

# MÁSTER

---

MÁSTER EN HIDROCINESIA, RECUPERACIÓN,  
MANTENIMIENTO Y MEJORA FUNCIONAL EN EL MEDIO  
ACUÁTICO



FSU083

- DIPLOMA CERTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



## DESTINATARIOS


Esta Titulación está dirigida a empresarios, directivos, emprendedores, trabajadores, estudiantes y cualquier persona que pretenda adquirir los conocimientos necesarios en relación con este ámbito profesional.

Permite conocer el diseño de protocolos de hidrocinesia, la dirección y dinamización de sesiones de hidrocinesia, más concretamente, la hidrocinesia, recuperación, mantenimiento y mejora funcional en el medio acuático, el análisis diagnóstico en hidrocinesia, el diseño de protocolos de hidrocinesia, la organización y gestión de actividades de hidrocinesia, las instalaciones y recursos en hidrocinesia, intervención y dinamización en hidrocinesia, entre otros aspectos relacionados. Además, al final de cada unidad didáctica el alumno/a encontrará ejercicios de autoevaluación que le permitirán hacer un seguimiento del curso de forma autónoma.

El alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del campus virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información, entre otros. además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

## FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA  
600H 

MODALIDAD  
A DISTANCIA / ONLINE   
\*Ambas modalidades incluyen  
módulos con clases en directo.

CURSO INICIAL  
ONLINE 

TUTORÍAS  
PERSONALIZADAS 

IDIOMA  
ESPAÑOL 

DURACIÓN  
HASTA UN AÑO   
\*Prorrogable

## IMPORTE

VALOR ORIGINAL: ~~1980~~€

VALOR ACTUAL: 495 €

## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

---

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el " **MÁSTER EN HIDROCINESIA, RECUPERACIÓN, MANTENIMIENTO Y MEJORA FUNCIONAL EN EL MEDIO ACUÁTICO** ", de Sports Universitas.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

# CONTENIDO FORMATIVO

---

## HIDROCINESIA

### MÓDULO 1. HIDROCINESIA

#### UNIDAD FORMATIVA 1. DISEÑO DE PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. HIDROCINESIA, RECUPERACIÓN, MANTENIMIENTO Y MEJORA FUNCIONAL EN EL MEDIO ACUÁTICO

1. Fundamentos biológicos en la recuperación y estabilización funcional en el agua.
2. Adaptación funcional y motricidad acuática.
3. Efectos de la desgravitación en el agua.
4. Concepto de salud.
5. Cuidado corporal a través del agua:
  - Termalismo,
  - Medio acuático,
  - Necesidad humana de movimiento,
  - Técnicas SPA.
6. Agua como factor de facilitación.
7. Movimientos activos y pasivos en el medio acuático.
8. Gimnasia de la actitud postural en el medio acuático
9. Contraindicaciones de aplicación de las actividades acuáticas en la recuperación/estabilización funcional.
10. Jerarquía de los protocolos de hidrocinesia:
  - Responsabilidades.
  - Dependencias (subordinación de protocolo).
11. Fundamentos de hidrocinesia:
  - Campo de aplicación.
  - Contraindicaciones.
12. Propiocepción, tonificación muscular, resistencia cardiovascular y flexibilidad a través de técnicas y actividades de hidrocinesia.
13. Fundamentos de psicología y sociología en hidrocinesia:
  - Agua.
  - Salud mental.
  - Motivaciones para la práctica de este tipo de actividades.
  - Interacción.
  - Evolución de la actitud en actividades de hidrocinesia.
  - Características y necesidades.
14. Tipologías de usuarios más frecuentes en actividades de hidrocinesia:
  - Embarazadas.
  - Mayores de 65 años.
  - Obesos.
  - Estresados.
  - Afectados del raquis.
  - Post rehabilitados.
  - Otros colectivos especiales.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. DISFUNCIONES DEL APARATO LOCOMOTOR RECUPERABLES EN EL AGUA.

1. Fisiología articular: tipos de articulaciones:
  - Articulaciones más significativas.
  - Movimientos articulares.
  - Planos y ejes de movimiento.
  - Relaciones funcionales.
  - Alteraciones articulares más significativas.
  - Repercusión en la postura.
  - Capacidad funcional.
  - Recuperación en el agua de las alteraciones articulares:
2. Raquis:
  - Actitud postural.
  - Alteraciones segmentarias y globales, alteraciones.
  - Trastornos.
  - Disfunciones intervertebrales.
  - Las actividades acuáticas y las patologías del raquis.
3. Cadenas musculares:
  - Acortamientos.
  - Atonía e hipertonia muscular.
  - Desequilibrios musculares en las cadenas cinéticas.
  - Alteraciones musculares.
  - Actitud postural.
  - La actividad acuática como factor de equilibrio y reequilibrio en las descompensaciones musculares.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANÁLISIS DIAGNÓSTICO EN HIDROCINESIA:**

1. Fuentes de información.
2. Interpretación de datos y resultados obtenidos a partir de:
  - Tests de aptitud física.
  - Pruebas básicas de valoración biológica.
  - Análisis postural.
  - Pruebas de autonomía personal.
  - Pruebas antropométricas.
  - Pruebas de desarrollo motor.
  - Destreza acuática.
  - Cuestionarios
  - Informes.
3. Integración y tratamiento de la información obtenida:
  - Modelos de documentos.
  - Registro físico.
  - Soportes y recursos informáticos.
  - Flujo de la información: ubicación y comunicación de los datos elaborados.
4. Recogida de datos e información:
  - Tipos de usuarios y clientes.
  - Infraestructura.
  - Espacios y materiales a utilizar.
  - Recursos humanos.

5. Análisis diagnóstico - orientaciones para la concreción de la Programación General:
- Análisis del contexto de intervención.
  - Estructura del programa de referencia: modelos de programa y programas alternativos.
  - Metodología y proceso de elaboración.
  - Objetivos a cumplir.
  - Adecuación y respuesta a las necesidades y expectativas de la demanda.
  - El análisis diagnóstico como referente para el diseño de protocolos de hidrocinesia: oferta adaptada de actividades.

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISEÑO DE PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA:

1. Tipologías de protocolos en función de:
  - Género.
  - Edad.
  - Necesidades y expectativas.
  - Disfunciones habituales
  - Prescripciones clínico-preventivas
  - Aplicación individualizada o en grupo.
2. Técnicas y aplicaciones:
  - Técnicas genéricas.
  - Recursos hidrotermales.
  - Técnicas SPA.
  - Técnicas de masaje de preparación.
  - Técnicas de recuperación.
  - Técnicas de rehabilitación complementarias.
  - Sauna.
  - Baño de vapor
  - Jacuzzi.
  - Vasos de contrastes.
3. Metodología de diseño de protocolos de hidrocinesia:
  - Imbricación del protocolo dentro de la programación general de la entidad.
  - Establecimiento de objetivos operativos a partir del análisis diagnóstico.
  - Selección y diseño de actividades: adaptadas a los objetivos, a las características de los usuarios y los recursos disponibles.
  - Estrategias metodológicas de dirección y dinamización de las actividades.
  - Técnicas de instrucción: selección y adaptación a las habilidades motrices a utilizar en los protocolos.
  - Factores, patologías y lesiones que dificultan el aprendizaje.
  - Diseño de progresiones y tareas motrices según el proceso de adquisición de la habilidad motriz y los factores que dificultan el aprendizaje en los diferentes protocolos de hidrocinesia.
  - Selección, secuenciación y temporalización de las actividades de hidrocinesia.
  - Recursos materiales en función de las características de los usuarios y las capacidades a desarrollar.
  - Recursos didácticos. Símbolos y esquemas gráficos.
  - Estructura de la sesión.
  - Técnicas de motivación
  - Planificación de actividades complementarias acuáticas o no acuáticas según tipo de protocolo
  - Posibles contraindicaciones.
  - Técnicas complementarias.
  - Evaluación del protocolo: técnicas, instrumentos y periodicidad.
  - Registro documental del protocolo: estructura, soporte y recursos ofimáticos.

4. Técnicas complementarias a los protocolos de hidrocinesia:
  - Ayudas complementarias psicológicas.
  - Ayudas complementarias ergogénicas.
  - Ayudas complementarias fisiológicas.
  - Adaptaciones y ayudas complementarias derivadas de sistemas de otros ámbitos del entrenamiento físico-deportivo.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE ACTIVIDADES DE HIDROCINESIA:**

1. Fundamentos - Marco teórico:
  - Legislación sobre el uso y prevención de riesgos en instalaciones acuáticas de hidrocinesia.
  - Tipos y características de las instalaciones acuáticas de hidrocinesia.
  - Organización y gestión general de los recursos: recursos humanos.
  - Confeción y control de presupuestos; gestión de materiales y almacenes.
  - Supervisión y control del material en instalaciones acuáticas de hidrocinesia.
2. Asignación y gestión de recursos para el desarrollo de protocolos de hidrocinesia:
  - Características de la instalación acuática versus las tipologías de protocolos de hidrocinesia más habituales.
  - Asignación y adaptación de recursos en función de un protocolo de referencia.
  - Gestión de instalaciones y recursos para las tipologías de protocolos de hidrocinesia más habituales.
  - Criterios de seguridad en el desarrollo de protocolos de hidrocinesia.

## **UNIDAD FORMATIVA 2. DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN DE SESIONES DE HIDROCINESIA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INSTALACIONES Y RECURSOS EN HIDROCINESIA**

1. Criterios de clasificación de las instalaciones acuáticas.
2. El vaso/espacio acuático.
3. Normativa actual de construcción y mantenimiento de las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
4. La accesibilidad en las instalaciones acuáticas: barreras arquitectónicas y medidas de adaptación de instalaciones.
5. Descripción de los equipamientos y equipos que conforman las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
6. Sistemas de seguridad de los equipamientos y equipos que conforman las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
7. Plan de mantenimiento de las instalaciones acuáticas, sus equipamientos, equipos y materiales:
  - El mantenimiento de los espacios deportivos y auxiliares: preventivo y correctivo.
  - El mantenimiento de los equipamientos y equipos: preventivo y correctivo.
  - EL mantenimiento de los materiales habituales: preventivo y correctivo.
8. Confort ambiental y medidas de ahorro.
9. Recursos y materiales específicos.
10. Recursos y materiales de apoyo complementario.
11. Conservación y mantenimiento.
12. Adaptación de espacios acuáticos convencionales.
13. Material acuático de flotación propio de la hidrocinesia:
  - Cinturones,
  - Churros,

14. Material de inmersión propio de la hidrocinesia:
  - Aros,
  - Picas,
  - Material de lastre,
  - Material de resistencia,
  - Colchonetas,
  - Step
  - Otros.
15. Material de tonificación mediante flotación y lastre propio de la hidrocinesia.
16. Gomas elásticas a utilizar en los protocolos de hidrocinesia.
17. Otros materiales acuáticos y elementos propios de la hidrocinesia.
18. La comunicación en los protocolos de hidrocinesia:

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTERVENCIÓN Y DINAMIZACIÓN EN HIDROCINESIA**

1. Adquisición y recuperación de las capacidades condicionales y coordinativas en hidrocinesia.
2. Condiciones de práctica en hidrocinesia.
3. Interpretación y comprobación de los datos del análisis diagnóstico en el desarrollo de las sesiones de hidrocinesia:
  - Disponibilidad y estado del material y recursos necesarios.
  - Características de los participantes.
  - Necesidades de los participantes.
  - Expectativas de los participantes.
  - Limitaciones de los participantes.
  - Mejora y evolución de los participantes.
  - Motivación y predisposición para la práctica de cada una de las sesiones.
  - Establecimiento de las adaptaciones necesarias.
4. Estrategias metodológicas de aplicación e instrucción de los protocolos de hidrocinesia:
  - En función de la naturaleza de las actividades incluidas en las tipologías más habituales de protocolos de hidrocinesia.
  - En función del colectivo diana.
  - En función de su aplicación individualizada o en grupo.
5. La instrucción en actividades de hidrocinesia.
6. Aplicación de técnicas de naturaleza y uso habitual en hidrocinesia.
7. Organización de la sesión de hidrocinesia:
  - Inicio y toma de contacto con el agua.
  - Desarrollo del núcleo principal.
  - Finalización, asimilación y toma de conciencia de las experiencias motrices y sensoriales en el agua.
  - Complemento de otras técnicas hidrotermales.
8. Control, dirección y dinamización en el desarrollo de actividades de hidrocinesia:
  - Grupo de trabajo (características del mismo).
  - Ubicación
  - Desplazamiento del técnico y del grupo.
  - Utilización y disposición del material.
  - Diseño de entornos de trabajo.
  - Control de participación de los usuarios.
  - Control de la contingencia.
  - Previsión de incidencias.
  - Control de uso del material.
  - Interacción técnico - usuario (dirección y dinamización de las actividades).
  - Dinámica relacional en hidrocinesia.
  - Técnicas de dirección y dinamización de grupos.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. EVALUACIÓN EN PROGRAMAS DE HIDROCINESIA:**

1. Procesos y periodicidad de la evaluación en relación al programa de referencia
2. Aspectos cuantitativos y cualitativos de la evaluación.
3. El diseño de los procesos de evaluación para la recogida de datos.
  1. Objetivos, indicadores, técnicas para la recogida de datos.
  2. Instrumentos y métodos para la recogida de datos.
  3. Procesamiento de la información.
  4. Análisis e interpretación de la información.
  5. Establecimiento de medidas correctoras.
4. Evaluación del proceso, resultados y calidad del servicio.
5. Periodicidad de la evaluación.
6. Evaluación operativa de programas de actividades de hidrocinesia a diferentes tipos de usuarios.
7. Aspectos elementales de la evaluación operativa:
  1. Objetivos.
  2. Evaluación de programas.
  3. Evaluación del aprendizaje.
  4. Proceso de la evaluación.
  5. Medidas correctoras atendiendo a la evaluación.
  6. Herramientas de observación, control y evaluación.
8. Control básico del desarrollo de la sesión.
9. Control de la participación.
10. Control de la contingencia y previsión de incidencias.
11. Control del uso de la instalación, su equipamiento, equipos y materiales.
12. Registro, tratamiento e interpretación de datos.
13. Confección de memorias.
14. Control de la calidad del servicio.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA APLICADOS A LOS DISCAPACITADOS:**

1. Tipos de discapacidad:
  - Física.
  - Psíquica.
  - Sensorial.
  - Cognitiva.
  - Problemas de aprendizaje.
2. Metodología específica.
3. Determinación de objetivos según tipo de discapacidad.
4. Planificación de actividades acuáticas específicas o adaptadas según discapacidad.
5. Diseño de progresiones.
6. Dinamización de grupos adaptado a las diferentes discapacidades.
7. Interacción.
8. Evaluación.

9. Pautas específicas de intervención para:
- Síndrome de Dawn.
  - Niños con trastornos graves del desarrollo.
  - Trastornos de la visión.
  - Parálisis cerebral.
  - Trastornos auditivos.
  - Espina bífida.
  - Poliomelitis.
  - Tetraplegias.
  - Paraplejías.
  - Amputados.
  - Autismo.
  - Otros.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA COMUNICACIÓN EN LOS PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA:**

1. El proceso comunicativo.
2. La comunicación verbal:
  - Centrado en el contenido (enseñanza, contenido, memorización).
  - Centrado en la actuación(aprendizaje, procesamiento información, aplicación información).
3. La comunicación no verbal:
  - Funciones de la comunicación no verbal.
  - Componentes orales o paralingüística (volumen, tono, velocidad, Fluidez )
  - Componentes no orales o corporales (proxémica, postura, mirada, expresión facial, sonrisa )
  - Elementos de la comunicación no verbal.
4. Uso de la relación espacial o cantidad de espacio entre los interlocutores.
5. Utilización de las imágenes y las metáforas como enseñanza.
6. Técnicas de contacto o toque.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN EN EL ÁMBITO DEL LA HIDROCINESIA**

1. Medidas de prevención de riesgos, de protección medioambiental, de seguridad y de salud laboral en instalaciones deportivas acuáticas específicas para hidrocinesia:
  - Riesgos característicos de las instalaciones, equipos, máquinas y procedimientos operativos más comunes en dichas instalaciones.
  - Evacuación preventiva y de emergencia en dichas instalaciones
  - Legislación básica sobre seguridad y prevención.
  - Utilización de los diferentes materiales de ayuda a minusválidos (sillas elevadoras, entre otros recursos).