



UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI

FUNDACIÓ URV
CENTRE DE FORMACIÓ PERMANENT

Diploma de especialización en Ejercicio Terapéutico, Prevención y Readaptación de Lesiones



Practicar un deporte o llevar a cabo cualquier tipo de actividad física forma parte de la vida cotidiana de muchas personas. No obstante, los movimientos repetidos, la alta intensidad y el elevado volumen de demandas de movimiento de algunos deportes, pueden predisponer a estos deportistas a desarrollar patologías por sobre uso o lesiones traumáticas. Además, el riesgo aumenta cuando la carga aplicada y la capacidad del deportista están desequilibradas. Por lo tanto, para prevenir las lesiones deportivas, es tan importante controlar la carga aplicada como evaluar a los deportistas individualmente para detectar alteraciones en la cadena cinética y aspectos psicológicos. En este diploma de especialización el alumno será capaz de identificar y reconocer los déficits y asimetrías en el movimiento a partir de herramientas de valoración funcional validadas científicamente, para crear y diseñar una programación adecuada a las necesidades del paciente y adaptar la carga según los resultados obtenidos en la valoración. De este modo se podrán cumplir los objetivos de la rehabilitación y readaptación de cualquier persona con un razonamiento clínico basado en la evidencia científica y clínica actual.

Ficha Técnica

Dirigido a:

Diplomados/as y graduados/as en Fisioterapia

Criterios de selección:

Carta de Motivación

Currículum Vitae

Código:

DEXPRELS-A2-2023-5

Título al que da derecho:

Diploma de especialización

Objetivos:

Formar profesionales capaces de desarrollar su tarea profesional de una manera actualizada con la ciencia actual, que puedan evaluar, detectar, identificar y reconocer los déficits y asimetrías en el movimiento a partir de herramientas de valoración funcional validadas científicamente y también posibles factores de riesgo de lesiones asociados a la práctica deportiva, para crear y diseñar y planificar una programación adecuada a las necesidades del paciente y adaptar la carga según los resultados obtenidos en la valoración, interpretar informes médicos y elaborar informes de evolución de la lesión, así como aplicar y desarrollar protocolos de recuperación individualizados según el deportista y su disciplina deportiva. De este modo se podrán cumplir los objetivos de la rehabilitación y readaptación de cualquier persona con un razonamiento clínico basado en la evidencia científica y clínica actual.

Salidas profesionales:

- Consultorios privados
- Centros o clínicas de rehabilitación
- Centros de tecnificación y de alto rendimiento
- Clubes y federaciones deportivas
- Entidades y centros deportivos
- Hospitales

Dirección:

Isabel Salvat Salvat

Coordinación académica:

Cristina Adillón Camón

Docentes:

Cristina Adillón Camón

Jordi Puigdemívol Grifell

Montse Gallegos Manzanares

Albert Torner Ballesteros

Bernat De Pablo Márquez

Jorge Canseco Estriegana
Beatriz García Hernando
Montse Cascalló Piqueras
Silvia Treviño Monjas
Francesc Xavier Valle López
Isabel Arbonés Segador
Sandra Mechó Meca
Tania López Hernández

Duración:

300 h

Impartición:

híbrida

Idiomas en que se imparte:

Español, Catalán

Fechas:

del 01/10/2023 al 10/10/2024

Especificación duración:

12 meses

Calendario del curso:

23O22O23-cl-etprels2O23.pdf

Horario:

Jueves y viernes de 10 a 19 h. y sábados de 9 a 13 h. Siete seminarios presenciales: jueves, viernes y sábado.

Ubicación:

Hospital Sant Joan de Reus
Av. del Dr. Josep Laporte, 1 - Reus

Eurecat

Av. de la Universitat, 1 - Reus

Complex Esportiu Municipal La Pobla de Mafumet
Camí del Clos - La Pobla de Mafumet

Mapa de situación:

Precio:

1970

Becas y facilidades de pago:

- Becas FURV: Este posgrado dispone de un de las 22 becas de acceso a los títulos propios de posgrado. Toda la información en [Becas FURV](#).
- Posibilidad de fraccionamiento: 10% reserva de plaza al hacer la inscripción + 50% antes

del inicio del curso + 40% a medio curso.

- Este curso cumple los requisitos para ser bonificado mediante la Fundación Estatal para la Formación en el Empleo, FUNDAE. Más información en [Bonificación FUNDAE](#).

Contacto FURV:

Cristina Jacas - cristina.jacas@fundacio.urv.cat

Teléfono de contacto:

[977 779 966](tel:977779966)

Programa

Módulo:	Teoría y conceptos del ejercicio terapéutico, prevención y readaptación de lesiones
ECTS:	1
Duración:	10 h.
Contenido:	<ul style="list-style-type: none">• Estado actual de la readaptación, de dónde venimos y hacia dónde vamos• Análisis del deporte donde actuamos• Gestión del proceso lesivo y de recuperación
Módulo:	Detección, abordaje, readaptación y prevención de lesiones musculares.
ECTS:	4
Duración:	40 h.
Contenido:	<ul style="list-style-type: none">• Factores de riesgo propios del cada grupo muscular lesionado• Mecanismos lesivos• Incidencia lesiva• Principios en el abordaje terapéutico• Pautas de fisioterapia activa - readaptación• Estrategias de prevención
Módulo:	Detección, abordaje, readaptación y prevención de lesiones traumáticas
ECTS:	4
Duración:	40 h.

Contenido:

- Fisiopatología: definición, detección de lesión, incidencia, factores de riesgo
- Tipo de lesión, localización y gravedad
- Tratamiento médico y tiempo de recuperación
- Fisioterapia en proceso de recuperación de la lesión
- Pautas de fisioterapia activa - readaptación
- Estrategias de prevención

Módulo: Detección, abordaje, readaptación y prevención de lesiones ligamentosas

ECTS: 4

Duración: 40 h.

Contenido:

- Fisiopatología: definición, detección de lesión, incidencia, factores de riesgo
- Tipo de lesión, localización y gravedad
- Tratamiento médico y fisioterapéutico
- Estrategias de prevención

Módulo: Detección, abordaje, readaptación y prevención de lesiones tendinosas

ECTS: 4

Duración: 40 h.

Contenido:

- Fisiopatología: definición, detección de lesión, incidencia, factores de riesgo
- Tipo de lesión, localización y gravedad
- Tratamiento médico y fisioterapéutico
- Estrategias de prevención

Módulo: Herramientas de valoración de la condición física, recogida y registro de datos, planificación y programación

ECTS: 4

Duración: 40 h.

Contenido:

1. Déficits neuromusculares y asimetrías en el movimiento

2. Concepto Joint by Joint
3. Habilidades motrices básicas y habilidades motrices atléticas
4. Valoración neuromuscular
5. Herramientas de valoración funcional: análisis de la carrera, dinamometría, plataforma de contacto, encoder lineal y rotacional, aplicaciones móviles validadas low cost.
6. Teoría del entrenamiento
7. Bastante y resistencia muscular
8. Resistencia cardiorrespiratoria
9. Elasticidad muscular
10. Creación y planificación de las sesiones de rehabilitación y readaptación
11. Control y adaptación de la carga

Módulo: **Herramientas y estrategias para gestionar el proceso de recuperación / readaptación de un deportista**

ECTS: 1

Duración: 10 h.

Contenido:

- Introducción al mundo emocional que rodea los procesos terapéuticos
- Desarrollar la autoconfianza del deportista para conseguir su colaboración en el proceso de recuperación / readaptación.

Módulo: **Patología relacionada con el rendimiento deportivo: infecciosa, psicológica / psiquiátrica, sistémica, ginecológica, respiratoria, cardíaca, dermatológica**

ECTS: 1

Duración: 10 h.

Contenido:

- Fisiopatología, incidencia, factores de riesgo
- Detección precoz, signos de alarma y tratamiento médico
- Consideraciones en fisioterapia y deporte

Módulo: **El deporte adaptado y la gestión del proceso de una lesión**

ECTS: 3

Duración: 30 h.

Contenido:

- Definición y clasificaciones
- Valoraciones específicas según la clasificación
- Fisiopatología y mecanismos de lesión
- Incidencia y factores de riesgo
- Fisioterapia en el proceso de recuperación
- Prevención de lesiones

Módulo: Complementos a la fisioterapia en el abordaje de las lesiones: aspectos relacionados

ECTS: 1

Duración: 10 h.

Contenido:

- Prevención, readaptación y recuperación en medio acuático
- Nutrición deportiva:
 - La nutrición deportiva y fisioterapia, para combatir las lesiones
 - Riesgos de una alimentación inadecuada en el deportista
 - Protocolo de recuperación de lesiones en el deporte
 - Alimentos funcionales / suplementos / nutrientes clave en lesiones
 - Hidratación del deportista, aspecto clave en lesiones musculares
- Razonamiento clínico

Módulo: Trabajo final de programa

ECTS: 3

Duración: 30 h.

Contenido:

El **trabajo final de posgrado** pretende que el estudiante no sea solo un receptor de los conocimientos y habilidades impartidos durante el posgrado sino que demuestre que puede contribuir al crecimiento de estos. Por este motivo se le exige que realice un trabajo relacionado con los contenidos del posgrado donde aplique los conocimientos y las habilidades recibidos durante el mismo.

El trabajo de fin de posgrado tendrá un peso del 30% sobre la nota final del diploma de posgrado. La nota del tutor representa el 50% de la nota y el otro 50% lo representa la nota del tribunal.

La estructura será tipo caso clínico con los apartados, la extensión y los requerimientos recomendados.

Para la evaluación, el estudiante tendrá que ir haciendo diferentes entregas a la plataforma virtual Moodle, y al final presentar el trabajo cumplido al Moodle y este será evaluado por el tutor. Después hará una presentación oral ante un tribunal formado por profesores del posgrado, tutores de los trabajos y/o profesores de la URV.

Los criterios de evaluación seran:

1. Plano inicial:

- El título está bien formulado y las palabras "informo de un caso" están en el título con lo más relevante del caso
- Las palabras clave están en el Mesh y son representativas del trabajo
- Sigue el modelo de portada predeterminada (URV)

2. Información básica sobre el caso:

- Informa de los datos sociodemográficos del paciente (edad, sexo, profesión...)
- Describe la situación clínica actual del paciente
- Describe el historial médico, psicosocial y familiar
- Explica si hay enfermedades concomitantes relacionadas, incluyendo intervenciones anteriores y los resultados

3. Exploración y valoración del paciente:

- Las herramientas utilizadas en las valoraciones son pertinentes y están justificadas
- Presenta los resultados de las exploraciones de manera clara (mesa o figura)
- Detecta y evidencia correctamente los déficits del paciente en las pruebas seleccionadas

4. Tratamiento:

- Describe la intervención (mesociclo) de forma cuidadosa (métodos, dosis, duración, carga...)
- Utiliza métodos adecuados en base a la evidencia científica
- Adapta el tratamiento a la evolución del paciente
- Distribuye los contenidos de manera adecuada en relación a la carga de cada uno de ellos
- Selecciona correctamente los ejercicios según los déficits detectados en la valoración funcional
- Crea y diseña las sesiones con todos los contenidos (activación, parte principal y vuelta a la calma, feedback, carga de todas las tareas.

5. Discusión:

- Señala los puntos fuertes y las limitaciones en el manejo y presentación del caso
- Discute la literatura relacionada con el caso

- Indica direcciones de líneas futuras de investigación que podrían mejorar el manejo de casos similares
 - Justifica las conclusiones a las que llega a partir del caso clínico
6. Liga las **conclusiones** con el objetivo del caso clínico
7. Las **referencias bibliográficas**:
- Cumplen la normativa Vancouver
 - Son pertinentes y actuales (últimos 5-10 años)
8. En la **presentación escrita**:
- El texto está bien estructurado, con coherencia y claridad
 - El texto está correctamente presentado (evitar dos columnas)
 - No hay errores ortográficos ni sintácticos
9. En la **presentación oral**:
- Utiliza un correcto lenguaje no verbal (contacto visual, gestualidad natural y efectiva...)
 - La construcción del discurso sigue los apartados del trabajo
 - Expresa las ideas con claridad y cohesión entre ellas (utiliza conectores)
 - Se ciñe al tiempo marcado
 - Tiene una prosodia adecuada (volumen, ritmo, entonación...)
 - Vocaliza y su fonética es correcta
 - Utiliza un léxico y una terminología precisos
 - Las diapositivas son claras y agradables de leer
10. **Defensa del trabajo final de diploma**:
- Contesta correctamente a las preguntas

Fundación URV. Centro de Formación Permanente

Av Onze de Setembre, 112. 43203 REUS

Tel.: 977 779 950 Fax: 977 310 113

formacio@fundacio.urv.cat

www.fundacio.urv.cat/formacio