

# Corso Universitario

## Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti

Approvato dall'NBA





## Corso Universitario Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: [www.techitute.com/it/medicina/corso-universitario/approccio-medico-lesioni-sportive-frequenti](http://www.techitute.com/it/medicina/corso-universitario/approccio-medico-lesioni-sportive-frequenti)

# Indice

01

Presentazione

---

*pag. 4*

02

Obiettivi

---

*pag. 8*

03

Direzione del corso

---

*pag. 12*

04

Struttura e contenuti

---

*pag. 18*

05

Metodologia

---

*pag. 22*

06

Titolo

---

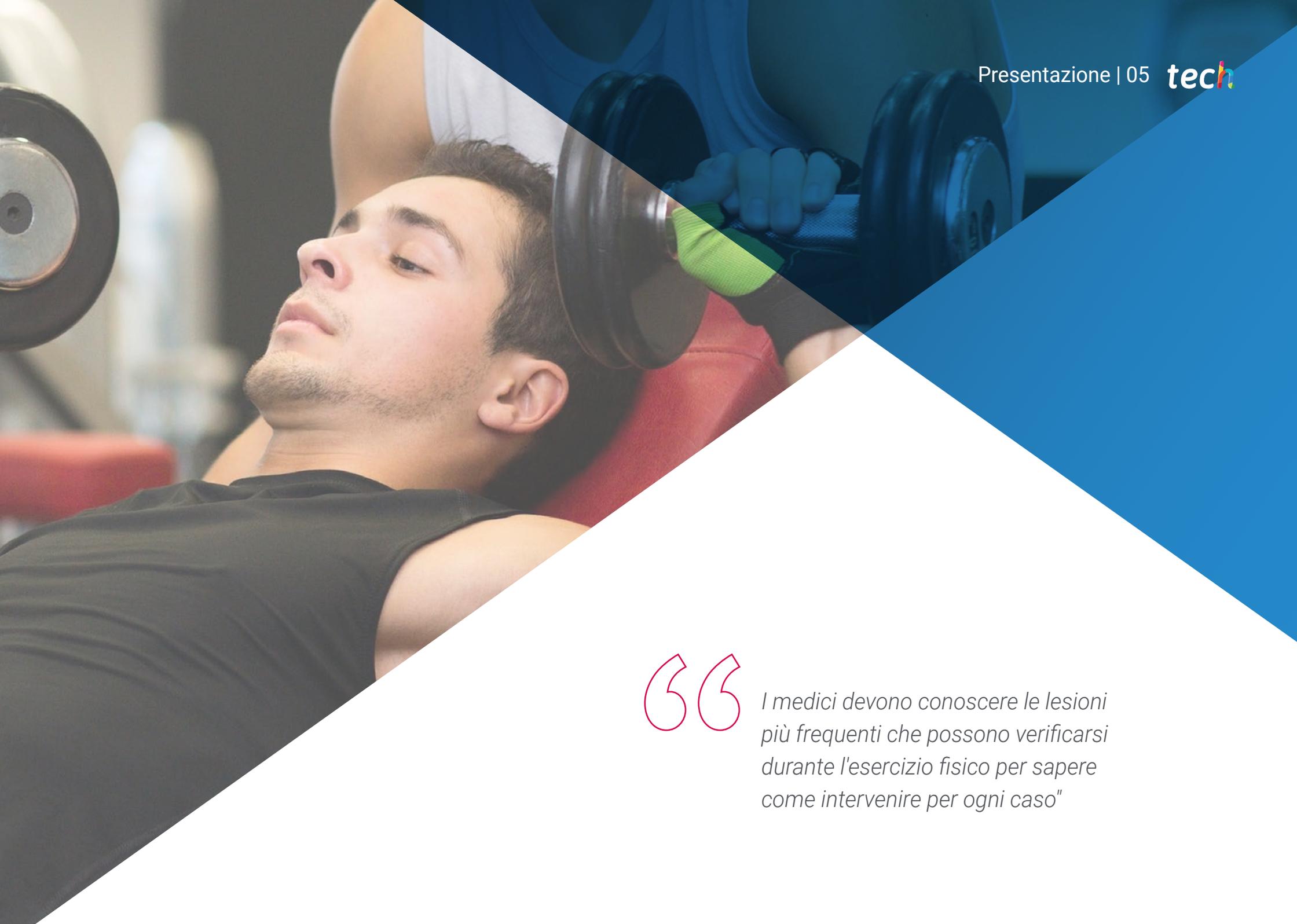
*pag. 30*

# 01

# Presentazione

Negli ultimi anni si è registrato un aumento dell'attività sportiva, grazie ai benefici che lo sport apporta alla salute delle persone e al boom del culto del corpo. Tuttavia, l'esercizio indiscriminato e incontrollato ad alta intensità può portare a subire frequenti infortuni che richiedono l'intervento medico per favorire una rapida guarigione. Proponendo questo programma vogliamo specializzare i medici nella gestione delle lesioni sportive più comuni che possono dover affrontare nella loro attività.





“

*I medici devono conoscere le lesioni più frequenti che possono verificarsi durante l'esercizio fisico per sapere come intervenire per ogni caso"*

L'obiettivo di questo Corso Universitario in Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti è quello di consentire agli operatori sanitari che lavorano in questo campo di consigliare i propri pazienti in merito all'allenamento sportivo da svolgere, evitando il più possibile gli infortuni. Tuttavia, in molte occasioni è inevitabile dover intervenire su pazienti che hanno subito danni di qualche tipo a causa dell'attività sportiva. Questo programma di specializzazione mostra le lesioni più frequenti che si possono verificare durante la pratica sportiva, come quelle a spalla, braccio, gomito, polso, torace, schiena, anca, coscia, ginocchio, caviglia e piede.

Bisogna prendere in considerazione che, a seconda del tipo di sport praticato, vi è una maggiore prevalenza di specifici tipi di lesioni. Per questo motivo, è importante conoscere le patologie più frequenti, in modo che il medico specializzato in riabilitazione sportiva sia in grado di pianificare programmi di lavoro adeguati che possano adattarsi alle condizioni individuali e specifiche di ogni soggetto. È importante sottolineare che questi tipi di intervento stanno diventando sempre più frequenti negli ultimi anni a causa dell'aumento dell'attività sportiva da parte di persone che non sono professioniste, ma che hanno incluso l'esercizio fisico ad alta intensità nella loro pratica quotidiana, oltre ai professionisti stessi che regolarmente frequentano gli studi medici a seguito della loro regolare attività.

Si tratta della specializzazione più completa che uno studente possa trovare per qualificarsi nel personal training. Trattandosi di un programma online, lo studente non è condizionato da orari fissi o dalla necessità di recarsi in un luogo fisico, ma può accedere ai contenuti in qualsiasi momento della giornata, bilanciando il suo lavoro o la sua vita personale con quella accademica.

Questo **Corso Universitario in Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ◆ Sviluppo di numerosi casi di studio presentati da specialisti in Riabilitazione Sportiva
- ◆ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche sulle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ◆ Esercizi in cui il processo di autovalutazione può essere realizzato per migliorare l'apprendimento
- ◆ Sistema di apprendimento interattivo basato su algoritmi per il processo decisionale
- ◆ Particolare attenzione alle metodologie innovative nello studio e nel trattamento delle lesioni frequenti negli sportivi
- ◆ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ◆ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet



*Immergiti nello studio di questo Corso Universitario di alto livello e migliora le tue competenze nella riabilitazione sportiva”*

“ *Questo Corso Universitario può essere il miglior investimento al momento di scegliere un programma di aggiornamento per due motivi: oltre a rinnovare le tue conoscenze sull'Approccio Medico alle Lesioni Sportive più Frequenti, otterrai una qualifica universitaria rilasciata da TECH Università Tecnologica* ”

Il personale docente del programma comprende rinomati specialisti dell'ambito della Riabilitazione Sportiva, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale lo specialista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

*Il Corso Universitario permette di esercitarsi con simulazioni che forniscono un apprendimento programmato per prepararsi fronte a situazioni reali.*

*Questo Corso Universitario 100% online ti permetterà di conciliare studio e lavoro, aumentando le tue conoscenze in questo campo.*



# 02 Obiettivi

L'obiettivo principale del programma è lo sviluppo dell'apprendimento teorico-pratico, in modo che il medico possa acquisire una padronanza pratica e rigorosa verso l'Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti.





“

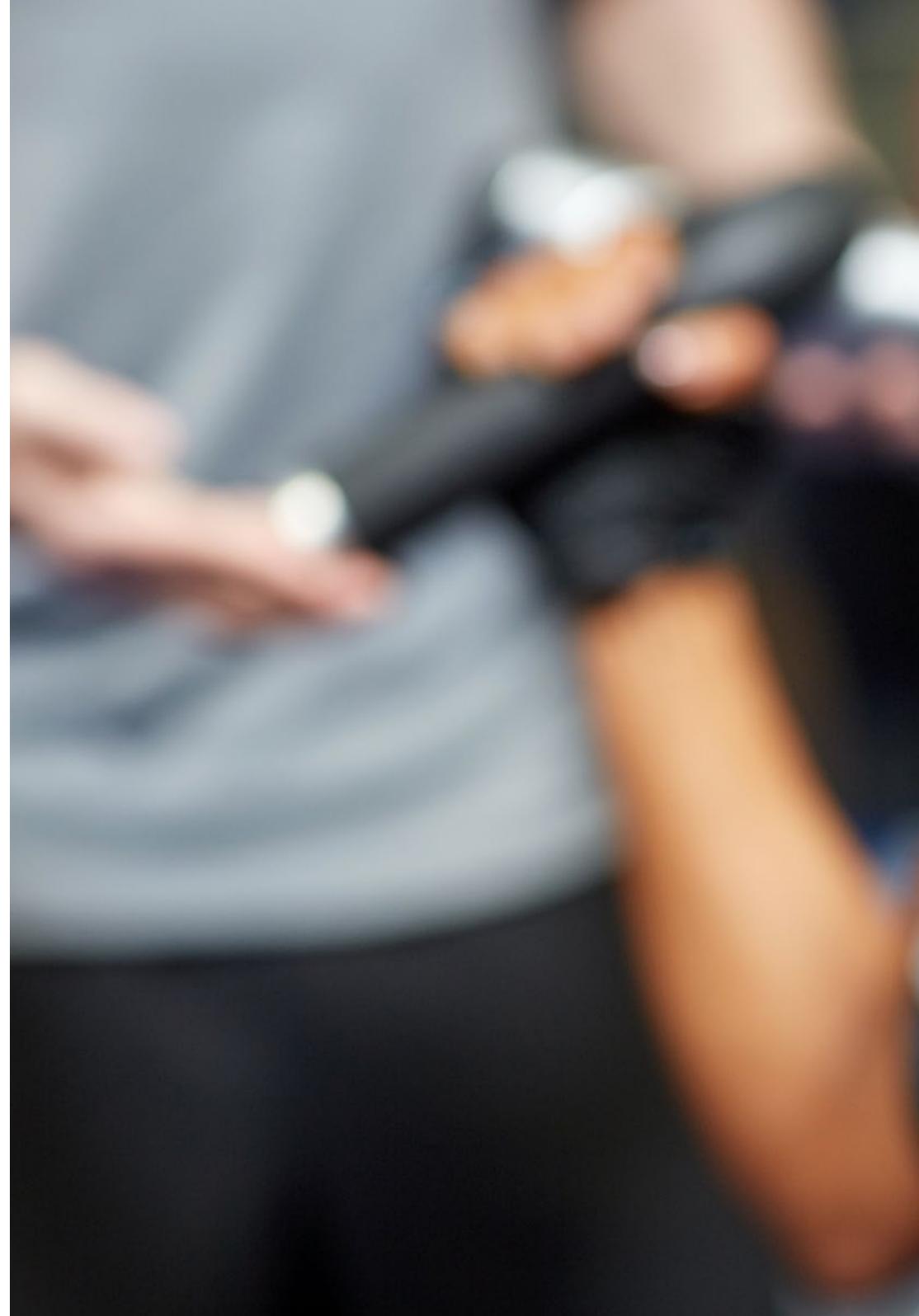
*Il nostro obiettivo è quello di raggiungere l'eccellenza accademica e aiutarti a ottenere il successo professionale. Non dubitare e unisciti a noi”*



## Obiettivi generali

---

- ◆ Acquisire conoscenze specialistiche nella riabilitazione sportiva, nella prevenzione delle lesioni e nel recupero funzionale
- ◆ Valutare l'atleta dal punto di vista della condizione fisica, funzionale e biomeccanica per individuare gli aspetti che ostacolano il recupero o favoriscono le ricadute
- ◆ Programmare sia un lavoro specifico di riabilitazione e recupero, sia un lavoro completo e individualizzato
- ◆ Acquisire una specializzazione nelle patologie dell'apparato locomotore con la maggiore incidenza sulla popolazione in generale
- ◆ Valutare e monitorare il processo evolutivo del recupero e/o della riabilitazione di un infortunio di un atleta o di un utente
- ◆ Acquisire competenze e abilità nella riabilitazione, nella prevenzione e nel recupero dalle lesioni sportive
- ◆ Differenziare le diverse parti e strutture del corpo umano da un punto di vista anatomico
- ◆ Migliorare la condizione fisica dell'atleta infortunato come parte dell'allenamento complessivo con l'obiettivo di ottenere un recupero migliore e più efficiente dopo l'infortunio





## Obiettivi specifici

---

- ◆ Determinare l'eziologia delle lesioni più frequenti che si verificano nella pratica sportiva
- ◆ Identificare le principali cause di infortunio nello sport
- ◆ Distinguere i diversi tipi di lesioni: tendinee, muscolari, ossee, dei legamenti e articolari

“

*Il settore sportivo ha bisogno di professionisti preparati e noi ti diamo le chiavi per collocarti nell'élite professionale”*

03

# Direzione del corso

Il nostro personale docente, esperto in Riabilitazione Sportiva, è composto da professionisti di elevato prestigio con alle spalle numerosi anni di esperienza, che aiuteranno lo studente a dare uno slancio nel suo ambito professionale. Questo Corso Universitario è stato sviluppato avvalendosi degli ultimi aggiornamenti in materia che ti consentiranno di specializzarti ed aumentare le tue competenze in questo settore.



“

*Impara dai migliori professionisti e diventa  
anche tu un professionista di successo”*

## Internationaler Gastdirektor

Il Dott. Charles Loftis è uno specialista rinomato che lavora come **terapista delle prestazioni sportive** per i **Portland Trail Blazers dell’NBA**. Il suo impatto sulla più importante lega di pallacanestro del mondo è stato significativo e ha portato una grande esperienza nella creazione di programmi di forza e condizionamento.

Prima di entrare a far parte dei Trail Blazers, è stato il capo allenatore di forza e condizionamento degli Iowa Wolves, implementando e supervisionando lo sviluppo di un programma completo per i giocatori. In realtà, la sua esperienza nel campo delle prestazioni sportive è iniziata con la fondazione di XCEL Performance and Fitness, di cui è stato fondatore e allenatore capo. Qui il Dott. Charles Loftis ha lavorato con un’ampia gamma di atleti per sviluppare programmi di forza e condizionamento, oltre a occuparsi della prevenzione e della **riabilitazione degli infortuni sportivi**.

La sua formazione accademica nel campo della chimica e della biologia gli fornisce una prospettiva unica sulla scienza che sta alla base delle prestazioni sportive e della terapia fisica. Per questo motivo, ha ottenuto le certificazioni CSCS e RSCC dalla National Strength and Conditioning Association (NSCA), che riconoscono le sue conoscenze e competenze in questo campo. È inoltre certificato in PES (Performance Enhancement Specialist), CES (Corrective Exercise Specialist) e dry needling.

Nel complesso, il Dott. Charles Loftis è un membro fondamentale della comunità NBA, che si occupa direttamente della forza e delle prestazioni degli atleti di alto livello, nonché della prevenzione e della riabilitazione di vari infortuni sportivi.



## Dr. Loftis, Charles

---

- Specialista in Performance Sportive per i Portland Trail Blazers - Oregon, USA
- Allenatore responsabile della forza e del condizionamento per gli Iowa Wolves
- Fondatore e allenatore principale di XCEL Performance and Fitness.
- Allenatore principale della squadra di basket maschile della Oklahoma Christian University
- Fisioterapista alla Mercy
- Dottorato in Terapia Fisica presso la Langston University
- Laurea in Chimica e Biologia presso la Langston University

“

*Grazie a TECH potrai  
apprendere con i migliori  
professionisti del mondo”*

## Direttore Ospite Internazionale

Isaiah Covington è un allenatore di performance altamente qualificato con una vasta esperienza nel trattamento e nella cura di vari infortuni in atleti di alto livello. Infatti, la sua carriera professionale si è indirizzata verso l'**NBA**, una delle leghe sportive più importanti del mondo. È l'**allenatore dei Bolton Celtics**, una delle squadre più importanti della Eastern Conference e con la maggiore proiezione negli Stati Uniti.

Il suo lavoro in un campionato così impegnativo lo ha fatto specializzare nella massimizzazione del **potenziale fisico e mentale** dei giocatori. Fondamentale è stata la sua esperienza passata con altre squadre, come i Golden State Warriors e i Santa Cruz Warriors. Questo gli ha anche permesso di lavorare sugli infortuni sportivi, concentrandosi sulla **prevenzione e sulla riabilitazione degli infortuni** più comuni negli atleti di alto livello.

In ambito accademico, il suo interesse si è concentrato sul campo della kinesiologia, della scienza dell'esercizio e dello sport ad alte prestazioni. Questo lo ha portato ad avere un ruolo prolifico nell'**NBA**, lavorando quotidianamente con alcuni dei migliori giocatori di basket e staff di allenatori del mondo.



## Dott. Covington, Isaiah

---

- Allenatore responsabile delle prestazioni dei Golden State Warriors
- Allenatore responsabile delle prestazioni dei Santa Cruz Warriors
- Allenatore di prestazioni presso Pacers Sports & Entertainment
- Laurea in Kinesiology e Scienze dell'Esercizio presso l'Università del Delaware
- Specializzazione in Gestione dell'Allenamento
- Master in Kinesiology e Scienze dell'Esercizio presso la Long Island University
- Master in Sport ad alte prestazioni presso l'Università Cattolica Australiana
- Allenatore delle prestazioni dei Boston Celtics - Massachusetts, USA

“

*Grazie a TECH potrai  
apprendere con i migliori  
professionisti del mondo”*

## Direzione



### Dott. González Matarín, Pedro José

- Dottorato in Scienze della Salute
- Laurea in Educazione Fisica
- Master in Recupero Funzionale in Attività Fisica e Sport
- Master in Medicina Rigenerativa
- Master in Attività Fisica e Salute
- Master in Dietetica e Dietoterapia
- Corso Post-Laurea Specialistica in Obesità
- Corso Post-Laurea Specialistica in Nutrizione e Dietetica
- Corso Post-Laurea Specialistica in Medicina Genomica, Farmacogenetica e Nutrigenetica
- Professore e dottore presso Università Privata DEVA
- PDI collaboratore di UNIR, VIU, UOC e TECH



# 04

## Struttura e contenuti

La struttura dei contenuti è stata ideata da una squadra di professionisti provenienti dai migliori centri ospedalieri e dalle migliori università della Spagna, consapevoli della rilevanza della preparazione attuale in ambito di Riabilitazione Sportiva e impegnati in un insegnamento di qualità basato sulle nuove tecnologie educative.





“

*Disponiamo del programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Vogliamo offrirti la migliore specializzazione possibile”*

## Modulo 1. Lesioni frequenti negli atleti

- 1.1. Lesione sportiva della spalla
  - 1.1.1. Aspetti rilevanti della spalla
  - 1.1.2. Lesioni e disturbi legati all'instabilità acuta e cronica della spalla
  - 1.1.3. Lesioni della clavicola
  - 1.1.4. Lesioni nervose nella regione della spalla
  - 1.1.5. Lesioni del plesso brachiale
- 1.2. Lesioni della parte superiore del braccio
- 1.3. Lesione sportive del gomito
- 1.4. Lesioni sportive dell'avambraccio, del polso e della mano
- 1.5. Lesioni sportive della testa e del viso
- 1.6. Lesioni sportive della gola, del petto e dell'addome
- 1.7. Lesioni sportive della schiena e della colonna vertebrale
  - 1.7.1. Aspetti rilevanti della schiena e della colonna vertebrale
  - 1.7.2. Diagnosi del dolore alla schiena
  - 1.7.3. Lesione del collo e della zona cervicale
  - 1.7.4. Lesioni della zona toracica e lombare
- 1.8. Lesione sportive dell'articolazione dell'anca, del bacino e della zona inguinale
- 1.9. Lesioni sportive della coscia, del ginocchio e delle gambe
- 1.10. Lesioni sportive della caviglia e del piede





“

*Un'esperienza unica, cruciale  
e decisiva per potenziare la  
tua crescita professionale"*

05

# Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: *il Relearning*.

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il *New England Journal of Medicine*.



“

*Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”*

## In TECH applichiamo il Metodo Casistico

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Durante il programma affronterai molteplici casi clinici simulati ma basati su pazienti reali, per risolvere i quali dovrai indagare, stabilire ipotesi e infine fornire una soluzione. Esistono molteplici prove scientifiche sull'efficacia del metodo. Gli specialisti imparano meglio e in modo più veloce e sostenibile nel tempo.

*Grazie a TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali di tutto il mondo.*



Secondo il dottor Gérvas, il caso clinico è una presentazione con osservazioni del paziente, o di un gruppo di pazienti, che diventa un "caso", un esempio o un modello che illustra qualche componente clinica particolare, sia per il suo potenziale didattico che per la sua singolarità o rarità. È essenziale che il caso faccia riferimento alla vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali della pratica professionale del medico.

“

*Sapevi che questo metodo è stato sviluppato ad Harvard nel 1912 per gli studenti di Diritto? Il metodo casistico consisteva nel presentare agli studenti situazioni reali complesse per far prendere loro decisioni e giustificare come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard”*

L'efficacia del metodo è giustificata da quattro risultati chiave:

1. Gli studenti che seguono questo metodo, non solo assimilano i concetti, ma sviluppano anche la capacità mentale, grazie a esercizi che valutano situazioni reali e richiedono l'applicazione delle conoscenze.
2. L'apprendimento è solidamente fondato su competenze pratiche, che permettono allo studente di integrarsi meglio nel mondo reale.
3. L'approccio a situazioni nate dalla realtà rende più facile ed efficace l'assimilazione delle idee e dei concetti.
4. La sensazione di efficienza degli sforzi compiuti diventa uno stimolo molto importante per gli studenti e si traduce in un maggiore interesse per l'apprendimento e in un aumento del tempo dedicato al corso.



## Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

*Il medico imparerà mediante casi reali e la risoluzione di situazioni complesse in contesti di apprendimento simulati. Queste simulazioni sono sviluppate grazie all'uso di software di ultima generazione per facilitare un apprendimento coinvolgente.*



All'avanguardia della pedagogia mondiale, il metodo Relearning è riuscito a migliorare i livelli di soddisfazione generale dei professionisti che completano i propri studi, rispetto agli indicatori di qualità della migliore università online del mondo (Columbia University).

Grazie a questa metodologia abbiamo formato con un successo senza precedenti più di 250.000 medici di tutte le specialità cliniche, indipendentemente dal carico chirurgico. La nostra metodologia pedagogica è stata sviluppata in un contesto molto esigente, con un corpo di studenti universitari di alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

*Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione che punta direttamente al successo.*

Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico.

Il punteggio complessivo del sistema di apprendimento di TECH è 8.01, secondo i più alti standard internazionali.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



#### Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



#### Tecniche chirurgiche e procedure in video

TECH rende partecipe lo studente delle ultime tecniche, degli ultimi progressi educativi e dell'avanguardia delle tecniche mediche attuali. Il tutto in prima persona, con il massimo rigore, spiegato e dettagliato affinché tu lo possa assimilare e comprendere. E la cosa migliore è che puoi guardarli tutte le volte che vuoi.



#### Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



#### Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





#### Analisi di casi elaborati e condotti da esperti

Un apprendimento efficace deve necessariamente essere contestuale. Per questa ragione, TECH ti presenta il trattamento di alcuni casi reali in cui l'esperto ti guiderà attraverso lo sviluppo dell'attenzione e della risoluzione di diverse situazioni: un modo chiaro e diretto per raggiungere il massimo grado di comprensione.



#### Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



#### Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi: la denominazione "Learning from an Expert" rafforza le conoscenze e i ricordi e genera sicurezza nel futuro processo decisionale.



#### Guide di consultazione veloce

TECH ti offre i contenuti più rilevanti del corso in formato schede o guide di consultazione veloce. Un modo sintetico, pratico ed efficace per aiutare lo studente a progredire nel suo apprendimento.



# 06 Titolo

Il Corso Universitario in Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti ti garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, l'accesso a una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

*Porta a termine questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”*

Questo **Corso Universitario in Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata\* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Corso Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nel Corso Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Corso Universitario in Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti**

N. Ore Ufficiali: **150 O.**

Approvato dall'**NBA**



\*Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro  
salute fiducia persone  
educazione informazione tutor  
garanzia accreditamento insegnamento  
istituzioni tecnologia apprendimento  
comunità impegno  
attenzione personalizzata immersione  
conoscenza presente qualità  
formazione online  
sviluppo istituzioni  
classe virtuale lingu

**tech** università  
tecnologica

**Corso Universitario**  
Approccio Medico alle  
Lesioni Sportive Frequenti

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

# Corso Universitario

## Approccio Medico alle Lesioni Sportive Frequenti

Approvato dall'NBA

