

Plan 205 Dip. en Fisioterapia

Asignatura 19025 FISIOTERAPIA DE LAS PRINCIPALES LESIONES DEPORTIVAS

Grupo 1

### Presentación

### Programa Básico

### Objetivos

Dar a conocer al alumno los conocimientos básicos sobre las patologías más comunes en la práctica deportiva, así como las características especiales de fisioterapia en el medio deportivo y de la competición.

### Programa de Teoría

Tema 1. Características generales de la lesión deportiva y de la fisioterapia aplicada al deporte. Tipos de lesiones deportivas más frecuentes. Generalidades del tratamiento fisioterápico. Tema 2. Lesiones musculares. Principales tipos y su tratamiento fisioterápico. Tema 3. Fisioterapia en las lesiones deportivas del hombro. Inestabilidad gleno-humeral. Tendinitis. Tema 4. Fisioterapia en las lesiones deportivas del codo. Epicondilitis. Epitrocleitis. E. de Panner. Tema 5. Fisioterapia en las lesiones deportivas de la cadera. Osteopatía dinámica del pubis. Bursitis trocanterea. Tema 6. Fisioterapia en las lesiones deportivas no quirúrgicas de la rodilla. Tendinitis. Osteocondritis. Desequilibrios rotulianos. Tema 7. Fisioterapia en el deportista intervenido de la rodilla. Fisioterapia de las rigideces de la rodilla operada. Tema 8. Fisioterapia en las lesiones deportivas del tobillo y del pie. Esguince recidivante del tobillo. Lesiones del T. de Aquiles. Talalgias y metatarsalgias. Tema 9. Fisioterapia en las lesiones deportivas del raquis. Hernia discal. Espondilolistesis. Tema 10. Características y medidas preventivas de la práctica deportiva en situaciones especiales: en el anciano, discapacitado, niño y la gestante. Tema 11. Electroterapia en la rehabilitación de las lesiones deportivas. Tema 12. Hidroterapia en la rehabilitación de las lesiones deportivas. Tema 13. Generalidades de la fisioterapia en el ciclista. Tema 14. Generalidades de la fisioterapia en el futbolista. Tema 15. Generalidades de la fisioterapia en el tenista.

### Programa Práctico

Programa Práctico:

- Tratamiento agudo de los atletas en el escenario de la lesión.
- Prevención de las principales lesiones deportivas.
  - Masaje deportivo :
    - Masaje pre-competición (de calentamiento)
    - Masaje post-competición (de descarga)
    - Masaje post-competición, específico en pantorrillas.
    - Drenaje linfático manual del miembro inferior.
- Tratamiento de las lesiones deportivas más frecuentes:
  - Contracturas musculares.
  - Esguinces.
  - Tendinitis.
  - Distensiones musculares.
  - Fascitis plantar.

---

- Pubalgias.

Evaluación:

La asistencia a las prácticas será obligatoria. Evaluación continua.

Bibliografía:

“Tratamiento y rehabilitación de las lesiones del atleta” Ed Femed. J.J.González.  
“Lesiones deportivas. Prevención y tratamiento” Ed.Jims. Lars Peterson,Per Renström.  
“Masaje terapéutico y deportivo” Ed. Mandala. J. Vázquez Gallego.  
“Estiramientos analíticos manuales” Ed. Panamericana. Henri Neiger.  
“Fisioterapia:Exploración, técnicas, tratamientos y RHB” Ed.Bellaterra. B.Kolster.  
“Técnicas Manuales: Masoterapia” Ed. Masson. Sebastián Canamasas.

---

## Evaluación

Examen: al final del curso. Modalidad: Escrito.

---

## Bibliografía

Guillet, R.; Genéty, J.: "Manual de Medicina del Deporte". \* Vademecum. \* EMQ.

---