



Guía Docente				
Datos Identificativos				2015/16
Asignatura (*)	FISIOTERAPIA DA ACTIVIDADE FÍSICA E DEPORTIVA		Código	651G01025
Titulación				
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	1º cuatrimestre	Terceiro	Optativa	6
Idioma	Castelán			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Fisioterapia			
Coordinación	Bello Rodríguez, Olalla Santos Romero, Cipriano Ramón	Correo electrónico	olalla.bello@udc.es ramon.santos@udc.es	
Profesorado	Bello Rodríguez, Olalla Ramos Gómez, Fernando Santos Romero, Cipriano Ramón	Correo electrónico	olalla.bello@udc.es fernando.ramos@udc.es ramon.santos@udc.es	
Web				
Descrición xeral	En liñas xerais, a materia pretende formar ao alumno no campo da prevención de lesións provocadas pola práctica deportiva ou exercicio, no tratamento de atletas/practicantes de actividade física que sofren unha lesión aguda ou enfermidade no adestramento ou na competición, e na asistencia na recuperación do óptimo funcionamento e mellora do rendemento do atleta/practicante de actividade física.			

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe			Competencias / Resultados do título
Coñecer e comprender as bases, así como as particularidades de atención da Fisioterapia da Actividade Física e Deportiva	A1		
	A3		
Coñecer e comprender os distintos mecanismos das lesións no deporte e as bases para a súa prevención	A1		
	A3		
Coñecer as adaptacións dos distintos tecidos ao exercicio e as bases do seu tratamento mediante fisioterapia da Actividade Física e o Deporte.	A1		
	A3		
Coñecer as lesións máis frecuentes que se producen na Actividade Física e o deporte, o seu tratamento médico; o seu diagnóstico, prognóstico, avaliación e as técnicas máis adecuadas para o seu tratamento de fisioterapia.	A1		
	A3		
Coñecer os métodos e/ou técnicas de intervención de Fisioterapia, máis adecuados previr ou tratar lesións derivadas da práctica de Actividade Física e Deporte; así como para aumentar o rendemento dos deportistas	A3		
Saber realizar o exame e valoración adecuados ao estado funcional do deportista / practicante de Actividade Física.	A3		
	A6		
	A7		
Seleccionar e aplicar os métodos e/ou técnicas de intervención de Fisioterapia máis adecuados previr ou tratar lesións derivadas da práctica de Actividade Física e Deporte; así como para aumentar o rendemento dos deportistas.	A3		
	A7		
	A8		
Coñecer a resposta apropiada na lesión aguda ou crónica, tanto na competición como no adestramento, tendo en conta a coordinación previa con outros profesionais para identificar e establecer roles e responsabilidades.	A1		
	A3		

Contidos	
Temas	Subtemas



TEMA 1: Conceptos Xerais de Fisioterapia da actividade física e deportiva	Conceptualización Importancia da fisioterapia na actividade física e deportiva Xeneralidades da fisioterapia na actividade física e deportiva
TEMA 2: Mecanismos das lesións do deporte. Prevención	Concepto de lesión deportiva Clasificación das lesións deportivas Estatística lesional Etioloxía Factores de risco Mecanismo de produción da lesión Deporte practicado e lesións máis frecuentes -Lesións no tenis -Lesiones na natación -Lesións no baloncesto -Lesiones na carreira -Lesiones no fútbol -Lesiones noutros deportes Prevención das lesións no deportista
TEMA 3: Aspectos importantes sobre as lesións nos distintos tecidos	Músculo Tendón Ligamento Óso Nervios Cartílago Tratamento dos distintos tecidos mediante fisioterapia
TEMA 4: Lesións específicas da actividade física e do deporte no membro superior e tronco	Guía de exame Lesiones máis frecuentes Avaliación clínica Técnicas e procedementos de tratamento e prevención
TEMA 5: Lesións específicas da actividade física e do deporte no membro inferior e pelvis	Lesiones máis frecuentes Avaliación clínica Técnicas e procedementos de tratamento e prevención
TEMA 6: Reeducación sensitivo-perceptivo motriz nas lesións deportivas	Concepto de Reeducación propioceptiva Elementos e sistemas no feedback propioceptivo Fases dun programa de Reeducación propioceptiva Elementos a ter en conta nun programa de reeducación propioceptiva Técnicas para a realización dun programa de reeducación propioceptiva
TEMA 7: Vendaxes na actividade física e deportiva	Conceptualización Tipos de vendaxes Vendaxe funcional Vendaxe neuromuscular
TEMA 8: Atención na actividade física e deportiva. Axudas ergoxénicas e doping no deporte	Axudas ergoxénicas na actividade física e do deporte. Dopaxe Consideracións farmacolóxicas Consideracións psicolóxicas do deportista Víaes cos equipos Botiquín de viaxe do fisioterapeuta. Protocolos de actuación en eventos deportivos. O fisioterapeuta no banco. Tratamento no escenario da lesión Equipo multidisciplinar e traballo interdisciplinar no deporte



Planificación

Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Actividades iniciais	A1	1	0	1
Sesión maxistral	A1 A3 A7	11	20	31
Prácticas de laboratorio	A8 A7	27	14	41
Aprendizaxe colaborativa	A1 A3 A7	9	20	29
Proba práctica	A6 A7 A8	1	15	16
Proba mixta	A1 A3 A7	1	30	31
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	O primeiro día de clase realizarase unha completa explicación de todos os aspectos tratados na guía docente co fin de que os alumnos coñezan cales son as competencias que se pretende que adquiran, a dinámica de traballo da materia e como se efectuará o proceso de avaliación.
Sesión maxistral	Efectuarase a exposición oral do temario da materia, complementándose co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgunhas preguntas dirixidas aos estudantes.
Prácticas de laboratorio	Sesións nas que levará á práctica no laboratorio os contidos da materia.
Aprendizaxe colaborativa	Organizarase a clase en pequenos grupos nos que os alumnos traballan conxuntamente na resolución de tarefas e/ou traballos propostos polo profesor co fin de lograr unha mellor comprensión ou de desenvolver os contidos da materia.
Proba práctica	Proba de carácter oral na que o alumno deberá executar diferentes técnicas de valoración e/ou tratamento para valorar fundamentalmente a adquisición de habilidades e destrezas.
Proba mixta	Proba escrita utilizada para a avaliación da aprendizaxe que pode conter distintos tipos de preguntas: preguntas test, de resposta breve e de desenvolvemento.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Aprendizaxe colaborativa Sesión maxistral Prácticas de laboratorio	Tanto nas sesións maxistras, como nas prácticas de laboratorio, fomentarse a participación activa do alumno, estimulando a formulación de dúbidas e a intervención do alumnado. No caso da aprendizaxe colaborativa, orientarse ao alumnado e resolveranse as dúbidas que poidan ir xurdindo, de forma grupal ou individual. En todas e cada unha das metodoloxías, o alumno terá acceso a unha atención personalizada a través das tutorías presenciais e/ou virtuais (a través da plataforma moodle e/ou do correo electrónico).

Avaliación

Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
--------------	---------------------------	------------	---------------



Proba práctica	A6 A7 A8	<p>Exame práctico de todos os contidos da materia. Os alumnos terán dúas opcións realizar a proba práctica:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ao longo do curso, xa que se realizará unha ou varias probas de avaliación durante as prácticas.2. Nas oportunidades oficiais de xaneiro e xullo. <p>Os alumnos que superasen a opción 1 pero queiran subir a nota mediante a opción 2, poderán presentarse a este última pero non se lles manterá a nota anterior.</p>	30
Aprendizaxe colaborativa	A1 A3 A7	<p>Os contidos tratados nestas clases interactivas de aprendizaxe colaborativo serán obxecto de avaliación mediante a proba mixta.</p> <p>Valorarase tamén a asistencia, puntualidade e a resolución de exercicios propostos; de forma continuada durante todo o curso. Esta avaliación suporá un 5% da nota final</p>	5
Sesión maxistral	A1 A3 A7	<p>Os contidos tratados nestas clases serán obxecto de avaliación mediante a proba mixta. Valorarase tamén a asistencia e puntualidade de forma continuada durante todo o curso. Esta avaliación suporá un 5% da nota final.</p>	5
Proba mixta	A1 A3 A7	<p>Exame de todos os contidos da materia, que inclúe os tratados nas sesións maxistrais, prácticas e sesións de aprendizaxe colaborativo. O tipo de exame será de exposición escrita podendo incluír preguntas tipo test e/ou preguntas de resposta breve e/ou para desenvolver.</p> <p>Superar esta proba será requisito indispensable para aprobar a materia. Os alumnos terán dúas opcións para superala:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ao longo do curso, xa que se realizarán distintas probas de avaliación dos contidos. Para superar esta opción, os alumnos deberán sacar polo menos un 5 sobre 10 en cada unha das probas propostas polo profesorado.2. Nas oportunidades oficiais de xaneiro e xullo. <p>Os alumnos que superasen a opción 1 pero queiran subir a nota mediante a opción 2, poderán presentarse a este última pero non se lles manterá a nota anterior</p>	60

Observacións avaliación

Fontes de información



Bibliografía básica

- Vilarrubias, J. M^a. (1996). Patología del aparato extensor de la rodilla. . Barcelona : Jims, 1996
- Ramón Balius Matas (2004). Patología muscular en el deporte diagnóstico, tratamiento y recuperación funcional . Barcelona : Masson
- R.G. Danowski, J.C. Chanussot (1992). Manual de traumatología del deporte. Barcelona : Masson
- Roald Bahr, Sverre Mæhlum (2007/09). Lesiones deportivas : diagnóstico, tratamiento y rehabilitación . Madrid. Panamericana
- Sijmonsma, Josya (2006). Taping Neuro Muscular : manual. Cascais : Aneid Press
- Hüter-Becker, A. (2005). La rehabilitación en el deporte. Barcelona. Paidotribo
- Watson, Tim. (2009). Electroterapia práctica basada en la evidencia Publicación . Barcelona:Elsevir
- Gregory S. Scott, Lynn Snyder-Mackler (2003). Fisioterapia del deporte y el ejercicio. Madrid : Elsevier, [2003]
- Woolf-May,K., Bird,S. (2008). Prescripción de ejercicio:Fundamentos fisiológicos. Barcelona. Elsevier.Masson
- Pancorbo Sandoval, Armando E. (2008). Medicina y ciencias del deporte y actividad física. Majadahonda : Ergon, [2008]
- Esnault, Michèle. (1994). Estiramientos analíticos en fisioterapia activa. Barcelona : Masson
- Hinrichs, Hans-Uwe. (1995). Lesiones deportivas prevención, primeros auxilios, diagnóstico, rehabilitación . Barcelona : Hispano Europea,
- Walter R.Frontera (2008). Medicina deportiva clínica : tratamiento médico y rehabilitación. Madrid:Elsevier
- Kulund, Daniel N. (1990). Lesiones del deportista. Barcelona:Salvat
- Vicente Ferrer López (2003). Urgencias y patología traumática en el ejercicio físico. Albacete] : Altabán
- Heyward (2008). Evaluación de la aptitud física y prescripción de ejercicio. Madrid. Panamericana
- A. Basas García, C. Fernández de las Peñas, J.A. Martín Urrialde (2003). Tratamiento fisioterápico de la rodilla. Madrid : McGraw Hill
- William E. Prentice (2001). Técnicas de rehabilitación en la medicina deportiva. Barcelona. Paidotribo
- Heyward, Capítulo 1. Actividad física. salud y enfermedad crónica-Hüter. Capítulo 3 y capítulo 5.-Woolf. Capítulo 1, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14- Pancorbo Sandoval, A. Capítulo 21. Algunas reflexiones sobre traumatología deportiva, rehabilitación y prevención de lesiones músculo-esqueléticas. - Walter R.Frontera. Capítulos 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10,11, 13, 15, 17, 19, 20, 21,23, - Gregory S. Kolt. Capítulos 1, 8, 9, 10.....- Roald Bahr. capítulo 1, 2 , 3...- Hinrichs, Hans-Uwe. Capítulo 1 : lesiones deportivas y capítulo 2: Lesiones deportivas especiales y primeros auxilios - Watson,Tim. Capítulo 15 (Estimulación eléctrica neuromuscular y muscular) y capítulo 20 (Ecografía)



Bibliografía complementaria	<ul style="list-style-type: none"> - Esnault, Michèle. (2009). Columna vertebral y stretching. Badalona : Paidotribo, 2009. - Betés de Toro, M., Durán Hortolá, M., Mestres Miralles, C., Nogués Llor, M.R. (2008). Farmacología para fisioterapeutas. Madrid. Panamericana - M^a Isabel Martín Fontelles ; Raquel Abalo Delgado (2008). Farmacología para fisioterapeutas. Madrid: Síntesis - Maya Martín, Julián (2010). Estimulación eléctrica transcutánea y neuromuscular. Barcelona : Elsevier, [2010] - Muñoz Soler, Alberto. (1988). Sobre la patología psíquica en el deporte. Madrid : Alberto Muñoz, 1988 - Pérez Ares, Javier. (2004). Fisioterapia del complejo articular del hombro evaluación y tratamiento de los tejidos blandos . Barcelona : Masson - Bernhardt, Donna B. (1989). Fisioterapia del deporte. Barcelona : Jims, D.L. 1989 - Naclerio Ayllón, Fernando (2010). Entrenamiento deportivo: fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes. Madrid. Panamericana - Backup, Klaus. (2007). Pruebas clínicas para patología ósea, articular y muscular exploraciones, signos, síntomas. Barcelona : Masson - Buceta, Jose Maria (1996). Psicología y lesiones deportivas: prevención y recuperación. Madrid: Dykinson, 1996 - Carl L. Stanitski. (2003). Lesiones deportivas en la edad escolar. Madrid: Panamericana - McMahon, Patrick J. (2007). Diagnóstico y tratamiento en medicina del deporte. Madrid : McGraw Hill - Pacheco Arjol, L. Garcia Tirado, J.J.. (2010). Sobre la aplicación de estiramientos en el deportista sano y lesionado. Barcelona. Elsevier. Apunts - Nicholas, James A. (1993). Medicina deportiva Patología de las extremidades superiores. Madrid : Mosby - Apunts Med Esport. 2010;45(166): 109-125. www.apunts.org. - Naclerio Ayllon. : * Capitulo 27. La reeducación funcional deportiva. (readaptador físico-deportivo)- Bernhardt, Donna B. * Capitulo 4 (Bases fisiológicas del calentamiento y refresco) * Capitulo 6 (Mecanismos de lesión) * Capitulo 8 (Rehabilitación de las lesiones : Orientación práctica) * Capitulo 9 (Psicología de los deportes y atleta lesionado)- McMahon, Patrick. : * Capitulo 1. (Aspectos médicos en medicina deportiva)
------------------------------------	--

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

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
 FISIOTERAPIA NAS ALTERACIÓNS ESTÁTICAS E DINÁMICAS DO RAQUIS/651G01015

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

NUTRICIÓN E FISIOTERAPIA/651G01026
 ECOGRAFÍA EN FISIOTERAPIA/651G01031
 FISIOTERAPIA NAS AFECCIÓNS PODOLÓXICAS/651G01032

Materias que continúan o temario

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