Información de la asignatura

Titulación: Máster Universitario en Ciencias Aplicadas a la Prevención y Readaptación Funcional de Lesiones Deportivas

Facultad: Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Código: 1640012 **Nombre:** Métodos y Protocolos de Readaptación en el Deporte

Créditos: 6,00 **ECTS Curso:** 1 **Semestre:** 2

Módulo: 4: Readaptación del deportista lesionado

Materia: Readaptación del deportista lesionado **Carácter:** Obligatoria

Departamento:

Tipo de enseñanza: Semipresencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:

Organización del módulo

4: Readaptación del deportista lesionado

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Readaptación del deportista lesionado	6,00	Métodos y Protocolos de Readaptación en el Deporte	6,00	1/2

Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, el estudiante deberá demostrar haber adquirido los siguientes resultados de aprendizaje:

R1 Adquirir conocimientos teóricos específicos de la readaptación de las lesiones deportivas.

R2 Conocer y aplicar los protocolos específicos de la readaptación deportiva.

R3 Ser capaz de manejar las herramientas necesarias en las diferentes fases de la readaptación deportiva.

Competencias

En función de los resultados de aprendizaje de la asignatura las competencias a las que contribuye son: (valora de 1 a 4 siendo 4 la puntuación más alta)

ESPECÍFICAS		Ponderación			
		1	2	3	4
E1	Alcanzar un conocimiento conprensivo y a la vez especializado de las materias relacionadas con las Ciencias aplicadas a la prevención y readaptación funcional de las lesiones deportivas.				x
E2	Tener capacidad de relacionar los conocimientos específicos adquiridos en las sesiones teóricas, con el fin de colaborar en la solución de problemas que puedan surgir en la prevención y recuperación de la lesión deportiva integrando los conocimientos de los diferentes ámbitos profesionales que intervienen en manejo del deportista lesionado.				x
E4	Dar respuesta a la demanda cada vez más específica del redapatador funcional, como parte integrante del equipo profesional multidisciplinar que atiende al deportista lesionado, y como el actor principal de los protocolos específicos de prevención y readpatación funcional de las lesiones en el deporte.			x	
E5	Manejar las herramientas -propias de su actividad profesional- que permitan una evaluación objetiva de la condición física del deportista (fuerza, resistencia, tono y volumen muscular, etc.), clave en la fases de prevención y recuperación de lesiones en el plano estrictamente funcional.			x	
E6	Saber planificar, controlar, y coordinar la prevención y la readaptación al esfuerzo físico a través del plan de entrenamiento del deportista en función de la evaluación, valoración, y prescripción que haya realizado el equipo médico.				x
E8	Aprender a trabajar de manera multidisciplinar, colaborando con los demás profesionales implicados en la prevención y readaptación del deportista, para conseguir un abordaje óptimo e individualizado de los procesos lesionales del deportista.				x

Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R2, R3	80,00%	Pruebas escritas (preguntas abiertas, tipo test, ejercicios o casos prácticos) a distancia y a través de la plataforma virtual.
R2, R3	20,00%	Resolución de problemas y casos prácticos a distancia y a través de la plataforma virtual.

Observaciones

Actividades formativas

Las metodologías que emplearemos para que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura serán:

M1 Clases magistrales.

M2 Laboratorio.

M3 Seminario.

ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
Clase teórica. M1	R1, R2	12,50	0,50
Clase práctica/Seminario. M3	R2, R3	12,50	0,50
Tutoría. M3	R1, R2, R3	5,00	0,20
TOTAL		**30,00**	**1,20**

ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
Trabajo en grupo. M3	R1, R2, R3	50,00	2,00
Trabajo autónomo. M3	R1, R2, R3	70,00	2,80
TOTAL		**120,00**	**4,80**

Descripción de los contenidos

Descripción de contenidos necesarios para la adquisición de los resultados de aprendizaje.

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
1- Readaptación de las lesiones deportivas	·El proceso de readaptación físico-deportiva. Pérdida y reentrenamiento de la capacidad funcional para el entrenamiento y la competición. ·Fundamentos de readaptación físico-deportiva. ·Estudio y reeducación del control motor y el gesto técnico-deportivo ·Prescripción de las capacidades condicionales y coordinativas en el proceso de reeducación físicodeportiva. ·Planificación de la readaptación al ejercicio por disciplinas deportiva. ·Readaptación físico-deportiva de las lesiones más frecuentes en el ámbito deportivo. ·Entrenamiento progresivo y seguimiento de la prestación física del deportista lesionado ·Integración al entrenamiento normalizado y la competición. ·Casos especiales. Reorientación de los programas ante complicaciones.

Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
1- Readaptación de las lesiones deportivas	15,00	30,00

Referencias

Bibliografía básica1. Alonso, R. F. y León, S. (2001). Experiencias en la formación de profesionales de la educación física para el área de la rehabilitación. http://www.efdeportes.com Revista Digital - Buenos Aires - Año 7 - N° 42 - Noviembre de 2001
2. Florean, A. (2002). Lesiones deportivas: importancia y prevención. http://www.efdeportes.com Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 44 - Enero de 2002.
3. Muñoz, D, y Olcina, G. J. (2001). Seguimiento de rehabilitación de una lesión en fútbol mediante el Profile of Mood States (POMS). http://www.efdeportes.com Revista Digital - Buenos Aires - Año 6 - N° 30 - Febrero de 2001.
4. Muñoz, A. (2001). Reflexiones sobre la preparación física del futbolista: objetivos y métodos. http://www.efdeportes.com Revista Digital - Buenos Aires - Año 7 - N° 34 - Abril de 2001.
5. Roffé M. (2001) El psicólogo deportivo incluido en el cuerpo técnico: un delicado equilibrio. En http://www.efdeportes.com Nro. 42.
6. Serra, R. (1997). Lesiones ligamentosas del tobillo en la práctica del baloncesto. Medicina y Baloncesto, vol. 1, nº 2, junio.
7. Comettl, G: "Bases científicas de la musculación moderna ".Revista de Entrenamiento Deportivo. Volumen 1 – 1988.
8. Cos i morera, M.A., y Cos i Boada, A.. Medidas fisioterapéuticas de recuperación del deportista tras el esfuerzo físico. Revista de Entrenamiento Deportivo. Volumen VI – Nº 3 1992
9. Groser et al. Principios del entrenamiento deportivo. Ed. Martínez Roca. 1988. Barcelona.
10. Laglande, A.Gimnasia especial correctiva . Ed. Stadium. Buenos Aires.
11. Paredes Hernández, V.; Martos Varela, S. y Romero Moraleda, B. (2011). Propuesta de readaptación para la rotura del ligamento cruzado anterior en fútbol. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 11 (43) pp. 573-591. Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista43/artprotocolo226.htm
12. Seirul-lo, F. Entrenamiento coadyuvante. Apunts. Volumen XXIII – 1986.
13. Silla, D. Reinserción del deportista al terreno de juego tras una lesión ligamentosa. Revista de Entrenamiento Deportivo. Volumen III – Nº 4 –1989.
14. Urdampilleta, A., Álvarez-Herms, J., Martinez-Sanz, J. M., Corbi, F., & Roche, E. (2014). Readaptación física en futbolistas mediante vibraciones mecánicas e hipoxia. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 14, 119-134
15. Izquierdo, A. C., Rivera, M. D. G., & Novoa, C. L. (2010). Situación profesional del readaptador físico-deportivo en la Comunidad Valenciana. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 6(21), 254-268.
16. Izquierdo, A. C., & Novoa, C. L. (2012). El licenciado en ciencias de la actividad física y del deporte como readaptador físico-deportivo. Revista Internacional deMedicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, (45), 7-7.
17. Lloret, M. (1989). Criterios básicos de readaptación deportiva. Apunts Medicina de l" Esport (Castellano), 26(100), 85-94.
18. Cejudo, A., de Baranda, P. S., Ayala, F., & Santonja, F. (2014). Perfil de flexibilidad de la

extremidad inferior en jugadores senior de balonmano. Cuadernos de Psicología del Deporte, 14(2), 111-120.
19. Howse, J. (2002). Técnica de la danza y prevención de lesiones. Editorial Paidotribo.
20. Sanz, D. R., & Corbalán, I. S. (2008). Incidencia de lesiones en el pie del Bailarín/Incidence of injuries at the foot of Dancer. Revista Internacional deCiencias Podológicas, 2(2), 13.
21. Souchard, P. E. (2005). RPG. Principios de la reeducación postural global (Vol. 88). Editorial Paidotribo.
22. Rial, t. (2014). ¿ Puede un programa de ejercicio hipopresivo influir sobre la extensibilidad isquiosural y movilidad lumbar de jugadoras de fútbol?. Futbolpf: revista de preparacion física en el futbol, (8), 42-52.
23. Olmedilla, A., Ortega, E., & Gómez, J. M. (2014). Influencia de la lesión deportiva en los cambios del estado de ánimo y de la ansiedad precompetitiva en futbolistas. Cuadernos de Psicología del Deporte, 14(1), 55-62.
24. Del Fresno, D. B., Pérez, S. S., Contreras, M. G., & Díaz, F. J. (2007). Protocolo de recuperación funcional de una lesión ligamentosa de tobillo. Apunts. Medicina de l'Esport, 42(156), 181-185.
25. Zahínos, J. I., González, C., & Salinero, J. (2010). Estudio epidemiológico de las lesiones, los procesos de readaptación y prevención de la lesión de ligamento cruzado anterior en el fútbol profesional. Associated Editors, 2(2), 139-150.
26. Masià, J. R. (2004). El readaptador físico en el organigrama técnico de un equipo de fútbol. Training fútbol: Revista técnica profesional, (99), 38-43.