

Postgrado en Fisioterapia de la Actividad Física y el Deporte. Readaptación al Esfuerzo

Curso 2014-2015

13ª edición

Presentación

La concienciación de una gran parte de la población sobre los beneficios de la actividad física para la salud ha hecho que esta práctica sea cada vez más generalizada. Dentro de las disciplinas médicas se tiende cada vez más a la prescripción del ejercicio físico como medida básica para mejorar la calidad y la expectativa de vida. El fisioterapeuta ha de potenciar esta actividad, de modo que es fundamental incluir dentro de este postgrado conocimientos de una serie de principios básicos sobre el entrenamiento, en general, y de cada una de las cualidades físicas, en particular, así como de las características fundamentales del grupo de población, patológica o no, al que va dirigido.

Además, en los últimos años ha aumentado el interés por el deporte de competición. El camino hacia el alto rendimiento es largo y fruto de la confluencia del talento del deportista y un arduo proceso de entrenamiento durante años, sometiéndose a cargas de trabajo muy importantes para conseguir la mejora del rendimiento. Es importante que el fisioterapeuta que trabaja en este ámbito conozca el alcance de estas cargas para tomar conciencia del impacto músculo-esquelético que puede tener en el organismo del deportista y del estrés al que se verá sometido después de la recuperación de una lesión.

Será determinante la especificidad en el proceso de recuperación, hecho por el que es importante que el fisioterapeuta responsable tenga unos conocimientos básicos de la estructura del deporte y de las lesiones más frecuentes de cada disciplina deportiva. Es así como, desde la organización de este postgrado pensamos que el fisioterapeuta podrá contribuir de la mejor manera posible al cuidado de la salud y la mejora del rendimiento del deportista.

Este cuidado, a la vez que potencia su rendimiento deportivo, se traduce en un interés especial por la readaptación del deportista a los entrenamientos y a la

competición. El correcto tratamiento de la readaptación al esfuerzo garantiza que el deportista se reincorpore a su actividad deportiva habitual, con las máximas prestaciones de rendimiento deportivo, minimizando el riesgo de posibles recidivas lesionales.

Esta doble vertiente dota de originalidad y de especial interés a este postgrado de actividad física, que abarca la prescripción del ejercicio físico para la salud y del cuidado de todos aquellos grupos de población que se sumen a la práctica del ejercicio físico, competitivo o no.

Programa

Principales lesiones originadas por la práctica de la actividad física deportiva.

- Valoración y tratamiento de las lesiones del complejo musculotendón.
- Clasificación de las lesiones por áreas anatómicas.
- Clasificación de las lesiones por deportes.

Actuación del fisioterapeuta frente a los riesgos y las lesiones derivadas de la práctica de actividad física y deportiva.

- Actuación inicial en la lesión deportiva.
- Soporte Vital Básico y DEA (seminario que cuenta con la acreditación del CCR - Consell Català de Ressuscitació- y tramitación de usuario del DEA -Desfibrilador Externo).
- Fisioterapia de las lesiones deportivas en EE.II.
- Fisioterapia de las lesiones deportivas en EE.SS.
- Fisioterapia de las lesiones deportivas en raquis.
- Seminarios teórico-prácticos.

- Electroterapia.
- Estiramientos miotendinosos.
- Reeducación propioceptiva.
- Terapia acuática.
- Vendajes funcionales.
- Masaje deportivo y Cyriax.
- Pilates aplicada al deporte.
- Podología deportiva.
- Vendaje neuromuscular.
- Criomasaje.

Farmacología y dopaje.

Dietética y nutrición.

Psicología, psicopatología y sociología deportiva.

Actividad física en grupos de población especial.

Metodología y didáctica de la actividad física.

- Generalidades del entrenamiento.
- Principios del entrenamiento.
- Metodología de trabajo de las diferentes cualidades físicas.
- El deportista lesionado.
 - Relación entre equipo médico y equipo técnico.
 - Trabajo compensatorio o alternativo durante la lesión.

Reincorporación a la actividad física habitual.

- Programación y periodificación del entrenamiento.

Profesorado

Sr. Ivan Alòs
Dra. Silvia Aranda
Sra. Maialen Araolaza
Sra. Isabel Arbonès
Dr. Andreu Arquer
Dra. Montse Bellver
Sr. Aleix Borràs
Dr. Daniel Brotons
Dra. Montse Casals
Dra. Azahara Fort
Dr. Piero Galilea

Sr. Ernesto Herrera
Sra. Luciana Moizé
Sr. Antoni Morral
Dr. Ramón Olivé
Sra. Gloria Ordax
Sra. Elena Ozaes
Sra. Laura Pacheco
Sra. Lydia Pena
Sr. Lluís Puig
Sra. Montse Pujol
Sra. Lorena Rabarté
Dr. Joaquín Rodríguez Miralles
Sr. Martín Rueda
Sra. Olga Ruiz
Sr. Lluís Sánchez
Dr. José Ricardo Serra
Sr. Eduard Vilar
Sr. Joan Vives

Duración

230 horas (190 horas teórico-prácticas + 40 horas prácticas).

Calendario

4, 18 Octubre; 8, 22, 29 Noviembre; 13 Diciembre de 2014; 10, 17, 31 Enero; 7, 28 Febrero; 7, 21 Marzo; 11, 25 Abril; 9, 16, 23, 30 Mayo; 13, 27 Junio de 2015.

Horario

Sábados de 9.00 h a 14.30 h y de 15.30 h a 19.30 h.

Participantes

Fisioterapeutas.

Acreditación académica

Diploma en Postgrado en Fisioterapia de la Actividad Física y el Deporte.

Readaptación al Esfuerzo por la Universitat Internacional de Catalunya.

Dirección

Dra. Caritat Bagur

Coordinación

Sra. Laia Monné

Más información

Santiago Argemí: sargemi@uic.es
Tel.: 935 042 000
www.uic.es/actividad-fisica-deporte