

Asignatura: Kinesiología y Fisioterapia Deportiva
Carrera: Licenciatura en Kinesiología-Fisiatría
Ciclo Lectivo: 2018
Docente: Licenciado Núñez Martín
Carga Horaria: 3 horas Semanales
Tipo de Asignatura: Teórica –Práctica

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 Fisiatría Deportiva

Contenidos Mínimos.

Kinefisiatría 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.

Kinesioterapia 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 Médico-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 Alopáticas –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
Ligamentaria
s
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 impigment-clasificación-maniobras-
Lesión slap-bankart-ruptura
Técnicas Quirúrgicas
Epicondilitis-epitroqleiti
s
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

Basketbal

I Golf

Esquí

UNIDAD 10

Vendajes técnicas.

Diferentes técnicas
Taping neuromuscular
Strapal
Tensoplast
Miembro superior inferior
Rpg
Vóley
Polo
Andinism
o

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.

Propuesta pedagógico- didáctica:

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.