



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI
Fundació URV

Diploma d'especialització en Fisioteràpia de l'Esport i Readaptació de Lesions



Fitxa Tècnica

Adreçat a:

Diplomats i graduats en Fisioteràpia

Criteris de selecció:

Carta de Motivació

Currículum Vitae

Titulació Prèvia

Codi:

DEFERELES-I1-2025-1

Títol al que dóna dret:

Diploma d'especialització

Objectius:

Aquest diploma permet desenvolupar en els fisioterapeutes competències en l'avaluació, tractament i readaptació de lesions esportives, integrant els coneixements més actuals de la fisiologia de l'exercici, la biomecànica i les tècniques terapèutiques, amb l'objectiu de millorar el rendiment esportiu, accelerar la recuperació dels esportistes i prevenir futures lesions, a través d'enfocaments individualitzats, basats en l'evidència científica i en el treball col·laboratiu amb altres professionals de la salut i de l'esport. Aquest objectiu formatiu busca assegurar que els estudiants adquireixin un domini integral i actualitzat de les competències necessàries per a gestionar totes les etapes del procés de readaptació esportiva, des de la lesió fins al retorn segur i optimitzat a l'activitat esportiva.

Formar professionals capaços de desenvolupar la seva tasca professional d'una manera actualitzada amb la ciència actual, que puguin avaluar, detectar, identificar i reconèixer els dèficits i asimetries en el moviment a partir d'eines de valoració funcional validades científicament i també possibles factors de risc de lesions associats a la pràctica esportiva, per a crear i dissenyar i planificar una programació adequada a les necessitats del pacient i adaptar la càrrega segons els resultats obtinguts en la valoració, interpretar informes mèdics i elaborar informes d'evolució de la lesió, així com aplicar i desenvolupar protocols de recuperació individualitzats segons l'esportista i la seva disciplina esportiva. D'aquesta manera es podran complir els objectius de la rehabilitació i readaptació de qualsevol persona amb un raonament clínic basat en l'evidència científica i clínica actual.

Itinerari formatiu:

El programa és modular i està estructurat mitjançant un Màster de formació continua i un Diploma d'Especialització. Per més informació podeu visitar els següents enllaços:

- [Màster de formació permanent en Fisioteràpia de l'Esport, Readaptació i Athletic Training](#)
- [Diploma d'especialització en Fisioteràpia de l'Esport i Readaptació de Lesions](#)

Direcció:

Cristina Adillón Camón

Durada:
30 ECTS

Impartició:
híbrida

Idiomes en que s'imparteix:
Anglès, Castellà, Català

Dates:
del 01/10/2025 al 31/10/2026

Calendari del curs:
calendari-diploma-at-2025-2026.pdf

Horari:
Seminaris presencials segons calendari: Dijous i divendres de 10 a 19 h, i dissabtes de 9 a 13 h

Ubicació:
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

Preu:
1980

Beques i facilitats de pagament:

- **Beques FURV:** aquest programa disposa d'una de les beques de la Fundació URV d'accés als títols propis de postgrau. Tota la informació a [Beques FURV](#).
- **Possibilitat de fraccionament:** 10% per la reserva de plaça al moment de fer la inscripció + 50% abans de l'inici del programa + 40% a meitat del programa.
- **Bonificació:** aquest programa pot ser bonificat mitjançant la Fundació Estatal per a la Formació en l'Ocupació (FUNDAE). Més informació a [Bonificació FUNDAE](#).

Contacte:
Gemma Papio - gemma.papio@fundacio.urv.cat

Programa

Mòdul:	Detecció, abordatge, readaptació i prevenció de lesions traumàtiques i àlgies
ECTS:	3
Durada:	30 h.
Idiomes:	Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Introducció a les lesions traumàtiques en l'esport

- Definició i classificació de les lesions traumàtiques en l'esport: lesions agudes vs. cròniques.
- Factors predisposants a lesions esportives traumàtiques.
- Lesions més comunes en esports de contacte, esports d'equip i esports individuals.
- El paper del fisioterapeuta en la detecció, abordatge i prevenció de lesions traumàtiques.

2. Maneig immediat de lesions traumàtiques

- Maneig de lesions greus: fractures, luxacions.
- Maneig de lesions articulars: lesions de lligaments, meniscos, cartílag i òssies.

3. Tractament fisioterapèutic de les lesions traumàtiques.

- Desenvolupament d'un pla de tractament individualitzat basat en la fase de la lesió i les necessitats de l'esportista.

4. Altres àlgies relacionades amb l'esport

- Patologia cervical, sistema estomatognàtic i ATM.
- Patologia cervical, dorsal i lumbar.

Mòdul:	Detecció, abordatge, readaptació i prevenció de lesions lligamentoses
ECTS:	3
Durada:	30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Introducció a les lesions lligamentoses

- Classificació de les lesions lligamentoses: esquinços, trencaments parcials i complets.
- Factors de risc intrínsecs i extrínsecs en les lesions lligamentoses.
- Epidemiologia de les lesions lligamentoses en diferents esports.

2. Aspectes biomecànics de les lesions lligamentoses

- Mecanismes de lesió que predisposen a lesions lligamentoses.
- Factors biomecànics que afecten a la cicatrització i recuperació dels lligaments.
- Anàlisi biomecànic dels gestos esportius associats a lesions lligamentoses.

3. Avaluació i diagnòstic de lesions lligamentoses

- Història clínica de lesions lligamentoses.
- Exploració física i proves específiques per a la detecció de lesions lligamentoses: proves d'estabilitat i funció.
- Proves d'imatge en el diagnòstic de lesions lligamentoses: ecografia, ressonància magnètica i artroscòpia.

4. Tractament conservador i quirúrgic de lesions lligamentoses

- Abordatge inicial de les lesions lligamentoses.
- Indicacions i procediments quirúrgics en la reparació de lligaments.
- Comparació entre tractament conservador i quirúrgic: criteris d'elecció.

5. Fisioteràpia i readaptació funcional de lesions lligamentoses

- Principis de la rehabilitació i readaptació de lesions lligamentoses: fases de recuperació.
- Programes de rehabilitació i readaptació específics per a les lesions més freqüents.
- Exercici terapèutic en les lesions de lligament.

Mòdul: Detecció, abordatge, readaptació i prevenció de lesions musculars

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Introducció a les lesions musculars

- Classificació de les lesions musculars.
- Factors de risc intrínsecs i extrínsecs en les lesions musculars.
- Epidemiologia de les lesions musculars en diferents esports.

2. Mecanismes de lesió i processos de cicatrització

- Mecanismes biomecànics de les lesions musculars: forces externes i contraccions musculars excèntriques.
- Processos biològics de cicatrització del teixit muscular.
- Influència de la biomecànica i l'estrès repetitiu en la regeneració muscular.
- Factors que alteren el procés de cicatrització.

3. Avaluació i diagnòstic de lesions musculars

- Avaluació clínica inicial: anamnesi i exploració física.
- Proves específiques per a lesions musculars.
- Tècniques avançades d'imatge: ressonància magnètica i el seu rol en les lesions musculars.

4. Fisioteràpia i readaptació funcional de lesions musculars

- Principis de la rehabilitació i readaptació de lesions musculars: fases de recuperació.
- Disseny de programes adaptats a lesions musculars específiques.
- Programes de rehabilitació i readaptació específics per a les lesions més freqüents.
- Exercici terapèutic en les lesions de lligament.

Mòdul: Detecció, abordatge, readaptació i prevenció de lesions tendinoses

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Anatomia i fisiologia dels tendons

- Estructura del tendó: composició cel·lular, matriu extracel·lular i vascularització.
- Funció biomecànica dels tendons en el moviment i l'estabilització articular.
- Adaptacions tendinoses a l'entrenament i sobre ús.

2. Tipologia i mecanismes de lesions tendinoses

- Classificació de les lesions tendinoses.
- Factors de risc per a les lesions tendinoses.
- Mecanismes de lesió tendinosa i patomecànica de les lesions cròniques.

3. Avaluació i diagnòstic de lesions tendinoses

- Història clínica i avaluació subjectiva.
- Exploració física i proves funcionals.

4. Fisioteràpia i readaptació funcional de lesions tendinoses

- Principis de la rehabilitació i readaptació de lesions tendinoses: fases de recuperació.
- Progressió de la càrrega en la readaptació tendinosa.
- Disseny de programes adaptats a lesions tendinoses específiques.
- Programes de rehabilitació i readaptació específics per a les lesions més freqüents.
- Exercici terapèutic en les lesions tendinoses.

Mòdul: Eines de valoració funcional, planificació, programació i readaptació

ECTS: 6

Durada: 60 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut: 1. Eines de valoració funcional en fisioteràpia de l'esport

- Valoració de la força i resistència muscular
- Valoració de la resistència cardiorrespiratòria
- Anàlisi del rang de moviment: goniometria, inclinometria i sistemes de captura de moviment.
- Anàlisi biomecànic: plataformes de força i altres
- Avaluació neuromuscular: dèficits neuromusculars i asimetries en el moviment

- Eines de valoració específiques en l'esport.

2. Planificació i programació de les sessions de rehabilitació/readaptació

- Teoria i principis de l'entrenament
- Bases del disseny de programes
- Estratègies de programació per a la rehabilitació/readaptació de lesions
- Programació de la càrrega de treball: gestió del volum i intensitat
- Planificació del retorn a l'esport: progressió des de la lesió fins a l'alta esportiva

3. Estratègies de recuperació i readaptació funcional

- Rehabilitació i readaptació aquàtica

4. Monitorització i avaluació continua de l'esportista lesionat

- Tècniques de monitoratge de la càrrega interna i externa.
- Mètodes per al seguiment del progrés de l'esportista lesionat: tests funcionals recurrents.
- Ajust de la planificació en funció dels resultats del monitoratge.
- Eines digitals per a la gestió de dades i seguiment de l'esportista lesionat.

Mòdul: Patologies en l'esport: impacte en el rendiment i estratègies d'intervenció

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Patologia infecciosa en l'esport

- Introducció a les malalties infeccioses en esportistes.
- Infeccions comunes: transmissió, prevenció i tractament.
- Impacte d'infeccions virals i bacterianes en el rendiment esportiu.
- Estratègies de prevenció i control en entorns esportius.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

2. Patologia psicològica/psiquiàtrica en l'esport

- Trastorns d'ansietat i depressió en esportistes.

- Trastorns alimentaris i la seva relació amb l'esport.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

3. Patologia sistèmica en l'esport

- Malalties autoimmunes: lupus, artritis reumàtica i altres.
- Diabetis mellitus en l'esportista: maneig i control.
- Patologies hepàtiques i renals: implicacions per a l'entrenament i la competició.
- Adaptacions per a esportistes amb malalties sistèmiques.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

4. Patologia ginecològica en l'esport

- Salut menstrual i el seu impacte en el rendiment esportiu.
- Síndrome de la tríada de la dona atleta: prevenció i tractament.
- Embaràs i postpart en esportistes: adaptacions.
- Problemes ginecològics comuns i la seva intervenció en l'esport
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

5. Patologia respiratòria en l'esport

- Asma induïda per l'exercici: detecció i maneig.
- Malalties pulmonars cròniques i el seu impacte en el rendiment.
- Infeccions respiratòries agudes i cròniques en esportistes.
- intervencions terapèutiques i estratègies d'adaptació de l'entrenament.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

6. Patologia cardíaca en l'esport

- Cardiopaties congènites i adquirides en esportistes.
- Mort sobtada en l'esport: prevenció i protocols d'actuació.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

7. Patologia dermatològica en l'esport

- Lesions cutànies comunes.
- Infeccions de la pell: prevenció i tractament en contextos esportius.
- Efectes de l'ambient (sol, fred, humitat) en la salut de la pell de l'esportista.
- Estratègies de cura dermatològica per a esportistes.

Mòdul: Psicologia de l'esport: optimització mental per al rendiment i la recuperació

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1.Fonaments de la psicologia de l'esport

- Introducció a la psicologia de l'esport: conceptes clau i evolució.
- Teories del rendiment esportiu des de la perspectiva psicològica.
- Factors psicològics que influeixen en el rendiment esportiu.
- Personalitat i esport.

2. Estratègies de motivació i adherència al tractament de fisioteràpia

- Tècniques per a augmentar la motivació intrínseca i extrínseca.
- Desenvolupament de la resiliència en esportistes.
- Programes d'adherència a mig i llarg termini en la rehabilitació i readaptació.

3. Maneig de l'estrès i l'ansietat en l'esport

- Estrès i ansietat en contextos esportius: causes i conseqüències.
- Tècniques de control de l'estrès i maneig de l'ansietat competitiva.

4. Psicologia de la rehabilitació esportiva: estratègies d'aplicació diària

- Impacte psicològic de les lesions esportives: el context i el procés.
- Gestió de les emocions durant una lesió: com funcionen i com afecten.
- Tècniques per a fomentar l'adherència a la rehabilitació.
- Detecció bàsica d'alteracions psicoemocionals, com i quan derivar.

Mòdul: Esport adaptat i fisioteràpia esportiva

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Introducció a l'esport adaptat i la fisioteràpia esportiva

- Conceptes i fonaments de l'esport adaptat: definició, història i evolució.
- Diferències i similituds entre l'esport convencional i l'esport adaptat.
- Importància de l'enfocament interdisciplinari en l'atenció a atletes amb discapacitats.

2. Tipus de discapacitat i el seu impacte en el rendiment esportiu

- Discapacitat física: paràlisi cerebral, amputacions, lesions medul·lars.
- Discapacitat sensorial: sordesa, ceguesa i les seves implicacions en la pràctica esportiva.
- Discapacitat intel·lectual: trastorns del desenvolupament i el seu impacte en el rendiment esportiu.

3. Adaptacions en la fisioteràpia esportiva per a atletes amb discapacitat

- Adaptacions en l'exercici i entrenament físic per a esportistes amb discapacitat.
- Estratègies de prevenció de lesions adaptades a les necessitats específiques de cada tipus de discapacitat.
- Readaptació esportiva i retorn a l'activitat per a esportistes amb discapacitats.
- Integració de tecnologies de suport i dispositius ortopèdics en l'entrenament i la rehabilitació.

4. Anàlisi de casos reals d'esportistes amb diferents tipus de discapacitat.

Mòdul: Treball de fi de Diploma

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut: .

Fundació URV. Centre de Formació Permanent
Av Onze de Setembre, 112. 43203 REUS
(+34) 977 779 950
formacio@fundacio.urv.cat

www.fundacio.urv.cat/formacio
[Linkedin](#) | [Twitter](#) | [Facebook](#) | [Instagram](#)