

Máster Semipresencial

Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas

Avalado por la NBA





Máster Semipresencial

Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Global University

Créditos: 60 + 4 ECTS

Acceso web: www.techtute.com/ciencias-del-deporte/master-semipresencial/master-semipresencial-prevencion-readaptacion-lesiones-deportivas

Índice

01	02	03	04
Presentación del programa	¿Por qué estudiar en TECH?	Plan de estudios	Objetivos docentes
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<i>pág. 4</i>	<i>pág. 8</i>	<i>pág. 12</i>	<i>pág. 18</i>
	05	06	07
	Prácticas	Centros de prácticas	Salidas profesionales
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	<i>pág. 24</i>	<i>pág. 30</i>	<i>pág. 34</i>
	08	09	10
	Metodología de estudio	Cuadro docente	Titulación
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	<i>pág. 38</i>	<i>pág. 48</i>	<i>pág. 56</i>

01

Presentación del programa

La Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas se ha convertido en una prioridad dentro del ámbito del rendimiento físico, especialmente ante el aumento sostenido de afecciones musculoesqueléticas vinculadas a la práctica competitiva. Según un estudio del Consejo Superior de Deportes de España, más del 45 % de las lesiones atendidas en el ámbito federado corresponden a recaídas o a una readaptación inadecuada tras una lesión previa. En respuesta a esta problemática, TECH Global University impulsa un programa universitario centrado en reducir estos índices. Este se estructura inicialmente en una modalidad online, que permite el desarrollo de competencias teóricas con flexibilidad, y se complementa posteriormente con una etapa práctica intensiva, orientada a la aplicación directa de conocimientos en contextos deportivos especializados.





“

Este programa universitario te brinda una metodología orientada al abordaje riguroso de la Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas”

Actualmente, abordar el cuidado físico desde una perspectiva preventiva se ha vuelto indispensable en el ámbito deportivo. Por ejemplo, las estrategias orientadas a evitar lesiones y facilitar su readaptación no solo optimizan el rendimiento, sino que también prolongan la vida útil del deportista, reduciendo el riesgo de recaídas y mejorando su calidad de vida. Este enfoque cobra especial relevancia ante el aumento de prácticas deportivas recreativas y de alto rendimiento, donde se requiere un seguimiento riguroso, individualizado y actualizado.

En este contexto, el plan de estudios diseñado por TECH Global University ofrece un abordaje integral que articula conocimientos teóricos con aplicaciones concretas. A lo largo del programa universitario, se profundizará en aspectos clave como el entrenamiento personalizado, donde se analizará la adaptación individual a diferentes cargas y métodos. Asimismo, se explorará la valoración fitness desde una mirada funcional, útil para diagnosticar y planificar objetivos de mejora. Por otro lado, se incorporarán diversas modalidades de ejercicio con el fin de ajustar las rutinas a distintos perfiles físicos, niveles de exigencia y contextos de intervención.

Gracias a este enfoque, quienes completen este recorrido accederán a herramientas actualizadas para desenvolverse en entornos deportivos de alta exigencia. De hecho, no solo adquirirán criterios técnicos para diseñar programas preventivos eficaces, sino que también desarrollarán habilidades prácticas para guiar procesos de recuperación adaptados a cada situación. De este modo, estarán capacitados para implementar intervenciones seguras, eficientes y sostenibles, incluso en escenarios competitivos o de retorno post - lesión.

En cuanto a la metodología, TECH Global University propone un modelo atractivo y flexible. Primero, se accederá a contenidos en línea cuidadosamente estructurados, que combinan material avanzado con recursos didácticos de alto nivel. Posteriormente, se realizará una fase práctica en una entidad reconocida, donde se consolidan los saberes adquiridos mediante experiencias reales. Además, se contará con unos Directores Invitados Internacionales de prestigio, quienes impartirán unas rigurosas *Masterclasses* exclusivas.

Este **Máster Semipresencial en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- Desarrollo de más de 100 casos presentados por profesionales de ciencias del deporte expertos en Lesiones Deportivas y profesores universitarios de amplia experiencia en la Prevención y Readaptación
- Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información imprescindible sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- Planes integrales de actuación sistematizada ante las principales Lesiones Deportivas en el proceso de Prevención y Readaptación
- Presentación de talleres prácticos sobre técnicas preventivas y de rehabilitación aplicadas a la Lesión Deportiva
- Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones en el diseño de programas de Prevención y Readaptación
- Guías de práctica clínica sobre el abordaje de las diferentes Lesiones Deportivas en distintas fases del proceso de recuperación
- Con un especial hincapié en la medicina basada en pruebas y las metodologías de investigación en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas
- Todo esto se complementará con lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet
- Además, podrás realizar una estancia de prácticas en una de las mejores empresas



TECH Global University te ofrece acceso a exclusivas masterclasses llevadas a cabo por reconocidos Directores Invitados Internacionales”

“

Esta titulación universitaria representa la propuesta académica más actual del mercado y te garantizará una actualización inmediata y rigurosa”

En esta propuesta de Máster, de carácter profesionalizante y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización de profesionales que desarrollan sus funciones en la Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas, y que requieren un alto nivel de cualificación. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica deportiva, y los elementos teórico-prácticos facilitarán la actualización del conocimiento y permitirán la toma de decisiones en el manejo del afectado.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional del deporte un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa está basado en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del mismo. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

Diseñarás programas de recuperación funcional personalizados, asegurando los más altos estándares de calidad con el respaldo de TECH Global University.

Gestionarás el control del progreso en la recuperación de Lesiones Deportivas, realizando ajustes según la evolución del atleta.



02

¿Por qué estudiar en TECH?

TECH es la mayor Universidad digital del mundo. Con un impresionante catálogo de más de 14.000 programas universitarios, disponibles en 11 idiomas, se posiciona como líder en empleabilidad, con una tasa de inserción laboral del 99%. Además, cuenta con un enorme claustro de más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional.



“

Estudia en la mayor universidad digital del mundo y asegura tu éxito profesional. El futuro empieza en TECH”

La mejor universidad online del mundo según FORBES

La prestigiosa revista Forbes, especializada en negocios y finanzas, ha destacado a TECH como «la mejor universidad online del mundo». Así lo han hecho constar recientemente en un artículo de su edición digital en el que se hacen eco del caso de éxito de esta institución, «gracias a la oferta académica que ofrece, la selección de su personal docente, y un método de aprendizaje innovador orientado a formar a los profesionales del futuro».

Forbes
Mejor universidad
online del mundo

Plan
de estudios
más completo

Los planes de estudio más completos del panorama universitario

TECH ofrece los planes de estudio más completos del panorama universitario, con temarios que abarcan conceptos fundamentales y, al mismo tiempo, los principales avances científicos en sus áreas científicas específicas. Asimismo, estos programas son actualizados continuamente para garantizar al alumnado la vanguardia académica y las competencias profesionales más demandadas. De esta forma, los títulos de la universidad proporcionan a sus egresados una significativa ventaja para impulsar sus carreras hacia el éxito.

El mejor claustro docente top internacional

El claustro docente de TECH está integrado por más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional. Catedráticos, investigadores y altos ejecutivos de multinacionales, entre los cuales se destacan Isaiah Covington, entrenador de rendimiento de los Boston Celtics; Magda Romanska, investigadora principal de MetaLAB de Harvard; Ignacio Wistumba, presidente del departamento de patología molecular traslacional del MD Anderson Cancer Center; o D.W Pine, director creativo de la revista TIME, entre otros.

Profesorado
TOP
Internacional



La metodología
más eficaz

Un método de aprendizaje único

TECH es la primera universidad que emplea el *Relearning* en todas sus titulaciones. Se trata de la mejor metodología de aprendizaje online, acreditada con certificaciones internacionales de calidad docente, dispuestas por agencias educativas de prestigio. Además, este disruptivo modelo académico se complementa con el "Método del Caso", configurando así una estrategia de docencia online única. También en ella se implementan recursos didácticos innovadores entre los que destacan vídeos en detalle, infografías y resúmenes interactivos.

La mayor universidad digital del mundo

TECH es la mayor universidad digital del mundo. Somos la mayor institución educativa, con el mejor y más amplio catálogo educativo digital, cien por cien online y abarcando la gran mayoría de áreas de conocimiento. Ofrecemos el mayor número de titulaciones propias, titulaciones oficiales de posgrado y de grado universitario del mundo. En total, más de 14.000 títulos universitarios, en once idiomas distintos, que nos convierten en la mayor institución educativa del mundo.

nº1
Mundial
Mayor universidad
online del mundo

La universidad online oficial de la NBA

TECH es la universidad online oficial de la NBA. Gracias a un acuerdo con la mayor liga de baloncesto, ofrece a sus alumnos programas universitarios exclusivos, así como una gran variedad de recursos educativos centrados en el negocio de la liga y otras áreas de la industria del deporte. Cada programa tiene un currículo de diseño único y cuenta con oradores invitados de excepción: profesionales con una distinguida trayectoria deportiva que ofrecerán su experiencia en los temas más relevantes.

Líderes en empleabilidad

TECH ha conseguido convertirse en la universidad líder en empleabilidad. El 99% de sus alumnos obtienen trabajo en el campo académico que ha estudiado, antes de completar un año luego de finalizar cualquiera de los programas de la universidad. Una cifra similar consigue mejorar su carrera profesional de forma inmediata. Todo ello gracias a una metodología de estudio que basa su eficacia en la adquisición de competencias prácticas, totalmente necesarias para el desarrollo profesional.



Google Partner Premier

El gigante tecnológico norteamericano ha otorgado a TECH la insignia Google Partner Premier. Este galardón, solo al alcance del 3% de las empresas del mundo, pone en valor la experiencia eficaz, flexible y adaptada que esta universidad proporciona al alumno. El reconocimiento no solo acredita el máximo rigor, rendimiento e inversión en las infraestructuras digitales de TECH, sino que también sitúa a esta universidad como una de las compañías tecnológicas más punteras del mundo.



La universidad mejor valorada por sus alumnos

Los alumnos han posicionado a TECH como la universidad mejor valorada del mundo en los principales portales de opinión, destacando su calificación más alta de 4,9 sobre 5, obtenida a partir de más de 1.000 reseñas. Estos resultados consolidan a TECH como la institución universitaria de referencia a nivel internacional, reflejando la excelencia y el impacto positivo de su modelo educativo.



03

Plan de estudios

Este itinerario académico destaca contenidos fundamentales como anatomía funcional, kinesiología aplicada y el abordaje de lesiones frecuentes en deportistas, esenciales para el desempeño profesional en el ámbito deportivo. Gracias a una estructura teórica y práctica cohesionada, este programa universitario permitirá al alumnado comprender con profundidad la biomecánica del movimiento y su relación con las patologías musculoesqueléticas. Además, se analizarán casos clínicos que facilitarán la toma de decisiones en contextos reales. Así, se favorecerá el desarrollo de competencias avanzadas para identificar factores de riesgo, intervenir de forma temprana y diseñar estrategias específicas de prevención y recuperación adaptadas a cada perfil atlético.



“

Explorarás la biomecánica del movimiento y su relación con las patologías musculoesqueléticas a través de contenidos didácticos presentados en formatos multimedia innovadores”

Módulo 1. El entrenamiento personal

- 1.1. Entrenamiento personal
- 1.2. Entrenamiento de flexibilidad
- 1.3. Entrenamiento de resistencia y cardiorrespiratorio
- 1.4. Conceptos de entrenamiento
- 1.5. Entrenamiento de equilibrio
- 1.6. Entrenamiento pliométrico
 - 1.6.1. Principios del entrenamiento pliométrico
 - 1.6.2. Diseño de un programa de entrenamiento pliométrico
- 1.7. Entrenamiento de velocidad y agilidad
- 1.8. Entrenamiento de fuerza
- 1.9. Diseño de programas integrados para un óptimo rendimiento
- 1.10. Modalidades de ejercicio

Módulo 2. Trabajo preventivo para la práctica deportiva

- 2.1. Factores de riesgo en el deporte
- 2.2. Trabajo con ejercicios en Mat
- 2.3. Reformer y Cadillac
- 2.4. Silla Wunda
- 2.5. *Stretching* Global Activo y Reeducción Postural Global
- 2.6. FITBALL
- 2.7. TRX
- 2.8. *Body Pump*
- 2.9. Medicine Ball y Kettlebells
- 2.10. *Thera Band*
 - 2.10.1. Ventajas y propiedades
 - 2.10.2. Ejercicios individuales
 - 2.10.3. Ejercicios por parejas
 - 2.10.4. Programas de entrenamiento

Módulo 3. Estructura del aparato locomotor

- 3.1. Posición Anatómica, ejes y planos
- 3.2. Hueso
- 3.3. Articulaciones
 - 3.3.1. Etiología
 - 3.3.2. Sinartrosis
 - 3.3.3. Anfiartrosis
 - 3.3.4. Diartrosis
- 3.4. Cartílago
- 3.5. Tendones y Ligamentos
- 3.6. Musculoesquelético
- 3.7. Desarrollo del sistema musculoesquelético
- 3.8. Componentes del sistema musculoesquelético
- 3.9. Control nervioso de los músculos esqueléticos
- 3.10. Contracción muscular
 - 3.10.1. Funcionamiento de la contracción muscular
 - 3.10.2. Tipos de contracción muscular
 - 3.10.3. Bioenergética muscular

Módulo 4. Valoración *fitness*, funcional y biomecánica

- 4.1. Anatomía y kinesiólogía
- 4.2. Ciencia del movimiento humano
- 4.3. Biomecánica aplicada
- 4.4. La consulta inicial del cliente
- 4.5. Protocolos y normas de pruebas de estado físico
- 4.6. Evaluación del movimiento funcional
 - 4.6.1. Detección, prueba y evaluación del movimiento
 - 4.6.2. *Functional Movement Screen* (FMS)
 - 4.6.3. Evaluación selectiva del movimiento funcional
 - 4.6.4. Pruebas específicas de rendimiento funcional
- 4.7. Valoración nutricional, evaluación genética, bioquímica y calidad de vida

- 4.8. Biomecánica
 - 4.8.1. Fundamentos biomecánicos
 - 4.8.2. Biomecánica del movimiento humano
 - 4.8.3. Control muscular del movimiento
 - 4.8.4. Biomecánica del ejercicio de resistencia
- 4.9. Evaluación de la forma física
- 4.10. Detección y estratificación de riesgos

Módulo 5. Lesiones frecuentes en deportistas

- 5.1. Lesiones de hombro en deportes
 - 5.1.1. Aspectos relevantes del hombro
 - 5.1.2. Lesiones y trastornos relacionados con la inestabilidad aguda y crónica del hombro
 - 5.1.3. Lesiones claviculares
 - 5.1.4. Lesiones nerviosas en la región del hombro
 - 5.1.5. Lesiones del plexo braquial
- 5.2. Lesiones en la parte superior del brazo
- 5.3. Lesiones del codo en el deporte
- 5.4. Lesiones de antebrazo, muñeca y mano en el deporte
- 5.5. Lesiones en la cabeza y la cara en el deporte
- 5.6. Lesiones de garganta, pecho y abdominales en el deporte
- 5.7. Lesiones de espalda / columna vertebral en el deporte
 - 5.7.1. Aspectos relevantes a la espalda y columna vertebral
 - 5.7.2. Diagnóstico del dolor de espalda
 - 5.7.3. Lesiones de cuello y zona cervical
 - 5.7.4. Lesiones de la zona torácica y lumbar
- 5.8. Lesiones de la articulación de la cadera, la pelvis y en la zona inguinal en el deporte
- 5.9. Lesiones en muslos, rodillas y piernas en el deporte
- 5.10. Lesiones de tobillo y pie en el deporte

Módulo 6. Ejercicio para la readaptación de Lesiones Deportivas

- 6.1. Actividad y ejercicio físicos para la mejora de la salud
- 6.2. Clasificación y criterios de selección de ejercicios y movimientos
- 6.3. Principios del entrenamiento deportivo
 - 6.3.1. Principios biológicos
 - 6.3.1.1. Unidad funcional
 - 6.3.1.2. Multilateralidad
 - 6.3.1.3. Especificidad
 - 6.3.1.4. Sobrecarga
 - 6.3.1.5. Supercompensación
 - 6.3.1.6. Individualización
 - 6.3.1.7. Continuidad
 - 6.3.1.8. Progresión
 - 6.3.2. Principios pedagógicos
 - 6.3.2.1. Transferencia
 - 6.3.2.2. Eficacia
 - 6.3.2.3. Estimulación voluntaria
 - 6.3.2.4. Accesibilidad
 - 6.3.2.5. Periodización
- 6.4. Técnicas aplicadas al tratamiento de la lesión deportiva
- 6.5. Protocolos específicos de actuación
- 6.6. Fases del proceso de recuperación orgánica y recuperación funcional
- 6.7. Diseño de ejercicios preventivos
- 6.8. Ejercicios físicos específicos por grupos musculares
- 6.9. Reeducción propioceptiva
 - 6.9.1. Bases del entrenamiento propioceptivo y kinestésico
 - 6.9.2. Consecuencias propioceptivas de la lesión
 - 6.9.3. Desarrollo de la propiocepción deportiva
 - 6.9.4. Materiales para el trabajo de la propiocepción
 - 6.9.5. Fases de la reeducación propioceptiva
- 6.10. Práctica deportiva y actividad durante el proceso de recuperación

Módulo 7. Patologías frecuentes del aparato locomotor

- 7.1. Cervicalgia, Dorsalgia y Lumbalgia
- 7.2. Escoliosis
- 7.3. Hernia Discal
- 7.4. Tendinitis de hombro
- 7.5. Epicondilitis
 - 7.5.1. Epidemiología
 - 7.5.2. Anatomía patológica
 - 7.5.3. Clínica
 - 7.5.4. Diagnóstico
 - 7.5.5. Tratamiento
- 7.6. Artrosis de cadera
- 7.7. Gonartrosis
- 7.8. Fascitis Plantar
 - 7.8.1. Conceptualización
 - 7.8.2. Factores de riesgo
 - 7.8.3. Sintomatología
 - 7.8.4. Tratamientos
- 7.9. *Hallux Valgus* y Pie Plano
- 7.10. Esguince de tobillo

Módulo 8. Ejercicio para la recuperación funcional

- 8.1. Entrenamiento funcional y rehabilitación avanzada
 - 8.1.1. Función y rehabilitación funcional
 - 8.1.2. Propiocepción, receptores y control neuromuscular
 - 8.1.3. Sistema nervioso central: integración del control motor
 - 8.1.4. Principios para la prescripción de ejercicio terapéutico
 - 8.1.5. Restablecimiento de la propiocepción y control neuromuscular
 - 8.1.6. El modelo de rehabilitación de 3 fases
- 8.2. La ciencia del pilates para la rehabilitación
- 8.3. Principios del pilates
- 8.4. Integración del pilates en la rehabilitación

- 8.5. Metodología y aparatos necesarios para una práctica efectiva
- 8.6. La columna cervical y torácica
- 8.7. La columna lumbar
- 8.8. El hombro y la cadera
- 8.9. La rodilla
- 8.10. El pie y el tobillo

Módulo 9. Nutrición para la Readaptación y recuperación funcional

- 9.1. Alimentación integral como elemento clave en la prevención y recuperación de lesiones
- 9.2. Carbohidratos
- 9.3. Proteínas
- 9.4. Grasas
 - 9.4.1. Saturadas
 - 9.4.2. Insaturadas
 - 9.4.2.1. Monoinsaturadas
 - 9.4.2.2. Poliinsaturadas
- 9.5. Vitaminas
 - 9.5.1. Hidrosolubles
 - 9.5.2. Liposolubles
- 9.6. Minerales
 - 9.6.1. Macrominerales
 - 9.6.2. Microminerales
- 9.7. Fibra
- 9.8. Agua
- 9.9. Fitoquímicos
 - 9.9.1. Fenoles
 - 9.9.2. Tioles
 - 9.9.3. Terpenos
- 9.10. Complementos alimenticios para la prevención y recuperación funcional



Módulo 10. *Coaching y business* del entrenador personal

- 10.1. El comienzo del entrenador personal
- 10.2. Coaching para el entrenador personal
- 10.3. Instauración de hábitos de vida saludable
 - 10.3.1. Fundamentos básicos del ejercicio físico
 - 10.3.2. Respuestas agudas del ejercicio
 - 10.3.3. Efectos del ejercicio sobre el rendimiento
 - 10.3.3.1. Resistencia
 - 10.3.3.2. Fuerza y potencia
 - 10.3.3.3. Equilibrio
 - 10.3.4. Efectos del ejercicio sobre la salud
 - 10.3.4.1. Salud física
 - 10.3.4.2. Salud mental
- 10.4. Necesidad de cambios conductuales
- 10.5. El entrenador personal y la relación con el cliente
- 10.6. Herramientas de motivación
 - 10.6.1. Exploración apreciativa
 - 10.6.2. Entrevista motivacional
 - 10.6.3. Construcción de experiencias positivas
- 10.7. Psicología para el entrenador personal
- 10.8. Carrera profesional del entrenador personal
- 10.9. Diseño y mantenimiento de instalaciones y materiales
- 10.10. Aspectos legales del entrenamiento personal

“

Accederás a una propuesta con metodología online y enfoque práctico, basada en conocimientos transmitidos por expertos”

04

Objetivos docentes

TECH Global University tiene como finalidad brindar herramientas necesarias para que los profesionales se desempeñen en un sector altamente dinámico. De hecho, gracias a los módulos establecidos, el profesional implementará herramientas de motivación aplicadas al rendimiento físico, integrándolas como parte de su intervención habitual. También incorporará estrategias de *coaching* que potenciarán la adherencia y la evolución del deportista, mejorando así su capacidad para guiar procesos de mejora continua. Estas competencias resultan esenciales para acompañar de forma efectiva a quienes buscan destacar en este sector, consolidando una práctica basada en el compromiso, la técnica y el seguimiento personalizado.



“

Ponte al día en los usos de la nutrición en los procesos de regeneración tisular y equilibrio metabólico, aplicados a la recuperación funcional y prevención de lesiones”



Objetivo general

- Esta titulación universitaria está diseñada para que el profesional adquiera conocimientos sólidos en la recuperación funcional, comprendiendo diversos factores como el impacto de la nutrición en los procesos de regeneración tisular y equilibrio metabólico. Asimismo, obtendrá habilidades para integrar ejercicios preventivos en rutinas adaptadas a diferentes perfiles, favoreciendo la continuidad del rendimiento y la disminución del riesgo de nuevas lesiones. También incorporará criterios científicos para intervenir de manera efectiva en la mejora de la salud general del deportista. Así, el alumnado consolidará una práctica basada en la evidencia, orientada a la recuperación integral y al fortalecimiento del estado físico.





Objetivos específicos

Módulo 1. El entrenamiento personal

- ♦ Diseñar programas de entrenamiento personal adaptados a las necesidades específicas de los deportistas
- ♦ Desarrollar entrenamientos de core, optimizando la estabilidad y el rendimiento físico
- ♦ Aplicar métodos de entrenamiento pliométrico para mejorar la velocidad y agilidad del atleta
- ♦ Crear programas integrados que combinen resistencia, flexibilidad y fuerza para un rendimiento equilibrado

Módulo 2. Trabajo preventivo para la práctica deportiva

- ♦ Identificar factores de riesgo en la práctica deportiva y aplicar estrategias preventivas
- ♦ Utilizar diferentes equipos como Mat, Reformer y Cadillac para ejercicios de prevención
- ♦ Aplicar técnicas de *Stretching* Global Activo y Reeducción Postural Global para mejorar la movilidad
- ♦ Diseñar programas de entrenamiento preventivo utilizando herramientas como FITBALL, TRX y *Thera Band*

Módulo 3. Estructura del aparato locomotor

- ♦ Comprender la posición anatómica, los ejes y los planos para una correcta evaluación del aparato locomotor
- ♦ Analizar la estructura y función de huesos, articulaciones y cartílago en el sistema musculoesquelético
- ♦ Examinar el desarrollo y componentes del sistema musculoesquelético, con énfasis en tendones y ligamentos
- ♦ Profundizar en los procesos de contracción muscular, incluyendo tipos, funcionamiento y bioenergética muscular

Módulo 4. Valoración *fitness*, funcional y biomecánica

- ♦ Aplicar anatomía y kinesiología para valorar el movimiento y la funcionalidad del cuerpo
- ♦ Implementar pruebas de estado físico para evaluar el rendimiento y la capacidad funcional
- ♦ Evaluar el movimiento funcional utilizando el *Functional Movement Screen* (FMS) y otras pruebas específicas
- ♦ Integrar la valoración nutricional y bioquímica para obtener una visión integral del estado físico

Módulo 5. Lesiones frecuentes en deportistas

- ♦ Identificar las lesiones más comunes en el hombro, incluyendo inestabilidad, lesiones claviculares y trastornos nerviosos
- ♦ Diagnosticar y tratar lesiones en la parte superior del brazo, codo, antebrazo, muñeca y mano
- ♦ Evaluar y gestionar lesiones de espalda, columna vertebral, cuello, zona torácica y lumbar
- ♦ Abordar lesiones en cadera, pelvis, zona inguinal, rodillas, tobillo y pie, aplicando técnicas de rehabilitación específicas

Módulo 6. Ejercicio para la readaptación de Lesiones Deportivas

- ♦ Aplicar principios biológicos y pedagógicos en programas de readaptación deportiva
- ♦ Desarrollar técnicas y protocolos específicos para tratar Lesiones Deportivas
- ♦ Diseñar ejercicios preventivos y específicos para grupos musculares
- ♦ Implementar la reeducación propioceptiva durante el proceso de recuperación

Módulo 7. Patologías frecuentes del aparato locomotor

- ♦ Diagnosticar y tratar patologías comunes como cervicalgia, dorsalgia y lumbalgia
- ♦ Evaluar y abordar trastornos musculoesqueléticos como escoliosis y hernia discal
- ♦ Implementar protocolos de tratamiento para afecciones como epicondilitis y tendinitis de hombro
- ♦ Desarrollar estrategias de intervención para patologías como fascitis plantar y esguince de tobillo

Módulo 8. Ejercicio para la recuperación funcional

- ♦ Aplicar principios de rehabilitación funcional para el restablecimiento de la propiocepción y control neuromuscular
- ♦ Integrar el método Pilates en programas de rehabilitación para la mejora de la movilidad y estabilidad
- ♦ Diseñar ejercicios terapéuticos basados en la ciencia del pilates para la recuperación funcional de lesiones
- ♦ Implementar programas de rehabilitación focalizados en las articulaciones clave como columna, hombro, rodilla y tobillo

Módulo 9. Nutrición para la Readaptación y recuperación funcional

- ♦ Aplicar la alimentación integral en la prevención y recuperación de Lesiones Deportivas
- ♦ Utilizar los macronutrientes, como carbohidratos, proteínas y grasas, para optimizar la recuperación funcional
- ♦ Integrar vitaminas, minerales y fitoquímicos en la dieta para mejorar los procesos de regeneración tisular
- ♦ Seleccionar y recomendar complementos alimenticios adecuados para potenciar la recuperación y prevenir nuevas lesiones





Módulo 10. *Coaching* y business del entrenador personal

- ♦ Desarrollar habilidades de *coaching* para motivar y guiar a los clientes hacia un estilo de vida saludable
- ♦ Aplicar principios del ejercicio físico para mejorar el rendimiento y la salud de los clientes
- ♦ Utilizar herramientas de motivación, como la entrevista motivacional, para mejorar la adherencia al ejercicio
- ♦ Gestionar la carrera profesional del entrenador personal y mantener un entorno adecuado para la práctica del entrenamiento

“

Adquirirás habilidades fundamentales en kinesiología para la funcionalidad del cuerpo, garantizando la optimización del rendimiento físico”

05 Prácticas

Una vez completada la fase online del programa universitario, los profesionales avanzarán hacia una entidad de referencia, donde tendrán la oportunidad de enriquecer sus conocimientos a través de experiencias prácticas y casos reales. Durante esta etapa, serán guiados de cerca por un tutor especializado, quien facilitará la capacitación y asegurará el desarrollo de habilidades clave en un entorno profesional. Esta transición optimiza el proceso académico, permitiendo la integración de la teoría con la práctica.



“

La estancia práctica ha sido diseñada para proporcionarte una experiencia real y directa en entornos profesionales”

El período de capacitación práctica de este programa universitario en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas está compuesto por una estancia intensiva de 3 semanas en una reconocida institución deportiva, con jornadas de lunes a viernes de 8 horas continuas, siempre bajo la supervisión de un especialista adjunto. Durante este tiempo, los profesionales tendrán la oportunidad de trabajar en un entorno real, colaborando con un equipo de expertos en rehabilitación y prevención de lesiones.

Las actividades de esta capacitación, de carácter completamente práctico, están diseñadas para desarrollar y perfeccionar las competencias necesarias en la Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas, un área que exige un alto nivel de especialización. Las prácticas estarán orientadas a la preparación específica para el ejercicio profesional en cualquier centro deportivo o institución de salud.

Así, el programa universitario ofrece una oportunidad única para que el alumnado se especialice en un entorno de alta demanda técnica, integrando las mejores prácticas de Prevención y Readaptación en escenarios reales, con espacios totalmente equipados. Esto les permitirá optimizar sus habilidades y desempeñarse con eficacia en situaciones dinámicas y desafiantes.

La parte práctica se realizará con la participación activa del estudiante desempeñando las actividades y procedimientos de cada área de competencia (aprender a aprender y aprender a hacer), con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que faciliten el trabajo en equipo y la integración multidisciplinar como competencias transversales para la praxis deportiva (aprender a ser y aprender a relacionarse).

Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la parte práctica de la capacitación, y su realización estará sujeta a la disponibilidad propia del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:



Profundizarás en el abordaje de Lesiones Deportivas a través del análisis de estudios de caso, fortaleciendo tu capacidad evaluativa”



Módulo	Actividad Práctica
Estrategias de rehabilitación	Realizar seguimientos periódicos y ajustes a los planes de rehabilitación
	Implementar técnicas de rehabilitación adecuadas para distintos tipos de lesiones
	Preparar informes detallados sobre el estado y evolución de los deportistas
	Supervisar sesiones de ejercicios terapéuticos y de Readaptación
Creación de planes de prevención	Diseñar programas personalizados de prevención de lesiones
	Implementar estrategias de intervención rápida post - lesión
	Facilitar talleres y sesiones educativas sobre salud deportiva
	Desarrollar habilidades de comunicación efectiva para interactuar con los atletas y sus equipos de apoyo
Diseño de planes de nutrición para Readaptación	Evaluar las necesidades nutricionales específicas de los deportistas basándose en su actividad deportiva y estado de salud
	Diseñar planes de alimentación personalizados que apoyen el proceso de rehabilitación y mejoren el rendimiento deportivo
	Recomendar suplementos nutricionales adecuados que faciliten la recuperación de lesiones y la prevención de nuevas incidencias
	Monitorizar la ingesta dietética de los deportistas para asegurar el cumplimiento de los objetivos nutricionales establecidos
Aplicación de la investigación en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas	Participar en investigaciones y estudios de caso relacionados con Lesiones Deportivas
	Examinar el uso de tecnologías emergentes, como la realidad virtual y el <i>biofeedback</i> , en la rehabilitación deportiva
	Analizar las causas y factores de riesgo asociados a lesiones en diferentes deportes y niveles de competencia
	Realizar estudios longitudinales para seguir la evolución de atletas después de implementar programas específicos de readaptación

Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de la universidad es garantizar la seguridad tanto de los profesionales en prácticas como de los demás agentes colaboradores necesarios en los procesos de capacitación práctica en la empresa. Dentro de las medidas dedicadas a lograrlo, se encuentra la respuesta ante cualquier incidente que pudiera ocurrir durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para ello, la universidad se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas. Para ello, la universidad se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas.

Esta póliza de responsabilidad civil de los profesionales en prácticas tendrá coberturas amplias y quedará suscrita de forma previa al inicio del periodo de la capacitación práctica. De esta forma el profesional no tendrá que preocuparse en caso de tener que afrontar una situación inesperada y estará cubierto hasta que termine el programa práctico en el centro.



Condiciones generales de la capacitación práctica

Las condiciones generales del acuerdo de prácticas para el programa serán las siguientes:

1. TUTORÍA: durante la Capacitación Práctica el alumno tendrá asignados dos tutores que le acompañarán durante todo el proceso, resolviendo las dudas y cuestiones que pudieran surgir. Por un lado, habrá un tutor profesional perteneciente al centro de prácticas que tendrá como fin orientar y apoyar al alumno en todo momento.

Por otro lado, también tendrá asignado un tutor académico, cuya misión será la de coordinar y ayudar al alumno durante todo el proceso resolviendo dudas y facilitando todo aquello que pudiera necesitar. De este modo, el profesional estará acompañado en todo momento y podrá consultar las dudas que le surjan, tanto de índole práctica como académica.

2. DURACIÓN: el programa de prácticas tendrá una duración de tres semanas continuadas de formación práctica, distribuidas en jornadas de 8 horas y cinco días a la semana. Los días de asistencia y el horario serán responsabilidad del centro, informando al profesional debidamente y de forma previa, con suficiente tiempo de antelación para favorecer su organización.

3. INASISTENCIA: en caso de no presentarse el día del inicio de la Capacitación Práctica, el alumno perderá el derecho a la misma sin posibilidad de reembolso o cambio de fechas. La ausencia durante más de dos días a las prácticas sin causa justificada/médica, supondrá la renuncia de las prácticas y, por tanto, su finalización automática. Cualquier problema que aparezca durante el transcurso de la estancia se tendrá que informar debidamente y de forma urgente al tutor académico.

4. CERTIFICACIÓN: el alumno que supere la Capacitación Práctica recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

5. RELACIÓN LABORAL: la Capacitación Práctica no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

6. ESTUDIOS PREVIOS: algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización de la Capacitación Práctica. En estos casos, será necesario presentarlo al departamento de prácticas de TECH para que se pueda confirmar la asignación del centro elegido.

7. NO INCLUYE: la Capacitación Práctica no incluirá ningún elemento no descrito en las presentes condiciones. Por tanto, no incluye alojamiento, transporte hasta la ciudad donde se realicen las prácticas, visados o cualquier otra prestación no descrita.

No obstante, el alumno podrá consultar con su tutor académico cualquier duda o recomendación al respecto. Este le brindará toda la información que fuera necesaria para facilitarle los trámites.

06

Centros de prácticas

TECH Global University ofrecerá al alumno la posibilidad de realizar su capacitación práctica en un centro de prestigio, cuidadosamente seleccionado por su excelencia en el ámbito de la Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas. Esta experiencia podrá desarrollarse en distintas instituciones distribuidas a lo largo del territorio nacional, lo que amplía las oportunidades de acceso y facilita la adaptación a las necesidades del profesional. De este modo, se garantiza una capacitación de alta calidad, supervisada por especialistas, en entornos reales que favorecen la adquisición de competencias clave.



“

A través de este programa universitario, podrás realizar tus prácticas en una prestigiosa empresa, equipada con la mejor tecnología”



El alumno podrá cursar la parte práctica de este Máster de Formación Permanente Semipresencial en los siguientes centros:



Ciencias del deporte

Avanza Rehabilitación

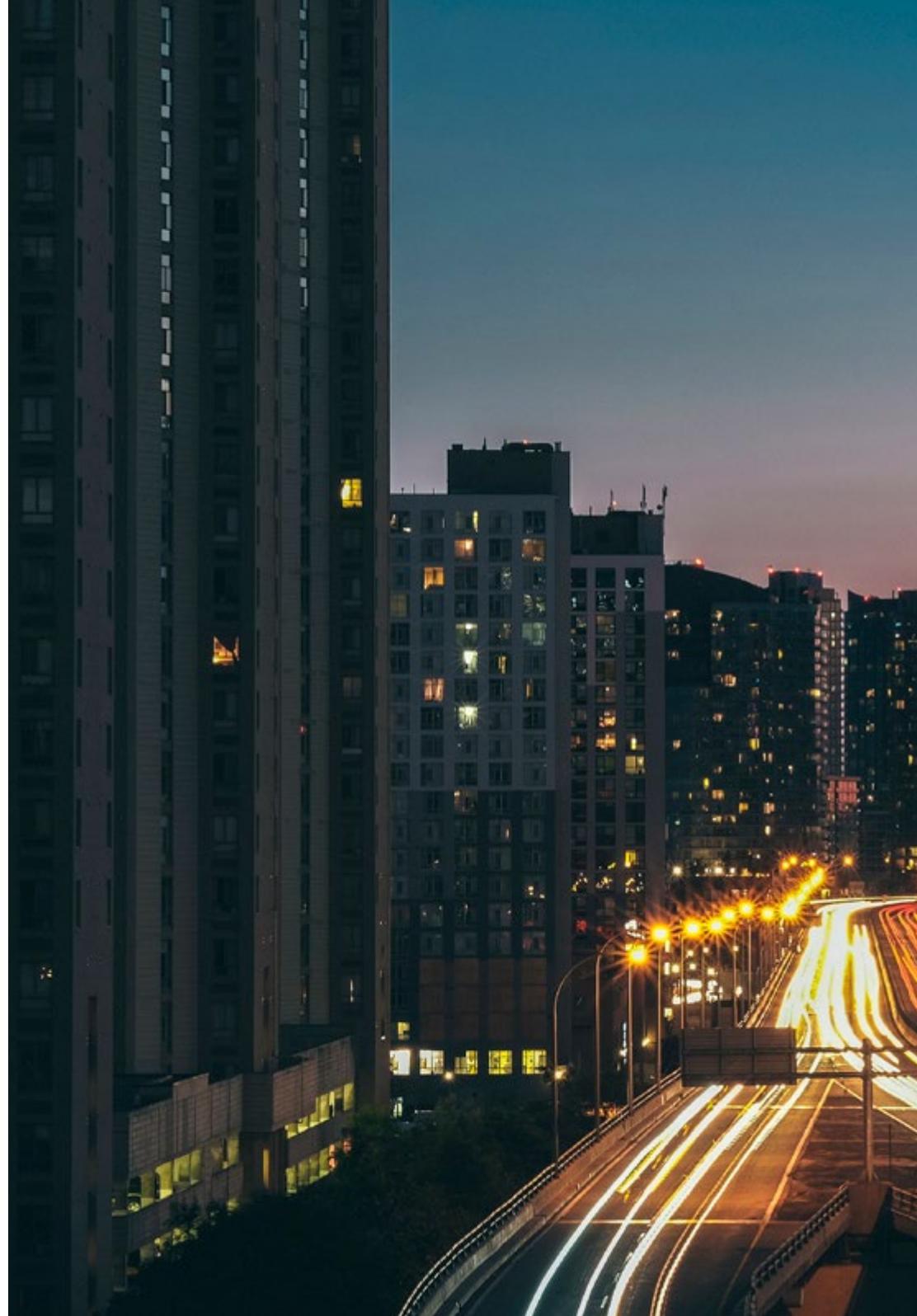
País	Ciudad
Argentina	Tucumán

Dirección: Juan Gregorio de las Heras
581, T4000 San Miguel de Tucumán

Establecimiento de cura y prevención, integra fisioterapia, terapia ocupacional y trabajo social

Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Fisioterapia en el Abordaje del Daño Cerebral Adquirido
- Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas





Ciencias del deporte

Selected Trainers Granada Centro

País	Ciudad
España	Granada

Dirección: Avenida Pablo Picasso 27, Local Izquierdo, 18006 Granada (España)

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Alto Rendimiento Deportivo
- Entrenamiento Personal Terapéutico



Ciencias del deporte

Selected Trainers Centro O2 Granada

País	Ciudad
España	Granada

Dirección: Calle Neptuno, s/n, Ronda, 18004 Granada (España)

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Alto Rendimiento Deportivo
- Entrenamiento Personal Terapéutico



Ciencias del deporte

Selected Trainers Centro O2 Huelva

País	Ciudad
España	Huelva

Dirección: Calle San Sebastián, S/N, 21004 Huelva (España)

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Alto Rendimiento Deportivo
- Entrenamiento Personal Terapéutico



Ciencias del deporte

Klinik PM

País	Ciudad
España	Alicante

Dirección: Calle Montesinos 7, Alicante 03016

La mayor clínica de referencia en tratamiento del dolor y traumatología conservadora

Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Diagnóstico en Fisioterapia
- Fisioterapia Deportiva

07

Salidas profesionales

Gracias a los conocimientos adquiridos en este programa universitario, se abrirán posibilidades concretas para que el alumnado pueda integrarse en centros deportivos, clínicas especializadas en rehabilitación, unidades de medicina del deporte o consultorios privados. Asimismo, resultará una opción sólida para quienes buscan colaborar con equipos multidisciplinares en clubes profesionales o federaciones. Por otro lado, este recorrido académico impulsará la proyección hacia espacios donde se prioriza la intervención funcional personalizada. Como resultado, se favorecerá el acceso a escenarios laborales donde se requiere un abordaje riguroso, actualizado y eficaz en la Prevención y Readaptación de Lesiones.





“

Te prepararás para ser un referente en la aplicación de pautas de entrenamiento personalizadas para la prevención y rehabilitación de Lesiones Deportivas”

Perfil del egresado

El egresado contará con una sólida comprensión de la biomecánica, la neurofisiología del movimiento y los procesos regenerativos del cuerpo. Además, dominará estrategias de intervención individualizadas, así como el diseño de programas de ejercicio correctivo adaptados a distintas fases de recuperación. A su vez, estará capacitado para identificar disfunciones funcionales y aplicar protocolos basados en evidencia científica. Por otra parte, incorporará habilidades comunicativas que favorecen el acompañamiento del usuario durante todo el proceso. Así, estará preparado para desenvolverse con solvencia en entornos clínicos, deportivos y especializados en rehabilitación funcional.

En TECH Global University impulsamos tu proyección en un mercado laboral exigente con una preparación de excelencia, habilidades aplicadas y ética profesional.

- ♦ **Pensamiento crítico:** evaluar de manera rigurosa las situaciones clínicas y deportivas, tomar decisiones fundamentadas y adaptar sus intervenciones a cada caso particular
- ♦ **Comunicación efectiva:** establecer una relación clara y empática con los usuarios, otros profesionales de la salud y el entorno deportivo, favoreciendo el seguimiento de las pautas de recuperación
- ♦ **Resolución de problemas:** ayudar a enfrentar con agilidad los desafíos que puedan surgir durante el proceso de readaptación, ajustando planes y estrategias en función de la evolución del paciente
- ♦ **Trabajo colaborativo:** contribuir a una integración eficiente en equipos multidisciplinarios, donde la coordinación y la cooperación son clave para garantizar una recuperación funcional completa



Después de realizar el programa universitario, podrás desempeñar tus conocimientos y habilidades en los siguientes cargos:

- 1. Readaptador físico deportivo:** encargado de diseñar y aplicar programas de rehabilitación y readaptación física después de una lesión deportiva.
Responsabilidad: Garantizar que los deportistas retornen a sus actividades físicas o competencias de manera progresiva y segura, asegurándose de que su recuperación sea integral.
- 2. Kinesiólogo deportivo:** Responsable de evaluar el movimiento y la funcionalidad del cuerpo de los deportistas, detectando posibles disfunciones musculoesqueléticas
Responsabilidad: Buscar la mejorar el rendimiento físico y prevenir lesiones, trabajando en estrecha colaboración con el equipo médico y los entrenadores.
- 3. Entrenador personal especializado en recuperación funcional:** dedicado a la creación de programas de ejercicio adaptados a las necesidades de los individuos que están en proceso de rehabilitación tras una lesión.
Responsabilidad: Asegurar que los ejercicios sean adecuados para prevenir recaídas y mejorar la condición física general del cliente.
- 4. Coordinador de centros de rehabilitación deportiva:** líder y organiza los recursos de un centro de rehabilitación, supervisando el trabajo de los especialistas en el área
Responsabilidad: Gestionar el tratamiento de los pacientes, diseñando programas de rehabilitación y asegurando que se cumplan los objetivos de recuperación en tiempo y forma.
- 5. Consultor en prevención de Lesiones Deportivas:** asesor de instituciones deportivas, entrenadores y atletas sobre las mejores prácticas para evitar lesiones
Responsabilidad: Implementar programas educativos, diseñar rutinas de ejercicio preventivas y ofrecer estrategias de acondicionamiento físico y técnico.
- 6. Especialista en reeducación propioceptiva:** encargado de la mejora del control neuromuscular y la estabilidad de los deportistas tras una lesión, utilizando ejercicios específicos de propiocepción
Responsabilidad: Restaurar la percepción corporal y el equilibrio, ayudando al paciente a recuperar sus capacidades funcionales completas
- 7. Diseñador de programas de ejercicio terapéutico:** responsable de crear rutinas de ejercicio personalizadas basadas en el análisis de la lesión del paciente
Responsabilidad: Mejorar la fuerza, movilidad y resistencia de los pacientes, permitiendo una recuperación efectiva y un retorno progresivo a las actividades cotidianas o deportivas.



Te convertirás en un referente en evaluación, prevención y optimización del rendimiento deportivo”

08

Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intenso y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”

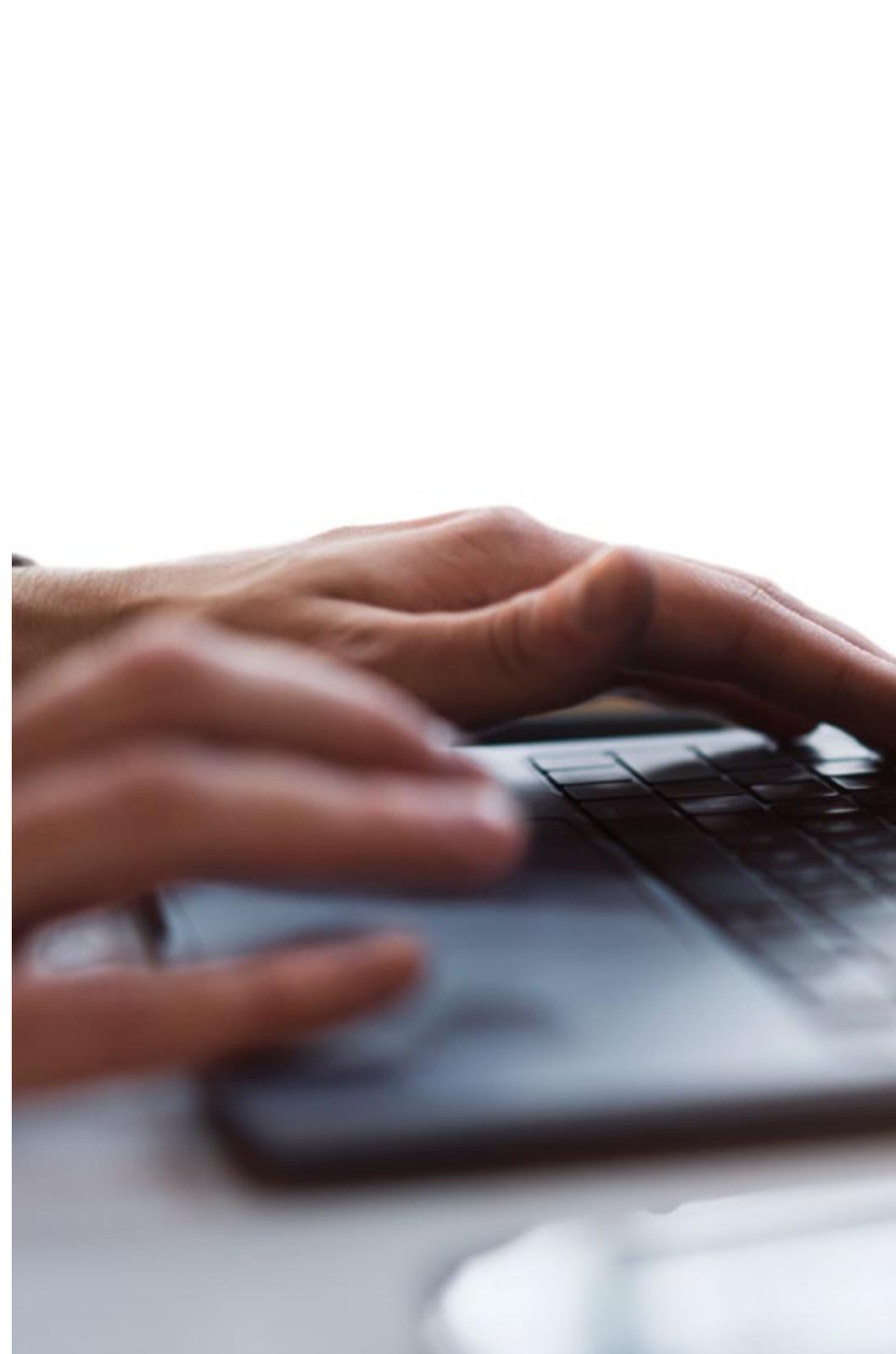
El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”

Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.



Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Resúmenes interactivos

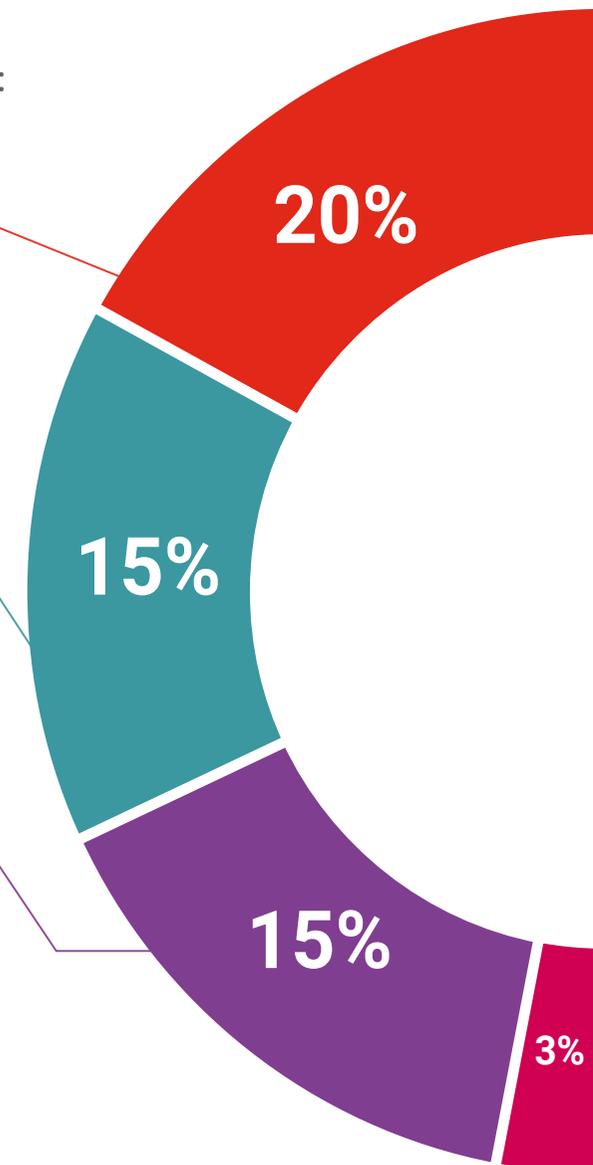
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

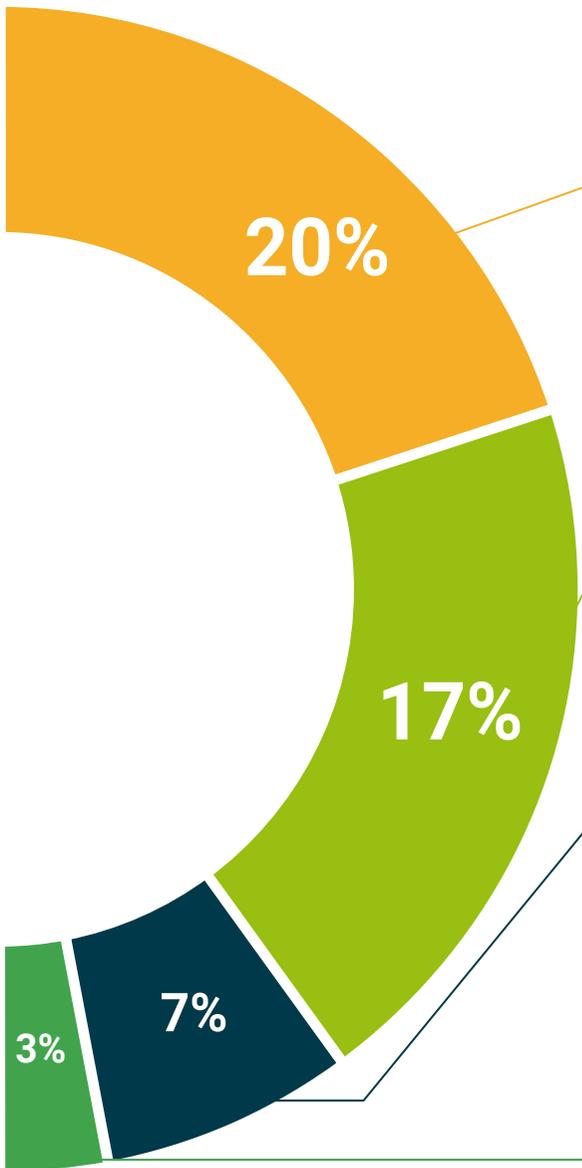
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

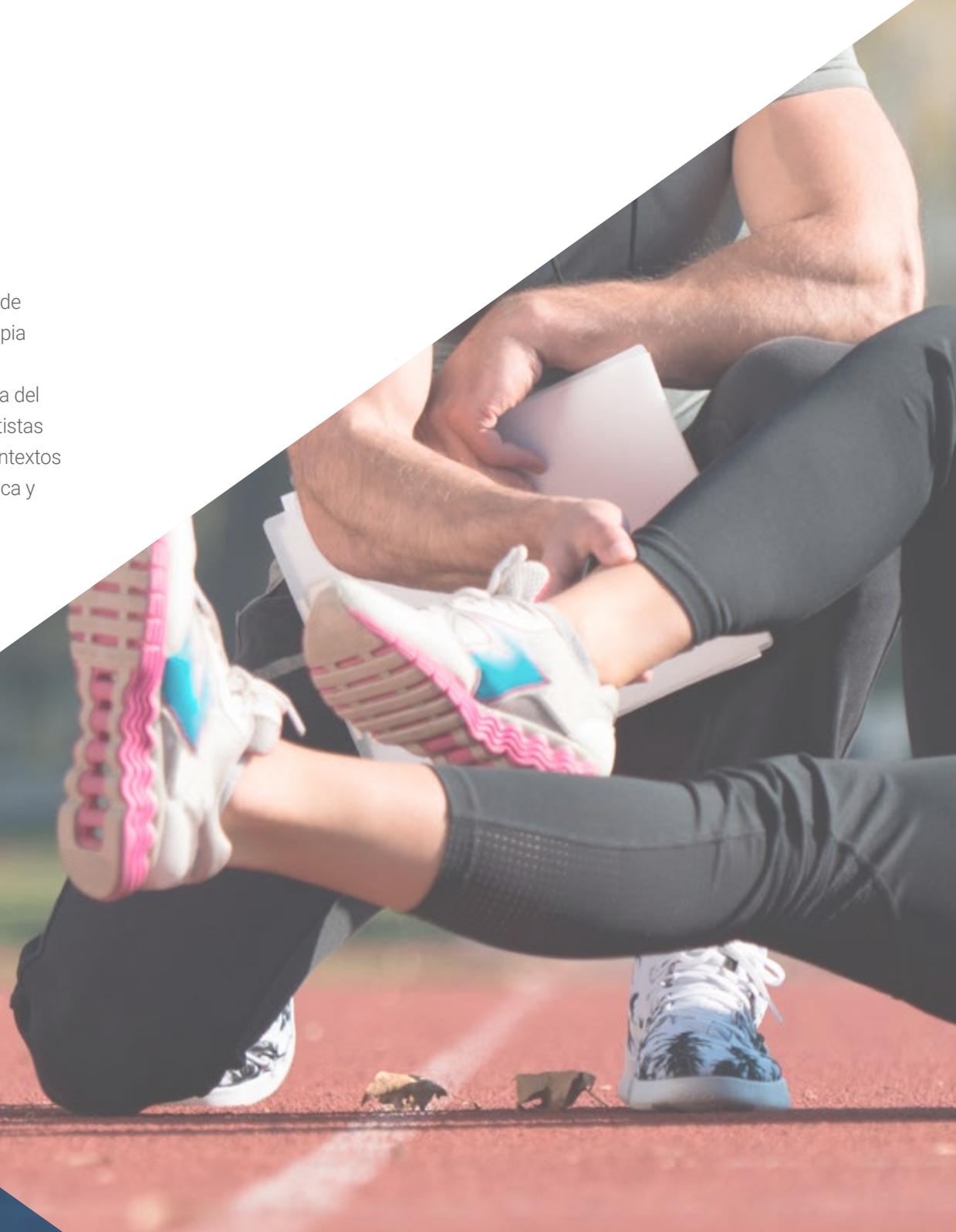
TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



09

Cuadro docente

El cuadro docente de este Máster Semipresencial en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas está conformado por especialistas de referencia en fisioterapia deportiva, medicina del deporte y entrenamiento funcional. Gracias a su amplia trayectoria clínica y académica, aportan una visión actualizada, práctica y rigurosa del abordaje integral de las lesiones. Además, su experiencia en el trabajo con deportistas de alto rendimiento permite trasladar al programa conocimientos aplicables a contextos reales. Así, se garantiza una enseñanza de calidad, basada en la evidencia científica y orientada a las necesidades actuales del ámbito deportivo y de la salud.





“

Gracias al equipo docente, podrás aplicar de manera efectiva los conocimientos adquiridos en escenarios reales, preparándote para enfrentar los desafíos del entorno profesional”

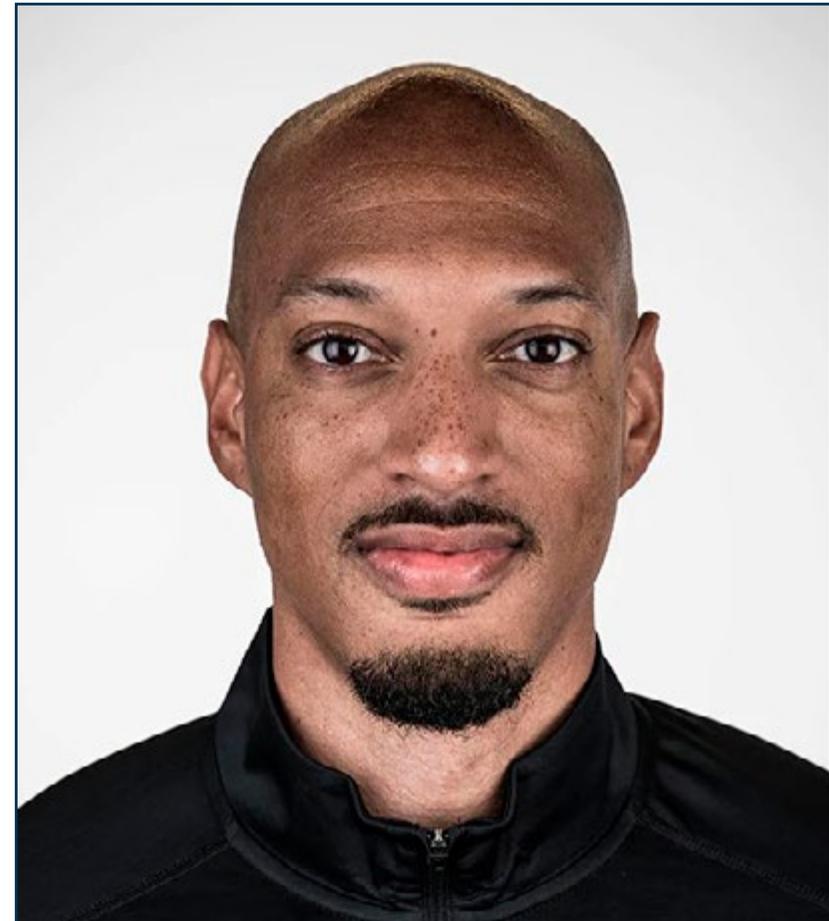
Director Invitado Internacional

El Doctor Charles Loftis es un reconocido especialista que se desempeña como **terapeuta de rendimiento deportivo** para los **Portland Trail Blazers** en la **NBA**. Su impacto en la liga de baloncesto más importante del mundo ha sido significativo, aportando una experiencia distinguida en la creación de programas de fuerza y acondicionamiento.

Antes de unirse a los Trail Blazers, fue el entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves, implementando y supervisando el desarrollo de un programa integral para los jugadores. De hecho, su experiencia en el campo del rendimiento deportivo comenzó con el establecimiento de XCEL Performance and Fitness, del que fue fundador y entrenador jefe. Allí, el Doctor Charles Loftis trabajó con una amplia gama de atletas para desarrollar programas de fuerza y acondicionamiento, además de trabajar la **prevención y readaptación de lesiones deportivas**.

Su trayectoria académica en el campo de la química y biología le proporciona una perspectiva única sobre la ciencia detrás del rendimiento deportivo y la terapia física. Así, posee designaciones CSCS y RSCC de la Asociación Nacional de Fuerza y Acondicionamiento (NSCA), que reconocen sus conocimientos y habilidades en el campo. También, está certificado en PES (Especialista en Mejoramiento de Rendimiento), CES (Especialista en Ejercicios Correctivos) y punción seca.

Con todo ello, el Doctor Charles Loftis es un miembro vital de la comunidad de la NBA, trabajando directamente tanto la fuerza y rendimiento de deportistas de élite como la necesaria prevención y readaptación frente a lesiones deportivas de diversa índole.



Dr. Loftis, Charles

- Preparador Físico en los Portland Trail Blazers, Portland, Estados Unidos
- Entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves
- Fundador y entrenador jefe en XCEL Performance and Fitness
- Entrenador jefe de rendimiento en el equipo masculino de baloncesto de la Universidad Cristiana de Oklahoma
- Terapeuta físico en Mercy
- Doctor en Terapia Física por la Universidad de Langston
- Licenciado en Química y Biología por la Universidad de Langston

“

Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”

Director Invitado Internacional

Isaiah Covington es un entrenador de rendimiento altamente capacitado, con una gran experiencia en el tratamiento y abordaje de diferentes lesiones en deportistas de élite. De hecho, su trayectoria profesional se ha dirigido a la **NBA**, una de las ligas deportivas más importantes de todo el mundo. Es el **Entrenador de Rendimiento de los Bolton Celtics**, uno de los equipos más importantes de la Conferencia Este y con mayor proyección en todo Estados Unidos.

Su trabajo en una liga tan exigente le ha hecho especializarse en maximizar el **potencial físico y mental** de los jugadores. Para ello, ha sido clave su experiencia pasada en otros equipos, como los Golden State Warriors y los Santa Cruz Warriors. Esto le ha permitido trabajar también en el plano de las lesiones deportivas, profundizando en la **prevención y readaptación** de las más frecuentes en los deportistas de élite.

En el ámbito académico, su interés se ha centrado en el campo de la **kinesiología**, las **ciencias del ejercicio** y el **deporte de alto rendimiento**. Todo ello le ha llevado a destacar de forma prolífica en la NBA, trabajando día a día con algunos de los jugadores de baloncesto y cuerpo técnico más importantes de todo el mundo.



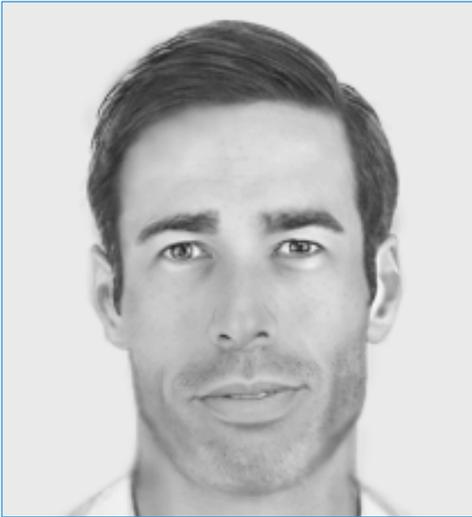
D. Covington, Isaiah

- ♦ Entrenador de Rendimiento y Preparador Físico de los Boston Celtics, Boston, Estados Unidos
- ♦ Entrenador de Rendimiento de los Golden State Warriors
- ♦ Entrenador jefe de Rendimiento de los Santa Cruz Warriors
- ♦ Entrenador de Rendimiento en Pacers Sports & Entertainment
- ♦ Licenciado en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Delaware
- ♦ Especialización en Gestión del Entrenamiento
- ♦ Máster en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Long Island
- ♦ Máster en Deporte de Alto Rendimiento por la Universidad Católica de Australia

“

Una experiencia de capacitación única, clave y decisiva para impulsar tu desarrollo profesional”

Dirección



Dr. González Matarín, Pedro José

- ♦ Investigador y catedrático de Ciencias de la Salud
- ♦ Investigador técnico de la Educación para la Salud en Murcia
- ♦ Docente e investigador de la Universidad de Almería
- ♦ Técnico del Programa Activa del Departamento de Salud de Murcia
- ♦ Entrenador de Alto Rendimiento
- ♦ Doctor en Ciencias de la Salud
- ♦ Graduado en Educación Física
- ♦ Máster en Recuperación Funcional en la Actividad Física y el Deporte
- ♦ Máster en Medicina Regenerativa
- ♦ Máster en Actividad Física y Salud
- ♦ Máster en Dietética y Dietoterapia
- ♦ Miembro de: SEEDO y AEEM



10

Titulación

El Máster Semipresencial en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Semipresencial expedido por TECH Global University.





Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Máster Semipresencial en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

TECH Global University, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (*boletín oficial*). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Máster Semipresencial en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas**

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas)**

Duración: **12 meses**

Créditos: **60 + 4 ECTS**

tech global university

D/Dña _____ con documento de identificación _____ ha superado con éxito y obtenido el título de:

Máster Semipresencial en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas

Se trata de un título propio de 1.920 horas de duración equivalente a 64 ECTS, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH Global University es una universidad reconocida oficialmente por el Gobierno de Andorra el 31 de enero de 2024, que pertenece al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES).

En Andorra la Vella, a 28 de febrero de 2024


 Dr. Pedro Navarro Illana
 Rector


 Universidad Online
 Oficial de la NBA

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único: TECH-APWOR235 techinstitute.com/titulos

Máster Semipresencial en Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas

Distribución General del Plan de Estudios

Tipo de materia	Créditos ECTS
Obligatoria (OB)	60
Optativa (OP)	0
Prácticas Externas (PR)	4
Trabajo Fin de Máster (TFM)	0
Total	64

Distribución General del Plan de Estudios

Curso	Materia	ECTS	Carácter
1	El entrenamiento personal	6	OB
1	Trabajo preventivo para la práctica deportiva	6	OB
1	Estructura del aparato locomotor	6	OB
1	Valoración <i>fitness</i> , funcional y biomecánica	6	OB
1	Lesiones frecuentes en deportistas	6	OB
1	Ejercicio para la readaptación de lesiones deportivas	6	OB
1	Patologías frecuentes del aparato locomotor	6	OB
1	Ejercicio para la recuperación funcional	6	OB
1	Nutrición para la readaptación y recuperación funcional	6	OB
1	Coaching y <i>business</i> del entrenador personal	6	OB


 Dr. Pedro Navarro Illana
 Rector

tech global university

*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH Global University realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



Máster Semipresencial Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Global University

Créditos: 60 + 4 ECTS

Máster Semipresencial

Prevención y Readaptación de Lesiones Deportivas

Avalado por la NBA

