

EUNEIZ

CURSO UNIVERSITARIO DE ESPECIALIZACIÓN EN
MEDICINA DEPORTIVA

esneca
BUSINESS SCHOOL

Universidad de **EUNEIZ**
Vitoria-Gasteiz

ESNEUZ008

- CERTIFICADO POR LA UNIVERSIDAD DE
VITORIA-GASTEIZ, 10 ECTS -



DESTINATARIOS

El **Curso Universitario de Especialización en Medicina Deportiva** está destinado a todas aquellas personas que pretendan adquirir todos los conocimientos necesarios en este ámbito profesional y poder desarrollarlos de forma eficiente en el mundo laboral.

Permite conocer la anatomía y fisiología básicas, las constantes vitales, la introducción a la medicina deportiva, los fundamentos del ejercicio físico y el deporte, la nutrición deportiva, los suplementos, las lesiones deportivas, la fatiga deportiva, los medicamentos, la medicina regenerativa, las técnicas de rehabilitación deportiva, la psicología deportiva, la evaluación y pauta de tratamiento del deportista, la prevención de riesgos laborales, los primeros auxilios, entre otros conceptos relacionados. Además, al final de cada unidad didáctica el alumno encontrará ejercicios de autoevaluación para poder evaluar el nivel y los conocimientos adquiridos en cada apartado, y que él mismo podrá corregir a través del solucionario adjunto.

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 sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA
250H 

MODALIDAD
ONLINE 
*La modalidad incluye módulos con clases en directo.

CURSO INICIAL
ONLINE 

TUTORÍAS
PERSONALIZADAS 

IDIOMA
ESPAÑOL 

DURACIÓN
HASTA UN AÑO 
*Prorrogable

IMPORTE

VALOR: 495 €

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el "**MEDICINA DEPORTIVA**" de ESNECA BUSINESS SCHOOL, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, máxima institución española en formación y de calidad.

Además, el alumno recibirá un diploma que certifica el "**CURSO UNIVERSITARIO DE ESPECIALIZACIÓN EN MEDICINA DEPORTIVA**", avalada por la UNIVERSIDAD DE VITORIA-GASTEIZ, reconocido con 10 ECTS.

** El contenido del curso se encuentra orientado hacia la adquisición de formación teórica complementaria. Este curso no conduce a la obtención de una titulación oficial.*

*** Los Diplomas Universitarios se expedirán en todos los casos al finalizar la convocatoria de estudio, que es de un año desde el momento de la matriculación del alumno.*

CONTENIDO FORMATIVO

MEDICINA DEPORTIVA

MÓDULO 1. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA BÁSICAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. TERMINOLOGÍA ANATOMICA

1. ¿Qué es la anatomía humana?
2. Posiciones y planos anatómicos
3. Regiones y cavidades del cuerpo

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMAS Y APARATOS DEL CUERPO HUMANO

1. Sistemas del cuerpo humano
 - Sistema tegumentario
 - Sistema nervioso
 - Sistema endocrino
2. Aparatos del cuerpo humano
 - Aparato circulatorio
 - Aparato respiratorio
 - Aparato digestivo y excretor
 - Aparato urinario
 - Aparato reproductor
 - Aparato locomotor

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 2. CONSTANTES VITALES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ SON LAS CONSTANTES VITALES?

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VARIABLES QUE AFECTAN A LOS SIGNOS VITALES

UNIDAD DIDÁCTICA 3. SIGNOS VITALES

1. Pulso arterial
2. Temperatura corporal
3. Presión o tensión arterial
4. Oximetría
5. Frecuencia respiratoria

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 3. INTRODUCCIÓN A LA MEDICINA DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES LA MEDICINA DEPORTIVA?

1. Medicina deportiva vs traumatología deportiva
2. Funciones y objetivos

3. Conceptos básicos de medicina
 - Salud
 - Enfermedad
 - Necesidades humanas

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ORGANIZACIÓN DE LA MEDICINA DEPORTIVA

1. Profesionales médicos especializados
 - Deportólogos
 - Fisioterapeutas
 - Traumatólogos
 - Nutricionistas deportivos
 - Entrenadores y preparadores físicos
 - Psicólogos deportivos
2. Investigación y educación
3. Organizaciones y asociaciones

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 4. FUNDAMENTOS DEL EJERCICIO FÍSICO Y EL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ACTIVIDAD FÍSICA O DEPORTE

1. Prescripción de la actividad física para la salud
2. Beneficios físicos y psicológicos
3. Riesgos y contraindicaciones
4. Metabolismo general durante el ejercicio
5. Adaptaciones fisiológicas del entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DEPORTE

1. Biomecánica aplicada
2. Clasificaciones
 - Tipología según el deporte
 - Tipología según la finalidad
3. Papel del deporte en el desarrollo de habilidades psicomotrices básicas
 - Esquema corporal

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CONDICIÓN DEL DEPORTISTA

1. Condición física
2. Condición biológica
3. Condición motivacional

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PRUEBAS DE VALORACIÓN Y APTITUD FÍSICA

1. Pruebas de valoración de la resistencia
 - Test cardiovasculares
 - Otras pruebas
2. Pruebas de valoración de la fuerza
3. Pruebas de valoración de la velocidad
4. Pruebas de valoración de la flexibilidad
5. Pruebas de valoración de cualidades motrices
 - Pruebas de agilidad
 - Pruebas de coordinación
 - Pruebas de equilibrio

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 5. NUTRICIÓN DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. NUTRIENTES

1. Macronutrientes
 - Hidratos de carbono
 - Proteínas
 - Lípidos
2. Micronutrientes
 - Vitaminas
 - Minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ENERGIA

1. ¿Qué es la energía?
 - Componentes del gasto energético total

UNIDAD DIDÁCTICA 3. VALOR NUTRITIVO DE LOS ALIMENTOS

1. Medición del valor energético de los alimentos
 - Calorimetría directa
 - Calorimetría indirecta

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NUTRICIÓN EN DEPORTISTAS

1. Dietética en deportistas en competición
 - Alimentación precompetitiva
 - Alimentación percompetitiva
 - Alimentación poscompetitiva

UNIDAD DIDÁCTICA 5. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

1. Valores antropométricos
2. Indicadores analíticos
3. Métodos estructurados de valoración nutricional

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 6. LOS SUPLEMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LAS AYUDAS ERGOGENICAS

1. Beneficios y riesgos
2. Clasificación de las ayudas ergogénicas
 - Ayudas fisiológicas
 - Ayudas psicológicas
 - Ayudas farmacológicas
 - Ayudas nutricionales

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TOXICOLOGIA Y DOPPING

1. Principales sustancias prohibidas
2. Efectos a largo plazo
3. Control del dopaje

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 7. LESIONES DEPORTIVAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES UNA LESIÓN DEPORTIVA?

1. Factores de riesgo
2. Lesiones agudas y lesiones crónicas

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE LESIONES DERIVADAS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA

1. Lesiones cutáneas
2. Lesiones musculares
3. Lesiones tendinosas
4. Lesiones ligamentosas
5. Lesiones articulares y óseas
6. Lesiones vasculares
7. Lesiones nerviosas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PREVENCIÓN EN LAS LESIONES

1. Calentamiento y enfriamiento
2. Equipamiento adecuado al deporte practicado
3. Aumento progresivo de factores como la intensidad y la carga
4. Aplicación correcta de la técnica
5. Descanso, nutrición e hidratación

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CONDICIONES MÉDICAS QUE INTERFIEREN EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

1. Problemas cardíacos y circulatorios
2. Problemas respiratorios
3. Problemas musculoesqueléticos
4. Problemas metabólicos y nutricionales
5. Problemas mentales

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MEDICINA DEPORTIVA EN EL ÁMBITO DEPORTIVO

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 8. FATIGA DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO DE FATIGA DEPORTIVA

1. Causas y consecuencias

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE FATIGA

1. En función de las estructuras afectadas
2. En función de la duración de la fatiga

UNIDAD DIDÁCTICA 3. RECUPERACIÓN MUSCULAR

1. Recuperación muscular mecánica
2. Recuperación muscular nutricional

3. Recuperación muscular farmacológica

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ESTRATEGIAS COGNITIVAS PARA GESTIONAR LA FATIGA MUSCULAR

1. Estrategias cognitivas conscientes
2. Estrategias cognitivas no-conscientes.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. SÍNDROME DEL SOBREENTRENAMIENTO

1. Diagnóstico
2. Prevención
3. Tratamiento

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 9. MEDICAMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PRINCIPALES COMPONENTES DE LOS MEDICAMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE MEDICAMENTOS

1. Fármacos en el deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 3. USO Y ADMINISTRACIÓN DE LOS FÁRMACOS

1. Vía oral
2. Vía sublingual
3. Vía bucal
4. Vía respiratoria/inhalatoria
5. Vía nasal
6. Vía oftálmica
7. Vía ótica
8. Vía vaginal
9. Vía rectal
10. Vía cutánea o tópica
11. Vía parenteral

UNIDAD DIDÁCTICA 4. INTERFERENCIAS ENTRE MEDICAMENTOS

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 10. MEDICINA REGENERATIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. TERMINOLOGÍA DE LA MEDICINA REGENERATIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TECNICAS DE LA MEDICINA REGENERATIVA

1. Técnicas biológicas
2. Técnicas químicas
3. Técnicas físicas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOTERAPIA DESPUÉS DE INTERVENCIONES DE MEDICINA REGENERATIVA

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 11. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. REHABILITACIÓN COMO ESPECIALIDAD MÉDICA

1. Fases de las lesiones
 - Fase aguda
 - Fase de rehabilitación
 - Fase de entrenamiento
2. Fases de la rehabilitación
 - Fase de soporte
 - Fase de protección máxima
 - Fase de protección moderada
 - Fase de protección mínima o reeducación
 - Fase de rehabilitación avanzada
3. Consideraciones en la rehabilitación de deportistas con diversidad funcional

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN

1. Ejercicio terapéutico y preventivo
2. Crioterapia
3. Inmovilizaciones
4. Electroterapia
5. Hidroterapia
6. Termoterapia
7. Drenaje linfático manual
8. Kinesiterapia deportiva
9. Infiltración articular y muscular
10. Masaje deportivo
 - Beneficios y contraindicaciones
 - Tipos
 - Maniobras
11. Oxigenoterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 3. OTROS TRATAMIENTOS

1. Tratamiento ortopédico en las lesiones
2. Intervención quirúrgica

4. TECNOLOGÍA SANITARIA DEPORTIVA

1. Uso de la tecnología en la prevención de las lesiones.
2. Uso de la tecnología en la rehabilitación de las lesiones.
3. Innovaciones tecnológicas en implantes y prótesis deportivas

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 12. PSICOLOGÍA DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. RELACIÓN ENTRE LA PSICOLOGÍA Y LAS LESIONES DEPORTIVAS

1. Intervención psicológica para la prevención de lesiones
2. Intervención psicológica para el tratamiento de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FIGURA DEL PSICÓLOGO DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 3. INFLUENCIA DE LA PERSONALIDAD Y LA MOTIVACIÓN EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO

1. Bases de la personalidad
2. La motivación y sus tipos.
 - Motivación intrínseca
 - Motivación extrínseca
 - Motivación de logro
 - Motivación social
 - Motivación de poder
 - Motivación de afiliación

UNIDAD DIDÁCTICA 4. FORMACIÓN DEPORTIVA EN LOS DEPORTISTAS DE ÉLITE

1. Motivación y autoconfianza
2. Perfeccionismo y conformismo

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 13. EVALUACIÓN Y PAUTA DE TRATAMIENTO DEL DEPORTISTA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. HISTORIA CLÍNICA Y ANAMNESIS

1. Inspección y observación
2. Palpación y movilización
3. Valoración del funcionamiento
 - Clasificación Internacional de la Funcionalidad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DERIVACIÓN A UN ESPECIALISTA PARA LA VALORACIÓN DEL DAÑO

1. Pruebas funcionales específicas
2. Exploraciones complementarias
 - Radiografía
 - Ecografía
 - Resonancia magnética
 - Tomografía computarizada
 - Artroscopia

UNIDAD DIDÁCTICA 3. IMPORTANCIA DEL RECONOCIMIENTO MÉDICO DEPORTIVO PARA UN DIAGNÓSTICO PRECOZ

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DETERMINACIÓN DE UNA PAUTA DE TRATAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 5. READAPTACIÓN FÍSICO DEPORTIVA

1. Readaptación de la movilidad articular

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 14. PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. DAÑOS EN LA SALUD DE LOS TRABAJADORES

1. Etología

UNIDAD DIDÁCTICA 2. RIESGOS EN EL PUESTO DE TRABAJO

1. Riesgos físicos
2. Riesgos químicos
3. Riesgos biológicos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

1. Protección colectiva e individual
2. Ergonomía

UNIDAD DIDÁCTICA 4. MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA DEL PUESTO DE TRABAJO

UNIDAD DIDÁCTICA 5. DISEÑO DE UN PLAN DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

MÓDULO 15. PRIMEROS AUXILIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1.SITUACIONES DE URGENCIA

1. Valoración del enfermo
2. Criterios de urgencia y prioridad en la atención

UNIDAD DIDÁCTICA 2.ACTUACIONES DE SOPORTE VITAL BÁSICO

1. Evaluación del nivel de conciencia
2. Apertura de la vía aérea
3. Comprobación de la respiración
4. Restablecimiento de la circulación
5. Restablecimiento de la respiración
6. Reanimación cardiopulmonar

UNIDAD DIDÁCTICA 3.PROCEDIMIENTO DE PRIMEROS AUXILIOS

1. Asfixia
2. Lipotimia
3. Infarto de miocardio
4. Epilepsia
5. Heridas
6. Hemorragia
7. Quemaduras
8. Congelaciones
9. Esguinces
10. Luxaciones
11. Fracturas
12. Traumatismos cerebrales y cervicales

UNIDAD DIDÁCTICA 4.MOVILIDAD Y TRANSPORTE DE PERSONAS

1. 4.1. Transporte en camilla

RESUMEN

AUTOEVALUACIÓN

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTARIA