

Experto universitario en intervención y prevención de lesiones en el deporte



Información sobre el programa formativo

✓ **Horas de formación:** 500

✓ **Créditos ECTS:** 20

✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 4 meses para realizar el experto universitario y un máximo de 6 meses.

El experto universitario surge debido a la realización de un trabajo preventivo y rehabilitador tanto en deportistas profesionales o amateurs es clave en el ámbito deportivo. La fisioterapia deportiva es la especialidad enfocada en la atención de este tipo de situaciones que van desde la prevención hasta la recuperación de lesiones para lograr un buen estado de salud.

Este **experto universitario en intervención y prevención de lesiones en el deporte** proporciona al profesional conocimientos actualizados para evaluar, planificar y tratar las posibles dificultades derivadas de las actividades deportivas hasta su recuperación. Una oportunidad formativa en la que además se ofrecen diferentes tratamientos y técnicas para potenciar el volumen muscular adecuado del deportista, evitar sobrecargar y potenciar su rendimiento, lo que afectará de forma positiva no solo a su estado físico sino también mental mejorando así su calidad de vida.

Inscribirme



Certificación: Universidad Europea Miguel de Cervantes



Los alumnos que realicen un **Máster, Experto Universitario o Curso de especialización online Título Propio de la Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)** recibirán, una vez finalizado, un certificado expedido en créditos y horas. Este documento es únicamente emitido por la universidad certificadora de las actividades formativas, es decir, por la UEMC. Los diplomas acreditados por la UEMC no llevarán categoría profesional.

UEMC en ningún caso expedirá el título correspondiente al programa formativo si no ha transcurrido el tiempo mínimo desde la matrícula del alumno. Una vez transcurrido el tiempo mínimo que exige la universidad y finalice la edición, se procederá a solicitar el diploma a la Universidad, la cual suele tardar en remitir los diplomas de los cursos de especialización unos cuatro meses y de seis a nueve meses cuando se trata de máster o expertos universitarios. Igualmente los alumnos una vez realizada la formación, podrán solicitar un certificado provisional expedido por ESHE a la espera de recibir el diploma de la Universidad Europea Miguel de Cervantes.

Los alumnos recibirían, al realizar las formaciones, un diploma como el del ejemplo:



Parte delantera del certificado



Parte trasera del certificado

¿A quién va dirigido?

- Graduados/as y diplomados/as en fisioterapia.
- Licenciados en educación física, Graduado CAFD.
- Titulados universitarios en rama de ciencias de la salud.
- Graduado, diplomado en Magisterio.

Objetivos

Generales

Este experto universitario capacita al alumno además para:

- Ser capaces de evaluar, planificar y tratar los diferentes parámetros que ayudan a la prevención y recuperación/readaptación de las lesiones deportivas producidas por las actividades físico-deportivas.
- Formar al alumno en metodología de investigación basada en la práctica clínica, con el objetivo de poder generar, compartir y difundir el conocimiento en salud y rendimiento deportivo.

Específicos

- Capacitar al alumno en el uso y dominio teórico-práctico de las herramientas que ofrece la fisioterapia en el ámbito del deporte, tanto a nivel aficionado como de élite, dentro de un contexto multidisciplinar con objeto del abordaje de la lesión del deportista.
- Integrar las distintas técnicas y procedimientos de fisioterapia en el ámbito deportivo, tales como técnicas de movilización y manipulación articular, vendaje, vendaje neuromuscular, punción seca, terapia miofascial y/o muscular, electro-estimulación, recuperación funcional.

Inscribirme



Salidas profesionales

Las salidas profesionales tras realizar el **experto Universitario en Intervención y prevención de lesiones en el deporte** están dirigidas a desarrollar su actividad profesional, no solo en instituciones deportivas y demás organismos y entidades afines (centros de alto rendimiento deportivo, centros de tecnificación deportiva, clubes deportivos, gimnasios, colegios, centros privados...), sino que la finalidad de esta formación es ofrecer, a nuestro sistema sanitario, profesionales capaces de atender de forma eficiente las necesidades terapéuticas y preventivas en todos los ámbitos de la salud, incluida la atención primaria.

- 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 consta de **140 preguntas** (V/F) y **11 supuestos prácticos**. El alumno debe finalizar el experto universitario 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 online. En caso de no superar el total de la evaluación, el alumno dispone de una segunda oportunidad sin coste adicional.

Para dar por finalizado el experto universitario además de la evaluación correspondiente a cada módulo, el alumno debe de realizar un trabajo final de experto universitario de un tema elegido de una relación propuesta por el equipo de tutores, con una extensión mínima de 30 páginas aproximadamente con unos requisitos mínimos de calidad y de actualidad bibliográfica.

En caso de no superar el total de las evaluaciones conjuntamente, el alumno dispone de una segunda oportunidad sin coste adicional.

Contenidos

Módulo I: Prevención y tratamiento de lesiones en la práctica deportiva

Tema I. Sistema músculo-esquelético y articular:

- Sistema músculo-esquelético y articular.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema II. Explicación de la lesión deportiva:

- Explicación de la lesión deportiva.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema III. El reconocimiento médico en el deporte:

- El reconocimiento médico en el deporte.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IV. Tratamiento inmediato y prevención de las lesiones:

- Método RICES.
- La correcta práctica deportiva.
 - Medidas para prevenir las lesiones: Fortalecimiento muscular.
 - Fortalecimiento en cadena cinética cerrada.
 - Fortalecimiento en cadena cinética abierta.
 - Fortalecimiento con tensión elástica.

- Ejercicios con tensión elástica del miembro inferior en CCC.
- Ejercicios con tensión elástica del miembro inferior en CCA.
- Fortalecimiento pliométrico.
- Fortalecimiento del miembro superior.
- Fortalecimiento del miembro superior con tensión elástica.
- Fortalecimiento del tronco.
- Más ejercicios de fortalecimiento del tronco.
- Fortalecimiento isométrico (postural).
- Fortalecimiento con fitball.
- Ejercicios con fitball para el miembro inferior.
- Ejercicios con fitball para el miembro superior.
- Medidas para prevenir las lesiones: Reeducación propioceptiva o ejercicios de equilibrio.
 - Parámetros para la modificación del ejercicio.
- Medidas para prevenir las lesiones Recuperación post-competiciónentrenamiento.
 - Hidroterapia.
 - Termoterapia/crioterapia.
 - Estiramientos.
 - Autoposturas que actúan sobre la cadena posterior y anterior.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema V. El masaje:

- El masaje.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VI. Lesiones en la práctica deportiva:

- Contractura muscular, Mialgia diferida, Espasmo o calambre y Rotura parcial muscular.
- Lesiones del miembro superior.
 - Lesiones del hombro.
 - Hombro del nadador.
 - Síndrome por compresión-tendinitis del tendón supraespinoso.
 - Más sobre el síndrome por compresión-tendinitis del tendón supraespinoso.
 - Inestabilidad-hipermovilidad de hombro o impingement secundario (luxación de hombro).
 - Fases de la inestabilidad-hipermovilidad de hombro o impingement secundario (luxación de hombro).
 - Hombro congelado o capsulitis retráctil.
 - Fractura de clavícula.
 - Fractura de hombro.
 - Lesiones del brazo.
 - Rotura del tendón distal del bíceps braquial.
 - Tendinitis del músculo braquial anterior o codo del escalador.
 - Síndrome del plexo braquial.
 - Fractura diafisaria de húmero.
 - Lesiones del codo.
 - Epicondilitis lateral o codo del tenista.
 - Epicondilitis medial o codo de golfista.
 - Codo del lanzador de jabalina.
 - Más sobre el codo del lanzador de jabalina.

- Codo del lanzador de dardos.
 - Luxación del codo.
 - Fracturas del codo.
- Lesiones del antebrazo.
 - Fractura del antebrazo.
 - Recuperación en el caso una reducción abierta y fijación interna de las fracturas de Monteggia y Galeazzi.
- Lesiones de la muñeca.
 - Esguince de muñeca (lesión de ligamentos) y Nódulos tendinosos-ganglión.
 - Muñeca de remero-tendinitis de Quervain.
 - Muñeca de remero-tendinitis de Quervain.
 - Síndrome del túnel carpiano.
 - Fractura del cúbito y radio distal (fractura de Colles).
 - Fractura del hueso escafoides.
 - Fractura del hueso ganchoso.
 - Luxaciones en la muñeca.
- Lesiones de la mano.
 - Dedos en martillo y Pulgar del esquiador o lesión de Stener.
 - Capsulitis traumática y Luxaciones de los dedos.
 - Fracturas de los huesos del metacarpo y de falanges, Ampollas y callosidades.
- Lesiones del miembro inferior.
 - Lesiones de la cadera.
 - Síndrome del piramidal.
 - Síndrome de la cintilla iliotibial-rodilla del corredor.
 - Distensión-rotura de los isquiotibiales (isquiocruales).
 - Rotura de los músculos aductores.
 - Osteotomía dinámica de pubis o pubalgia.
 - Bursitis de la cadera.
 - Lesiones de la rodilla.
 - Lesión del ligamento cruzado anterior (LCA).
 - Más sobre la lesión del ligamento cruzado anterior.
 - Esguince lateral interno de rodilla.
 - Lesiones meniscales.
 - Alteraciones de la articulación [femoropatelar](#), luxación recurrente de rótula.
 - Rodilla inestable.
 - Bursitis.
 - Rodilla del saltador.
 - Lesiones de la pierna.
 - Periostitis tibial.
 - Tendinitis del tibial anterior y tibial posterior.
 - Fracturas de la tibia y el peroné.
 - Fracturas de estrés.
 - Pierna del tenista (desgarro músculo gemelo interno).
 - Bursitis retrocalcánea, tendinitis aquílea y rotura del tendón de Aquiles.
 - Lesiones de tobillo.
 - Fractura de los huesos del tobillo.
 - Fractura del peroné por sobrecarga.
 - Esguince de tobillo-tobillo inestable.
 - Ejemplo de la progresión de los ejercicios durante la Fase I, II y III en el esguince de tobillo.
 - Esquema general de recuperación funcional del esguince de tobillo (fase de reincorporación a la

- actividad).
 - Tobillo del futbolista.
- Lesiones del pie.
 - Fascitis plantar y síndrome del dolor del talón (talón del saltador).
 - Espolón calcáneo.
 - Fracturas de fatiga o por estrés.
 - Fractura del calcáneo o hueso del talón.
 - Pie plano y Pie cavo.
 - Dolor plantar anterior o metatarsalgia.
 - Hallux valgus (juanetes).
 - Fractura de los dedos de los pies.
 - Uña negra y Uña encarnada.
 - Pie de atleta.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VII. Lesiones de la cabeza y cara:

- Traumatismo craneoencefálico. Pérdida de conciencia.
- Lesiones de párpados y anejos.
- Equimosis, Erosiones corneales, Desprendimiento de retina y Roturas dentales.
- Lesiones de la nariz y Fractura de los huesos de la nariz.
- Lesiones del oído, Oreja en coliflor y Rotura del tímpano.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VIII. Lesiones de espalda:

- Cifosis dorsal o hiper cifosis.
- Hiperlordosis.
- Desviación lateral de la columna (escoliosis).
- Dolor de cuello, Tortícolis y Fracturas vertebrales.
- Espalda de gimnasta. Espondilolistesis. Espondilolisis.
- Dolor de espalda-lumbalgia.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IX. Lesiones torácicas:

- Fracturas costales.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema X. Lesiones de la piel:

- Lesiones de la piel.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XI. Lesiones por el frío y el calor:

- Lesiones por el frío y el calor.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XII. Recuperación de lesiones en el agua:

- Introducción.
- Programa general para la recuperación de lesiones en el agua.
- Recuperación funcional en el agua.
- Relación de ejercicios de miembro inferior y superior para la recuperación funcional de lesiones.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XIII. Vendaje funcional y aplicaciones deportivas:

- Introducción.
- Tipos de vendas.
- Preparación de la piel y aplicación.
- Vendajes funcionales preventivos.
 - Ejemplos de vendajes preventivos.
 - Vendaje preventivo para la tendinitis del extensor del primer dedo.
 - Vendaje de compresión para la aplicación de RICES en el esguince del LLE de tobillo.
 - Fascitis plantar.
 - Metatarsalgia.
 - Tendinitis de Aquiles, del tibial anterior y tendinitis rotuliana.
 - Periostitis tibial.
 - Vendaje elástico adhesivo para distensiones de ligamento en la rodilla.
 - Vendaje para la estabilización de la rótula y para la protección de aductores.
- Vendajes funcionales terapéuticos.
 - Auto-vendajes en situaciones especiales.
 - Esguinces.
 - Calambres.
 - Rotura fibrilar y Contracturas.
 - Inmovilización.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XIV. Cómo interpretar un análisis de sangre y su relación con las lesiones:

- Introducción.
- Hemograma.
- Bioquímica general y del suero.
- Bioquímica hormonal.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tesina: Tesina

El alumno debe realizar una tesina para finalizar su formación y cumplir unos requisitos mínimos de calidad y de actualidad bibliográfica.

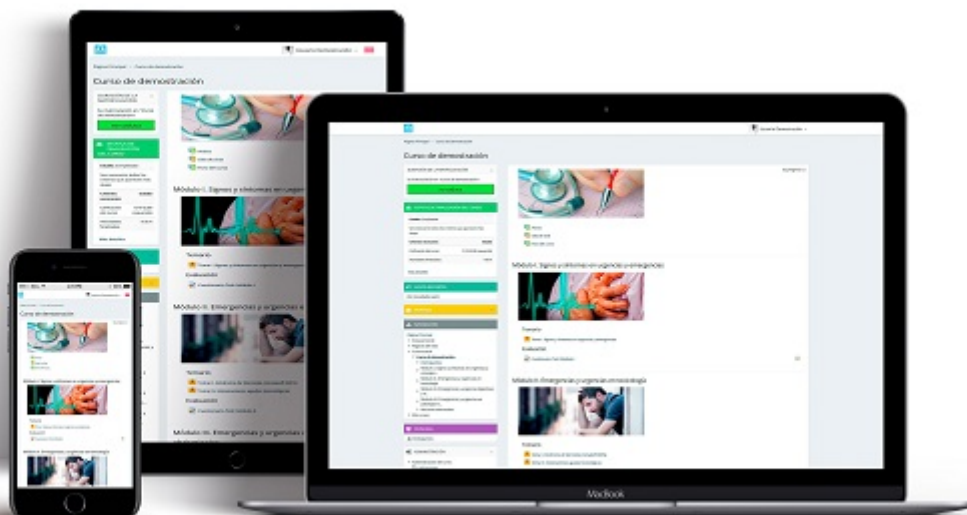
Para no publicarlo:

1. Puede ser tanto caso clínico, como trabajo de investigación o revisión bibliográfica.
2. Debe ser una extensión de unas 30 páginas.
3. Debe estar citada en estilo vancouver.

Para la publicación ¡Totalmente gratis!:

1. Debe ser una revisión bibliográfica de unas 50 páginas.
2. Tamaño 12.
3. La bibliografía debe ser desde hace 5 años en adelante.
4. Letra Times New Roman.
5. Debe estar citada en estilo vancouver y con citas en el texto.
6. Interlineado 1-1,15.

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

