

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

Codi: 103988
Crèdits: 6

Titulació	Tipus	Curs	Semestre
2500892 Fisioteràpia	OT	4	1

Professor/a de contacte

Nom: Manuel Torello 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: No
Grup íntegre en espanyol: No

Altres indicacions sobre les llengües

Us freqüent a classe

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

- Actuar amb responsabilitat ètica i amb respecte pels drets i deures fonamentals, la diversitat i els valors democràtics.
- Actuar en l'àmbit de coneixement propi avaluant les desigualtats per raó de sexe/gènere.
- Actuar en l'àmbit de coneixement propi valorant l'impacte social, econòmic i mediambiental.
- 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 terapèutica clínica.
- 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.
- Introduir canvis en els mètodes i els processos de l'àmbit de coneixement per donar respostes innovadores a les necessitats i demandes de la societat.
- 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. Analitzar críticament els principis, valors i procediments que regeixen l'exercici de la professió.
2. Analitzar una situació i identificar-ne els punts de millora.
3. Aplicar els coneixements i competències adquirits per resoldre casos clínics, en l'àmbit dels pacients amb lesions relacionades amb l'esport.
4. Aplicar els mètodes i tècniques específics referits a les lesions en l'esport.
5. Comunicar fent un ús no sexista del llenguatge.
6. Definir els objectius generals i específics per a l'aplicació del tractament *fisioterapèutic de les lesions relacionades amb l'esport.
7. 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.
8. Descriure les circumstàncies que condicionen les prioritats d'actuació en el tractament fisioterapèutic de les lesions relacionades amb l'esport.
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. Identificar les implicacions socials, econòmiques i mediambientals de les activitats academicoprofessionals de l'àmbit de coneixement propi.
14. Identificar les principals desigualtats de sexe/gènere presents a la societat.
15. Identificar situacions que necessiten un canvi o millora.
16. Ponderar els riscos i les oportunitats de les propostes de millora tant pròpies com alienes.
17. Proposar formes d'avaluació dels projectes i accions de millora de la sostenibilitat.
18. Proposar nous mètodes o solucions alternatives fonamentades.
19. Proposar noves maneres de mesurar l'èxit o el fracàs de la implementació de propostes o idees innovadores.
20. Proposar projectes i accions que incorporin la perspectiva de gènere.
21. Proposar projectes i accions viables que potenciïn els beneficis socials, econòmics i mediambientals.
22. Raonar amb sentit crític.
23. Resoldre problemes.
24. Treballar en equip.
25. Valorar com els estereotips i els rols de gènere incideixen en l'exercici professional.
26. Valorar les dificultats, els prejudicis i les discriminacions que poden incloure les accions o projectes, a curt o llarg termini, en relació amb determinades persones o col·lectius.

Continguts

Programa de l'assignatura

Classes teòriques :

Fisioteràpia de l' esport , activitat física i prevenció de lesions

- 2- Fisioteràpia a la lesió muscular
- 3- Fisioteràpia a la lesió tendinosa
- 4- Lesions de peu i turmell
- 5- Lesions de genoll
- 6- Abordatge fisioterapèutic de pubàlgia i lumbàlgia
- 7 - Tape /K Tape peu turmell (1)
- 8 - Tape / K Tape peu turmell (2)
- 9 - Tape / k Tape genoll
- 10- Lesions de l'espatlla a l'esport
- 11- Massatge a l'esport
- 12- Core
- 14 - Propiocepció

Metodologia

classes teòriques .

classes teòrico 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 .

Nota: es reservaran 15 minuts d'una classe, dins del calendari establert pel centre/titulació, per a la complementació per part de l'alumnat de les enquestes d'avaluació de l'actuació del professorat i d'avaluació de l'assignatura/mòdul.

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
PRÀCTIQUES DE LABORATORI (PLAB)	19,5	0,78	
TEORIA (TE)	18	0,72	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 25, 26
Tipus: Autònomes			
ESTUDI PERSONAL	90	3,6	3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 22, 23, 24
LECTURA D'ARTICLES / INFORMES D'INTERÉS	15	0,6	22, 24

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 30%

ENTREGA DE TREBALLS INFORMES 40%

ASSISTÈNCIA A CLASES I SEMINARIS 10%

AVALUACIÓ DE PARTICIPACIÓ A FÒRUMS (MOODLE) 20%

EL PERIODE I DATA DE L'EXÀMEN TEÓRIC , ÚNIC I FINAL, SERÁ DURANT LES DUES PRIMERES SETMANES DEL MES DE JUNY de 2022

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 30% CALDRÁ 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 CLASES I SEMINARIS 10%: ES VALORARÁ L'ASSISTÈNCIA A CLASSES I SEMINARIS

AVALUACIÓ FÒRUM DE TEMES DE DISCUSSIÓ PLANTEJATS PEL PROFESSOR 20% : 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 evaluable**.*

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
AVALUACIÓ ESCRITA MITJANÇANT PROVES OBJECTIVES DE SELECCIÓ D'ÍTEMS D'ELECCIÓ MULTIPLE	30%	2	0,08	6, 8, 9, 10, 11, 12
AVALUACIÓ MITJANÇANT CASOS PRÀCTICS I COMENTARI ARTICLES A FÒRUM	20%	1,5	0,06	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26
Assistència i participació	10%	2	0,08	3, 4, 7
entrega de treballs i informes	40%	2	0,08	3, 4, 7

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 operée et non operée . 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 Jaume 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/

Programari

fòrum de debat i participació grup / docents