UNIVERSIDAD DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

GUÍA DOCENTE *CURSO: 2012/13*

41425 - FISIOTERAPIA EN EL DEPORTE

CENTRO: *165 - Facultad de Ciencias de la Salud*
TITULACIÓN: *4014 - Grado en Fisioterapia*
ASIGNATURA: *41425 - FISIOTERAPIA EN EL DEPORTE*
CÓDIGO UNESCO: *3213.11* **TIPO:** *Obligatoria* **CURSO:** *3* **SEMESTRE:** *2º semestre*
CRÉDITOS ECTS: *6* **Especificar créditos de cada lengua:** **ESPAÑOL:** *6* **INGLÉS:**

SUMMARY

REQUISITOS PREVIOS

ninguno

Datos identificativos del profesorado que la imparte.

Plan de Enseñanza (Plan de trabajo del profesorado)

Contribución de la asignatura al perfil profesional:

En los últimos años, el deporte ha experimentado un importante desarrollo social. Ha pasado a ser uno de los pilares en los que se sustenta el bienestar de nuestra sociedad.
Debido a lo anterior, ha existido un aumento también gradual, de las lesiones debidas a la actividad deportiva. Es por esto que la actividad fisioterápica en este campo ha desarrollado un importante auge, en el sentido preventivo, curativo e investigador en el tratamiento de lesiones deportivas.

Competencias que tiene asignadas:

GENERICAS Y TRANSVERSALES: G1 a G14
ESPECIFICAS: D2. P4, P13, P21, P25. A1 a A12

Objetivos:

1. El ser humano como unidad. La desviación de los parámetros normales y sus repercusiones a nivel físico, psíquico, social y funcional
2. Los aspectos generales de la prevención y el tratamiento de las diferentes patologías que se presentan en las diferentes modalidades de la práctica deportiva
3. La función y aplicación de la Fisioterapia en la prevención y el tratamiento de las diferentes lesiones deportivas.
4. La influencia del deporte en el tratamiento general de la minusvalía.
5. Identificar las distintas lesiones que se pueden presentar en la práctica deportiva.
6. Aplicar los distintos medios físicos, técnicas instrumentales, manuales (vendajes funcionales y otros: electroterapia, RPG, masoterapia, estiramientos, etc.), como medio de prevención y

Contenidos:

Unidad I: Técnicas fisioterápicas en el deporte: Vendajes funcionales, Neurotape. Electroterapia. Electrolísis percutánea intratisular. Masoterapia. Estiramientos.
Unidad II: Principios del entrenamiento de prevención y post-lesional.
Unidad III: Principales lesiones en el deporte.
Unidad IV: Nutrición y farmacología del deporte.
Unidad V Miscelánea: Prescripción de ejercicio en poblaciones especiales: niños, ancianos, embarazadas. Deporte adaptado. Pruebas de esfuerzo con consumo de oxígeno

PROGRAMA TEORICO:

Unidad I: Técnicas fisioterápicas en el deporte.

TEMA 1.– Vendaje funcional. Concepto. Historia. Objetivos. Material. Indicaciones y contraindicaciones. Evidencias científicas.

TEMA 2.- Vendaje neurofuncional. Concepto. Indicaciones. Material. Evidencias científicas.

TEMA 3.– Crioterapia. Efectos fisiológicos. Efectos terapéuticos. Indicaciones y contraindicaciones. Métodos de aplicación. Evidencias científicas.

TEMA 4.– Ultrasonidos. Efectos fisiológicos. Efectos terapéuticos. Indicaciones y contraindicaciones. Métodos de aplicación. Evidencias científicas.

TEMA 5.– Electroterapia . TENS: características generales, tipos de ondas, parámetros más frecuentes en Medicina del deporte, indicaciones y contraindicaciones. Electroestimulación muscular: tipos de corrientes, forma de aplicación, indicaciones. Evidencias científicas.

Tema 6.- Otras técnicas: Electrolisis percutánea intratisular. Concepto. Indicaciones. Técnicas de aplicación. Efectos secundarios. Evidencia científica. Ondas de choque: Concepto. Indicaciones. Técnicas de aplicación. Efectos secundarios. Evidencia científica

TEMA 7. – Masoterapia en el deporte. Técnicas especiales. Indicaciones y contraindicaciones.

TEMA 8.– Estiramientos musculares. Generalidades. Indicaciones y contraindicaciones. Técnicas de aplicación.

Unidad II: Principios del entrenamiento de prevención y post-lesional.

TEMA 9. – Métodos de entrenamiento. Valoración de la capacidad física Prueba de esfuerzo con consumo de oxígeno.

Tema 10.- Entrenamiento aerobio , anaerobio. Principio FITT. Entrenamiento de fuerza. Entrenamiento durante el año

TEMA 11. – Actuación “a pie de campo” del fisioterapeuta. Principales urgencias

TEMA 12. – Valoración de ropa y calzado deportivo. Prendas de protección. Prendas de compresión .Elección del calzado deportivo en cada modalidad deportiva.

Unidad III: Principales lesiones en el deporte.

TEMA 13. – Lesiones de hombro. Tipos. Diagnóstico. Tratamiento. Protocolos de recuperación tras la cirugía o tras tratamiento conservador. Tiempos de recuperación
.

TEMA 14. - Lesiones de codo. Tipos. Diagnóstico. Tratamiento. Protocolos de recuperación tras la cirugía o tras tratamiento conservador. Tiempos de recuperación

TEMA 15. - Lesiones de muñeca y mano. Tipos. Diagnóstico. Tratamiento. Protocolos de recuperación tras la cirugía o tras tratamiento conservador. Tiempos de recuperación

TEMA 16. - Lesiones de columna vertebral: Lumbalgia de esfuerzo. Hernia discal. Espondilolísis y listesis. Cifosis dorsal juvenil . Fracturas vertebrales más frecuentes. Tipos. Diagnóstico. Tratamiento.

TEMA 17. - Lesiones de tronco y cadera. Osteopatía del pubis. Fracturas de estrés. Tendinitis de addutores. Trocanteritis. Cadera en resorte. Fracturas por arrancamiento del sartorio y otras. Artrosis de cadera. Tipos. Diagnóstico. Tratamiento.

TEMA 18. - Lesiones de rodilla I. Lesiones meniscales Tipos. Lesión del ligamento cruzado anterior. Lesión del LC posterior. . Diagnóstico. Tratamiento. Protocolos de recuperación tras la cirugía. Tiempos de recuperación

TEMA 19. - Lesiones de rodilla II. Lesiones de los ligamentos laterales. Lesiones rotulianas. Sd femoropatelar. Tendinitis de inserción rotulianas, cuadricipitales y de la pata de ganso. Osteocondritis disecante. Tipos. Diagnóstico. Tratamiento. Protocolos de recuperación.

TEMA 20. - Lesiones de tobillo y pie. Esguinces. Inestabilidad crónica de tobillo. Fascitis plantar. Tendinitis del tibial posterior Tipos. Sesamoiditis. Neuroma de Morton. Fractura del V metatarsiano. Fracturas por estrés. Osteocondritis disecante. Diagnóstico. Tratamiento. Protocolos de recuperación .Tiempos de recuperación

TEMA 21. - Lesiones musculares y de la unión miotendinosa. Epidemiología. Clasificación . Tratamiento médico y fisioterápico

Unidad IV: Nutrición y farmacología en el deporte.

TEMA 22. – Nutrición. Generalidades. Preparación dietética para una competición. Suplementos nutricionales. Bebidas isotónicas

TEMA 23 – Dopaje y deporte. El uso de sustancias prohibidas y sus efectos en la salud. Fármacos permitidos y dopantes. Ayudas ergogénicas. Control antidoping.

Unidad V: Miscelanea

Tema 24.- Prescripción de ejercicio físico en poblaciones especiales: niños y adolescentes: Enfermedades del crecimiento.

Tema 25.- Prescripción de ejercicio físico en poblaciones especiales: ancianos

Tema 26.- Las mujeres deportistas: mesntruación y amenorrea. Osteoporosis. Embarazo.

Tema 27.- Deporte y juego adaptados

Tema 29.- Lesiones deportivas frecuentes en deportes especiales: mal de altura,edema cerebral y pulmonar por la altura. Golpe de calor, calambres por calor. Embolia gaseosa del buceo.Actuación del fisioterapueta. Reconocimiento de los signos y síntomas iniciales.

Metodología:

Metodología
1. Actividades presenciales.
1.1. Clases teóricas (40 horas)
1.2. Trabajo práctico.
- Prácticas en aula: clases teórico-prácticas (15 horas)
- Prácticas de laboratorio: (16 horas)

1.3. Tutorías (4 horas)

2. Horas Trabajo autonomo estudiantes (75 horas)
- Trabajo personal del estudiante
- Trabajos grupales
- Estudio y lecturas

En las clases teóricas, el profesor realizará una descripción de las distintas técnicas de los métodos específicos que el fisioterapeuta debe conocer según las competencias a desarrollar. Posteriormente realizará con un alumno como modelo la técnica fisioterapéutica.
Para las prácticas de aula, el alumno desarrollará en tiempo no presencial búsquedas bibliográficas de las mejores técnicas a desarrollar según las distintas patologías. Preparará informes que deberá presentar y desarrollar ponencias. El alumno valorará a través de tests y escalas, realizará informes, establecerá objetivos y elaborará programas de intervención.
Las prácticas de laboratorio se realizarán teniendo de base los conocimientos teóricos y se aplicarán las técnicas específicas que se hayan explicado. Dichas prácticas se realizarán en distintos grupos.

Criterios y fuentes para la evaluacion:

-Valorar el funcionamiento y la discapacidad como parte integrante de la profesión del fisioterapeuta
-Valorar el estado de salud o enfermedad
-Identificar las distintas lesiones que se pueden presentar en la práctica deportiva.
-Aplicar los distintos medios físicos, técnicas instrumentales, manuales (vendajes funcionales y otros: electroterapia, RPG, masoterapia, estiramientos, etc.), como medio de prevención y tratamiento de las diferentes lesiones que se producen en la práctica deportiva.

Sistemas de evaluacion:

El sistema de evaluación depende de las metodologías docentes empleadas para la adquisición de competencias. Para la calificación final se ponderan los resultados de las distintas actividades de evaluaciones programadas, y que se enumeran a continuación:
- Conocimientos teóricos adquiridos: 35%
- Resultado de las prácticas de aula y laboratorio: 35%
- Trabajo tutorizado: 10%
- Seminarios y tutorías: 15%
- Participación en las actividades docentes presenciales:5%

Criterios de calificacion:

Para la calificación final se ponderan los resultados de las distintas actividades de evaluaciones programadas, y que se enumeran a continuación:

1.- Evaluación de los conocimientos teóricos (3.5 puntos): esta evaluación se realizará mediante examen escrito ,el examen será tipo Test , donde existirán 5 respuestas y una
sola verdadera, contabilizándose de forma negativa las respuestas erróneas siguiendo la proporción de 3 preguntas contestada erróneamente restan una pregunta correcta.

2.- Evaluación de las practicas de aula y laboratorio (3.5 puntos) : Se evalúa mediante:

Examen práctico (1 punto)

Presentación pública del trabajo (1 punto)

Evaluación continua realizada durante las prácticas de aula y laboratorio (1.5 puntos).

3.- Evaluación del Trabajo tutorizado : 1 punto

4.- Seminarios y tutorías: 1.5 puntos

5.- Participación en actividades docentes presenciales: 0.5 puntos.

La calificación final se establece con el siguiente baremo:

0,0-4,9 Suspenso (SS).

5.0-6.9 Aprobado (AP).

7,0-8,9 Notable (NT).

9,0-10 Sobresaliente (SB).

La mención de <<Matricula de Honor>> podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0. Su número no podrá exceder del 5 por ciento de los alumnos matriculados en una materia en el correspondiente curso académico, salvo que el número de
alumnos matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola <<Matricula de Honor>>

Plan de Aprendizaje (Plan de trabajo de cada estudiante)

Tareas y actividades que realizará según distintos contextos profesionales (científico, profesional, institucional, social)

- Las clases de la parte de teoría serán demostrativas, con una duración de dos horas.
- Las prácticas de aula se basarán fundamentalmente en diversos casos clínicos donde el alumno tendrá que adquirir la capacidad de valorar y marcar unos objetivos de tratamiento para posteriormente elaborar informes clínicos.
- Se establecerán debates sobres los distintos métodos en cuanto a su efectividad y en la utilidad de la aplicación de las distintas patologías.
- Las prácticas de laboratorio serán dirigidas y supervisadas por el profesor.
- Los seminarios serán realizados por el profesorado de la materia y tendrán una parte práctica a desarrollar por el alumno.

Temporalización semanal de tareas y actividades (distribución de tiempos en distintas actividades y en presencialidad - no presencialidad)

En esta asignatura tendremos dos tipos de actividad presencial:
- Clases teóricas: 40 horas
- Prácticas de aula: 15 horas
- Trabajo práctico: 16 horas por alumno.

Recursos que tendrá que utilizar adecuadamente en cada uno de los contextos profesionales.

Los recursos materiales así como, las habilidades y actitudes que el alumno deberá manejar en esta asignatura serán:
- Fuentes de documentación: Biblioteca y recursos electrónicos.
- Bases de datos y herramientas web de búsqueda bibliográfica.
- Interacción y empatía con los pacientes.

Resultados de aprendizaje que tendrá que alcanzar al finalizar las distintas tareas.

El alumno deberá adquirir:
- Identificar los métodos más utilizados dentro del campo de la Fisioterapia en el deporte.
- Emplear las fuentes de datos accesibles al fisioterapeuta y codificar, almacenar y analizar la información extraída conforme al estándar definido.

Plan Tutorial

Atención presencial individualizada (incluir las acciones dirigidas a estudiantes en 5ª, 6ª y 7ª convocatoria)

Todos los alumnos de la asignatura pueden solicitar en cualquier momento una reunión de tutoría presencial, sea individual o en grupo. Para ello solicitarán cita previa usando la herramienta de Reunión del Campus Virtual.

Atención presencial a grupos de trabajo

Las tutorías podrán ser en grupos de no más de cinco personas concertadas del mismo modo que las reuniones individuales.

Atención telefónica

NO se contempla

Atención virtual (on-line)

Podrá establecerse en cualquier momento a través de la herramienta correspondiente en el Campus Virtual.

Bibliografía

[1 Básico] Rehabilitación integral en el paciente con enfermedad pulmonar obstructiva crónica /

Coords. Eulogio Pleguezuelos Cobo ...[et al.].

Editorial Médica Panamericana,, Buenos Aires : (2007)

9788498350968

[2 Básico] Lesiones del deportista /

Daniel K. Kulund.

Salvat,, Barcelona : (1990) - (2ª ed.)

8434529793

[3 Básico] Fisiología clínica del ejercicio /

José López Chicharro y Luis Miguel López Mojares.

Médica Panamericana,, Madrid : (2008)

978-84-9835-167-5

[4 Básico] Sports injuries :their prevention and treatment /

Lars Peterson and Per Renström.

Martin Dunitz,, London : (2001) - (3rd ed.)

1853179841

[5 Recomendado] Deporte y corazón /

Daniel San Román Sánchez, José Antonio Ruiz Caballero (editores).

Wanceulen,, Sevilla : (2011)

978-84-9993-154-8

[6 Recomendado] Lesiones deportivas :diagnóstico, tratamiento y rehabilitación /

directores, Roald Bahr, Sverre Maehlum ; ilustrador médico Tommy Bolic.

Médica Panamericana,, Madrid, [etc.] : (2007)

9788498350067

[7 Recomendado] Rehabilitación infantil /

Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física ; dirs. Mª de los Ángeles Redondo García ; Juan Andrés Conejero Casares.

Médica Panamericana,, Buenos Aires : (2012)

978-84-9835-344-0