

# Capacitación Práctica

## Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas



tech



**tech**

Capacitación Práctica  
Rehabilitación y Readaptación  
de Lesiones Deportivas

# Índice

01

Introducción

---

*pág. 4*

02

¿Por qué cursar esta  
Capacitación Práctica?

---

*pág. 6*

03

Objetivos

---

*pág. 8*

04

Planificación  
de la enseñanza

---

*pág. 10*

05

¿Dónde puedo hacer la  
Capacitación Práctica?

---

*pág. 12*

06

Condiciones generales

---

*pág. 14*

07

Titulación

---

*pág. 16*

# 01

## Introducción

A día de hoy, las investigaciones científicas y los avances tecnológicos han supuesto la evolución de nuevas técnicas de Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas. Así, han surgido métodos terapéuticos de elevada complejidad que exigen una puesta al día constante. Sin embargo, no abundan los programas con un diseño de aprendizaje práctico sobre las novedades de esa disciplina. En contraposición a esas carencias, TECH ha diseñado este programa académico, 100% presencial, inmersivo y exhaustivo, donde el especialista tendrá la oportunidad de adquirir habilidades de manera directa. La modalidad educativa, de 3 semanas de duración, tendrá lugar en una institución hospitalaria a la vanguardia de la medicina del deporte, con pacientes reales y bajo la supervisión experta de un tutor adjunto.



*Inscríbete en esta Capacitación Práctica e incorpora a tu praxis las últimas tendencias terapéuticas para el abordaje y recuperación de lesiones deportivas mediante entrenamiento propioceptivo y kinestésico”*





En poco tiempo, las ciencias médicas han desarrollado nuevos métodos y tecnologías para el diagnóstico y tratamiento de lesiones musculoesqueléticas, así como también han avanzado en el desarrollo de terapias innovadoras y la evaluación de inconvenientes de las ya existentes, como las infiltraciones. Sin embargo, mantenerse actualizado en estos temas se ha vuelto complicado para los especialistas debido a la falta de programas educativos en el mercado que ofrezcan una enseñanza práctica.

Por eso, TECH ha creado una modalidad de estudios que se ajusta a la realidad profesional actual, que garantiza a cada médico el aprendizaje en situaciones reales de diferentes habilidades para el cuidado clínico, nutricional y de rehabilitación para atletas de alto rendimiento. Durante 3 semanas, los participantes desarrollarán una estancia en un hospital equipado con los recursos más modernos para el diagnóstico y tratamiento de casos reales, y tendrán la oportunidad de aplicar procedimientos innovadores que combinan diferentes terapias.

Los egresados del programa completarán 120 horas educativas en jornadas de lunes a viernes, donde tendrán acceso a las mejores instalaciones hospitalarias equipadas con tecnologías de última generación y expertos de prestigio con amplia experiencia en el tratamiento de lesiones deportivas. Además, contarán con un tutor adjunto que supervisará su progreso y les ayudará a incorporar estrategias innovadoras en su práctica profesional.

# 02

## ¿Por qué cursar esta Capacitación Práctica?

Esta actualización académica facilitará la actualización del especialista en lesiones deportivas más allá del plano teórico. Esta Capacitación Práctica dispone de un completísimo e intensivo programa, a desarrollar de manera presencial, y potencia para el manejo de las técnicas de diagnóstico y rehabilitación de afecciones dentro de esa área de la salud. Por 3 semanas de intensivo estudio directo, el especialista abordará casos reales, con patologías complejas, bajo la guía personalizada de un tutor adjunto y el asesoramiento de expertos con dilatada experiencia.



*Esta estancia 100% práctica y presencial estará en tus manos si te matriculas con TECH cuanto antes”*

### 1. Actualizarse a partir de la última tecnología disponible

Las terapias por radiofrecuencias y los entrenamientos readaptativos son algunos de adelantos más significativos en el abordaje de lesiones deportivas. Esas innovaciones son posible gracias a descubrimientos científicos y tecnológicos de última generación. Todos ellos estarán al alcance del especialista a lo largo de esta Capacitación Práctica, ofreciéndole máximas garantías educativas sobre su manejo integral.

### 2. Profundizar a partir de la experiencia de los mejores especialistas

TECH quiere asegurarse que todos sus egresados dispongan de habilidades prácticas de primer nivel en el ejercicio cotidiano de la rehabilitación de lesiones deportivas. Por eso, ha creado la figura del tutor adjunto, quien se responsabilizará de coordinar el aprendizaje de todos los profesionales y su vínculo con las dinámicas asistenciales más complejas.

### 3. Adentrarse en entornos clínicos de primera

Por medio del vínculo de TECH con instituciones sanitarias de vanguardia, este programa garantiza prácticas clínicas de primer nivel. En ellas, el especialista tendrá la oportunidad de aprender de modo presencial y directo las aplicaciones diagnósticas y terapéuticas más novedosas. Al mismo tiempo, las instalaciones cuentan con actualizadas tecnologías y, al completar la capacitación, el egresado sabrá como manipular todas ellas.



#### 4. Llevar lo adquirido a la práctica diaria desde el primer momento

El mercado académico no ofrece suficientes soluciones pedagógicas para aquellos especialistas que deseen actualizar sus conocimientos la readaptación de lesiones deportivas de modo práctico. Por eso, esta titulación les propone una modalidad de estudios pionera donde, por 3 semanas de estancia presencial, el especialista se dedicará al abordaje de casos reales utilizando la última tecnología diagnóstica y los procedimientos terapéuticos más innovadores.

#### 5. Expandir las fronteras del conocimiento

Esta Capacitación Práctica llevará al médico más allá de su acostumbrada zona de confort académica, poniéndole frente a contextos internacionales relacionados con la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas. Esa actualización académica, de carácter presencial e intensiva, solo es posible gracias a TECH, la institución pedagógica online más grande del mundo.



*Tendrás una inmersión práctica total en el centro que tú mismo elijas"*

# 03

## Objetivos

El objetivo fundamental de este programa práctico y presencial es dotar a los médicos de las habilidades más modernas para el abordaje de enfermedades musculoesqueléticas en el atleta de alto rendimiento. A su vez, tendrá la oportunidad de profundizar en el abordaje de estrategias de readaptación y rehabilitación para todo tipo de lesiones.



### Objetivos generales

- ♦ Añadir conocimientos especializados en readaptación deportiva, prevención de lesiones y recuperación funcional
- ♦ Valorar al deportista desde el punto de vista de condición física, funcional y biomecánico para detectar aspectos que dificulten la recuperación o favorezcan reincidencias en la lesión
- ♦ Diseñar tanto trabajo específico de readaptación y recuperación como integral individualizada
- ♦ Adquirir una especialización en las patologías del aparato locomotor con mayor incidencia en el conjunto de la población





## Objetivos específicos

---

- ♦ Planificar programas de prevención, readaptación y de rehabilitación funcional
- ♦ Profundizar en las características de los diferentes tipos de lesiones más frecuentes que sufren los deportistas en la actualidad
- ♦ Valorar las necesidades nutricionales del sujeto y elaborar unas recomendaciones nutricionales y de complementos nutricionales que favorezcan el proceso de recuperación
- ♦ Controlar el proceso evolutivo de la recuperación y/o rehabilitación de una lesión de un deportista o usuario
- ♦ Adquirir habilidades y destrezas en readaptación, prevención y recuperación incrementando las posibilidades profesionales como entrenador personal
- ♦ Diferenciar desde el punto de vista anatómico las diferentes partes y estructuras del cuerpo humano
- ♦ Mejorar la condición física del deportista lesionado como parte del trabajo integral, con el objetivo de conseguir una mayor y eficaz recuperación tras la lesión
- ♦ Utilizar técnicas de *coaching* que permitan afrontar aspectos psicológicos generales del deportista o sujeto lesionado que favorezcan un eficaz abordaje desde el trabajo de entrenamiento personal
- ♦ Entender el *Marketing* como herramienta clave para tener éxito en el entrenamiento personal en el campo de la readaptación, prevención y recuperación funcional
- ♦ Integrar los conceptos de entrenamiento de equilibrio, cardiovascular, fuerza, pliométricos, velocidad, agilidad, etc. como herramienta clave para el personal en la prevención y readaptación de lesiones
- ♦ Reconocer el *stretching* y la reeducación postural como métodos esenciales para la prevención de lesiones y alteraciones del aparato locomotor
- ♦ Precisar la importancia de la realización de una evaluación nutricional, bioquímica, genética y de calidad de vida desde el período inicial hasta el final del proceso
- ♦ Detectar anomalías que dificulten o impidan un proceso correcto de recuperación/rehabilitación
- ♦ Distinguir los diferentes tipos de lesiones: tendinosas, musculares, óseas, ligamentosas y articulares
- ♦ Emplear la reeducación propioceptiva en todo proceso de readaptación y recuperación, así como para una menor prevalencia en la reincidencia de lesiones
- ♦ Gestionar los diferentes tipos de deportes y prácticas deportivas esenciales como coadyuvantes durante el proceso de readaptación y recuperación funcional
- ♦ Examinar las patologías más comunes que suelen presentarse en el raquis
- ♦ Analizar las diferentes posibilidades que ofrece el entrenamiento funcional y la rehabilitación avanzada
- ♦ Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes
- ♦ Entender el proceso de entrenamiento personal donde la relación con el cliente y el *feedback* que proporciona son fundamentales en el proceso

# 04

## Planificación de la enseñanza

Esta Capacitación Práctica ha sido diseñada para la puesta al día del especialista por medio de una intensiva estancia de estudios presenciales. En ella, el médico tendrá la oportunidad de manejar los equipamientos tecnológicos más avanzados de rehabilitación y readaptación de lesiones deportivas. Además, durante ese periodo de aprendizaje, contará con la guía personalizada de un tutor adjunto, quien le instruirá de manera dinámica en esas actividades.

En esta propuesta de capacitación, de carácter completamente práctico, las actividades están dirigidas al desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para la prestación de atención sanitaria en áreas y condiciones que requieren un alto nivel de cualificación, y que están orientadas a la capacitación específica para el ejercicio de la actividad, en un medio de seguridad para el paciente y un alto desempeño profesional.

El proceso académico práctico se desarrollará a lo largo de 3 semanas, completando jornadas de 8 horas consecutivas, de lunes a viernes. De ese modo, el profesional adquirirá las mejores destrezas para el abordaje de pacientes deportivos con toda clase de afecciones.

La enseñanza práctica se realizará con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que faciliten el trabajo en equipo y la integración multidisciplinar como competencias transversales para la praxis médica (aprender a ser y aprender a relacionarse).

Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la capacitación, y su realización estará sujeta a la disponibilidad propia del centro, a su actividad habitual y a su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:



*Capacítate en una institución que te pueda ofrecer todas estas posibilidades, con un programa académico innovador y un equipo humano capaz de desarrollarte al máximo"*



| Módulo  | Actividad Práctica   |
|---|--|
| <b>Métodos diagnósticos de última generación para Lesiones Deportivas</b>                 | Implementar la visión por secciones y cortes de la zona anatómica a estudiar, apoyándose en la Tomografía Axial Computarizada  |
|   | Detectar anomalías en las articulaciones como consecuencia de lesiones deportivas traumáticas por medio Resonancias Magnéticas   |
|   | Diagnosticar lesiones en etapas muy precoces, analizando cambios en el metabolismo del hueso antes de que aparezca el cambio estructural, por medio de Gammagrafías  |
|   | Evaluar el estado de lesiones musculares y demás tejidos blandos como tendones o ligamentos a través de Ecografías   |
|   | Desarrollar estudios biomecánicos digitalizados para abordar el estado de salud del pie en particular y el aparato locomotor en general  |
| <b>Rehabilitación quirúrgica y nuevos manejos terapéuticos de las lesiones deportivas</b> | Desarrollar cirugía de reconstrucción del ligamento cruzado anterior a partir del desgarro de ese tejido blando por actividad física prolongada  |
|   | Realizar procedimientos de Medicina Regenerativa como el concentrado de células madre aspiradas en médula ósea y el plasma rico en plaquetas, como alternativa eficaz para el tratamiento de la artrosis, las lesiones deportivas y otras patologías musculoesqueléticas |
|   | Manejar las ventajas y contraindicaciones de las Infiltraciones en el deportista de alto rendimiento   |
|   | Aplicar técnicas de bloqueo nervioso para disminuir dolores agudos o crónicos durante la práctica del ejercicio deportivo  |
|   | Potenciar la acción antiélgica, antiinflamatoria, antiedematosa y cicatrizante, acelerar el proceso de recuperación y prevención de lesiones por medio de equipos de Radiofrecuencia R200  |
|   | Tratar al paciente con inyecciones de cortisona en el paciente con dolor crónico o agudo para potenciar su alivio  |
| <b>Últimas tendencias en la readaptación de lesiones deportivas</b>                       | Indicar fisioterapia especializada en el manejo no quirúrgico de las afecciones musculoesqueléticas, fortalecer los músculos, recuperar huesos rotos y prevenir roturas adicionales  |
|   | Manejar los principios del entrenamiento propioceptivo y kinestésico y reconocer cómo aplicarlos en beneficio de la recuperación del paciente  |
|   | Implementar los beneficios del Método Pilates en la recuperación y readaptación de pacientes con lesiones deportivas severas   |
|   | Aplicar técnicas de <i>coaching</i> motivacional y ayuda emocional al deportista de alto rendimiento que debe readaptar su estado y actividad física a las limitaciones de una lesión grave  |
| <b>Nuevos avances en alimentación y nutrición del deportista</b>                          | Aplicar técnicas de análisis de pacientes basados en la Nutrigenética y la Nutrigenómica   |
|   | Valorar las implicaciones de Fitoquímicos y compuestos no nutritivos en la dieta cotidiana del deportista  |
|   | Incorporar alimentos transgénicos a los abordajes dietéticos contemporáneos  |
|   | Entrenar pautas modernas sobre la Hidratación en la práctica deportiva   |
|   | Examinar periódicamente las bases de la regulación fisiológica de la alimentación, el apetito y saciedad   |
|   | Explorar la adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicios físicos   |

# 05

## ¿Dónde puedo hacer la Capacitación Práctica?

TECH quiere que, mediante esta Capacitación Práctica, el médico adquiera las competencias más actualizadas en relación al abordaje de lesiones deportivas y su rehabilitación. Para ello, dispone de un catálogo de instituciones sanitarias, ubicadas en diferentes situaciones geográfica, donde el especialista encontrará las principales herramientas y protocolos de moderna aplicación en esta área de la salud. En todas ellas, los máximos resultados de aprendizaje práctico están garantizados.

“

*Aplica en tu práctica diaria los conocimientos más actuales en relación a la readaptación de Lesiones Deportivas, a través de las competencias que desarrollarás con esta titulación”*





El alumno podrá cursar esta capacitación en los siguientes centros:



Medicina

### Policlínica Longares

País                      Ciudad  
España                    Madrid

Dirección: Julia García Boután 18, Primero B.  
Madrid. 28022

Para la Policlínica Longares los pacientes  
son su familia

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Medicina Rehabilitadora en Geriatría
- Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas



Medicina

### Policlínico HM Moraleja

País                      Ciudad  
España                    Madrid

Dirección: P.º de Alcobendas, 10, 28109,  
Alcobendas, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros  
especializados privados distribuidos por toda  
la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Medicina Rehabilitadora en el Abordaje del Daño  
Cerebral Adquirido



Medicina

### Policlínico HM Matogrande

País                      Ciudad  
España                    La Coruña

Dirección: R. Enrique Mariñas Romero, 32G, 2º,  
15009, A Coruña

Red de clínicas, hospitales y centros  
especializados privados distribuidos por toda  
la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Fisioterapia Deportiva
- Enfermedades Neurodegenerativas



Fisioterapia

### Klinik PM

País                      Ciudad  
España                    Alicante

Dirección: Calle Montesinos 7, Alicante 03016

La mayor clínica de referencia en tratamiento  
del dolor y traumatología conservadora

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Diagnóstico en Fisioterapia
- Fisioterapia Deportiva

# 06

## Condiciones generales

### Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de esta institución es garantizar la seguridad tanto de los profesionales en prácticas como de los demás agentes colaboradores necesarios en los procesos de capacitación práctica en la empresa. Dentro de las medidas dedicadas a lograrlo, se encuentra la respuesta ante cualquier incidente que pudiera ocurrir durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para ello, esta entidad educativa se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas.

Esta póliza de responsabilidad civil de los profesionales en prácticas tendrá coberturas amplias y quedará suscrita de forma previa al inicio del periodo de la capacitación práctica. De esta forma el profesional no tendrá que preocuparse en caso de tener que afrontar una situación inesperada y estará cubierto hasta que termine el programa práctico en el centro.



## Condiciones Generales de la Capacitación Práctica

Las condiciones generales del acuerdo de prácticas para el programa serán las siguientes:

**1. TUTORÍA:** durante la Capacitación Práctica el alumno tendrá asignados dos tutores que le acompañarán durante todo el proceso, resolviendo las dudas y cuestiones que pudieran surgir. Por un lado, habrá un tutor profesional perteneciente al centro de prácticas que tendrá como fin orientar y apoyar al alumno en todo momento. Por otro lado, también tendrá asignado un tutor académico, cuya misión será la de coordinar y ayudar al alumno durante todo el proceso resolviendo dudas y facilitando todo aquello que pudiera necesitar. De este modo, el profesional estará acompañado en todo momento y podrá consultar las dudas que le surjan, tanto de índole práctica como académica.

**2. DURACIÓN:** el programa de prácticas tendrá una duración de tres semanas continuadas de formación práctica, distribuidas en jornadas de 8 horas y cinco días a la semana. Los días de asistencia y el horario serán responsabilidad del centro, informando al profesional debidamente y de forma previa, con suficiente tiempo de antelación para favorecer su organización.

**3. INASISTENCIA:** en caso de no presentarse el día del inicio de la Capacitación Práctica, el alumno perderá el derecho a la misma sin posibilidad de reembolso o cambio de fechas. La ausencia durante más de dos días a las prácticas sin causa justificada/médica, supondrá la renuncia de las prácticas y, por tanto, su finalización automática. Cualquier problema que aparezca durante el transcurso de la estancia se tendrá que informar debidamente y de forma urgente al tutor académico.

**4. CERTIFICACIÓN:** el alumno que supere la Capacitación Práctica recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

**5. RELACIÓN LABORAL:** la Capacitación Práctica no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

**6. ESTUDIOS PREVIOS:** algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización de la Capacitación Práctica. En estos casos, será necesario presentarlo al departamento de prácticas de TECH para que se pueda confirmar la asignación del centro elegido.

**7. NO INCLUYE:** la Capacitación Práctica no incluirá ningún elemento no descrito en las presentes condiciones. Por tanto, no incluye alojamiento, transporte hasta la ciudad donde se realicen las prácticas, visados o cualquier otra prestación no descrita.

No obstante, el alumno podrá consultar con su tutor académico cualquier duda o recomendación al respecto. Este le brindará toda la información que fuera necesaria para facilitarle los trámites.

# 07 Titulación

Este Título de **Capacitación Práctica en Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas** contiene el programa más completo y actualizado del panorama profesional y académico.

Tras la superación de las pruebas por parte del alumno, este recibirá por correo postal, con acuse de recibo, el correspondiente Certificado de Capacitación Práctica expedido por TECH.

El certificado expedido por la TECH expresará la calificación que haya obtenido en la prueba.

Título: **Capacitación Práctica en Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas**

Duración: **3 semanas**

Asistencia: **de lunes a viernes, turnos de 8 horas consecutivas**



**tech**

Capacitación Práctica  
Rehabilitación y Readaptación  
de Lesiones Deportivas

# Capacitación Práctica

## Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas



tech