

**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

Idiomes dels grups

Podeu accedir-hi des d'aquest [enllaç](#). Per consultar l'idioma us caldrà introduir el CODI de l'assignatura. Tingueu en compte que la informació és provisional fins a 30 de novembre de 2023.

Equip docent

Fermin 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 situacions que necessiten un canvi o millora.
14. Ponderar els riscos i les oportunitats de les propostes de millora tant pròpies com alienes.
15. Proposar formes d'avaluació dels projectes i accions de millora de la sostenibilitat.
16. Proposar nous mètodes o solucions alternatives fonamentades.
17. Proposar noves maneres de mesurar l'èxit o el fracàs de la implementació de propostes o idees innovadores.
18. Proposar projectes i accions que incorporin la perspectiva de gènere.
19. Raonar amb sentit crític.
20. Resoldre problemes.
21. Treballar en equip.
22. Valorar com els estereotips i els rols de gènere incideixen en l'exercici professional.
23. 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 teòrico pràctiques :

- Lesió Muscular
- Lesió Tendinosa
- Lesions peu-turmell- cama
- Lesions del genoll
- Tonificació Core
- Lesions de l'espatlla

Classes pràctiques:

- Treball dinàmic / terapia manual / masoterapia EESS
- Treball dinàmic / terapia manual / masoterapia EEI
- Propiocepció
- Embenats EESS
- Embenats peu-turmell- cama
- Embenats genoll

Metodologia

classes teòrico pràctiques supervisades .

classes practiques d'aspectes específics de l'assignatura .

presentacio defensa de posters científics o cas clinic

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)	20	0,8	
TEORIA (TE)	18,5	0,74	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 22, 23
Tipus: Autònomes			

ESTUDI PERSONAL	90	3,6	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23
LECTURA D'ARTICLES / INFORMES D'INTERÉS	15	0,6	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23

Avaluació

AVALUACIÓ DE L'ASIGNATURA

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

AVALUACIÓ ESCRITA MITJANÇANT PROVES OBJECTIVES DE SELECCIÓ D'ÍTEMS D'ELECCIÓ MULTIPLE AMB UN PES DEL 30%

VALORACIÓ / EXÀMEN PRÀCTIC 40%

PRESENTACIÓ I DEFENSA DE CAS CLINIC / POSTER CIENTÍFIC 30%

ELS ESTUDIANTS EN LA MODALITAT D'AVALUACIÓ ÚNICA TINDRAN LES TRES PROVES EN L'UNICA DATA DE L'EXAMEN TEÒRIC

ES RECOMANA L'ASSISTENCIA A LES P LABS DE LES CLASSES PRÀCTIQUES PER PODER SUPERAR L'AVALUACIÓ PRACTICA ALS ESTUDIANTS EN AVALUACIÓ ÚNICA

ELS ESTUDIANTS D'AVALUACIÓ CONTINUADA TENEN L'OBLIGACIÓ D'ASSISTIR A UN MÍNIM DEL 80% DE LES CLASSES PRÀCTIQUES

DINS LA DATA DE LA RECUPERACIÓ L'ALUMNE HAURÀ DE SUPERAR LA PART NO SUPERADA DE L'ASSIGNATURA

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 .

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 continuada

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
AVALUACIÓ ESCRITA MITJANÇANT PROVES OBJECTIVES D'ELECCIÓ MULTIPLE	30%	2	0,08	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23
AVALUACIÓ PRÀCTICA DE TECNIQUES MANUALES / INSTRUMENTALS	40%	2,5	0,1	1, 3, 4, 5, 7, 18, 19, 22, 23

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 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/

Programari

Lesió Muscular

Lesió Tendinosa
Lesions peu-turmell-cama
Lesions del genoll

Tonificació Core
Lesions de l'espatlla
Classes pràctiques:
Treball dinàmic / teràpia manual / massoteràpia EESS
Treball dinàmic / teràpia manual / massoteràpia EEII
Propiocepció
Embenats EESS
Embenats peu-turmell-cama
Embenats genoll