

Asignatura. Kinesiología y Fisioterapia Deportiva

Carrera: Licenciatura en Kinesiología y Fisiatría

Ciclo Lectivo: 2016

Docente: Licenciado Núñez Martín

Carga Horaria: 3 horas Semanales

Tipo de Asignatura: Teórica –Practica

Fundamentación:

En las últimas décadas se ha puesto en evidencia la creciente demanda por parte de la sociedad de las diversas modalidades de la actividad física y a su vez se incrementó la participación en las prácticas deportivas.

Ambos aspectos - demanda y participación - persiguen el bienestar bio- psico-físico de los integrantes de la referida sociedad.

Resulta importante destacar la interpretación y abordaje a tener en cuenta sobre la masiva y demandante incorporación a estas actividades por parte de personas de la tercera edad, además de contemplar la situación de aquellos individuos que eligen al deporte como una opción de vida.

Esta situación ha arrojado como consecuencia, un incesante y preocupante incremento de lesiones y afecciones derivadas del deporte y de la actividad física. En este orden, la demanda aludida ha originado y obtuvo respuestas parciales provenientes de diversos ámbitos disciplinares pertenecientes al campo de la salud.

A partir de lo planteado y teniendo en cuenta la constante evolución y desarrollo científico de las distintas áreas de conocimiento que abordan y aportan sus resultados a la problemáticas del deporte, se impone en la actualidad abandonar prácticas e intervenciones que privilegian modalidades individuales, y propiciar la formación de equipos de trabajo que promuevan espacios de producción multidisciplinar con el objeto de desarrollar distintas estrategias que favorezcan la inserción de los individuos que desarrollan diversas actividades físicas.

En este contexto la especialización en Kinesiología y Fisioterapia Deportiva debe ser capaz de responder a las necesidades y demandas de intervención integral de la Kinesiología Deportiva, a través de una formación teórico práctica que se sustente sobre la base de criterios científicos y le permita interactuar a partir del reconocimiento de sus roles y funciones. Esta formación requiere conocer y profundizar el aporte de múltiples disciplinas que realizan al abordaje de la actividad física y del deporte. Ello debe permitir generar una visión e interpretación integral, desde la cual se desarrollen estrategias de formación específica, para dotar al profesional de medios y recursos que le brinden las herramientas terapéuticas para aplicar racionalmente las acciones kinésicas.

Es imprescindible tener en cuenta que el deporte requiere y exige tanto un abordaje multidisciplinar como una interpretación multifactorial, para que el desarrollo de la

siguiente propuesta de Especialización en Kinesiología y Fisioterapia del Deporte se plantee como un proyecto científico-académico cuyo objetivo fundamental apunte a dar respuesta a esta situación que se genera a partir de la práctica deportiva y la actividad física.

Este marco persigue priorizar la gestión y el trabajo del equipo interdisciplinario así como sostener que las intervenciones profesionales específicas del kinesiólogo deben estar centradas en prácticas actualizadas sobre evaluación, prevención y terapéutica.

Objetivos

Que el alumno logre:

- Conocer los diferentes abordajes terapéuticos en los diferentes deportes.
- Conocer diferentes protocolos de rehabilitación
- Conocer las demandas y necesidades en la intervención integral de la Kinesiología y Fisiología Deportiva

Contenidos Mínimos.

Kinefisiología Deportiva: Concepto. Generalidades. Clasificación de las lesiones deportivas. Entrenamiento. Normativa de cargas. Preparación para el esfuerzo. Recuperación del esfuerzo. Sobreentrenamiento. Restitución.

Cualidades físicas (V.A.R.F.). Definición. Generalidades Pruebas de evaluación.

Entrenamiento de Rehabilitación. Metodología de entrenamiento a utilizar para rehabilitar por medio de la fuerza, agilidad, resistencia y velocidad. Kineantropometría.

Concepto. Objeto de estudio. Composición corporal. Métodos de determinación.

Somatotipo. Componentes. Mediciones. Somatocarta. Determinación del peso.

Kinefisiología Deportiva: Concepto. Generalidades. Clasificación de las lesiones deportivas. Entrenamiento. Normativa de cargas. Preparación para el esfuerzo. Recuperación del esfuerzo. Sobreentrenamiento. Restitución.

Cualidades físicas (V.A.R.F.). Definición. Generalidades Pruebas de evaluación.

Entrenamiento de Rehabilitación. Metodología de entrenamiento a utilizar para rehabilitar por medio de la fuerza, agilidad, resistencia y velocidad. Kineantropometría.

Concepto. Objeto de estudio. Composición corporal. Métodos de determinación.

Somatotipo. Componentes. Mediciones. Somatocarta. Determinación del peso.

Masajes en el deportista: Filáctico y terapéutico. Técnicas especiales de rehabilitación utilizadas en deportes: Crioterapia, Contrastes, Sauna. Vendajes y técnicas de inmovilización. Vendajes funcionales, curativos, rígidos, duros, mixtos, etc. Materiales y elementos para las inmovilizaciones: Férulas, Valvas. Técnicas especiales de rehabilitación en deportes: Estimulación propioceptiva. Lesiones musculares. Contracturas. Desgarros. Tendinitis. Tratamiento especial de rehabilitación deportiva. Lesiones articulares (no quirúrgica): Esguinces, luxaciones, etc.

Tratamientos especiales de rehabilitación deportiva. Lesiones que se sometieron a tratamiento quirúrgico. Farmacología en lesiones deportivas. Doping: Clasificación.

Acción fisiológica-efectos colaterales.

Biomecánica y lesiones deportivas: Fútbol, Natación, Gimnasia, Atletismo, Softbol, Béisbol, Voleibol, Squash, Andinismo, Basketball, Golf, Esquí Acuático, Esquí de

Nieve, Rugby, Handball, Surf, Wind Surf, Hockey sobre patines y sobre césped, Ciclismo, Paddle, Tenis, Polo, Boxeo y Artes marciales.

Contenidos Temáticos

UNIDAD 1

Kinesiología Deportiva – Concepto-Generalidades
Función de los integrantes del Cuerpo Medico-Técnico
Actividad y Rol del Kinesiólogo
Entrenamientos-vestuario-concentración-pretemporada-competencia
Factores que influyen en la performance y producción de lesiones
Encógenos-Exógenos
Clasificación de lesiones deportivas
Alopatías –Accidentales
Deporte formativo-recreativo-competitivo

UNIDAD 2

Entrenamiento
Definición
Normativa de cargas
Técnicas de carga-arranque -envión
Preparación para el esfuerzo
Recuperación del esfuerzo
Sobrentrenamiento
Fisiología del ejercicio-sistema energético
Diferentes formas de entrenamiento
Capacidades y cualidades físicas
V.A.R.F
Definición –Generalidades-test

UNIDAD 3

Entrenamiento de la rehabilitación
Concepto
Generalidades
Clasificación
Metodología de la rehabilitación
Fuerza –Resistencia- Velocidad
Core Stability

UNIDAD 4

Tratamientos en la rehabilitación Deportiva
Lesiones musculares
Lesiones articulares
Lesiones tendinosas
Lesiones no quirúrgicas miembro superior e inferior
Biomecánica y gestos deportivos

Tenis
Paddle
Squash
Boxeo
Artes Marciales

UNIDAD 5

Tratamientos especiales
Propiocepción
Test –evaluación –reevaluación
Biomecánica y análisis de marcha
Lesiones en rodilla
Meniscales
Ligamentarias
Técnicas quirúrgicas Menisectomias LCA-LCP
Protocolos de rehabilitación
Cadenas Cinemáticas
Hidroterapia
Técnicas Osteopáticas
Rugby
Hándbol
Surf
Wind surf

UNIDAD 6

Tratamientos especiales Miembro superior
Hombro
Síndrome de impingment-clasificación-maniobras-
Lesión slap-bankart-ruptura
Técnicas Quirúrgicas
Epicondilitis-epitrocleitis
Prevención –trabajos de campo-sobrecarga
Propiocepción
Hockey sobre patines
Hockey sobre césped
Gimnasia
Ciclismo

UNIDAD 7

Farmacología
Doping
Definición
Clasificación
Acción Fisiológica
Efectos colaterales

Pubalgia clasificación-evaluación funcional-tratamiento quirúrgico
Terapia física
Trabajos de campo
Fútbol
Natación

UNIDAD 8

Kineantropometría
Concepto-Objetivo del estudio
Composición corporal
Somatotipo
Determinación del peso
Atletismo
Softbol
Béisbol

UNIDAD 9

Masajes terapéuticos
Filático-terapéutico-técnicas
Crioterapia
Contrastes
Sauna
Fisioterapia CAME Reddy tens
Lesiones en tobillo
Basketball
Golf
Esquí

UNIDAD 10

Vendajes técnicas.
Diferentes técnicas
Taping neuromuscular
Strapal
Tensoplast
Miembro superior inferior
Rpg
Vóley
Polo
Andinismo

Trabajos de campo-primeros auxilios
Medidas preventivas – en campo de juego
RCP
Inmovilizaciones

Bibliografía obligatoria

- Albert, M. (1999). Entrenamiento muscular excéntrico en deportes y ortopedia. Paidotribo.
- Anselmi, H. E. (2007). Actualizaciones sobre entrenamiento de la potencia. L'autor.
- Bahr, R., & Maehlum, S. (2007). Lesiones deportivas: Diagnóstico, tratamiento y rehabilitación. Ed. Médica Panamericana.
- Bové, T. El vendaje funcional, Edit.
- Chicharro, J. L., & Vaquero, A. F. (2006). Fisiología del ejercicio/Physiology of Exercise. Ed. Médica Panamericana
- De Hegedüs, J. (1988). La ciencia del entrenamiento deportivo. Editorial Stadium SRL.
- Kulund, D. N. (1986). Lesiones del deportista. Salvat Editores.
- Prentice, W. E. (2001). Técnicas de rehabilitación en medicina deportiva (Vol. 44). Editorial Paidotribo.
- Silberman, F. S., & Varaona, O. (2011). Ortopedia y Traumatología/Orthopedics and Traumatology. Ed. Médica Panamericana.
- Ricard, F., & Salle, J. L. (2003). Tratado de osteopatía. Ed. Médica Panamericana.

Modalidad de Cursado. Clases Teóricas-Prácticas-Talleres-Trabajos Prácticos-Trabajos de Campo

Régimen de Aprobación

Para aprobar la asignatura el alumno deberá cumplimentar con el 75 % de asistencia a las clases y aprobar las evaluaciones previstas. La forma de evaluación consistirá en dos parciales, dos trabajos prácticos y un examen final. Esta asignatura puede aprobarse por promoción directa, y en caso de no lograr la misma se aprobará por final si se han aprobado los parciales y los trabajos finales. Los sistemas de aprobación son los consignados en el Reglamento Académico vigente aprobado por Resolución (R): 43/14.

Pueden **promocionar** aquellos alumnos que obtengan 7 (siete) o más puntos de promedio entre todas las instancias evaluativas, sean éstas parciales o sus recuperatorios, debiendo tener una nota igual o mayor a seis (6) puntos en cada una de éstas.

Deberán realizar el **examen final regular** aquellos/as alumnos/as que hayan obtenido una calificación de al menos de 4 (cuatro) y no se encuentren en las condiciones de promoción. El examen final regular se aprobará con una nota no inferior a 4 (cuatro) puntos. Puede ser tomado a través de un examen oral o escrito.