

# Máster de Formación Permanente Semipresencial

## Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas

Avalado por la NBA





## Máster de Formación Permanente Semipresencial Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)

Duración: 7 meses

Titulación: TECH Universidad Tecnológica

Créditos: 60 + 5 ECTS

Acceso web: [www.techtitute.com/medicina/master-semipresencial/master-semipresencial-rehabilitacion-readaptacion-lesiones-deportivas](http://www.techtitute.com/medicina/master-semipresencial/master-semipresencial-rehabilitacion-readaptacion-lesiones-deportivas)

# Índice

01

Presentación

---

pág. 4

02

¿Por qué cursar este Máster de Formación Permanente Semipresencial?

---

pág. 8

03

Objetivos

---

pág. 12

04

Competencias

---

pág. 18

05

Dirección del curso

---

pág. 22

06

Estructura contenido

---

pág. 30

07

Prácticas Clínicas

---

pág. 36

08

¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas?

---

pág. 42

09

Metodología de estudio

---

pág. 46

10

Titulación

---

pág. 56

# 01

# Presentación

Los avances científicos y tecnológicos han permitido que la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas experimente un sustancial crecimiento con la aparición de procedimientos terapéuticos más eficientes e instrumentos de trabajo con mayor calidad. Al mismo tiempo, los especialistas no consiguen estar al día acerca de cómo implementar esas innovaciones en su labor cotidiana. Por eso, TECH propone esta titulación que se distingue de otras en el mercado por contar con dos etapas bien diferenciadas. En la primera, el médico analizará los adelantos de esta disciplina de manera teórica, desde una plataforma de aprendizaje online. A continuación, desarrollará una práctica clínica de primer nivel, en un centro hospitalario de prestigio, donde aplicará de manera directa sus nuevas competencias, bajo la supervisión de prestigiosos expertos.





“

*Con este Máster de Formación Permanente Semipresencial de primer nivel, conseguirás estar al día sobre los protocolos de intervención más modernos en la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas”*

En la búsqueda incansable de la ciencia por aportar soluciones terapéuticas más eficientes, la disciplina médica de Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas se ha visto enormemente beneficiada. Así, han aparecido tecnologías más precisas, encaminadas a determinar el origen de una afección musculoesquelética al mínimo detalle. Un ejemplo de ellos son los dispositivos para el estudio biomecánico digitalizado que evalúan en profundidad el estado de salud del sistema locomotor. Al mismo tiempo, se han desarrollado procedimientos intervencionistas y otras metodologías no invasivas para contribuir a la recuperación de los atletas de alto rendimiento.

Con ese contexto de por medio, TECH ha tomado la iniciativa y ha diseñado este completísimo Máster de Formación Permanente Semipresencial. El programa cuenta con una modalidad académica, pionera en su tipo, que se diferencia de otras en el mercado al estar dividida en dos etapas fundamentales. Durante la primera, el médico examinará las bases teóricas más actualizadas en materia de Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas de forma online.

La segunda fase de esta titulación consiste en una práctica clínica de rigor, donde el especialista se insertará en un centro hospitalario de primer nivel. Ese proceso de capacitación tendrá lugar durante 3 semanas, en jornadas de 8 horas consecutivas, de lunes a viernes. En ese periodo, el especialista tendrá acceso a la mejor tecnología de rehabilitación musculoesquelética y aplicará procedimientos avanzados de readaptación para atletas con serias afecciones. Todo ello, bajo la atenta supervisión de un tutor adjunto y un equipo de grandes expertos.

Sumado a esto, los profesionales tendrán acceso a 10 *Masterclasses* adicionales, conducidas por dos docentes de renombre internacional en el campo de la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas. A través de la guía invaluable de estos expertos, con una vasta experiencia en el deporte de élite y la NBA, los médicos se mantendrán actualizados en los avances más recientes para prevenir y rehabilitar este tipo de lesiones.

Este **Máster de Formación Permanente Semipresencial en Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Las características más destacadas del curso son:

- ♦ Desarrollo de más de 100 casos clínicos presentados por profesionales de la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas
- ♦ Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información científica y asistencial sobre aquellas disciplinas médicas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Planes integrales de actuación sistematizada ante las principales patologías
- ♦ Presentación de talleres prácticos sobre técnicas diagnósticas y terapéuticas
- ♦ Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones sobre las situaciones clínicas planteadas
- ♦ Guías de práctica clínica sobre el abordaje de las diferentes patologías
- ♦ Todo esto se complementará con lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet
- ♦ Además, podrás realizar una estancia de prácticas clínicas en uno de los mejores centros hospitalarios

“*Gracias a la experiencia de expertos de la NBA y el mundo del deporte de élite, tendrás acceso a 10 Masterclasses exclusivas, diseñadas por destacados entrenadores y terapeutas de renombre internacional*”

“

*La práctica clínica de este Máster de Formación Permanente Semipresencial, con 3 semanas de duración, te permitirá acceder a una institución hospitalaria equipada con los últimos recursos diagnósticos y terapéuticos necesarios para la readaptación de lesiones deportivas”t*

En esta propuesta de Máster de Formación Permanente Semipresencial, de carácter profesionalizante y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización de profesionales médicos que requieren un alto nivel de cualificación. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica, y los elementos teórico-prácticos facilitarán la actualización del conocimiento y permitirán la toma de decisiones en el manejo del paciente.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional de la medicina obtener un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa está basado en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del mismo. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Este riguroso Máster de Formación Permanente Semipresencial te dará la ocasión de poner en práctica los conocimientos teóricos aprendidos, para el cuidado de pacientes reales, a través de una estancia clínica presencial e intensiva.*

*Mediante esta titulación, conseguirás incorporar a tu labor profesional el uso de potentes herramientas digitalizadas para el estudio biomecánico del aparato locomotor y musculoesquelético del atleta lesionado.*



# 02

## ¿Por qué cursar este Máster de Formación Permanente Semipresencial?

Este Máster de Formación Permanente Semipresencial es idóneo para la puesta al día de los médicos dedicados a la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas. Para facilitar su actualización, TECH ha organizado una modalidad académica, pionera en su tipología, dividida en dos etapas fundamentales. En la primera, el especialista estará al tanto del marco teórico más reciente para esa rama de la salud y, en la segunda, realizará una estancia práctica, presencial e intensiva, dentro de una instalación hospitalaria de renombre. En esa institución, tendrá la oportunidad de aplicar a casos reales sus nuevos conocimientos y habilidades.





“

*Durante este programa, examinarás las técnicas más novedosas de coaching motivacional y ayuda emocional al deportista de alto rendimiento que debe readaptar su estado y actividad física a las limitaciones de una lesión grave”*

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

Las tecnologías médicas evolucionan constantemente para facilitar el trabajo de profesionales sanitarios especializados en la Rehabilitación de Lesiones Deportivas. Por eso, es indispensable que puedan emplearlas de manera efectiva en su labor cotidiana. Este Máster de Formación Permanente Semipresencial es idóneo para que todos ellos consigan dominar las herramientas más actualizadas de esa disciplina, participando de una modalidad académica que aúna el aprendizaje teórico y práctico como ninguna otra en el mercado pedagógico.

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

Durante las dos fases que comprende este Máster de Formación Permanente Semipresencial, el médico será asistido en todo momento por profesionales de dilatada experiencia. Primero, en la etapa teórica, será un claustro docente de renombre quien solventa sus dudas y le ofrezca una guía personalizada. Seguidamente, a lo largo de la estancia práctica y presencial, expertos de prestigio le acompañarán en el abordaje de pacientes reales con lesiones deportivas.

### 3. Adentrarse en entornos clínicos de primera

En un segundo momento de este programa, TECH ha previsto las necesidades del especialista en cuanto al manejo de las herramientas tecnológicas complejas para la rehabilitación de atletas de alto rendimiento. Por eso, ha previsto una estancia práctica presencial donde el médico podrá aprender su manejo de manera directa, trabajando junto a destacados expertos de ese campo profesional, y en instalaciones hospitalarias de envergadura internacional.





#### 4. Combinar la mejor teoría con la práctica más avanzada

Los programas académicos existentes no logran unificar el campo teórico con la actividad práctica con mayor excelencia que TECH. Eso hace de este Máster de Formación Permanente Semipresencial una modalidad de estudios única en su tipo, que posibilita al especialista una mejor asimilación de las técnicas y dispositivos terapéuticos a su alcance. Así, el programa posibilita que, durante 3 semanas de actividad educativa presencial e intensiva, el médico pueda aplicar los procedimientos más complejos en beneficio de pacientes reales.

#### 5. Expandir las fronteras del conocimiento

Con este programa, TECH potencia que todos sus egresados expandan sus horizontes profesionales desde una perspectiva internacional. Para ello, ha coordinado las prácticas clínicas en centros hospitalarios de renombres, radicados en diferentes ubicaciones geográficas, y dispuestos a recibir a los médicos para ofrecerle una actualización holística y rigurosa en materia de Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas.



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

# 03

## Objetivos

Esta titulación tiene gran validez para los profesionales que desean adquirir una visión más actualizada sobre la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas. A partir de ella, podrán incorporar a su ejercicio laboral los métodos de diagnóstico y tratamiento más novedosos. Asimismo, para asegurar el dominio de todos los aspectos teóricos y prácticos relacionados con esa disciplina, TECH ha trazado una serie de objetivos académicos. Para vencer este programa, los especialistas deberán asimilarlos todos y, así, incorporarlos con mayor facilidad a su actividad profesional.



“

*Esta titulación recoge, de manera exhaustiva, las técnicas de valoración fitness, funcional y biomecánicas más modernas. Matricúlate ahora y aprenderás como aplicarlas en tu ejercicio profesional cotidiano”*



## Objetivo general

---

- Este Máster de Formación Permanente Semipresencial añadirá a las competencias profesionales del médico los conocimientos más actualizados sobre readaptación deportiva, prevención de lesiones y recuperación funcional. En particular, ahondará sobre las técnicas de valoración del atleta desde el punto de vista físico, biomecánico y a partir de las últimas herramientas que facilitan un diagnóstico de precisión. También, aprenderán a diseñar programas específicos de recuperación y, en particular, estrategias centradas en la rehabilitación del aparato locomotor



*Este Máster de Formación Permanente Semipresencial es la oportunidad que estabas buscando para ponerte al día sobre las últimas herramientas terapéuticas para la rehabilitación de Lesiones Deportivas”*





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. El entrenamiento personal

- ♦ 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
- ♦ Diseñar programas de entrenamiento individualizados a las características del sujeto para conseguir una mejor consecución de resultados

### Módulo 2. Trabajo preventivo para la práctica deportiva

- ♦ Identificar los factores de riesgo que conlleva la práctica de la actividad físico-deportiva
- ♦ Utilizar diferentes tipos de materiales para la planificación de diferentes tipos ejercicios en un programa de entrenamiento personalizado
- ♦ Aprender ejercicios del método pilates con diferentes tipos de máquinas diseñados fundamentales en el trabajo preventivo
- ♦ Ver el *stretching* y la reeducación postural como métodos esenciales para la prevención de lesiones y alteraciones del aparato locomotor

### Módulo 3. Estructura del aparato locomotor

- ♦ Manejar los diferentes conceptos anatómicos: ejes, planos y posición anatómica
- ♦ Diferenciar los diferentes elementos que constituyen el aparato locomotor
- ♦ Ver los procesos de funcionamiento del aparato locomotor activo y pasivo integrado

### Módulo 4. Valoración fitness, funcional y biomecánica

- ♦ Utilizar la biomecánica del movimiento como herramienta clave en el proceso de prevención y readaptación
- ♦ 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
- ♦ Evaluar los diferentes parámetros relacionados con la condición física: fuerza, velocidad, flexibilidad, resistencia
- ♦ Detectar anomalías que dificulten o impidan un proceso correcto de recuperación/rehabilitación

### Módulo 5. Lesiones frecuentes en deportistas

- ♦ Precisar la etiología de las lesiones más frecuentes que se producen en la práctica deportiva
- ♦ Identificar las causas que ocasionan de las principales lesiones en el deporte
- ♦ Distinguir los diferentes tipos de lesiones: tendinosas, musculares, óseas, ligamentosas y articulares

### Módulo 6. Ejercicio para la readaptación de lesiones deportivas

- ♦ Establecer la realización de ejercicio y actividad física como estrategia para la mejora de la salud
- ♦ Clasificar los diferentes tipos de ejercicios en función de la planificación del entrenamiento personalizado a realizar
- ♦ Diferenciar los diferentes tipos de ejercicios físicos específicos según los músculos o grupos musculares a readaptar
- ♦ Manejar las diferentes técnicas que se aplican en el tratamiento de las lesiones producidas en la práctica deportiva
- ♦ Emplear la reeducación propioceptiva en todo proceso de readaptación y recuperación, así como para una menor prevalencia en la reincidencia de lesiones
- ♦ Planificar y diseñar programas y protocolos específicos con efectos preventores
- ♦ Gestionar los diferentes tipos de deportes y prácticas deportivas esenciales como coadyuvantes durante el proceso de readaptación y recuperación funcional

### Módulo 7. Patologías frecuentes del aparato locomotor

- ♦ Analizar la gravedad de las patologías a nivel ligamentoso y su valoración para una mejor y más eficaz rehabilitación
- ♦ Incidir en el análisis de las patologías articulares por su alta incidencia a nivel deportivo
- ♦ Examinar las patologías más comunes que suelen presentarse en el raquis
- ♦ Valorar el dolor como elemento a tener en cuenta en el diagnóstico de un mayor o menor grado de lesión







### **Módulo 8. Ejercicio para la recuperación funcional**

- ♦ Analizar las diferentes posibilidades que ofrece el entrenamiento funcional y la rehabilitación avanzada
- ♦ Aplicar el método pilates como sistema integral para la rehabilitación del aparato locomotor en la recuperación funcional
- ♦ Planificar ejercicios y programas específicos de pilates para las diferentes zonas del aparato locomotor con y sin aparatos

### **Módulo 9. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional**

- ♦ Abordar el concepto de alimentación integral como elemento clave en el proceso de readaptación y recuperación funcional
- ♦ Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes
- ♦ Priorizar la importancia tanto de la ingesta de agua como de la hidratación en los procesos de recuperación
- ♦ Analizar los diferentes tipos de fitoquímicos y su papel esencial en la mejora del estado de salud y la regeneración del organismo

### **Módulo 10. Coaching y business del entrenador personal**

- ♦ Adquirir y entender los diferentes hábitos y estilos de vida saludable, así como sus posibilidades de implantación
- ♦ Aplicar estrategias de motivación para conseguir mejores resultados en el proceso de readaptación deportiva y recuperación funcional
- ♦ Planificar y diseñar espacios que favorezcan un mejor desarrollo del trabajo de entrenamiento personal específico a realizar
- ♦ Entender el proceso de entrenamiento personal donde la relación con el cliente y el *feedback* que proporciona son fundamentales en el proceso

# 04 Competencias

La novedosa modalidad de estudios, implementada por TECH para conformar este Máster de Formación Permanente Semipresencial, facilita al especialista profundos conocimientos teóricos y el desarrollo de habilidades prácticas. Mediante ambos, el médico conseguirá ponerse al día sobre las innovaciones en Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas, adquirieron las competencias más deseadas en un profesional de esa disciplina sanitaria.





“

*Al unificar con excelencia el estudio teórico y práctico de la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas, esta titulación conseguirá convertirte en un especialista de amplias competencias y profundos conocimientos profesionales”*



## Competencias generales

---

- ♦ Realizar la planificación y ejecución de programas de rehabilitación destinados a la readaptación deportiva y recuperación funcional de los deportistas con alguna lesión
- ♦ Dominar las particularidades del entrenamiento personal adaptado a cada persona y diseñar programas individualizados y específicos según las necesidades de los deportistas
- ♦ Conocer en profundidad la biomecánica del movimiento y aplicarla en el proceso de rehabilitación

“

*Actualiza tus conocimientos acerca de la nutrición de deportista con lesiones en proceso de readaptación a través de este exhaustivo Máster de Formación Permanente Semipresencial”*





## Competencias específicas

---

- ♦ Examinar en profundidad el aparato locomotor
- ♦ Planificar los ejercicios específicos para cada entrenamiento, aplicando máquinas para entrenamientos funcionales o técnicas del método pilates
- ♦ Identificar las principales lesiones deportivas
- ♦ Diseñar y realizar entrenamientos personalizados
- ♦ Dominar las principales patologías articulares y de ligamento
- ♦ Planificar ejercicios de rehabilitación aplicando el método pilates para la rehabilitación del aparato locomotor
- ♦ Realizar dietas nutricionales adaptadas a las necesidades de cada deportista y teniendo en cuenta su tipo de lesión
- ♦ Aplicar técnicas de *coaching* al entrenamiento personal y aplicar la motivación para obtener mejores resultados en la recuperación del deportista

# 05

## Dirección del curso

Luego de una minuciosa búsqueda, TECH ha elegido expertos de renombre para conformar el claustro de esta titulación. Los docentes seleccionados cuentan con el aval de una trayectoria profesional con numerosos retos y éxitos terapéuticos. Todos ellos conocen a fondo las lesiones que con mayor frecuencia aquejan al deportista, las herramientas para diagnosticarlas con precisión y las estrategias para rehabilitar y readaptar al atleta ante esas incidencias a su actividad física normal. Con suma responsabilidad, han conformado un temario educativo de máximo nivel y, a lo largo de la fase teórica de este Máster de Formación Permanente Semipresencial, proporcionarán al médico una guía académica personalizada.





“

*Todos los docentes de TECH te ofrecerán una guía personalizada, durante la fase teórica de esta titulación, para que puedas alcanzar tus metas educativas con celeridad y rigor”*

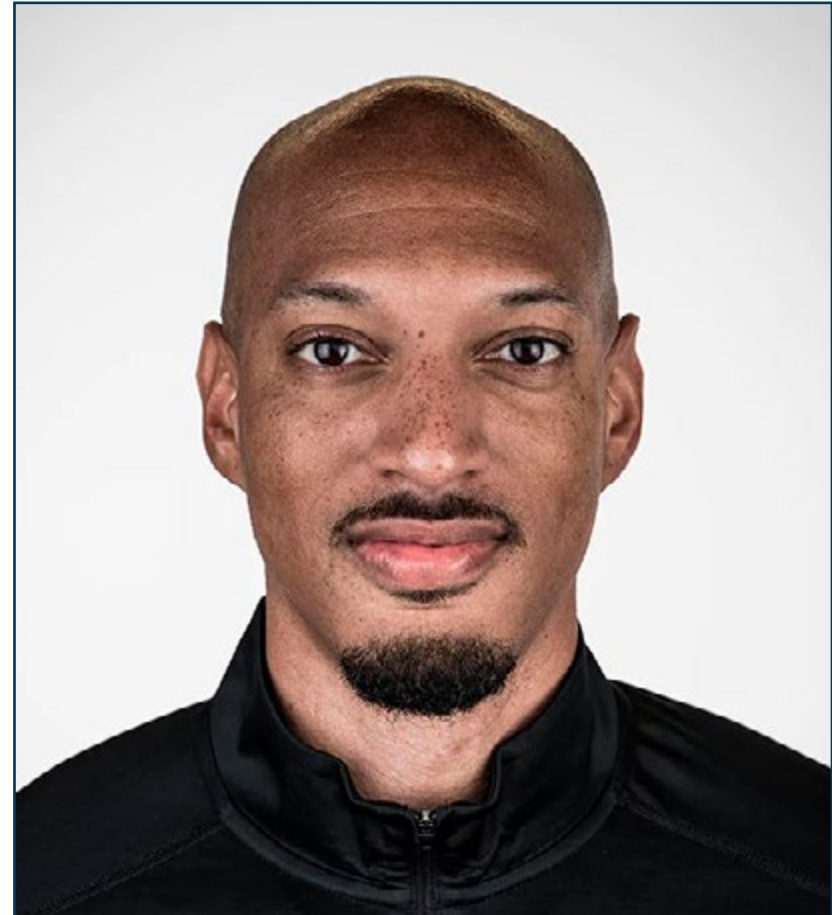
## Director Invitado Internacional

El Doctor Charles Loftis es un reconocido especialista que se desempeña como **terapeuta de rendimiento deportivo** para los **Portland Trail Blazers** en la **NBA**. Su impacto en la liga de baloncesto más importante del mundo ha sido significativo, aportando una experiencia distinguida en la creación de programas de fuerza y acondicionamiento.

Antes de unirse a los Trail Blazers, fue el entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves, implementando y supervisando el desarrollo de un programa integral para los jugadores. De hecho, su experiencia en el campo del rendimiento deportivo comenzó con el establecimiento de XCEL Performance and Fitness, del que fue fundador y entrenador jefe. Allí, el Doctor Charles Loftis trabajó con una amplia gama de atletas para desarrollar programas de fuerza y acondicionamiento, además de trabajar la **prevención y readaptación de lesiones deportivas**.

Su trayectoria académica en el campo de la química y biología le proporciona una perspectiva única sobre la ciencia detrás del rendimiento deportivo y la terapia física. Así, posee designaciones CSCS y RSCC de la Asociación Nacional de Fuerza y Acondicionamiento (NSCA), que reconocen sus conocimientos y habilidades en el campo. También, está certificado en PES (Especialista en Mejoramiento de Rendimiento), CES (Especialista en Ejercicios Correctivos) y punción seca.

Con todo ello, el Doctor Charles Loftis es un miembro vital de la comunidad de la NBA, trabajando directamente tanto la fuerza y rendimiento de deportistas de élite como la necesaria prevención y readaptación frente a lesiones deportivas de diversa índole.





## Dr. Loftis, Charles

---

- Preparador Físico en los Portland Trail Blazers, Portland, Estados Unidos
- Entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves
- Fundador y entrenador jefe en XCEL Performance and Fitness
- Entrenador jefe de rendimiento en el equipo masculino de baloncesto de la Universidad Cristiana de Oklahoma
- Terapeuta físico en Mercy
- Doctor en Terapia Física por la Universidad de Langston
- Licenciado en Química y Biología por la Universidad de Langston

“

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Director Invitado Internacional

Isaiah Covington es un entrenador de rendimiento altamente capacitado, con una gran experiencia en el tratamiento y abordaje de diferentes lesiones en deportistas de élite. De hecho, su trayectoria profesional se ha dirigido a la **NBA**, una de las ligas deportivas más importantes de todo el mundo. Es el **Entrenador de Rendimiento de los Bolton Celtics**, uno de los equipos más importantes de la Conferencia Este y con mayor proyección en todo Estados Unidos.

Su trabajo en una liga tan exigente le ha hecho especializarse en maximizar el **potencial físico y mental** de los jugadores. Para ello, ha sido clave su experiencia pasada en otros equipos, como los Golden State Warriors y los Santa Cruz Warriors. Esto le ha permitido trabajar también en el plano de las lesiones deportivas, profundizando en la **prevención y readaptación** de las más frecuentes en los deportistas de élite.

En el ámbito académico, su interés se ha centrado en el campo de la **kinesiología**, las **ciencias del ejercicio** y el **deporte de alto rendimiento**. Todo ello le ha llevado a destacar de forma prolífica en la NBA, trabajando día a día con algunos de los jugadores de baloncesto y cuerpo técnico más importantes de todo el mundo.



## D. Covington, Isaiah

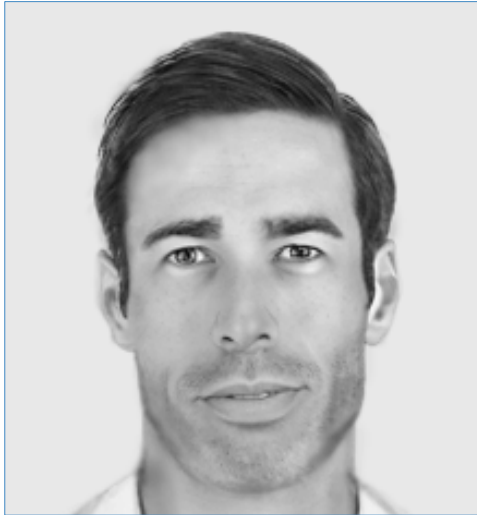
---

- ♦ Entrenador de Rendimiento y Preparador Físico de los Boston Celtics, Boston, Estados Unidos
- ♦ Entrenador de Rendimiento de los Golden State Warriors
- ♦ Entrenador jefe de Rendimiento de los Santa Cruz Warriors
- ♦ Entrenador de Rendimiento en Pacers Sports & Entertainment
- ♦ Licenciado en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Delaware
- ♦ Especialización en Gestión del Entrenamiento
- ♦ Máster en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Long Island
- ♦ Máster en Deporte de Alto Rendimiento por la Universidad Católica de Australia

“

*Aprovecha la oportunidad para conocer los últimos avances en esta materia para aplicarla a tu práctica diaria”*

## Dirección



### Dr. González Matarín, Pedro José

- ♦ Investigador técnico de la Educación para la Salud en Murcia
- ♦ Docente e investigador de la Universidad de Almería
- ♦ Técnico del Programa Activa del Departamento de Salud de Murcia
- ♦ Entrenador de Alto Rendimiento
- ♦ Doctor en Ciencias de la Salud
- ♦ Graduado en Educación Física
- ♦ Máster en Recuperación Funcional en la Actividad Física y el Deporte
- ♦ Máster en Medicina Regenerativa
- ♦ Máster en Actividad Física y Salud
- ♦ Máster en Dietética y Dietoterapia
- ♦ Miembro: SEEDO y AEEM



# 06

## Estructura contenido

Los módulos académicos de este Máster de Formación Permanente Semipresencial son rigurosos y exigentes. En cada uno de ellos, el médico encontrará la última evidencia científica acerca del manejo terapéutico de lesiones deportivas. En particular, ahondará en las técnicas de recuperación biomecánicas y en otras potencialidades como el entrenamiento propioceptivo y kinestésico. A su vez, explorará las herramientas diagnósticas más avanzadas en la detección de fisiopatologías del atleta de alto rendimiento. Igualmente, ahondará en como un entrenamiento personal personalizado puede ayudar a prevenir esa clase de incidentes. La titulación, además, se poya en recursos multimedia, como infografías y vídeos, de gran valor didáctico para el aprendizaje.



“

*Los módulos académicos de este programa están dispuestos en una plataforma online, interactiva y sin horarios de estudio y evaluaciones preestablecidas”*

## Módulo 1. El entrenamiento personal

- 1.1. Entrenamiento personal
- 1.2. Entrenamiento de flexibilidad
- 1.3. Entrenamiento de resistencia y cardiorrespiratorio
- 1.4. Entrenamiento del core
  - 1.4.1. Musculatura del core
  - 1.4.2. Entrenamiento de los sistemas de estabilización
  - 1.4.3. Ciencia y entrenamiento del core
  - 1.4.4. Directrices para el entrenamiento del core
  - 1.4.5. Diseño de programas de entrenamiento de core
- 1.5. Entrenamiento de equilibrio
- 1.6. Entrenamiento pliométrico
  - 1.6.1. Principios del entrenamiento pliométrico
  - 1.6.2. Diseño de un programa de entrenamiento pliométrico
- 1.7. Entrenamiento de velocidad y agilidad
- 1.8. Entrenamiento de fuerza
- 1.9. Diseño de programas integrados para un óptimo rendimiento
- 1.10. Modalidades de ejercicio

## Módulo 2. Trabajo preventivo para la práctica deportiva

- 2.1. Factores de riesgo en el deporte
- 2.2. Trabajo con ejercicios en *Mat*
- 2.3. *Reformer y Cadillac*
- 2.4. *Silla Wunda*
- 2.5. *Stretching* global activo y reeducación postural global
- 2.6. *Fitball*
- 2.7. *TRX*
- 2.8. *Body Pump*
- 2.9. *Medicine Ball* y *Kettlebells*
- 2.10. *Thera Band*
  - 2.10.1. Ventajas y propiedades
  - 2.10.2. Ejercicios individuales
  - 2.10.3. Ejercicios por parejas
  - 2.10.4. Programas de entrenamiento

## Módulo 3. Estructura del aparato locomotor

- 3.1. Posición anatómica, ejes y planos
- 3.2. Hueso
- 3.3. Articulaciones
  - 3.3.1. Etiología
  - 3.3.2. Sinartrosis
  - 3.3.3. Anfiartrosis
  - 3.3.4. Diartrosis
- 3.4. Cartílago
- 3.5. Tendones y ligamentos
- 3.6. Músculo esquelético
- 3.7. Desarrollo del sistema musculoesquelético
- 3.8. Componentes del sistema musculoesquelético
- 3.9. Control nervioso de los músculos esqueléticos
- 3.10. Contracción muscular
  - 3.10.1. Funcionamiento de la contracción muscular
  - 3.10.2. Tipos de contracción muscular
  - 3.10.3. Bioenergética muscular

## Módulo 4. Valoración *fitness*, funcional y biomecánica

- 4.1. Anatomía y Kinesiología
- 4.2. Ciencia del movimiento humano
- 4.3. Biomecánica Aplicada
- 4.4. La consulta inicial del cliente
- 4.5. Protocolos y normas de pruebas de estado físico
- 4.6. Evaluación del movimiento funcional
  - 4.6.1. Detección, prueba y evaluación del movimiento
  - 4.6.2. *Functional Movement Screen (FMS)*
  - 4.6.3. Evaluación selectiva del movimiento funcional
  - 4.6.4. Pruebas específicas de rendimiento funcional



- 4.7. Valoración nutricional, evaluación genética, Bioquímica y calidad de vida
- 4.8. Biomecánica
  - 4.8.1. Fundamentos biomecánicos
  - 4.8.2. Biomecánica del movimiento humano
  - 4.8.3. Control muscular del movimiento
  - 4.8.4. Biomecánica del ejercicio de resistencia
- 4.9. Evaluación de la forma física
- 4.10. Detección y estratificación de riesgos

### Módulo 5. Lesiones frecuentes en deportistas

- 5.1. Lesiones de hombro en deportes
  - 5.1.1. Aspectos relevantes del hombro
  - 5.1.2. Lesiones y trastornos relacionados con la inestabilidad aguda y crónica del hombro
  - 5.1.3. Lesiones claviculares
  - 5.1.4. Lesiones nerviosas en la región del hombro
  - 5.1.5. Lesiones del plexo braquial
- 5.2. Lesiones en la parte superior del brazo
- 5.3. Lesiones del codo en el deporte
- 5.4. Lesiones de antebrazo, muñeca y mano en el deporte
- 5.5. Lesiones en la cabeza y la cara en el deporte
- 5.6. Lesiones de garganta, pecho y abdominales en el deporte
- 5.7. Lesiones de espalda/columna vertebral en el deporte
  - 5.7.1. Aspectos relevantes de la espalda y columna vertebral
  - 5.7.2. Diagnóstico del dolor de espalda
  - 5.7.3. Lesiones de cuello y zona cervical
  - 5.7.4. Lesiones de la zona torácica y lumbar
- 5.8. Lesiones de la articulación de la cadera, la pelvis y en la zona inguinal en el deporte
- 5.9. Lesiones en muslos, rodillas y piernas en el deporte
- 5.10. Lesiones de tobillo y pie en el deporte

### Módulo 6. Ejercicio para la readaptación de lesiones deportivas

- 6.1. Actividad física y ejercicio físico para la mejora de la salud
- 6.2. Clasificación y criterios de selección de ejercicios y movimientos
- 6.3. Principios del entrenamiento deportivo
  - 6.3.1. Principios biológicos
    - 6.3.1.1. Unidad funcional
    - 6.3.1.2. Multilateralidad
    - 6.3.1.3. Especificidad
    - 6.3.1.4. Sobrecarga
    - 6.3.1.5. Supercompensación
    - 6.3.1.6. Individualización
    - 6.3.1.7. Continuidad
    - 6.3.1.8. Progresión
  - 6.3.2. Principios pedagógicos
    - 6.3.2.1. Transferencia
    - 6.3.2.2. Eficacia
    - 6.3.2.3. Estimulación voluntaria
    - 6.3.2.4. Accesibilidad
    - 6.3.2.5. Periodización
- 6.4. Técnicas aplicadas al tratamiento de la lesión deportiva
- 6.5. Protocolos específicos de actuación
- 6.6. Fases del proceso de recuperación orgánica y recuperación funcional
- 6.7. Diseño de ejercicios preventivos
- 6.8. Ejercicios físicos específicos por grupos musculares
- 6.9. Reeduación propioceptiva
  - 6.9.1. Bases del entrenamiento propioceptivo y kinestésico
  - 6.9.2. Consecuencias propioceptivas de la lesión
  - 6.9.3. Desarrollo de la propiocepción deportiva
  - 6.9.4. Materiales para el trabajo de la propiocepción
  - 6.9.5. Fases de la reeducación propioceptiva
- 6.10. Práctica deportiva y actividad durante el proceso de recuperación

## Módulo 7. Patologías frecuentes del aparato locomotor

- 7.1. Cervicalgia, dorsalgia y lumbalgia
- 7.2. Escoliosis
- 7.3. Hernia discal
- 7.4. Tendinitis de hombro
- 7.5. Epicondilitis
  - 7.5.1. Epidemiología
  - 7.5.2. Anatomía patológica
  - 7.5.3. Clínica
  - 7.5.4. Diagnóstico
  - 7.5.5. Tratamiento
- 7.6. Artrosis de cadera
- 7.7. Gonartrosis
- 7.8. Fascitis plantar
  - 7.8.1. Conceptualización
  - 7.8.2. Factores de riesgo
  - 7.8.3. Sintomatología
  - 7.8.4. Tratamientos
- 7.9. *Hallux Valgus* y pie plano
- 7.10. Esguince de tobillo

## Módulo 8. Ejercicio para la recuperación funcional

- 8.1. Entrenamiento funcional y rehabilitación avanzada
  - 8.1.1. Función y rehabilitación funcional
  - 8.1.2. Propiocepción, receptores y control neuromuscular
  - 8.1.3. Sistema nervioso central: integración del control motor
  - 8.1.4. Principios para la prescripción de ejercicio terapéutico
  - 8.1.5. Restablecimiento de la propiocepción y control neuromuscular
  - 8.1.6. El modelo de rehabilitación de 3 fases
- 8.2. La ciencia del pilates para la rehabilitación
- 8.3. Principios del pilates
- 8.4. Integración del pilates en la rehabilitación
- 8.5. Metodología y aparatos necesarios para una práctica efectiva

- 8.6. La columna cervical y torácica
- 8.7. La columna lumbar
- 8.8. El hombro y la cadera
- 8.9. La rodilla
- 8.10. El pie y el tobillo

## Módulo 9. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

- 9.1. Alimentación integral como elemento clave en la prevención y recuperación de lesiones
- 9.2. Carbohidratos
- 9.3. Proteínas
- 9.4. Grasas
  - 9.4.1. Saturadas
  - 9.4.2. Insaturadas
    - 9.4.2.1. Monoinsaturadas
    - 9.4.2.2. Poliinsaturadas
- 9.5. Vitaminas
  - 9.5.1. Hidrosolubles
  - 9.5.2. Liposolubles
- 9.6. Minerales
  - 9.6.1. Macrominerales
  - 9.6.2. Microminerales
- 9.7. Fibra
- 9.8. Agua
- 9.9. Fitoquímicos
  - 9.9.1. Fenoles
  - 9.9.2. Tioles
  - 9.9.3. Terpenos
- 9.10. Complementos alimenticios para la prevención y recuperación funcional



## Módulo 10. *Coaching* y *business* del entrenador personal

- 10.1. El comienzo del entrenador personal
- 10.2. Coaching para el entrenador personal
- 10.3. El entrenador personal como promotor del ejercicio y los efectos sobre la salud y el rendimiento
  - 10.3.1. Fundamentos básicos del ejercicio físico
  - 10.3.2. Respuestas agudas del ejercicio
  - 10.3.3. Efectos del ejercicio sobre el rendimiento
    - 10.3.3.1. Resistencia
    - 10.3.3.2. Fuerza y potencia
    - 10.3.3.3. Equilibrio
  - 10.3.4. Efectos del ejercicio sobre la salud
    - 10.3.4.1. Salud física
    - 10.3.4.2. Salud mental
- 10.4. Necesidad de cambios conductuales
- 10.5. El entrenador personal y la relación con el cliente
- 10.6. Herramientas de motivación
  - 10.6.1. Exploración apreciativa
  - 10.6.2. Entrevista motivacional
  - 10.6.3. Construcción de experiencias positivas
- 10.7. Psicología para el entrenador personal
- 10.8. Carrera profesional del entrenador personal
- 10.9. Diseño y mantenimiento de instalaciones y materiales
- 10.10. Aspectos legales del entrenamiento personal

07

# Prácticas Clínicas

Este Máster de Formación Permanente Semipresencial concluye con una práctica clínica, presencial, intensiva e inmersiva, a realizar en una institución sanitaria de prestigio. Ese escenario, habilitado con excelencia para el ejercicio de la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas, brindará al médico la oportunidad de adquirir competencias de manera directa y que le harán distinguirse en el panorama profesional.





“

*Gracias a esta titulación, abordarás casos reales de deportistas lesionados, al mismo tiempo que debatirás con grandes expertos sobre su manejo terapéutico”*

Durante 3 semanas, la segunda mitad de este Máster de Formación Permanente Semipresencial ofrecerá al especialista una oportunidad única de desarrollar habilidades precisas para el manejo y rehabilitación de lesiones deportivas. El proceso educativo tendrá lugar en una instalación hospitalaria de renombre, donde cada médico tendrá a su alcance tecnologías y procedimientos vanguardistas para el tratamiento y recuperación de lesiones deportivas.

Así, el profesional tendrá la oportunidad de evaluar casos reales y determinar con pericia que estrategia médica es idónea para su rehabilitación y readaptación. Al respecto, podrá dilucidar sus dudas con expertos de gran experiencia y un tutor adjunto, quien se encargará de supervisar sus progresos académicos en todo momento. También, le insertará en las dinámicas más complejas de este ámbito profesional.

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:





| 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 la 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 antiálgica, 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   |

## 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 el Máster de Formación Permanente Semipresencial 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 del Máster de Formación Permanente Semipresencial, 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 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 el Máster de Formación Permanente Semipresencial recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

**5. RELACIÓN LABORAL:** el Máster de Formación Permanente Semipresencial no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

**6. ESTUDIOS PREVIOS:** algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización del Máster de Formación Permanente Semipresencial. 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:** el Máster de Formación Permanente Semipresencial 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.

# 08

## ¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas?

Para completar este Máster de Formación Permanente Semipresencial, es esencial cursar sus prácticas clínicas. A lo largo de ellas, TECH ha previsto la incorporación del médico a una institución hospitalaria de prestigio durante 3 semanas. Esa estancia, presencial e intensiva, dará acceso al especialista a recursos tecnológicos de primer nivel para la Rehabilitación y Readaptación de deportistas de alto rendimiento con lesiones severas. A su vez, podrá debatir procedimientos y técnicas de manejo para pacientes reales con expertos de distinguida trayectoria en ese campo de la salud. Además, no estará limitado por su ubicación geográfica ya que estas capacitaciones han sido coordinadas con instalaciones radicadas en diferentes puntos geográficos.





“

*Ponte al día en cuanto a las técnicas de Rehabilitación de Lesiones Deportivas más recientes, en compañía de expertos capacitados de manera teórica y práctica para ese ejercicio profesional”*



El alumno podrá cursar la parte práctica de este Máster de Formación Permanente Semipresencial 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: España  
Ciudad: 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: España  
Ciudad: 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: España  
Ciudad: 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

09

# Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intenso y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

*TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”*

## El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo  
(a las que luego nunca puedes asistir)”*





### Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

*El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”*

## Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



## Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

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



## Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



*La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”*

### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos 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 alumno 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.

## La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos en la plataforma de reseñas Trustpilot, obteniendo un 4,9 de 5.

*Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.*

*Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.*



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



#### Material de estudio

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

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Resúmenes interactivos

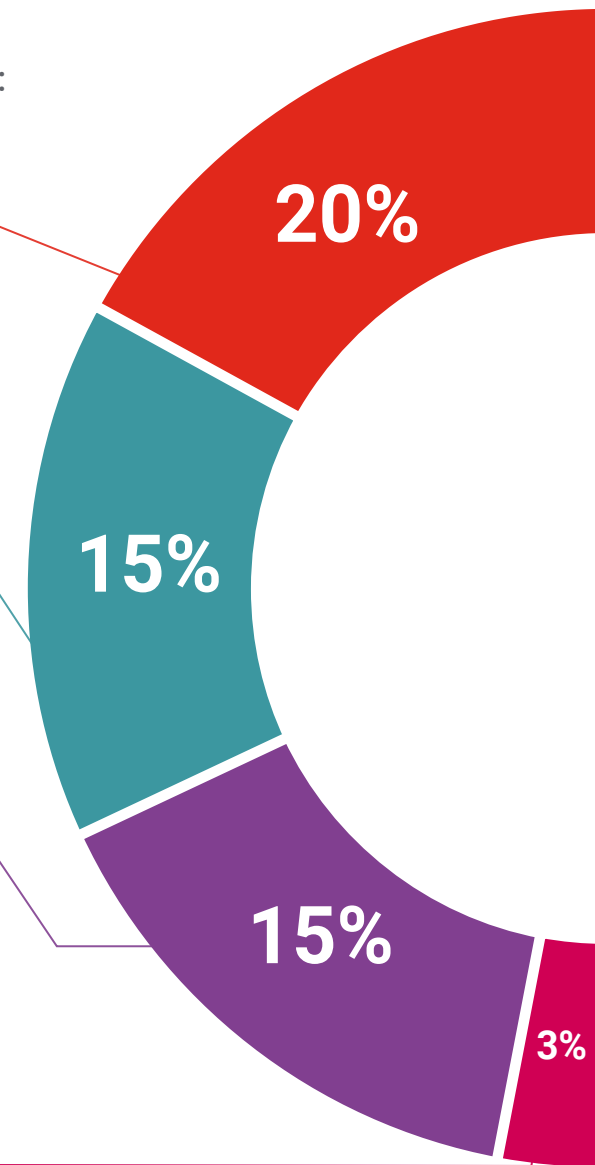
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

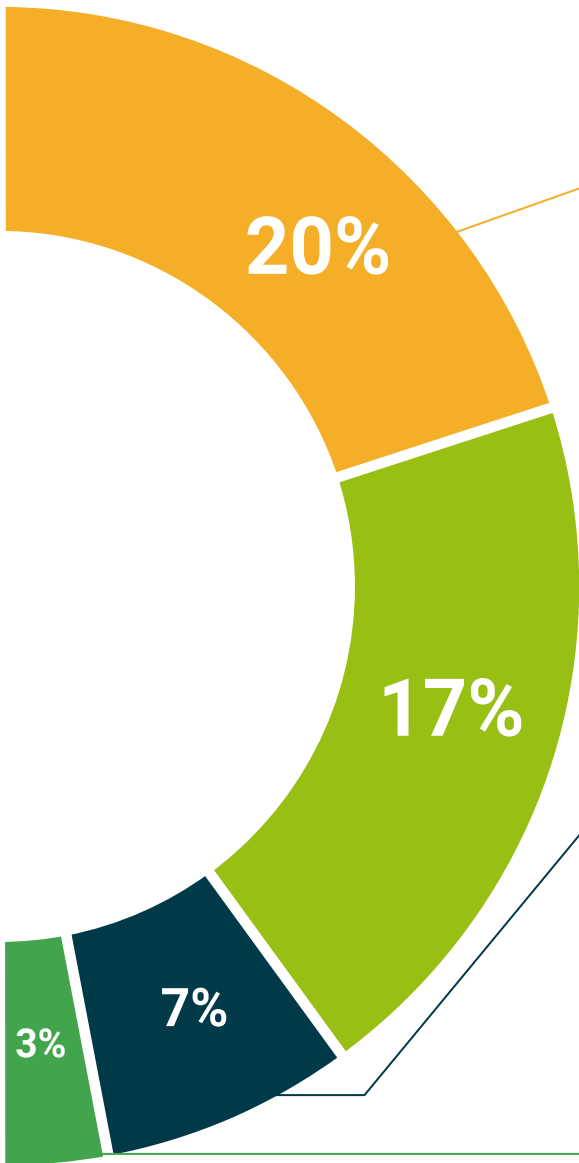
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





#### Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



#### 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 nuestras 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.



# 10 Titulación

Este programa en Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster de Formación Permanente Semipresencial expedido por TECH Universidad Tecnológica.





“

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

Este programa te permitirá obtener el título de **Máster de Formación Permanente Semipresencial en Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas** emitido por TECH Universidad Tecnológica.

TECH Universidad Tecnológica, es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Máster de Formación Permanente Semipresencial en Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas**

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)**

Duración: **7 meses**

Créditos: **60 + 5 ECTS**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



**Máster de Formación  
Permanente Semipresencial**  
Rehabilitación y Readaptación  
de Lesiones Deportivas

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)

Duración: 7 meses

Titulación: TECH Universidad Tecnológica

Créditos: 60 + 5 ECTS

# Máster de Formación Permanente Semipresencial

## Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas

Avalado por la NBA

