



Guía Docente				
Datos Identificativos				2021/22
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			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Fisioterapia, Medicina e Ciencias Biomédicas			
Coordinación	Ramos Gómez, Fernando	Correo electrónico	fernando.ramos@udc.es	
Profesorado	Ramos Gómez, Fernando	Correo electrónico	fernando.ramos@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.			
Plan de continxencia	<p>1. Modificacións nos contidos</p> <p>Mantéñense os contidos tanto en docencia expositiva como práctica</p> <p>2. Metodoloxías</p> <p>Os contidos estarán en formato dixital accesible para ser impartidos telemáticamente ante unha potencial suspensión da actividade presencial con motivo da aparición de novos brotes da enfermidade, posibles situacións de confinamento individual ou colectivo ou a pertenza a grupos de risco debidamente xustificadas.</p> <p>3. Atención personalizada</p> <p>En todas e cada unha das metodoloxías, o alumno terá acceso a unha atención personalizada a través das tutorías preferentemente virtuais, empregando as plataformas institucionais e ferramentas informáticas dispoñibles, respectando sempre a planificación horaria coñecida polo estudiantado.</p> <p>4. Modificacións na avaliación</p> <p>Axustarase a ponderación da avaliación continuada e a proba final de forma que a avaliación mediante proba mixta terá un valor do 60% e a avaliación continuada do 40%, eliminándose a proba práctica</p> <p>*Observacións de avaliación:</p> <p>A avaliación da proba mixta realizarase a través de cuestionario secuencial en moodle e preguntas de resposta breve na mesma plataforma institucional</p> <p>5. Modificacións da bibliografía ou webgrafía</p> <p>Non se modifica</p>			

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título
A1	Coñecer e comprender a morfoloxía, a fisioloxía, a patoloxía e a conduta das persoas, tanto sas como enfermas, no medio natural e social.
A3	Coñecer e comprender os métodos, procedementos e actuacións fisioterapéuticas, encamiñados tanto á terapéutica propiamente dita a aplicar na clínica para a reeducación ou recuperación funcional, como á realización de actividades dirixidas á promoción e mantemento da saúde.
A6	Valoración diagnóstica de coidados de fisioterapia segundo as normas e cos instrumentos de validación recoñecidos internacionalmente.
A7	Deseñar o plan de intervención de fisioterapia atendendo a criterios de adecuación, validez e eficiencia.
A8	Executar, dirixir e coordinar o plan de intervención de fisioterapia, utilizando as ferramentas terapéuticas propias e atendendo á individualidade do usuario.
A17	Comprender a importancia de actualizar os coñecementos, habilidades, destrezas e actitudes que integran as competencias profesionais do fisioterapeuta.



B1	CB1 - Que os estudantes demostrasen posuír e comprender coñecementos nunha área de estudo que parte da base da educación secundaria xeral, e adóitase atopar a un nivel que, aínda que se apoia en libros de texto avanzados, inclúe tamén algúns aspectos que implican coñecementos procedentes da vangarda do seu campo de estudo
B2	CB2 - Que os estudantes saiban aplicar os seus coñecementos ao seu traballo ou vocación dunha forma profesional e posúan as competencias que adoitan demostrarse por medio da elaboración e defensa de argumentos e a resolución de problemas dentro da súa área de estudo
B3	CB3 - Que os estudantes teñan a capacidade de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro da súa área de estudo) para emitir xuízos que inclúan unha reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica ou ética
B4	CB4 - Que os estudantes poidan transmitir información, ideas, problemas e solucións a un público tanto especializado como non especializado
B5	CB5 - Que os estudantes desenvolvesen aquelas habilidades de aprendizaxe necesarias para emprender estudos posteriores cun alto grao de autonomía
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.
C6	Adquirir habilidades para a vida e hábitos, rutinas e estilos de vida saudables.
C9	Ter a capacidade de xestionar tempos e recursos: desenvolver plans, priorizar actividades, identificar as críticas, establecer prazos e cumprilos.

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título		
Coñecer e comprender os distintos mecanismos das lesións no deporte e as bases para a súa prevención	A1 A3		C1
Coñecer e comprender as bases, así como as particularidades de atención da Fisioterapia da Actividade Física e Deportiva	A1 A3		C1
Coñecer as adaptacións dos distintos tecidos ao exercicio e as bases do seu tratamento mediante fisioterapia da Actividade Física e o Deporte.	A1 A3	B1	C1
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		C1
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		C1
Saber realizar o exame e valoración adecuados ao estado funcional do deportista / practicante de Actividade Física.	A3 A6 A7		C1
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		C1 C9
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	B4	C1
Comprender a importancia da actualización constante de coñecemento e a revisión crítica da información.	A17	B2 B3 B5	C6

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 lesions 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 lesions nos distintos tecidos	Músculo Tendón Ligamento Óso Nervios Cartilago 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 A17 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9	23	55	78
Prácticas de laboratorio	A7 A8 C1	34	32	66
Proba práctica	A6 A7 A8 C1	1	0	1
Proba mixta	A1 A3 A7 C1	1	0	1
Atención personalizada		3	0	3

\*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. Complementarase con sesións de aprendizaxe colaborativa e revisión crítica da literatura científica.
Prácticas de laboratorio	Sesións nas que levará á práctica no laboratorio 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
Sesión maxistral Prácticas de laboratorio	Tanto nas sesións maxistrals, como nas prácticas de laboratorio, fomentarase a participación activa do alumno, estimulando a formulación de dúbidas e a intervención do alumnado. En todas e cada unha das metodoloxías, o alumno terá acceso a unha atención personalizada a través das tutorías preferentemente virtuais, empregando as plataformas institucionais e ferramentas informáticas dispoñibles, respectando sempre a planificación horaria coñecida polo estudantado.  Para estudantes con recoñecemento á dedicación a tempo parcial, empregaranse metodoloxías de aprendizaxe activa, recorrendo a contornos de traballo virtuais e ao uso de dinámicas de aprendizaxe flipped learning.

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación



Proba práctica	A6 A7 A8 C1	<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"><li>1. Ao longo do curso, xa que se realizará unha ou varias probas de avaliación durante as prácticas.</li><li>2. Nas oportunidades oficiais de xaneiro e xullo.</li></ol> <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
Sesión maxistral	A1 A3 A7 A17 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9	<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 e a participación no proceso de revisión crítica da literatura científica. Esta avaliación suporá un 10% da nota final.</p>	10
Proba mixta	A1 A3 A7 C1	<p>Exame de todos os contidos da materia, que inclúe os tratados nas sesións maxistrais e prácticas. 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"><li>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.</li><li>2. Nas oportunidades oficiais de xaneiro e xullo.</li></ol> <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 as nota anterior.</p>	60

#### Observacións avaliación

As porcentaxes asignadas a cada proba poden sufrir pequenas modificacións dun curso a outro en función das necesidades da materia; non obstante a suma dos valores de proba práctica e mixta non será inferior ao 80% da nota final e o valor da avaliación continuada nunca será superior ao 20%. Para os estudantes con recoñecemento á dedicación a tempo parcial, a proba mixta terá un valor do 80%, mentres que a proba práctica suporá o 20% da nota final.

#### Fontes de información



## Bibliografía básica

- Vilarrubias, J. M<sup>a</sup>. (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

<br />



<b>Bibliografía complementaria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esnault, Michèle. (2009). Columna vertebral y stretching. Badalona : Paidotribo, 2009.</li> <li>- Betés de Toro, M., Durán Hortolá, M., Mestres Miralles, C., Nogués Llor, M.R. (2008). Farmacología para fisioterapeutas. Madrid. Panamericana</li> <li>- M<sup>a</sup> Isabel Martín Fontelles ; Raquel Abalo Delgado (2008). Farmacología para fisioterapeutas. Madrid: Síntesis</li> <li>- Maya Martín, Julián (2010). Estimulación eléctrica transcutánea y neuromuscular. Barcelona : Elsevier, [2010]</li> <li>- Muñoz Soler, Alberto. (1988). Sobre la patología psíquica en el deporte. Madrid : Alberto Muñoz, 1988</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>- Naclerio Ayllón, Fernando (2010). Entrenamiento deportivo: fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes. Madrid. Panamericana</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 recuperación. Madrid: Dykinson, 1996</li> <li>- Carl L. Stanitski. (2003). Lesiones deportivas en la edad escolar. Madrid: Panamericana</li> <li>- McMahon, Patrick J. (2007). Diagnóstico y tratamiento en medicina del deporte. Madrid : McGraw Hill</li> <li>- Pacheco Arjol, L. Garcia Tirado, J.J.. (2010). Sobre la aplicación de estiramientos en el deportista sano y lesionado. Barcelona. Elsevier. Apunts</li> <li>- Nicholas, James A. (1993). Medicina deportiva Patología de las extremidades superiores. Madrid : Mosby</li> <li>- David Joyce (2016). Sports injury prevention and rehabilitation : integrating medicine and science for performance solutions. London : Routledge, 2016</li> <li>- Cook, Grey; Burton, Lee (2015). Movement : functional movement systems : screening, assessment, and corrective strategies. Aptos, CA : On Target Publications</li> <li>- Cook, Chad (2012). Orthopedic manual therapy : an evidence based-approach. Upper Saddle River, NJ : Pearson</li> <li>- Cook, Chad (2014). Orthopedic physical examination tests : an evidence-based approach. Harlow : Pearson</li> <li>- Hengeveld, Elly (2007). Maitland manipulación periférica. Barcelona: Elsevier</li> </ul>
------------------------------------	--

## 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 ALTERACIÓN S ESTÁTICAS E DINÁMICAS DO RAQUIS/651G01015

### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

- NUTRICIÓN E FISIOTERAPIA/651G01026
- ECOGRAFÍA EN FISIOTERAPIA/651G01031
- FISIOTERAPIA NAS AFECCIÓN S PODOLÓXICAS/651G01032

### Materias que continúan o temario

## Observacións

Para axudar a conseguir unha contorna inmediata sustentable e cumprir o obxectivo estratéxico 11 do Plan Green Campus da Facultade de Fisioterapia, os traballos documentais que se realicen nesta materia poderanse solicitar tanto en formato papel como virtual ou soporte informático. De realizarse en papel, seguiranse na medida do posible as seguintes recomendacións xerais: - Non se utilizarán plásticos. - Realizaranse impresións a dobre cara. - Empregarase papel reciclado. - Evitarase a realización de borradores



(\*)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