



| Guía Docente          |  |                    |   |           |
|-----------------------|--|--------------------|---|-----------|
| Datos Identificativos |  |                    |   | 2014/15   |
| Asignatura (*)        | FISIOTERAPIA DA ACTIVIDADE FÍSICA E DEPORTIVA  |                    | Código  | 651G01025 |
| Titulación            | Grao en Fisioterapia   |                    |   |           |
| Descritores           |  |                    |   |           |
| Ciclo                 | Período  | Curso              | Tipo  | Créditos  |
| Grao                  | 1º cuatrimestre  | Terceiro           | Optativa  | 6         |
| Idioma                | Castelán   |                    |   |           |
| Prerrequisitos        |  |                    |   |           |
| Departamento          | Fisioterapia   |                    |   |           |
| Coordinación          | Bello Rodriguez, Olalla  | Correo electrónico | olalla.bello@udc.es   |           |
| Profesorado           | Bello Rodriguez, Olalla<br>Ramos Gómez, Fernando<br>Santos Romero, Cipriano Ramón  | Correo electrónico | olalla.bello@udc.es<br>fernando.ramos@udc.es<br>ramon.santos@udc.es |           |
| Web                   |  |                    |   |           |
| Descrición xeral      | En líneas generales, la asignatura pretende formar al alumno en el campo de la prevención de lesiones provocadas por la práctica deportiva o ejercicio, en el tratamiento de atletas/practicantes de actividad física que sufren una lesión aguda o enfermedad en el entrenamiento o en la competición, y en la asistencia en la recuperación del óptimo funcionamiento y mejora del rendimiento del atleta/practicante de actividad física. |                    |   |           |

| Competencias da titulación |  |
|----------------------------|--|
| Código                     | Competencias da titulación   |
| A1                         | Conocer y comprender la morfología, la fisiología, la patología y la conducta de las personas, tanto sanas como enfermas, en el medio natural y social.  |
| A2                         | Conocer y comprender las ciencias, los modelos, las técnicas y los instrumentos sobre los que se fundamenta, articula y desarrolla la fisioterapia.  |
| A3                         | Conocer y comprender los métodos, procedimientos y actuaciones fisioterapéuticas, encaminados tanto a la terapéutica propiamente dicha a aplicar en la clínica para la reeducación o recuperación funcional, como a la realización de actividades dirigidas a la promoción y mantenimiento de la salud.  |
| A4                         | Adquirir la experiencia clínica adecuada que proporcione habilidades intelectuales y destrezas técnicas y manuales; que facilite la incorporación de valores éticos y profesionales; y que desarrolle la capacidad de integración de los conocimientos adquiridos; de forma que, al término de los estudios, los estudiantes sepan aplicarlos tanto a casos clínicos concretos en el medio hospitalario y extrahospitalario, como a actuaciones en la atención primaria y comunitaria. |
| A7                         | Diseñar el plan de intervención de fisioterapia atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficiencia.  |
| A8                         | Ejecutar, dirigir y coordinar el plan de intervención de fisioterapia, utilizando las herramientas terapéuticas propias y atendiendo a la individualidad del usuario.  |
| A16                        | Llevar a cabo las intervenciones fisioterapéuticas basándose en la atención integral de la salud que supone la cooperación multiprofesional, la integración de los procesos y la continuidad asistencial.  |
| A17                        | Comprender la importancia de actualizar los conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que integran las competencias profesionales del fisioterapeuta.  |
| B6                         | Proporcionar unha atención eficaz e integral.  |
| B11                        | Manter actualizados os coñecementos, habilidades e actitudes.  |

| Resultados da aprendizaxe   |     |     |                            |
|---|-----|-----|----------------------------|
| Competencias de materia (Resultados de aprendizaxe)   |     |     | Competencias da titulación |
| Conocer y comprender las bases, así como las particularidades de atención de la Fisioterapia de la Actividad Física y Deportiva | A2  | B11 |                            |
|   | A3  |     |                            |
|   | A17 |     |                            |



|   |                              |           |  |
|---|------------------------------|-----------|--|
| Conocer y comprender los distintos mecanismos de las lesiones en el deporte y las bases para su prevención  | A1<br>A2<br>A3<br>A17        |           |  |
| Conocer las adaptaciones de los distintos tejidos al ejercicio y las bases de su tratamiento mediante fisioterapia en la Actividad Física y el Deporte.   | A1<br>A2<br>A3<br>A17        | B11       |  |
| Conocer las lesiones más frecuentes que se producen en la Actividad Física y el deporte, su tratamiento médico; su diagnóstico, pronóstico, evaluación y las técnicas más adecuadas para su tratamiento de fisioterapia.                  | A1<br>A2<br>A3<br>A17        | B11       |  |
| Conocer los métodos y/o técnicas de intervención de Fisioterapia, más adecuados prevenir o tratar lesiones derivadas de la práctica de Actividad Física y Deporte; así como para aumentar el rendimiento de los deportistas.              | A2<br>A3<br>A17              | B11       |  |
| Saber realizar el examen y valoración adecuados al estado funcional del deportista / practicante de Actividad Física.   | A1<br>A2<br>A3<br>A7<br>A8   | B11       |  |
| Seleccionar y aplicar los métodos y/o técnicas de intervención de Fisioterapia más adecuados prevenir o tratar lesiones derivadas de la práctica de Actividad Física y Deporte; así como para aumentar el rendimiento de los deportistas. | A2<br>A3<br>A4<br>A7<br>A17  | B6<br>B11 |  |
| Conocer la respuesta apropiada en la lesión aguda o crónica, tanto en la competición como en el entrenamiento, teniendo en cuenta la coordinación previa con otros profesionales para identificar y establecer roles y responsabilidades. | A1<br>A2<br>A3<br>A16<br>A17 | B11       |  |

| Contidos   |   |
|--|---|
| Temas  | Subtemas  |
| TEMA 1: Conceptos Generales de Fisioterapia de la actividad física y deportiva | Conceptualización<br>Importancia de la fisioterapia en la actividad física y deportiva<br>Generalidades de la fisioterapia en la actividad física y deportiva   |
| TEMA 2: Mecanismos de las lesiones del deporte. Prevención                     | Concepto de lesión deportiva<br>Clasificación de las lesiones deportivas<br>Estadística lesional<br>Etiología<br>Factores de riesgo<br>Mecanismo de producción de la lesión<br>Deporte practicado y lesiones más frecuentes<br>-Lesiones en el tenis<br>-Lesiones en la natación<br>-Lesiones en el baloncesto<br>-Lesiones en la carrera<br>-Lesiones en el fútbol<br>-Lesiones en otros deportes<br>Prevención de las lesiones en el deportista |



|   |  |
|---|--|
| TEMA 3: Aspectos importantes sobre las lesiones en los distintos tejidos                      | Músculo<br>Tendón<br>Ligamento<br>Hueso<br>Nervios<br>Cartílago<br>Tratamiento de los distintos tejidos mediante fisioterapia  |
| TEMA 4: Lesiones específicas de la actividad física y deporte en miembro superior y tronco    | Guía de examen<br>Lesiones más frecuentes<br>Evaluación clínica<br>Técnicas y procedimientos de tratamiento y prevención   |
| TEMA 5: Lesiones específicas de la actividad física y deporte en el miembro inferior y pelvis | Lesiones más frecuentes<br>Evaluación clínica<br>Técnicas y procedimientos de tratamiento y prevención   |
| TEMA 6: Estiramientos para la actividad física y el deporte. Masaje Deportivo                 | Conceptualización<br>Clasificación<br>Aplicaciones prácticas en distintas regiones corporales  |
| TEMA 7: Reeducción sensitivo-perceptivo motriz en las lesiones deportivas                     | Concepto de Reeducción propioceptiva<br>Elementos y sistemas en el &quot;feedback&quot; propioceptivo<br>Fases de un programa de Reeducción propioceptiva<br>Elementos a tener en cuenta en un programa de reeducación propioceptiva<br>Técnicas para la realización de un programa de reeducación propioceptiva   |
| TEMA 8: Vendajes en la actividad física y deportiva   | Conceptualización<br>Tipos de vendajes<br>Vendaje funcional<br>Vendaje neuromuscular   |
| TEMA 9: Atención en la actividad física y deportiva   | Equipo multidisciplinar y trabajo interdisciplinar en el deporte<br>Consideraciones psicológicas del deportista<br>Consideraciones farmacológicas<br>Ayudas ergogénicas en la actividad física y del deporte<br>Viajes con los equipos<br>Botiquín de viaje del fisioterapeuta.<br>Protocolos de actuación en eventos deportivos.<br>El fisioterapeuta en el banquillo. Tratamiento en el escenario de la lesión |

| Planificación            |                   |   |              |
|--------------------------|-------------------|---|--------------|
| Metodoloxías / probas    | Horas presenciais | Horas non presenciais / traballo autónomo | Horas totais |
| Actividades iniciais     | 1                 | 0   | 1            |
| Sesión maxistral         | 11                | 22  | 33           |
| Prácticas de laboratorio | 27                | 14  | 41           |
| Aprendizaxe colaborativa | 9                 | 25  | 34           |
| Lecturas                 | 0                 | 10  | 10           |
| Proba de resposta breve  | 0                 | 15  | 15           |
| Proba mixta              | 0                 | 15  | 15           |
| Atención personalizada   | 1                 | 0   | 1            |

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

| Metodoloxías |
|--------------|
|--------------|



| Metodoloxías             | Descrición  |
|--------------------------|---|
| Actividades iniciais     | El primer día de clase se realizará una completa explicación de todos los aspectos tratados en la guía docente con el fin de que los alumnos conozcan cuales son las competencias que se pretende que adquieran, la dinámica de trabajo de la materia y cómo se efectuará el proceso de evaluación. |
| Sesión maxistral         | Se efectuará la exposición oral del temario de la asignatura, complementándose el uso de medios audiovisuales y la introducción de algunas preguntas estudiantes.   |
| Prácticas de laboratorio | Sesiones en las que se llevará a la práctica en el laboratorio los contenidos de la asignatura. Se llevará a cabo un examen final práctico para evaluar la adquisición de habilidades y destrezas adquiridas.   |
| Aprendizaxe colaborativa | Se organizará la clase en pequeños grupos en los que los alumnos trabajan conjuntamente en la resolución de tareas y/o trabajos propuestos por el profesor con el fin de lograr una mejor comprensión o de desarrollar los contenidos de la asignatura.   |
| Lecturas                 | Se pondrán a disposición de los alumnos, a través de la universidad virtual y/o servicio de reprografía de la Facultad de Fisioterapia, una serie documentos escritos planteados como fuentes de profundización en los contenidos de la asignatura.   |
| Proba de resposta breve  | Se realizarán distintas pruebas de evaluación de los contenidos a lo largo del curso para que los alumnos estudien y asimilen de forma continuada y progresiva la materia. Estas pruebas estarán compuestas de preguntas de respuesta breve.  |
| Proba mixta              | Prueba escrita utilizada para la evaluación del aprendizaje que puede contener distintos tipos de preguntas: preguntas test, de respuesta breve y de desarrollo.  |

## Atención personalizada

| Metodoloxías             | Descrición  |
|--------------------------|---|
| Aprendizaxe colaborativa | Tanto en las sesiones magistrales, como en las prácticas de laboratorio, se fomentará la participación activa del alumno, estimulando el planteamiento de dudas y la intervención del alumnado. En el caso del aprendizaje colaborativo, se orientará al alumnado y se resolverán las dudas que puedan ir surgiendo, de forma grupal o individual. En todas y cada una de las metodologías, el alumno tendrá acceso a una atención personalizada a través de las tutorías presenciales y/o virtuales (a través de la plataforma moodle y/o del correo electrónico). |
| Sesión maxistral         |   |
| Prácticas de laboratorio |   |

## Avaliación

| Metodoloxías             | Descrición  | Cualificación |
|--------------------------|---|---------------|
| Aprendizaxe colaborativa | Los contenidos tratados en estas clases interactivas de aprendizaje colaborativo serán objeto de evaluación mediante la prueba mixta.<br><br>Se valorará también la asistencia, puntualidad, actitud, participación razonada y sobre todo, la resolución de ejercicios propuestos; de forma continuada durante todo el curso. Esta evaluación supondrá un 10% de la nota final. | 10            |
| Sesión maxistral         | Los contenidos tratados en estas clases serán objeto de evaluación mediante la prueba mixta. Se valorará también la asistencia, puntualidad y actitud de forma continuada durante todo el curso. Esta evaluación supondrá un 10% de la nota final.  | 10            |
| Prácticas de laboratorio | Los contenidos tratados en estas prácticas serán objeto de evaluación mediante la prueba mixta. Además, se realizará un examen práctico final que computará un 30 % de la nota final de la asignatura.  | 30            |



|                         |   |    |
|-------------------------|---|----|
| Proba mixta             | <p>Examen final teórico de todos los contenidos de la asignatura, que incluye los tratados en las sesiones magistrales, prácticas, sesiones de aprendizaje colaborativo y lecturas recomendadas. El tipo de examen será de exposición escrita pudiendo incluir preguntas tipo test y/o preguntas de de respuesta breve y/o para desarrollar.</p> <p>En caso de superar este apartado, supondrá un 50% del total de la asignatura, que será sumado a la nota de las sesiones magistrales, aprendizaje colaborativo y de las prácticas de laboratorio. En caso de no superar este apartado, no se tendrá en cuenta la nota de las sesiones magistrales, aprendizaje colaborativo y de las prácticas de laboratorio y el alumno no podrá superar la materia.</p> <p>Los alumnos que hayan superado la prueba de respuesta breve pero quieran subir la nota, podrán presentarse a la prueba mixta pero no se les mantendrán las nota de la prueba de respuesta breve.</p> | 50 |
| Proba de resposta breve | <p>Se realizarán distintas pruebas de evaluación de los contenidos a lo largo del curso que incluirán preguntas de respuesta breve. Para superar este apartado, los alumnos deberán obtener una media de 5 entre todas las pruebas propuestas por el profesorado. En caso de superar este apartado, supondrá un 50% del total de la asignatura, que será sumado a la nota de las sesiones magistrales, aprendizaje colaborativo y de las prácticas de laboratorio. En caso de no superar este apartado o querer subir la nota, los alumnos podrán sustituir este apartado de la evaluación por la prueba mixta.</p>   | 50 |

#### Observacións avaliación

Según lo expuesto, habrá dos tipos de evaluación en esta asignatura:

Evaluación continuada de la sesión magistral (10 %) + examen práctico (30 %) + evaluación continuada del aprendizaje colaborativo (10 %) + prueba de respuesta breve (50 %): se podrá superar la asignatura con esta modalidad de evaluación siempre que se supere la prueba de respuesta breve y además el resultado de la media ponderada de los 4 elementos de esta evaluación sea igual o superior a 5. Evaluación continuada de la sesión magistral (10 %) + examen práctico (30 %) + evaluación continuada del aprendizaje colaborativo (10 %) + prueba mixta o examen final (50 %): para todos alumnos que no superen la evaluación anteriormente citada o que quieran optar por esta forma de evaluación. Será necesario tener un 5 o más para superar la asignatura con este tipo de evaluación. En la oportunidad de Julio esta será la única forma de evaluación.

#### Fontes de información



|   |  |
|---|--|
| <p><b>Bibliografía básica</b></p>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ( ) .</li> <li>- Watson, Tim. (2009). Electroterapia práctica basada en la evidencia Publicacion . Barcelona:Elsevir</li> <li>- Esnault, Michèle. (1994). Estiramientos analíticos en fisioterapia activa. Barcelona : Masson</li> <li>- Heyward (2008). Evaluacion de la aptitud fisica y prescripción de ejercicio. Madrid. Panamericana</li> <li>- Gregory S. Scott, Lynn Snyder-Mackler (2003). Fisioterapia del deporte y el ejercicio. Madrid : Elsevier, [2003]</li> <li>- Hüter-Becker, A. (2005). La rehabilitacion en el deporte. Barcelona. Paidotribo</li> <li>- Kulund, Daniel N. (1990). Lesiones del deportista. Barcelona:Salvat</li> <li>- Roald Bahr, Sverre Mæhlum (2007/09). Lesiones deportivas : diagnóstico, tratamiento y rehabilitación . Madrid. Panamericana</li> <li>- Hinrichs, Hans-Uwe. (1995). Lesiones deportivas prevención, primeros auxilios, diagnóstico, rehabilitación . Barcelona : Hispano Europea,</li> <li>- R.G. Danowski, J.C. Chanussot (1992). Manual de traumatología del deporte. Barcelona : Masson</li> <li>- Walter R.Frontera (2008). Medicina deportiva clínica : tratamiento médico y rehabilitación. Madrid:Elsevier</li> <li>- Pancorbo Sandoval, Armando E. (2008). Medicina y ciencias del deporte y actividad física. Majadahonda : Ergon, [2008]</li> <li>- Vilarrubias, J. Mª. (1996). Patología del aparato extensor de la rodilla. . Barcelona : Jims, 1996</li> <li>- Ramón Balius Matas (2004). Patología muscular en el deporte diagnóstico, tratamiento y recuperación funcional . Barcelona : Masson</li> <li>- Woolf-May,K., Bird,S. (2008). Prescripción de ejercicio:Fundamentos fisiologicos. Barcelona. Elsevier.Masson</li> <li>- Sijmonsma, Josya (2006). Taping Neuro Muscular : manual. Cascais : Aneid Press</li> <li>- William E. Prentice (2001). Técnicas de rehabilitación en la medicina deportiva. Barcelona. Paidotribo</li> <li>- A. Basas García, C. Fernández de las Peñas, J.A. Martín Urrialde (2003). Tratamiento fisioterápico de la rodilla. Madrid : McGraw Hill</li> <li>- Vicente Ferrer López (2003). Urgencias y patología traumática en el ejercicio físico. Albacete] : Altabán</li> </ul> |
| <p><b>Bibliografía complementaria</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Esnault, Michèle. (2009). Columna vertebral y stretching. Badalona : Paidotribo, 2009.</li> <li>- McMahon, Patrick J. (2007). Diagnóstico y tratamiento en medicina del deporte. Madrid : McGraw Hill</li> <li>- Naclerio Ayllón, Fernando (2010). Entrenamiento deportivo: fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes. Madrid. Panamericana</li> <li>- Maya Martín, Julián (2010). Estimulación eléctrica transcutánea y neuromuscular. Barcelona : Elsevier, [2010]</li> <li>- Mª Isabel Martín Fontelles ; Raquel Abalo Delgado (2008). Farmacología para fisioterapeutas. Madrid:Sintesis</li> <li>- Betés de Toro,M.,Durán Hortolá,M.Mestres Miralles,C.,Nogués Llor,M.R. (2008). Farmacología para fisioterapeutas. Madrid. Panamericana</li> <li>- Pérez Ares, Javier. (2004). Fisioterapia del complejo articular del hombro evaluación y tratamiento de los tejidos blandos . Barcelona : Masson</li> <li>- Bernhardt, Donna B. (1989). Fisioterapia del deporte. Barcelona : Jims, D.L.1989</li> <li>- Carl L. Stanitski. (2003). Lesiones deportivas en la edad escolar. Madrid:Panamericana</li> <li>- Nicholas, James A. (1993). Medicina deportiva Patología de las extremidades superiores. Madrid : Mosby</li> <li>- Backup, Klaus. (2007). Pruebas clínicas para patología ósea, articular y muscular exploraciones, signos, síntomas. Barcelona : Masson</li> <li>- Buceta,Jose Maria (1996). Psicología y lesiones deportivas:prevención y recupoeracion. Madrid: Dykinson, 1996</li> <li>- Pacheco Arajol,L. Garcia Tirado,J.J.. (2010). Sobre la aplicacion de estiramientos en el deportista sano y lesionado. Barcelona. Elsevier. Apunts</li> <li>- Muñoz Soler, Alberto. (1988). Sobre la patología psíquica en el deporte. Madrid : Alberto Muñoz, 1988</li> </ul>   |

**Recomendacións**

**Materias que se recomienda ter cursado previamente**

**Materias que se recomienda cursar simultaneamente**



NUTRICIÓN E FISIOTERAPIA/651G01026

ECOGRAFÍA EN FISIOTERAPIA/651G01031

FISIOTERAPIA NAS AFECCIÓNS PODOLÓXICAS/651G01032

**Materias que continúan o temario**

ANATOMÍA I E HISTOLOXÍA/651G01001

FISIOLOXÍA/651G01003

CINESITERAPIA XERAL/651G01005

VALORACIÓN FUNCIONAL E PSICOSOCIAL/651G01007

FISIOTERAPIA XERAL/651G01008

BIOMECÁNICA/651G01009

CINESITERAPIA: BASES DO EXERCICIO TERAPÉUTICO/651G01013

FISIOTERAPIA MANUAL E OSTEOPÁTICA I/651G01014

**Observacións**

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías