



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Curso Superior en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Curso Superior en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas

duración total: 400 horas

horas teleformación: 200 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

Si trabaja en un sector relacionado con la práctica deportiva y quiere aprender los aspectos fundamentales que le ayuden a prevenir y rehabilitar lesiones deportivas este es su momento, con el Curso en Prevención y Rehabilitación de Lesiones Deportivas podrá adquirir los conocimientos necesarios para realizar esta función de la mejor forma posible. Muchas personas realizan deporte hoy en día, aunque sea muy saludable y ayude a las personas a sentirse mejor con ellas mismas es también peligroso ya que nos exponemos al riesgo de tener una lesión y tener que pasar por un período de recuperación. Por ello con la realización de este Curso en Prevención y Rehabilitación de Lesiones Deportivas conocerá los principios generales para la prevención y rehabilitación de lesiones y las diferentes alteraciones que hacen lesionarse a las personas.



+ Información Gratis

a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

Los objetivos a alcanzar con la realización de este Curso de Prevención de Lesiones son los siguientes:

- Conocer el modelo general de intervención ante las lesiones deportivas.
- Aprender los fundamentos del entrenamiento deportivo y prevención de lesiones.
- Conocer las diferentes alteraciones nutricionales entre otras.
- Conocer las lesiones traumatológicas, cardiológicas, oftalmológicas etc.

para qué te prepara

Este curso en Prevención de Lesiones Deportivas te prepara para conocer y poder aplicar las diferentes técnicas de rehabilitación que se pueden emplear a la hora de tratar a algún paciente que las requiera en el ámbito deportivo. Dicha formación no capacita en ningún caso por sí sólo para trabajar lesiones salvo que el alumno cuente con la titulación universitaria en fisioterapia. En este caso se considera una formación de especialización para profesionales interesados. También para cualquier deportista que desee tener unas nociones básicas sobre algo tan importante como son las lesiones en el deporte y su profilaxis.

salidas laborales

Realiza este Postgrado en Prevención y Rehabilitación de Lesiones Deportivas y especializa tu formación en actividad física y deporte. Completa tu experiencia como monitor y entrenador personal. Perfecciona tus técnicas de fisioterapia y trabaja como médico deportivo en gimnasios y centros deportivos.

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello



NOMBRE DEL ALUMNO/A

forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Rehabilitación Deportiva'
- Manual teórico 'Tratamiento de Lesiones Deportivas Vol. 1'
- Manual teórico 'Tratamiento de Lesiones Deportivas Vol. 2'



profesorado y servicio de tutorías

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de ineseem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo

PARTE 1. TRATAMIENTO DE LESIONES DEPORTIVAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LESIONES DEPORTIVAS: CONCEPTO Y PREVENCIÓN

1. Concepto de lesión deportiva y su relevancia
2. Causas de las lesiones deportivas
3. Fases de la lesión deportiva
4. Factores que influyen en la lesión y curación
5. Prevención de la lesión deportiva
6. Reconocimiento médico previo
7. Psicología de la lesión deportiva
8. Fases de tratamiento de recuperación de la lesión

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LESIONES DEL MIEMBRO INFERIOR

1. Osteología del miembro inferior
 - 1.- Huesos
 - 2.- Articulaciones
 - 3.- Estructuras subcutáneas
2. Musculatura del miembro inferior
 - 1.- Músculos del muslo
 - 2.- Músculos de la pierna
 - 3.- Músculos del pie
3. Lesiones de la pierna y el muslo
 - 1.- Fractura de tibia y peroné
 - 2.- Fractura de estrés
 - 3.- Rotura del gemelo
 - 4.- Rotura del tendón de Aquiles
 - 5.- Tendinitis aquilea
 - 6.- Bursitis aquilea
4. Lesiones de la rodilla
 - 1.- Esguince de rodilla
 - 2.- Lesiones de menisco
 - 3.- Rodilla inestable
 - 4.- Luxación de rótula
 - 5.- Lesión del cartílago de la rodilla
 - 6.- Bursitis
 - 7.- Rodilla del saltador y del corredor
5. Lesiones del tobillo
 - 1.- Fractura de los huesos del tobillo
 - 2.- Fracturas por sobrecarga o estrés
 - 3.- Esguince de tobillo
 - 4.- Tobillo inestable (esguince de repetición)
 - 5.- Tobillo de futbolista
6. Lesiones del pie
 - 1.- Talalgia
 - 2.- Fascitis plantar
 - 3.- Fractura del calcáneo
 - 4.- Pie plano
 - 5.- Pie cavo
 - 6.- Metatarsalgia
 - 7.- Hallux valgus

- 8.- Fractura de los dedos de los pies
- 9.- Uña negra
- 10.- Uña encarnada
- 11.- Tiña podal. Pie de atleta

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LESIONES EN EL TRONCO

- 1.Revisión anatómica
 - 1.- Tórax
 - 2.- Abdomen
 - 3.- Espalda
- 2.Lesiones torácicas y abdominales
 - 1.- Contusión torácica
 - 2.- Fracturas costales
 - 3.- Tórax inestable
 - 4.- Esguince de los músculos abdominales
 - 5.- Distensión muscular
 - 6.- Traumatismos de genitales externos masculinos
 - 7.- Hernia deportiva
 - 8.- Lesiones de los nervios periféricos
- 3.Lesiones cadera
 - 1.- Rotura de los músculos aductores
 - 2.- Bursitis de la cadera
 - 3.- Fractura de pelvis
 - 4.- Osteítis del pubis, pubalgia o tendinitis de los aductores
 - 5.- Luxación de cadera
 - 6.- Distensión inguinal
 - 7.- Hematoma pélvico
- 4.Lesiones de la espalda
 - 1.- Cifosis. HiperCIFosis
 - 2.- Lordosis. Hiperlordosis
 - 3.- Desviaciones laterales de la columna vertebral (escoliosis)
 - 4.- Dolor de cuello. Cervicalgia
 - 5.- Fracturas vertebrales
 - 6.- Hernia de disco
 - 7.- Espondilolistesis y espondilólisis
 - 8.- Dolor de espalda
 - 9.- Patología de la espalda del nadador
 - 10.- Fractura de estrés (fractura por fatiga del sacro)
 - 11.- Distensión, esguince y desgarro lumbar

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES DEL MIEMBRO SUPERIOR

- 1.Revisión anatómica
 - 1.- Osteología del miembro superior
 - 2.- Musculatura del miembro superior
- 2.Lesiones del hombro
 - 1.- Tendinopatía del supraespinoso
 - 2.- Esguince en la zona del hombro
 - 3.- Contractura de trapecios
 - 4.- Fractura de clavícula
 - 5.- Fractura de omoplato
 - 6.- Hombro del nadador
 - 7.- Hombro congelado
 - 8.- Luxación de hombro
 - 9.- Lesiones de la articulación acromioclavicular

- 10.- Artrosis de la articulación glenohumeral
- 11.- Lesiones de la articulación esternoclavicular
- 3.Lesiones de la extremidad superior
 - 1.- Miositis Osificante Traumática (MOT)
 - 2.- Lesiones del tríceps
 - 3.- Fracturas del brazo y codo
 - 4.- Tendinitis del bíceps
 - 5.- Lesiones del codo
 - 6.- Esguince y luxación de codo
 - 7.- Contusiones
 - 8.- Hematoma en el bíceps
- 4.Lesiones de la muñeca y la mano
 - 1.- Fractura de Colles
 - 2.- Esguince y luxación de muñeca
 - 3.- Síndrome del túnel carpiano
 - 4.- Fractura de Bennett
 - 5.- Pulgar del guardabosques o del esquiador
 - 6.- Dedo en martillo
 - 7.- Dedo de jersey
 - 8.- Luxaciones de los dedos
 - 9.- Fractura de las falanges
 - 10.- Ampollas y callosidades
 - 11.- Tendinitis de Quervain

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LESIONES DE LA PIEL EN EL DEPORTE

- 1.Revisión anatómica
 - 1.- Estructura de la piel
 - 2.- Funciones de la piel
- 2.Lesiones en la piel por la práctica deportiva
 - 1.- Lesiones por trauma
 - 2.- Lesiones por infecciones
 - 3.- Lesiones ambientales
 - 4.- Lesiones por alergia de contacto
 - 5.- Agravamiento de otras lesiones cutáneas previas

UNIDAD DIDÁCTICA 6. OTRAS LESIONES

- 1.Síncope y muerte súbita en el deportista
- 2.Epistaxis
- 3.Anemia en el deportista
- 4.Menarquia, dismenorrea y deporte
- 5.Traumatismo craneoencefálico
- 6.Lesiones en párpados y anejos
- 7.Erosiones corneales
- 8.Lesiones de la boca

UNIDAD DIDÁCTICA 7. FUNDAMENTOS DE LA REHABILITACIÓN

- 1.La rehabilitación como especialidad médica
 - 1.- Áreas de competencia clínica
 - 2.- La práctica profesional de la medicina de rehabilitación
 - 3.- Paradigma de la rehabilitación
- 2.La discapacidad
 - 1.- Modelos y clasificación de discapacidad
 - 2.- Discapacidad en España
- 3.Epidemiología de la discapacidad
 - 1.- Indicadores de discapacidad

2.- La esperanza de vida libre de discapacidad

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN

1. Infiltraciones intraarticulares y musculares

2. Terapia ocupacional

1.- Concepto

2.- Terapia ocupacional según patologías

UNIDAD DIDÁCTICA 9. REHABILITACIÓN DE LESIONES MUSCULARES Y ARTICULARES

1. Lesiones de ligamentos

1.- Tratamientos de las lesiones de ligamentos

2. Lesiones tendinosas

1.- Tratamiento de lesiones tendinosas

3. Lesiones musculares

1.- Tratamientos para lesiones musculares

4. Lesiones óseas

1.- Principales lesiones óseas

2.- Tratamiento de lesiones óseas

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TRATAMIENTO ORTOPÉDICO Y PROTÉSICO DE LAS LESIONES

1. Ayudas técnicas

1.- Conceptualización

2.- Características

3.- Clasificación y finalidades

2. Medios auxiliares

3. Órtesis

1.- Órtesis del miembro superior

2.- Órtesis del tronco

3.- Órtesis del miembro inferior

4. Prótesis

1.- Prótesis de la extremidad superior

2.- Prótesis de la extremidad inferior

5. Iniciación a la autonomía

UNIDAD DIDÁCTICA 11. HIDROLOGÍA MÉDICA Y TERAPIAS NATURALES COMPLEMENTARIAS

1. La hidrología médica en la actualidad

2. Antecedentes históricos

3. Termoterapia

1.- Efectos fisiológicos del calor

2.- Técnicas de termoterapia

4. Crioterapia

1.- Efectos fisiológicos

5. Hidroterapia

1.- Técnicas de hidroterapia

6. Crenoterapia. Balnearios

1.- Composición de las aguas minero-medicinales

7. Aplicación en patologías determinadas

UNIDAD DIDÁCTICA 12. TECNOLOGÍA SANITARIA

1. Laserterapia

2. Electroterapia

1.- Tipos de corrientes

2.- Contraindicaciones

3. Ultrasonido

4. Magnetoterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 13. VENDAJE FUNCIONAL Y DISTINTAS APLICACIONES DEPORTIVAS

1. Concepto de vendaje funcional y tipos
2. Materiales
3. Propiedades del vendaje funcional
4. Indicaciones y contraindicaciones
5. Técnica
6. Aplicaciones prácticas en el deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 14. TÉCNICAS BÁSICAS EN MASAJE DEPORTIVO

1. El masaje
2. Efectos del quiromasaje
3. Contraindicaciones del quiromasaje
4. Técnicas básicas en Quiromasaje Deportivo
 - 1.- Técnicas activas
 - 2.- Técnicas pasivas
5. Otras técnicas
 - 1.- Técnicas de movilización
 - 2.- Educación de la marcha

UNIDAD DIDÁCTICA 15. TRATAMIENTOS NOVEDOSOS EN REHABILITACIÓN Y RECUPERACIÓN DEPORTIVA

1. Tratamientos ecoguiados
 - 1.- La electrolisis percutánea
 - 2.- El tratamiento con ondas de choque
2. Tratamientos mecánicos
 - 1.- Sistemas de suspensión (RedCord)
 - 2.- Rodillos de masaje o Foam Roller
 - 3.- Masaje mecánico o presoterapia (NormaTec)
3. Terapia por resonancia magnética
 - 1.- Resonancia magnética nuclear (RMN)
 - 2.- Resonancia Magnética Nuclear Terapéutica (MBST)
4. Oxigenoterapia hiperbárica
 - 1.- Oxigenoterapia
 - 2.- Oxigenoterapia normobárica
 - 3.- Oxigenación hiperbárica
 - 4.- Beneficios de la oxigenación hiperbárica

PARTE 2. REHABILITACIÓN DEPORTIVA

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL MASAJE DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EXPLORACIÓN Y TÉCNICAS BÁSICAS

1. La exploración
2. Técnicas básicas en masaje deportivo
3. Otras técnicas

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TERAPIA MASAJÍSTICA Y DE ZONAS REFLEJAS

1. Fundamentos de la terapia masajística
2. Tipos de masaje

UNIDAD DIDÁCTICA 3. HIDROTERAPIA, TERMOTERAPIA Y CRIOTERAPIA

1. Hidroterapia
2. Termoterapia
3. Crioterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 4. MOVILIZACIONES

1. Movimiento
2. La parada
3. Movimiento y parada

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TECNOLOGÍA SANITARIA

+ Información Gratis

- 1.Laserterapia
- 2.Electroterapia
- 3.Ultrasonido
- 4.Magnetoterapia

MÓDULO 2. TÉCNICAS DE MASAJE DEPORTIVO: APLICACIÓN PRÁCTICA

UNIDAD DIDÁCTICA 6. MANIOBRAS BÁSICAS DEL MASAJE DEPORTIVO

- 1.Parámetros generales
- 2.Pases sedantes
- 3.Amasamientos
- 4.Percusiones
- 5.Pellizqueos
- 6.Vibraciones
- 7.Otras maniobras

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: ESPALDA

- 1.Osteología de la espalda
- 2.Musculatura de la espalda
- 3.Aplicación práctica del masaje deportivo

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: MIEMBROS INFERIORES

- 1.Osteología del miembro inferior
- 2.Musculatura del miembro inferior
- 3.Aplicación práctica del masaje deportivo

UNIDAD DIDÁCTICA 9. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: MIEMBROS SUPERIORES

- 1.Osteología del miembro superior
- 2.Musculatura del miembro superior
- 3.Aplicación práctica del masaje deportivo

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: EL PIE

- 1.Osteología del pie
- 2.Musculatura del pie
- 3.Reflexología podal
- 4.Aplicación práctica del masaje deportivo

UNIDAD DIDÁCTICA 11. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: ABDOMEN

- 1.Osteología del abdomen
- 2.Aplicación práctica del masaje deportivo

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: TÓRAX

- 1.Osteología del tórax
- 2.Musculatura del tórax
- 3.Aplicación práctica del masaje deportivo

UNIDAD DIDÁCTICA 13. RECEPCIÓN, COMUNICACIÓN Y ATENCIÓN AL CLIENTE

- 1.Atención al cliente
- 2.Tipos de clientes
- 3.Tipos de visitas que puede hacer el cliente al centro
- 4.Necesidades del cliente

MÓDULO 3. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 14. FUNDAMENTOS DE LA REHABILITACIÓN

- 1.La rehabilitación como especialidad médica
- 2.La discapacidad
- 3.Epidemiología de la discapacidad

UNIDAD DIDÁCTICA 15. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN I

- 1.Infiltraciones intraarticulares y musculares
- 2.Terapia ocupacional

3.Ayudas técnicas

UNIDAD DIDÁCTICA 16. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN II

- 1.Medios auxiliares
- 2.Ortesis
- 3.Prótesis
- 4.Cuidado mediante silla de ruedas
- 5.Iniciación a la autonomía
- 6.Vendajes

UNIDAD DIDÁCTICA 17. PRINCIPALES PATOLOGÍAS SUSCEPTIBLES DE REHABILITACIÓN (I)

- 1.Artritis
- 2.Mano reumática
- 3.Conservación de la artrosis
- 4.Osteoporosis
- 5.Fracturas

UNIDAD DIDÁCTICA 18. PRINCIPALES PATOLOGÍAS SUSCEPTIBLES DE REHABILITACIÓN (II)

- 1.Fibromialgia
- 2.Dolor cervical
- 3.Dolor lumbar
- 4.Dolores en hombros, codos, muñecas, manos, rodillas, tobillos y pies

UNIDAD DIDÁCTICA 19. REHABILITACIÓN DE LESIONES MUSCULARES Y ARTICULARES

- 1.Lesiones de ligamentos
- 2.Tratamientos para lesiones de ligamentos
- 3.Lesiones tendinosas
- 4.Lesiones musculares
- 5.Tratamientos para lesiones musculares
- 6.Lesiones óseas
- 7.Tratamiento de lesiones óseas