

adaptadas. Manel Torelló [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat).

6- aspectos teórico-prácticos de técnicas específicas com masaje - estiramientos - propiocepción -embrenats funcionales / kinesiotape tonificación / potenciación - diatermia - ondas de choque. Manel Torelló [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

7 -Clases teórico-prácticas: ManelTorelló

técnicas adaptadas a músculo - tendón - capsula - ligamentos [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

tonificación - potenciación - readaptación del gesto deportivo [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

valoración - tratamiento manual extremidad inferior [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

valoración - tratamiento unidad coxo-femoral-lumbo-pélvica [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

valoración - tratamiento manual extremidad superior [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

masaje - masoterapia - terapia manual [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

estiramientos del conjunto miotendinosa - fascial [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

aplicación práctica de reeducación proprioceptiva [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

vendajes funcionales - k-tape [Manuel.Torello@uab.cat](mailto:Manuel.Torello@uab.cat)

## Metodología

Clases teóricas .

Clases teórico-prácticas supervisadas.

Clases prácticas de aspectos específicos de la asignatura.

Prácticas/visitas guiadas a centros deportivos. Club deportivo Claror/RC Tenis Barcelona.

Actividades autónomas virtuales.

Foro de discusión de casos clínicos y artículos científicos.

Debate en clase de casos clínicos y/o discusión de artículos elaborados por grupos de alumnos.

Demostraciones de aparataje específico: ondas de choque, diatermia, sistemas isoinerciales.

## Actividades

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
<b>Tipo: Dirigidas</b>			
PRÁCTICAS DE LABORATORIO (PLAB)	19,5	0,78	
TEORÍA (TE)	18	0,72	
<b>Tipo: Autónomas</b>			
ESTUDIO PERSONAL	90	3,6	1, 2, 3, 4, 8, 7, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15
LECTURA DE ARTÍCULOS E INFORMES DE INTERÉS	15	0,6	5, 13, 15

## Evaluación

### EVALUACIÓN DE LA ASIGNATURA

EVALUACIÓN ESCRITA MEDIANTE PRUEBAS OBJETIVAS DE SELECCIÓN DE ÍTEMS DE ELECCIÓN MÚLTIPLE CON UN PESO DEL 30%

ENTREGA DE TRABAJOS E INFORMES: 30%

ASISTENCIA A CLASES Y SEMINARIOS Y PARTICIPACIÓN ACTIVA: 20%

EVALUACIÓN MEDIANTE CASOS PRÁCTICOS Y RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS: 20%

EL EXAMEN TEÓRICO (ÚNICO Y/O FINAL) TENDRÁ LUGAR DURANTE LAS DOS PRIMERAS SEMANAS DEL MES DE JUNIO DE 2017.

Los estudiantes que no hayan superado la asignatura / módulo mediante la evaluación continua podrán presentarse a un examen final o una prueba final de síntesis.

**PARA PODER PRESENTARSE AL EXAMEN FINAL SERÁ NECESARIO HABER SUPERADO EL RESTO DE LAS ACTIVIDADES EVALUABLES PROPUESTAS:**

**ENTREGA DE TRABAJOS E INFORMES 30%:** EN LAS FECHAS Y SOBRE TEMAS QUE EL DOCENTE INDIQUE EL PRIMER DÍA DE CLASE

**ASISTENCIA A CLASES Y SEMINARIOS Y PARTICIPACIÓN ACTIVA 20%:** SE VALORARÁ LA ASISTENCIA Y LA PARTICIPACIÓN ACTIVA

**EVALUACIÓN MEDIANTE CASOS PRÁCTICOS Y RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS 20%:** SE VALORARÁ LA CALIDAD DE LAS APORTACIONES A LOS CASOS CLÍNICOS O TEMAS PRESENTADOS POR EL DOCENTE EN LA PRESENTACIÓN EN CLASE Y/O EN EL FORO DE PARTICIPACIÓN VIRTUAL.

La evaluación de los estudiantes de intercambio será la misma que la del resto de alumnos propios de la UAB. En cada caso concreto, se tendrá en cuenta la imposibilidad de asistir a las clases o a los seminarios prácticos y este hecho no computará negativamente a los alumnos out. El docente, evaluando cada situación y caso concreto, propondrá actividades sustitutivas. Para el resto de las actividades en que la presencia no es imprescindible, el alumno de intercambio tendrá que cumplir y superar las actividades evaluables periódicas que le permitirán presentarse en la prueba escrita final.

Cuando se considere que el estudiante no ha podido aportar suficientes evidencias de evaluación en el acta se consignará esta asignatura como no evaluable.

### Actividades de evaluación

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
ASISTENCIA A CLASES Y SEMINARIOS Y PARTICIPACIÓN ACTIVA	20%	0	0	5, 6, 13, 14, 15
ENTREGA DE TRABAJOS E INFORMES	30%	2	0,08	1, 2, 3, 8
EVALUACIÓN ESCRITA MEDIANTE PRUEBAS OBJETIVAS DE SELECCIÓN DE ÍTEMS DE ELECCIÓN MÚLTIPLE	30%	3	0,12	4, 7, 9, 10, 11, 12
EVALUACIÓN MEDIANTE CASOS PRÁCTICOS Y RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	20%	2,5	0,1	1, 2, 3, 8

## **Bibliografía**

- Fisioterapia del deporte y ejercicio . Kolt G et al Ed Elsevier 2004
- Tratamiento fisioterapico de la rodilla . Basas Garcia . Mc Graw Hill 2003
- Anatomía para el movimiento . Calais Germain .B. Ed los libros de la liebre de marzo .1994
- Nuevas tendencias en fuerza y musculación .Julio Tous Fajardo .Ed Ergo 1999
- Lesiones musculares en el deporte . Baliaus-Pedret . Ed Panamericana 2013
- Diagnóstico Fisioterapico . Viel Eric . Ed Masson .1999.
- Técnicas de Rehabilitación en medicina deportiva .Prentice .W Ed Paidotribo 2001
- Reéducation raisonnée de l'épaule opérée et non opérée . Benedicte Forthomme. Ed Frisons Roche .2002
- Lesiones Deportivas . Bahr . Maehlum .Ed Panamericana . 2004.
- Rehabilitation in Orthopedic Surgery . Imhoff et al . Ed Springer 2016