

Curso Universitario

Ejercicio Terapéutico en la Recuperación del Deportista





Curso Universitario

Ejercicio Terapéutico en la Recuperación del Deportista

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Global University**
- » Acreditación: **6 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: www.techtitute.com/fisioterapia/curso-universitario/ejercicio-terapeutico-recuperacion-deportista

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 16

04

Estructura y contenido

pág. 22

05

Metodología

pág. 30

06

Titulación

pág. 38

01 Presentación

La recuperación funcional de un deportista necesita de la labor del fisioterapeuta en el ámbito del ejercicio como intervención encaminada a la mejora de su condición física, en el entorno de una dolencia o lesión. Este proceso se beneficia de los avances en este campo que la fisioterapia ha desarrollado. En este curso ponemos a tu servicio una compilación que te impulsará hasta la mayor eficacia en tu intervención profesional.





“

Un curso completísimo que te actualizará con las técnicas de intervención más novedosas en ejercicio terapéutico.

Este Curso contempla el movimiento, como herramienta continua del fisioterapeuta en su rol el evaluador, terapéutico y preventivo, tanto en la aplicación activa como pasiva del mismo.

Basado en el actual concepto de Ejercicio terapéutico, como ejecución programada y planificada de movimientos corporales, posturas y actividades físicas con los objetivos de dotar al deportista de capacidades para corregir o prevenir alteraciones, incrementar la funcionalidad o restablecer la normalidad ante una disfunción, convierte a este Módulo final en un elemento clave y diferenciador de este Máster.

En el mismo el estudiante obtendrá las mejores herramientas para cubrir el espectro asistencial que abarcara cuatro tiempos fundamentales: evaluación-tratamiento-prevención-educación.

Un compendio completo que el profesional encontrará sumamente útil e interesante para crecer en su profesión.

A lo largo del curso, el profesional de fisioterapia conocerá los procesos lesionales y la planificación de medios diagnósticos, funcionales, terapéuticos y preventivos que garanticen la plena recuperación funcional de la persona lesionada.

Asimismo, obtendrá conocimientos sobre áreas avanzadas de evaluación que permitirían al fisioterapeuta, maximizar los recursos terapéuticos en el proceso de atención al deportista.

Y para terminar, Un recorrido formativo que le permitirá desarrollar modelos de atención basados en la evidencia más actualizada en los entornos deportivos más frecuentes.

Este **Curso Universitario en Ejercicio Terapéutico en la Recuperación del Deportista** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- Última tecnología en software de enseñanza online
- Sistema docente intensamente visual, apoyado en contenidos gráficos y esquemáticos de fácil asimilación y comprensión
- Desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en activo
- Sistemas de vídeo interactivo de última generación
- Enseñanza apoyada en la telepráctica
- Sistemas de actualización y reciclaje permanente
- Aprendizaje autorregulable: total compatibilidad con otras ocupaciones
- Ejercicios prácticos de autoevaluación y constatación de aprendizaje
- Grupos de apoyo y sinergias educativas: preguntas al experto, foros de discusión y conocimiento
- Comunicación con el docente y trabajos de reflexión individual
- Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo, fijo o portátil, con conexión a internet
- Bancos de documentación complementaria disponible permanentemente, incluso después del curso



Ponte al día en todas las novedades que el campo de la fisioterapia ha desarrollado en los últimos tiempos con la eficacia del mejor Curso online en este campo, del mercado docente.

“

Un completísimo Curso creado para profesionales de la fisioterapia, que te permitirá compaginar tu formación con otras ocupaciones y acceder desde cualquier lugar con total flexibilidad.

El diseño de este programa está basado en el Aprendizaje Basado en Problemas: un planteamiento que concibe el aprendizaje como un proceso eminentemente práctico. Para conseguirlo de forma remota, usaremos la telepráctica: con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo, y el learning from an expert podrás adquirir los conocimientos como si estuvieses enfrentándote al supuesto que estás aprendiendo en ese momento. Un concepto que te permitirá integrar y fijar el aprendizaje de una manera más realista y permanente.

Con un diseño metodológico que se apoya en técnicas de enseñanza contrastadas por su eficacia, este Curso te llevará a través de diferentes abordajes docentes para permitirte aprender de forma dinámica y eficaz.”

*Nuestro innovador concepto de telepráctica te dará la oportunidad de aprender mediante una experiencia inmersiva, que te proporcionará una integración más rápida y una visión mucho más realista de los contenidos:
“learning from an expert”*



02 Objetivos

Este completísimo Curso se ha creado de principio a fin, para convertirse en una herramienta de crecimiento personal y profesional para fisioterapeutas. Su objetivo es llevarte a lo largo de una formación que te permita adquirir los conocimientos más actualizados y las técnicas para la praxis más avanzada y competitiva de este campo.





“

Un recorrido intensivo por las formas de trabajo del fisioterapeuta especialista en el ámbito del ejercicio para la recuperación del deportista.



Objetivos generales

- ♦ Comprenden las bases pato-mecánicas que sustentan las lesiones deportivas más frecuentes por regiones o deportes.
- ♦ Desarrollar desde los fundamentos de la Fisioterapia Basada en la Evidencia, las opciones terapéuticas, para una mejor comprensión de las lesiones y su abordaje
- ♦ Poseer los conocimientos sobre la exploración avanzada del aparato locomotor y de las alteraciones que en este se pueden encontrar.
- ♦ Conocer los fundamentos de los enfoques modernos en el manejo del dolor, la reparación tisular y los trastornos del movimiento normal, necesario para un gesto deportivo correcto
- ♦ Elaborar un diagnóstico de fisioterapia de acuerdo con las normas reconocidas internacionalmente y con los instrumentos de validación científicos,
- ♦ Manejar destrezas en la evaluación funcional a partir de entrevistas, observación, medida y planificación en las actuaciones de fisioterapia
- ♦ Ejecutar, dirigir y coordinar el plan de intervención de fisioterapia, atendiendo a principios de individualidad de los pacientes, usando las herramientas terapéuticas propias de la fisioterapia, es decir, los diferentes métodos, procedimientos, actuaciones y técnicas, para tratar las alteraciones provocadas por lesiones deportivas, relacionando los conocimientos actuales pato fisiológicos con el tratamiento de fisioterapia.
- ♦ Evaluar la evolución de los resultados obtenidos con el tratamiento, en relación con los objetivos marcados y con los criterios de resultados establecidos, y si corresponde, rediseñar los objetivos y adecuar el plan de intervención o tratamiento



Objetivos específicos

- ♦ Conocer en profundidad las bases teórico-prácticas que sustentan el uso del ejercicio terapéutico como herramienta de prevención
- ♦ Integrar los conceptos básicos que sustentan la aparición de lesiones tendinosas y musculares, desde la perspectiva de la regeneración tisular activa.
- ♦ Desarrollar las habilidades para la planificación y control de programas de mejora funcional a través del ejercicio y la movilización
- ♦ Incrementar las capacidades para la toma de decisión en la progresión del deportista a través de las diferentes fases del su tratamiento

“

Un proceso de alta especialización en una formación creada para formar a los mejores profesionales en Fisioterapia Deportiva”.

03

Dirección del curso

Dentro del concepto de calidad total de nuestro curso, tenemos el orgullo de poner a tu disposición un cuadro docente de altísimo nivel, escogido por su contrastada experiencia. Profesionales de diferentes áreas y competencias que componen un elenco multidisciplinar completo. Una oportunidad única de aprender de los mejores.



“

Con la experiencia directa de profesionales del sector que te enseñarán en base a la realidad del sector en un aprendizaje contextual y realista.

Dirección



Dr. Martínez Gómez, Rafael

- ♦ CEO y Fundador de RehabMG
- ♦ Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
- ♦ Máster en Biomecánica y Fisioterapia Deportiva
- ♦ Grado en Fisioterapia

Profesores

D. Mainzer Zamora, Alejandro

- ♦ Preparador Físico
- ♦ Máster en Análisis del Rendimiento en el Fútbol
- ♦ Graduado en Fisioterapia por la Universidad Francisco de Vitoria
- ♦ Graduado en INEF. Ciencias de la Actividad Física y del Deporte



04

Estructura y contenido

Los contenidos de este Curso Universitario han sido desarrollados por los diferentes y reputados docentes de este curso. Así, TECH cuenta con una finalidad clara: conseguir que nuestro alumnado adquiera todas y cada una de las habilidades necesarias para convertirse en verdaderos expertos en el campo de la Fisioterapia Deportiva. Todo ello, lo convierte en un completísimo programa y muy bien estructurado que te llevará hacia los más elevados estándares de calidad y éxito.





“

Un impresionante cuadro docente, formado por profesionales de diferentes áreas de competencia, serán tus profesores y profesoras durante tu formación: una ocasión única que no te puedes perder.”

Módulo 1. Ejercicio terapéutico en la recuperación del deportista

- 1.1. Criterios para el RTP tras una lesión
 - 1.1.1. Biológico
 - 1.1.2. Funcional
 - 1.1.3. Psicológico
 - 1.1.4. deportivo
- 1.2. Objetivos del trabajo de fuerza
 - 1.2.1. Trabajo de Prevención/compensatorio
 - 1.2.2. Recuperación funcional deportiva
- 1.3. Principios generales aplicados
 - 1.3.1. Especificidad
 - 1.3.2. Individualidad
 - 1.3.3. Variación o estímulo novedoso
 - 1.3.4. Progresivo de la carga
 - 1.3.5. Adaptación o preparación de las estructuras
- 1.4. Manifestaciones neuromusculares en el trabajo de fuerza
 - 1.4.1. Potencia
 - 1.4.2. Fuerza rápida/explosiva
 - 1.4.3. Fuerza máxima
 - 1.4.4. Fuerza resistencia
 - 1.4.5. Hipertrofia
- 1.5. Parámetros del ejercicio terapéutico
 - 1.5.1. Intensidad
 - 1.5.2. Volumen
 - 1.5.3. Carga
 - 1.5.4. Repeticiones
 - 1.5.5. Series
 - 1.5.6. Descanso
- 1.6. Métodos y Sistemas
 - 1.6.1. Concéntricos
 - 1.6.2. Excéntricos
 - 1.6.3. Balísticos
 - 1.6.4. Isoinerciales
 - 1.6.5. Isométricos



- 1.7. Planificación y periodización
 - 1.7.1. Tipos de planificación
 - 1.7.1.2. Ondulante/lineal
 - 1.7.2. Unidades de trabajo
 - 1.7.2.1. Macro ciclo
 - 1.7.2.2. Mesociclo
 - 1.7.2.3. Micro ciclo
 - 1.7.2.4. Sesión
- 1.8. Dosificación y cálculo de la carga del ejercicio terapéutico
 - 1.8.1. Escaleras
 - 1.8.2. Gomas elásticas
 - 1.8.3. Pesas/Mancuernas/barras/discos
 - 1.8.4. Máquinas
 - 1.8.5. Peso corporal
 - 1.8.6. Trabajo suspensión
 - 1.8.7. Fitball
- 1.9. Diseño y Selección de ejercicio terapéutico
 - 1.9.1. Características actividad física deportiva/deporte
 - 1.9.1.1. Físicas
 - 1.9.1.2. Fisiológicas
 - 1.9.1.3. Técnicas/tácticas
 - 1.9.1.4. Psicológicas
 - 1.9.1.5. Biomecánicas
 - 1.9.2. Medios
 - 1.9.2.1. Ejercicios
 - 1.9.2.2. Circuitos
 - 1.9.2.3. Programas/rutina
- 1.10. Evaluación y control mediante test funcionales



“Un completísimo programa docente, estructurado en unidades didácticas muy bien desarrolladas, orientadas a un aprendizaje de alto impacto formativo.”

05

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning**.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el **New England Journal of Medicine**.





“

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”

En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los fisioterapeutas/kinesiólogos aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional de la fisioterapia.

“

¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los fisioterapeutas/kinesiólogos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al fisioterapeuta/kinesiólogo una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.



El fisioterapeuta/kinesiólogo aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.

Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 65.000 fisioterapeutas/kinesiólogos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga manual/práctica. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene nuestro sistema de aprendizaje es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el programa universitario, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



Técnicas y procedimientos de fisioterapia en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas y los últimos avances educativos, al primer plano de la actualidad en técnicas y procedimientos de fisioterapia/ kinesiólogía. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor, puedes verlos las veces que quieras.



Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



06

Titulación

El Curso Universitario en Ejercicio Terapéutico en la Recuperación del Deportista garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Global University.



“

Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Curso Universitario en Ejercicio Terapéutico en la Recuperación del Deportista** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

TECH Global University, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (*boletín oficial*). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

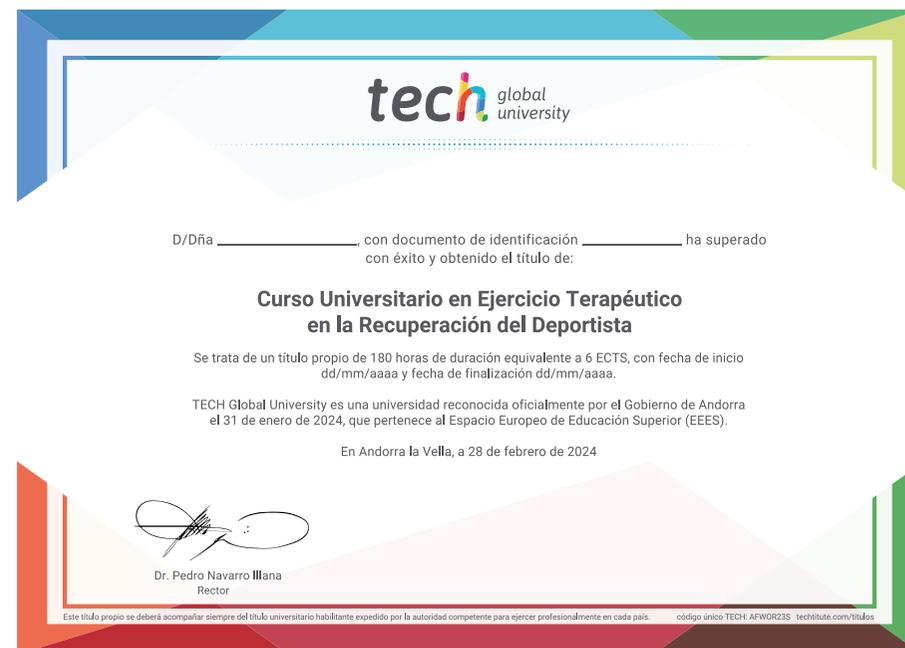
Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Curso Universitario en Ejercicio Terapéutico en la Recuperación del Deportista**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**





Curso Universitario
Ejercicio Terapéutico en la
Recuperación del Deportista

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Global University
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Curso Universitario

Ejercicio Terapéutico en la Recuperación del Deportista