

| Experto en fisioterapia y readaptación deportiva



Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 500
- ✓ **Créditos ECTS:** 20
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 1 mes para realizar el experto y un máximo de 3 meses.

En los últimos años ha aumentado el interés por el deporte de competición. La actividad física conlleva un cierto riesgo de lesiones que requieren un tratamiento especializado para solucionarlas de manera satisfactoria. El fisioterapeuta del deporte se especializa para dar solución a todas aquellas patologías generadas por la práctica deportiva tanto en el ámbito de ocio, amateur, como profesional. El sector sanitario, en la especialidad deportiva, está sometido a constantes cambios derivados de la aparición de nuevas tecnologías diagnósticas y terapéuticas. Existe una gran demanda de fisioterapeutas con conocimientos en fisioterapia deportiva, tanto a nivel social como en ámbito sanitario, solicitándose tanto en consultas y centros de fisioterapia privados, como en gimnasios, federaciones... En estos centros y en los últimos años ha aumentado el número de fisioterapeutas y su campo de actuación, debiendo dar respuesta a las demandas tanto de los usuarios como del resto de profesionales.

[Inscribirme](#)



Certificación: Universidad Isabel I



Todos los alumnos que realicen un **máster, especialista, experto, certificado o diploma online** recibirán un certificado expedido por la **Universidad Isabel I**. El certificado es emitido únicamente por la universidad certificadora (**Universidad Isabel I**) de las actividades formativas (*Ley 44/2003 de Ordenación de las Profesiones Sanitarias. Art. 35.1. Consulte el baremo de su Comunidad Autónoma*).



Parte delantera del certificado



Parte trasera del certificado

Validez del certificado

Mediante el Sistema de Validación de Certificados, se podrá verificar la autenticidad del certificado correspondiente, emitido por la **Universidad Isabel I** mediante el código QR que encontrará en la parte inferior de su diploma, donde podrá leerlo mediante un dispositivo móvil, utilizando una herramienta de lectura de código QR como: ICONIT-Lector de Código entre otras, donde automáticamente los redirecciona a la URL donde deberá introducir el Documento identificativo que aparece justamente en la parte delantera del diploma, se mostrarán los datos de validez del diploma (Nombre completo, DNI, nombre de la formación, créditos y horas).

¿A quién va dirigido?

- Diplomados/as o graduados/as en fisioterapia.

Objetivos

Generales

- Aprender y comprender en profundidad los principios y protocolos de tratamiento de las lesiones deportivas y sus diferentes técnicas (osteopatía, vendaje neuromuscular, control motor, vendajes funcionales, drenaje...), analizándolas desde un punto de vista fisioterápico.
- Contar con conocimientos para aplicar los métodos de diagnóstico y tratamiento fisioterápico en deportistas, tanto en el tratamiento de lesiones y patología deportiva como para la prevención de las mismas y habrá aumentado su repertorio de técnicas para la evaluación del paciente y dicho tratamiento.

Específicos

- Evaluar la situación del paciente deportista y aplicar un tratamiento preventivo o curativo según las necesidades del mismo.
- Reforzar sus conocimientos anatómicos, fisiológicos, biomecánicos y psicológicos del paciente deportista para mejorar su capacidad diagnóstica frente a las lesiones deportivas.

Inscribirme



Salidas profesionales

El alumnado de este **experto en fisioterapia y readaptación deportiva** se especializará en áreas avanzadas como:

- Equipos deportivos profesionales o amateur.
- Servicios médicos de cualquier deporte de equipo, tales como fútbol, baloncesto, rugby, voleibol, balonmano, waterpolo, hockey hierba...
- Centros de fisioterapia especializados en deporte.
- Hospitales o centros médicos especializados en patologías deportivas.
- Federaciones deportivas nacionales y autonómicas.
- Centros deportivos.
- Consulta privada.
- Favorece la contratación laboral preferente, según criterios de perfiles de la Comunidad Autónoma.
- Puntuación en baremos de demandantes de empleo del Sistema Nacional de Salud.
- Contribuye al desarrollo profesional y actualización de competencias profesionales de su categoría profesional.
- Especialización en bolsas específicas de la especialidad.
- Mejora la puntuación en la carrera profesional y curriculum.

Requisitos para la inscripción

Copia del DNI, TIE o Pasaporte.

La inscripción en este curso online / a distancia permanecerá abierta durante todo el año.

Evaluación



La evaluación estará compuesta de **200 test** de opción alternativa y **10 supuestos prácticos**. El alumno debe finalizar el experto y hacerlo con aprovechamiento de, al menos un 60% tanto de los tests planteados en el mismo que se realizarán a través de la plataforma virtual, online.

Contenidos

Módulo I: Actualización en masaje deportivo y lesiones del deporte

- Tema I. Introducción a la historia del masaje.
- Tema II. Introducción al masaje deportivo.
- Tema III. Normas y consejos para la aplicación del masaje.
- Tema IV. Gimnasia para el masaje.
- Tema V. Conceptos anatómicos básicos para fisioterapeutas.
- Tema VI. Efectos fisiológicos del masaje.
- Tema VII. Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje.
- Tema VIII. Descripción de las maniobras de masaje deportivo.
- Tema IX. Estiramientos miofasciales en el deporte.
- Tema X. Masaje de calentamiento.
- Tema XI. Masaje intracompetición.
- Tema XII. Masaje de restauración o poscompetición.
- Tema XIII. Masaje de entrenamiento o intersemana.
- Tema XIV. El masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones.
- Tema XV. Masaje en los deportes más frecuentes.
- Tema XVI. Masaje por regiones.
- Tema XVII. Automasaje en el deportista.
- Tema XVIII. Masaje ruso.
- Tema XIX. Reflexoterapia podal en el deportista.
- Tema XX. Drenaje linfático manual.
- Tema XXI. Masaje transversal profundo de Cyriax (MTP).
- Tema XXII. Crioterapia, criomasaje y criocinética.
- Tema XXIII. Shiatsu. Masaje japonés.
- Tema XXIV. Masaje de frotación con el músculo estirado.
- Tema XXV. Lesiones más frecuentes del deporte.
- Tema XXVI. Patologías asociadas al deporte.
- Tema XXVII. Vendajes funcionales.

Módulo II: Actualización en recuperación funcional de las patologías más frecuentes del miembro inferior y superior

Tema I. Introducción.

- Definición de fisioterapia.

- Diagnóstico fisioterápico.
- Rehabilitación funcional.
- Objetivo de la rehabilitación funcional.
- Bibliografía.

Tema II. Planos, ejes y posiciones.

- Planos.
- Ejes.
- Posiciones.
- Bibliografía.

Tema III. Sistema músculo-esquelético y articular.

- Estructura y función musculoesquelética.
- Contracciones musculares.
- Articulaciones.
- Bibliografía.

Tema IV. Exploración y valoración.

- Exploración.
- Valoración.
- Coeficiente funcional de movilidad articular.
- Bibliografía.

Tema V. Técnicas fisioterápicas.

- Masoterapia.
- Cinesiterapia.
- Poleoterapia y mecanoterapia.
- Electroterapia.
- Bibliografía.

Tema VI. Reeducción sensitiva perceptiva motriz (RSPM).

- Concepto.
- Objetivos de la RSPM.
- Consideraciones previas.
- Requisitos para la consecución de objetivos.
 - Criterios de progresión.
 - Naturaleza de los materiales.
- Parámetros para la modificación del ejercicio.
- Bibliografía.

Tema VII. Facilitación neuromuscular propioceptiva (FNP).

- Definición.
- Procedimientos básicos.
- Técnicas.
- Patrones principales de facilitación.

- Bibliografía.

Tema VIII. Recuperación funcional de las patologías más frecuentes del miembro inferior.

- *Tobillo y pie:*
 - Introducción.
 - Recuperación funcional de las lesiones más frecuentes del tobillo y pie.
 - Fascitis plantar y Síndrome del dolor del talón.
 - Espolón calcáneo.
 - Metatarsalgia.
 - Esguince del ligamento lateral externo de tobillo (LLE).
 - Tendinitis aquílea.
 - Lesión funcional del nervio peroneo.
- *Rodilla y pierna:*
 - Introducción.
 - Recuperación funcional de las lesiones más frecuentes de la rodilla y la pierna.
 - Periostitis vs tibial anterior vs tibial posterior.
 - Periostitis tibial.
 - Tendinitis del tibial anterior y posterior.
 - Lesión del ligamento cruzado anterior (LCA).
 - Lesión del ligamento lateral interior (LLI).
 - Dolor femoropatelar.
 - Fractura de la pierna.
- *Cadera y muslo:*
 - Introducción.
 - Recuperación funcional de las lesiones más frecuentes de la cadera y el muslo.
 - Síndrome del piramidal.
 - Síndrome de la cintilla iliotibial.
 - Distensión de los isquiotibiales o isquiocrurales.
 - Artroplastia de cadera por coxartrosis.
 - Osteopatía dinámica de pubis.

Tema IX. Recuperación funcional de las patologías más frecuentes del miembro superior.

- *Muñeca y mano:*
 - Introducción.
 - Recuperación funcional de las lesiones más frecuentes de la muñeca y la mano.
 - Síndrome del túnel carpiano.
 - Síndrome del músculo pronador redondo.
 - Síndrome de compresión del canal de Guyon.
 - Síndrome de compresión del nervio cubital.
 - Fractura de escafoides.
 - Fractura de Colles.
 - Ejemplo de tratamiento y rehabilitación de las lesiones de muñeca.
 - Readaptación funcional de la mano y de la muñeca.
- *Codo y antebrazo:*
 - Introducción.
 - Recuperación funcional de las lesiones más frecuentes del codo y el antebrazo.
 - Epicondilitis o codo de tenista.
 - Epitrocleítis o codo del golfista.
 - Síndrome del canal radial/síndrome de nervio interóseo posterior.

- Sobrecarga del codo en valgo e inestabilidad del ligamento medial.
- Fracturas del antebrazo.
- *Hombro y brazo:*
 - Introducción.
 - Recuperación funcional de las lesiones más frecuentes del hombro y el brazo.
 - Lesión por *impingement* del manguito de los rotadores.
 - Inestabilidad e hipermovilidad glenohumeral (síndrome de impingement secundario).
 - Hombro congelado o capsulitis retráctil.
 - Síndrome del plexo braquial o del desfiladero torácico.
 - Fractura de la diáfisis humeral.
 - Ejercicios para el miembro superior.

Tema X. Legislación.

Tema XI. Casos prácticos.

Módulo III: Actualización en electroterapia funcional

Tema I. Conceptos básicos:

- Electrodiagnóstico.
- Parámetros de la corriente.
- Colocación de los electrodos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema II. Tipos de corrientes:

- Introducción.
- Corrientes con efecto analgésico.
- Corrientes excitomotoras.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema III. Indicaciones y contraindicaciones de la electroterapia:

- Introducción.
- Indicaciones.
- Contraindicaciones.
- Factores a tener en cuenta previos a la aplicación de electroterapia.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IV. Aplicación de electroterapia en la prevención y el fortalecimiento muscular:

- Introducción.
- Musculatura tónica y fásica.
- Electroestimulación neuromuscular.
- Fortalecimiento de los principales grupos musculares. Aplicación práctica.

- Cuádriceps, glúteo mayor y mediano.
 - Ejercicios para cuádriceps y glúteos.
- Isquiotibiales.
 - Ejercicios para isquiotibiales y glúteos.
- Aductores.
 - Ejercicios para aductores.
- Lumbares.
 - Ejercicios para lumbares.
- Recto anterior y transverso del abdomen.
 - Ejercicios para el recto anterior y transverso del abdomen.
- Tríceps sural.
 - Ejercicios para el tríceps sural.
- Trapecio.
 - Ejercicios para el trapecio.
- Deltoides.
 - Ejercicios para el deltoides.
- Pectoral mayor y menor.
 - Ejercicios para el pectoral mayor y menor.
- Bíceps braquial.
 - Ejercicios para el bíceps braquial.
- Tríceps braquial.
 - Ejercicios para el tríceps braquial.
- Dorsal ancho.
 - Ejercicios para el dorsal ancho.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema V. Aplicación de electroterapia en la recuperación posesfuerzo y de lesiones:

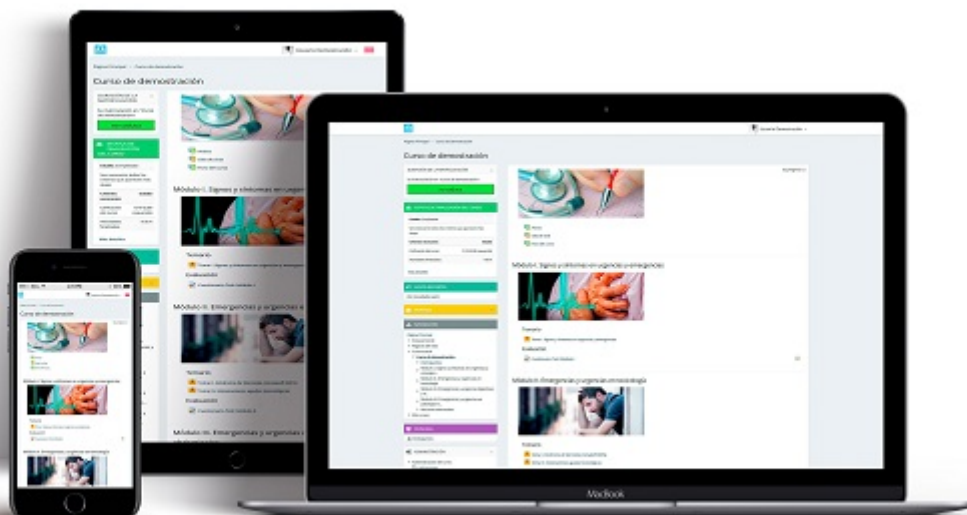
- Neuralgia del trigémino.
- Cervicalgia.
- Hombro congelado o capsulitis retráctil.
- Tendinitis del bíceps braquial.
- Epicondilitis/epitrocleeítis.
- Síndrome del túnel carpiano.
- Lumbalgia.
- Ciática.
- Dolor de cadera/trocanteritis/bursitis de cadera.
- Tendinitis rotuliana.
- Esguince de tobillo.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VI. Estiramientos globales:

- Introducción.
- Estiramiento en rotación externa y extensión de cadera en sedestación.
- Estiramiento en rotación externa de cadera sobre una mesa.
- Estiramiento en rotación externa y extensión de cadera tumbados con las piernas cruzadas.
- Estiramiento de aductores en bipedestación con flexión de tronco.
- Estiramiento de piernas en sedestación con flexión anterior.

- Estiramiento en extensión de cadera y flexión de rodilla en posición de caballero.
- Estiramiento en extensión de cadera y flexión de rodilla en bipedestación.
- Estiramiento de los extensores del pie con inversión del tobillo en sedestación.
- Estiramiento de los flexores del pie con eversión del tobillo en sedestación (estiramiento para la fascitis plantar).
- Estiramiento del dorsal ancho y deltoides posterior con tracción axial y flexión lateral.
- Estiramiento del bíceps braquial, pectoral mayor e isquiotibiales con extensión de hombros.
- Autoposturas que actúan sobre la cadena posterior y anterior.
 - Autopostura de la cadena posterior: (cuadrado lumbar, isquiotibiales, tríceps sural).
 - Autopostura del psoas.
 - Autopostura de los aductores y del cuádriceps.
 - Autopostura en sedestación.
 - Autopostura de pie con flexión de tronco.
 - Autopostura para el estiramiento en cadena muscular completa.
 - Autopostura para el estiramiento en cadena muscular completa con apoyo.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Metodología



El desarrollo del programa formativo se realiza a distancia, el alumno dispondrá de los contenidos en formato PDF y realizará la evaluación en la plataforma online, esta plataforma está operativa 24x7x365 y además está adaptada a cualquier dispositivo móvil. El alumno en todo momento contará con el apoyo del departamento tutorial. Las tutorías se realizan mediante email (atenciontutorial@eshe.es) o través del sistema de mensajería que incorpora la plataforma online. Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

Inscribirme

