

**Fisioteràpia en la Prevenció i en el Tractament de
les Lesions Esportives**

Codi: 103988
Crèdits: 6

Titulació	Tipus	Curs	Semestre
2500892 Fisioteràpia	OT	4	0

La metodologia docent i l'avaluació proposades a la guia poden experimentar alguna modificació en funció de les restriccions a la presencialitat que imposin les autoritats sanitàries.

Professor/a de contacte

Nom: Manuel Torelló Vilar
Correu electrònic: Manuel.Torello@uab.cat

Utilització d'idiomes a l'assignatura

Llengua vehicular majoritària: català (cat)
Grup íntegre en anglès: No
Grup íntegre en català: Sí
Grup íntegre en espanyol: No

Equip docent

Fermín Oliete Candela

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 saber 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 prevenció en l'àmbit de la fisioteràpia - activitat física que serveixin a l'esportista per fer un treball de prevenció de les lesions més freqüents i de la readaptació segons l'esport practicat .

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

Classes teòriques :

- 1- Fisioterapia del deporte , actividad física y prevención de lesiones
- 2- Fisioterapia en la lesión muscular
- 3- Fisioterapia en la lesión tendinosa
- 4- Lesiones de pie y tobillo
- 5- Lesiones de rodilla
- 6- Abordaje fisioterapèutic de pubalgia y lumbalgia
- 7 - Tape /K Tape pie tobillo (1)

- 8 - Tape / K Tape pie tobillo (2)
- 9 - Tape / k Tape mano-rodilla
- 10- Lesiones del hombro en el deporte
- 11- Ondas de choque /Diatermia en la lesión deportiva
- 12- Masaje en el deporte
- 13- Core
- 14 - Return to play / propiocepción

Metodologia

classes teòriques .

classes teòrica pràctiques supervisades .

classes practiques d'aspectes específics de l'assignatura .

activitats autònomes - classes virtuals en funció evolució covid 19 .

fòrum de discussió casos clínics - articles científics mitjançant el c virtual

debat a classe de casos clínics i/o discussió d'articles elaborats per grups d'alumnes .

demos d'aparatatge específic : ones de xoc - sistemes isoinercials

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
PRÀCTIQUES DE LABORATORI (PLAB)	19,5	0,78	
TEORIA (TE)	18	0,72	
Tipus: Autònomes			
ESTUDI PERSONAL	90	3,6	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15
LECTURA D'ARTICLES / INFORMES D'INTERÉS	15	0,6	7, 13, 15

Avaluació

AVALUACIÓ DE L'ASIGNATURA

PER APROVAR L'ASIGNATURA ÉS IMPRESCINDIBLE HAVER APROVAT TOTES LES ACTIVITATS AVALUABLES PARCIALS

AVALUACIÓ ESCRITA MITJANÇANT PROVES OBJECTIVES DE SELECCIÓ D'ÍTEMS D'ELECCIÓ MULTIPLE AMB UN PES DEL 20%

ENTREGA DE TREBALLS INFORMES 40%

ASSISTÈNCIA A CLASSES I SEMINARIS 10%

AVALUACIÓ DE PARTICIPACIÓ A FÒRUMS (MOODLE) 30%

EL PERIODE I DATA DE L'EXÀMEN TEÓRIC , ÚNIC I FINAL, SERÀ DURANT LES DUES PRIMERES SETMANES DEL MES DE JUNY de 2021

Els estudiants que no hagin superat l'assignatura/mòdul per mitjà de l'avaluació continuada es podran presentar a una prova final de recuperació com a màxim una setmana després de l'avaluació teòrica final de l'assignatura en una data - hora acordada entre els alumnes i el professor responsable de l'assignatura .

PER PODER PRESENTAR-SE A L'EXAMEN FINAL CALDRÀ HAVER SUPERAT . LA RESTA D'ACTIVITATS AVALUABLES PROPOSADES :

ENTREGA DE TREBALLS INFORMES 40% : EN LES DATES I TEMES QUE EL DOCENT INDIQUI EL PRIMER DIA DE CLASE

ASSISTÈNCIA A CLASSES I SEMINARIS 10%: ES VALORARÀ L'ASSISTÈNCIA A CLASSES I SEMINARIS

AVALUACIÓ FÒRUM DE TEMES DE DISCUSSIÓ PLANTEJATS PEL PROFESSOR 30% : ES VALORARAN LA QÜALITAT DE LES APORTACIONS ALS TEMES PLANTEJATS PEL DOCENT DE PRESENTACIÓ AL FÒRUM DE PARTICIPACIÓ VIRTUAL .

L'avaluació dels estudiants en intercanvi serà la mateixa que per la resta d'alumnes propis de la UAB , es tindrà en compte en cada cas concret , la no possibilitat d'assistir a les classes o seminaris pràctics i aquest fet no computarà negativament als alumnes "out" , el docent , avaluant cada situació i cas concret , proposarà activitats substitutives, per la resta d'activitats on la presència no és imprescindible l'alumne en intercanvi haurà de complir i superar les activitats avaluables periòdiques que li permetran presentar-se a la prova escrita final .

*Quan es consideri que l'estudiant no ha pogut aportar prou evidències d'avaluació en l'acta es consignarà aquesta **assignatura com a no avaluable**.*

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
AVALUACIÓ ESCRITA MITJANÇANT PROVES OBJECTIVES DE SELECCIÓ D'ÍTEMS D'ELECCIÓ MULTIPLE	20%	2	0,08	4, 6, 9, 10, 11, 12
AVALUACIÓ MITJANÇANT CASOS PRÀCTICS I COMENTARI ARTICLES A FÒRUM	30%	1,5	0,06	7, 8, 13, 14, 15
Assitència i participació	10%	2	0,08	1, 2, 3, 5
entrega de treballs i informes	40%	2	0,08	1, 2, 3, 5

Bibliografia

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 . Balius-Pedret . Ed Panamericana 2013

Diagnostico Fisioterapico . Viel Eric . Ed Masson .1999

Tecnicas de Rehabilitacion en medicina deportiva .Prentice .W Ed Paidotribo 2001

Reeducation raisonnee de l'epaule operee et non operee . Benedicte Forthomme. Ed Frisons Roche .2002

Lesiones Deportivas . Bahr . Maehlum .Ed Panamericana . 2004.

Rehabilitation in Orthopedic Surgery . Imhoff et al . Ed Springer 2016

Link a web P Maillaras : tendón

<https://www.tendinopathyrehab.com/>

Link a Web Jaime Mirallas . reeducación física

<https://www.mirallas.org/>

Link a web ejercicios activos

https://www.youtube.com/playlist?list=PL1myWo1Ba7aybh-OUqzLjDQpfvKL_oGCK

link a web EMC Knesioterapia

<https://www.elsevier-masson.fr/kinesiterapia-medicina-fisica-1293-2965.html>

link a Physiopedia

<https://www.physio-pedia.com/Physiopedia>About>

Top 60 Physical Therapy Blogs & Websites in 2020 For Physiotherapists

https://blog.feedspot.com/physical_therapy_blogs/