

# Experto Universitario

## Ejercicios y Técnicas para la Recuperación y Readaptación de Lesiones

Avalado por la NBA



**tech** universidad  
tecnológica



## Experto Universitario

### Ejercicios y Técnicas para la Recuperación y Readaptación de Lesiones

- » Modalidad: online
- » Duración: 3 meses
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 18 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: [www.techtute.com/fisioterapia/experto-universitario/experto-ejercicios-tecnicas-recuperacion-readaptacion-lesiones](http://www.techtute.com/fisioterapia/experto-universitario/experto-ejercicios-tecnicas-recuperacion-readaptacion-lesiones)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 12*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 20*

05

Metodología de estudio

---

*pág. 24*

06

Titulación

---

*pág. 34*

# 01

# Presentación

Existe una serie de ejercicios físicos que son recomendados para lograr la recuperación funcional de los deportistas lesionados. Por ello, su conocimiento cobra vital importancia en aquellos profesionales que se dedican a la Fisioterapia Deportiva, puesto que son de gran utilidad para mejorar la salud de los usuarios de dichos centros, permitiendo su rápida recuperación y readaptación a la práctica atlética. Por eso, TECH ha configurado este itinerario académico en el cual los egresados disponen de un exhaustivo plan de estudios donde se analizan los ejercicios más avanzados para la recuperación funcional y la importancia de una nutrición ajustada. Además, estos contenidos se imparten de forma 100% online a través de un disruptivo Campus Virtual y el exclusivo sistema didáctico *Relearning*.



“

*TECH te garantiza una disruptiva titulación  
100% online donde te capacitarás de  
manera exhaustiva sobre la planificación  
de ejercicios funcionales para la  
recuperación de deportistas lesionados”*

El principal objetivo de la recuperación funcional es entrenar al sujeto lesionado, con daño corporal o con disfuncionalidad, realizando movimientos tridimensionales, preparando al cuerpo para su reincorporación en la actividad cotidiana. Por ello, dominar los ejercicios más precisos para lograr la readaptación de las lesiones deportivas es de gran interés para los fisioterapeutas que se desarrollan profesionalmente en el ámbito deportivo. Además, es de gran importancia que estos profesionales estén en una constante actualización de sus conocimientos para ponerse al día en las principales novedades que vayan surgiendo en este sector.

En este sentido, en este programa de TECH se abordarán las principales herramientas de rehabilitación funcional, cómo se produce el mecanismo de la propiocepción, así como los receptores articulares y la capacidad de control a nivel neuromuscular. Además, se verán las características del sistema nervioso central y cómo interviene en el control motor, así como del pilates terapéutico como técnica para la mejora y evolución de la capacidad funcional en casos como lumbalgia, cervicalgia, esclerosis múltiple, artritis, tras implantación de prótesis de cadera, hombro y rodillas, recuperación del manguito rotador, tras cirugía artroscópica, esguinces, escoliosis, pinzamientos, ictus, párkinson, etc.

Además, el programa universitario se enriquecerá con la inclusión de docentes internacionales de gran prestigio en la NBA. Los estudiantes tendrán la oportunidad de aprender de expertos de renombre, adquiriendo conocimientos de primera mano sobre cómo planificar ejercicios y técnicas para la recuperación de lesiones deportivas. Esta iniciativa permitirá que los estudiantes tengan una visión más amplia del mundo deportivo y adquieran habilidades prácticas que les permitirán destacar en su campo.

Una de las principales ventajas de este programa es que, al tratarse de un Experto Universitario 100% online, el alumno no está condicionado por horarios fijos ni necesidad de trasladarse a otro lugar físico, sino que puede acceder a los contenidos en cualquier momento del día, equilibrando su vida laboral o personal con la académica.

Este **Experto Universitario en Ejercicios y Técnicas para la Recuperación y Readaptación de Lesiones** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de numerosos casos prácticos presentados por especialistas en rehabilitación deportiva
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen la información indispensable para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ El sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones
- ♦ Su especial hincapié en las metodologías innovadoras en rehabilitación deportiva
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*Amplía tus conocimientos y aprende de la experiencia de docentes internacionales de renombre, que compartirán su abordaje único en las técnicas de recuperación y readaptación de lesiones"*

“

*Pon al día tus conocimientos sobre rehabilitación deportiva y obtén un título junto a TECH, la mejor universidad online del mundo según la revista Forbes”*

Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la fisioterapia, que vierten en esta formación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una formación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el fisioterapeuta deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, el profesional contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos en ejercicios para la readaptación de lesiones y recuperación funcional, y con gran experiencia.

*Capacítate en entornos simulados, que proporcionan un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.*

*Este Experto Universitario 100% online te permitirá compaginar tus estudios con tu labor profesional a la vez que aumentas tus conocimientos en este ámbito.*



# 02 Objetivos

El principal objetivo que persigue este programa es el desarrollo del aprendizaje teórico-práctico, de manera que el fisioterapeuta consiga dominar de forma práctica y rigurosa la rehabilitación deportiva. Para eso se apoya en metodología disruptivas y en un completísimo temario compuesto por exhaustivos módulos académicos.



“

*TECH te ofrece la excelencia académica para que logres el éxito profesional. No lo dudes más y únete a esta titulación universitaria”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Adquirir conocimientos especializados en readaptación deportiva, prevención de lesiones y recuperación funcional
- ♦ Valorar al deportista desde el punto de vista de condición física, funcional y biomecánico para detectar aspectos que dificulten la recuperación o favorezcan reincidencias en la lesión
- ♦ Diseñar tanto trabajo específico de readaptación y recuperación como integral individualizado
- ♦ Adquirir una especialización en las patologías del aparato locomotor con mayor incidencia en el conjunto de la población
- ♦ Ser capaz planificar programas de prevención, readaptación y de rehabilitación funcional
- ♦ Profundizar en las características de los diferentes tipos de lesiones más frecuentes que sufren los deportistas en la actualidad
- ♦ Valorar las necesidades nutricionales del sujeto y elaborar unas recomendaciones nutricionales y de complementos nutricionales que favorezcan el proceso de recuperación
- ♦ Evaluar y controlar el proceso evolutivo de la recuperación y/o rehabilitación de una lesión de un deportista o usuario
- ♦ Adquirir habilidades y destrezas en readaptación, prevención y recuperación deportiva
- ♦ Diferenciar desde el punto de vista anatómico las diferentes partes y estructuras del cuerpo humano
- ♦ Mejorar la condición física del deportista lesionado como parte del trabajo integral con el objetivo de conseguir una mayor y eficaz recuperación tras la lesión
- ♦ Utilizar técnicas de coaching que permitan afrontar aspectos psicológicos generales del deportista o sujeto lesionado que favorezcan un eficaz abordaje desde el trabajo de entrenamiento personal
- ♦ Entender el marketing como herramienta clave para tener éxito en el entrenamiento personal en el campo de la readaptación, prevención y recuperación funcional



## Objetivos específicos

### Módulo 1. Ejercicio para la readaptación de lesiones deportivas

- ♦ Establecer la realización de ejercicio y actividad física como estrategia para la mejora de la salud
- ♦ Clasificar los diferentes tipos de ejercicios en función de la planificación del entrenamiento personalizado a realizar
- ♦ Diferenciar los diferentes tipos de ejercicios físicos específicos según los músculos o grupos musculares a readaptar
- ♦ Manejar las diferentes técnicas que se aplican en el tratamiento de las lesiones producidas en la práctica deportiva
- ♦ Emplear la reeducación propioceptiva en todo proceso de readaptación y recuperación, así como para una menor prevalencia en la reincidencia de lesiones
- ♦ Planificar y diseñar programas y protocolos específicos con efectos preventores
- ♦ Gestionar los diferentes tipos de deportes y prácticas deportivas esenciales como coadyuvantes durante el proceso de readaptación y recuperación funcional

### Módulo 2. Ejercicio para la recuperación funcional

- ♦ Analizar las diferentes posibilidades que ofrece el entrenamiento funcional y la rehabilitación avanzada
- ♦ Aplicar el método pilates como sistema integral para la rehabilitación del aparato locomotor en la recuperación funcional
- ♦ Planificar ejercicios y programas específicos de pilates para las diferentes zonas del aparato locomotor con y sin aparatos

### Módulo 3. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

- ♦ Abordar el concepto de alimentación integral como elemento clave en el proceso de readaptación y recuperación funcional
- ♦ Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes
- ♦ Priorizar la importancia tanto de la ingesta de agua como de la hidratación en los procesos de recuperación
- ♦ Analizar los diferentes tipos de fitoquímicos y su papel esencial en la mejora del estado de salud y la regeneración del organismo



*El ámbito deportivo precisa de profesionales capacitados y este programa te brinda las claves para que te sitúes en la élite profesional"*

03

# Dirección del curso

El claustro docente de TECH, compuesto por verdaderos expertos en rehabilitación deportiva, cuenta con un amplio prestigio y con años de experiencia en materia de Rehabilitación Deportiva. Estos especialistas forman parte de los cuadros técnicos dedicados a la Recuperación y Readaptación de Lesiones en atletas que integran equipos de élite o asesoran a jugadores individuales. Gracias a sus dilatadas trayectorias, estos profesionales han elegido con precisión los contenidos para conformar un temario actualizado y riguroso que permitirá al egresado capacitarse con la mayor excelencia.



“

*Aprende de los mejores profesionales y  
convértete tú mismo en un profesional  
de éxito”*

## 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

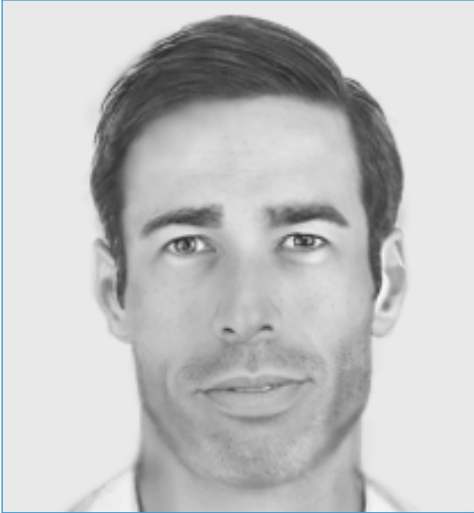
---

- ♦ 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

“

*Aprovecha la oportunidad para conocer los últimos avances en esta materia para aplicarla a tu práctica diaria”*

## Dirección



### Dr. González Matarín, Pedro José

- ♦ 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: SEEDO y AEEM



04

# Estructura y contenido

La estructura de contenidos de este programa ahondará en las técnicas, ejercicios y estrategias más avanzadas que optimizan la praxis cotidiana de los fisioterapeutas para la Recuperación y Readaptación de Lesiones en el campo deportivo. A lo largo del itinerario académico, el egresado abordará temáticas como protocolos específicos de actuación, diseño de rutinas preventivas y analizará herramientas nutricionales de última generación. Todo ello a través de una exclusiva, rigurosa e innovadora metodología 100% online y mediante recursos multimedia como vídeos al detalle, infografías o resúmenes interactivos.



“

*Este es el programa universitario más completo y actualizado sobre Recuperación y Readaptación de Lesiones. No dejes pasar la oportunidad de optimizar tu praxis con TECH”*

### Módulo 1. Ejercicio para la readaptación de lesiones deportivas

- 1.1. Actividad física y ejercicio físico para la mejora de la salud
- 1.2. Clasificación y criterios de selección de ejercicios y movimientos
- 1.3. Principios del entrenamiento deportivo
  - 1.3.1. 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
  - 1.3.2. 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
- 1.4. Técnicas aplicadas al tratamiento de la lesión deportiva
- 1.5. Protocolos específicos de actuación
- 1.6. Fases del proceso de recuperación orgánica y recuperación funcional
- 1.7. Diseño de ejercicios preventivos
- 1.8. Ejercicios físicos específicos por grupos musculares
- 1.9. Reeducación propioceptiva
  - 1.9.1. Bases del entrenamiento propioceptivo y kinestésico
  - 1.9.2. Consecuencias propioceptivas de la lesión
  - 1.9.3. Desarrollo de la propiocepción deportiva
  - 1.9.4. Materiales para el trabajo de la propiocepción
  - 1.9.5. Fases de la reeducación propioceptiva
- 1.10. Práctica deportiva y actividad durante el proceso de recuperación

### Módulo 2. Ejercicio para la recuperación funcional

- 2.1. Entrenamiento Funcional y Rehabilitación Avanzada
  - 2.1.1. Función y rehabilitación funcional
  - 2.1.2. Propiocepción, receptores y control neuromuscular
  - 2.1.3. Sistema nervioso central: integración del control motor
  - 2.1.4. Principios para la prescripción de ejercicio terapéutico
  - 2.1.5. Restablecimiento de la propiocepción y control neuromuscular
  - 2.1.6. El modelo de rehabilitación de 3 fases
- 2.2. La ciencia del Pilates para la rehabilitación
- 2.3. Principios del Pilates
- 2.4. Integración del Pilates en la Rehabilitación
- 2.5. Metodología y aparatos necesarios para una práctica efectiva
- 2.6. La columna cervical y torácica
- 2.7. La columna lumbar
- 2.8. El hombro y la cadera
- 2.9. La rodilla
- 2.10. El pie y el tobillo

### Módulo 3. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

- 3.1. Alimentación integral como elemento clave en la prevención y recuperación de lesiones
- 3.2. Carbohidratos
- 3.3. Proteínas
- 3.4. Grasas
  - 3.4.1. Saturadas
  - 3.4.2. Insaturadas
    - 9.4.2.1. Monoinsaturadas
    - 9.4.2.2. Poliinsaturadas



- 3.5. Vitaminas
  - 3.5.1. Hidrosolubles
  - 3.5.2. Liposolubles
- 3.6. Minerales
  - 3.6.1. Macrominerales
  - 3.6.2. Microminerales
- 3.7. Fibra
- 3.8. Agua
- 3.9. Fitoquímicos
  - 3.9.1. Fenoles
  - 3.9.2. Tioles
  - 3.9.3. Terpenos
- 3.10. Complementos Alimenticios para la prevención y recuperación funcional

“

*Sin horarios herméticos, para que puedas ahondar en sus contenidos cuando y donde quieras: así es esta titulación universitaria de TECH”*

05

# 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 intensivo 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 en la plataforma de reseñas Trustpilot, 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

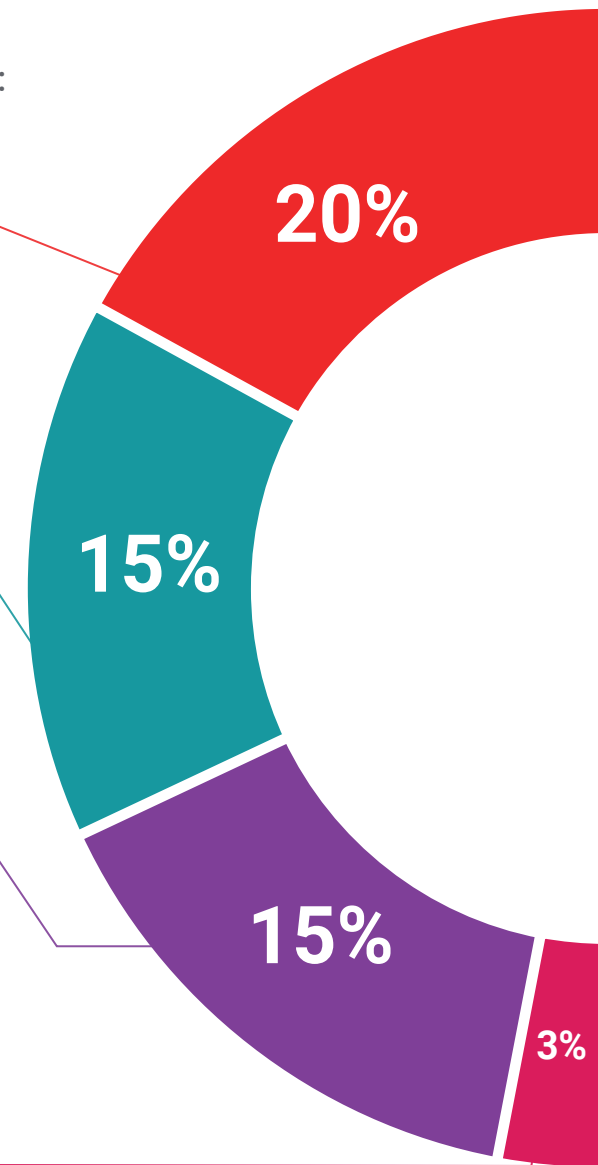
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

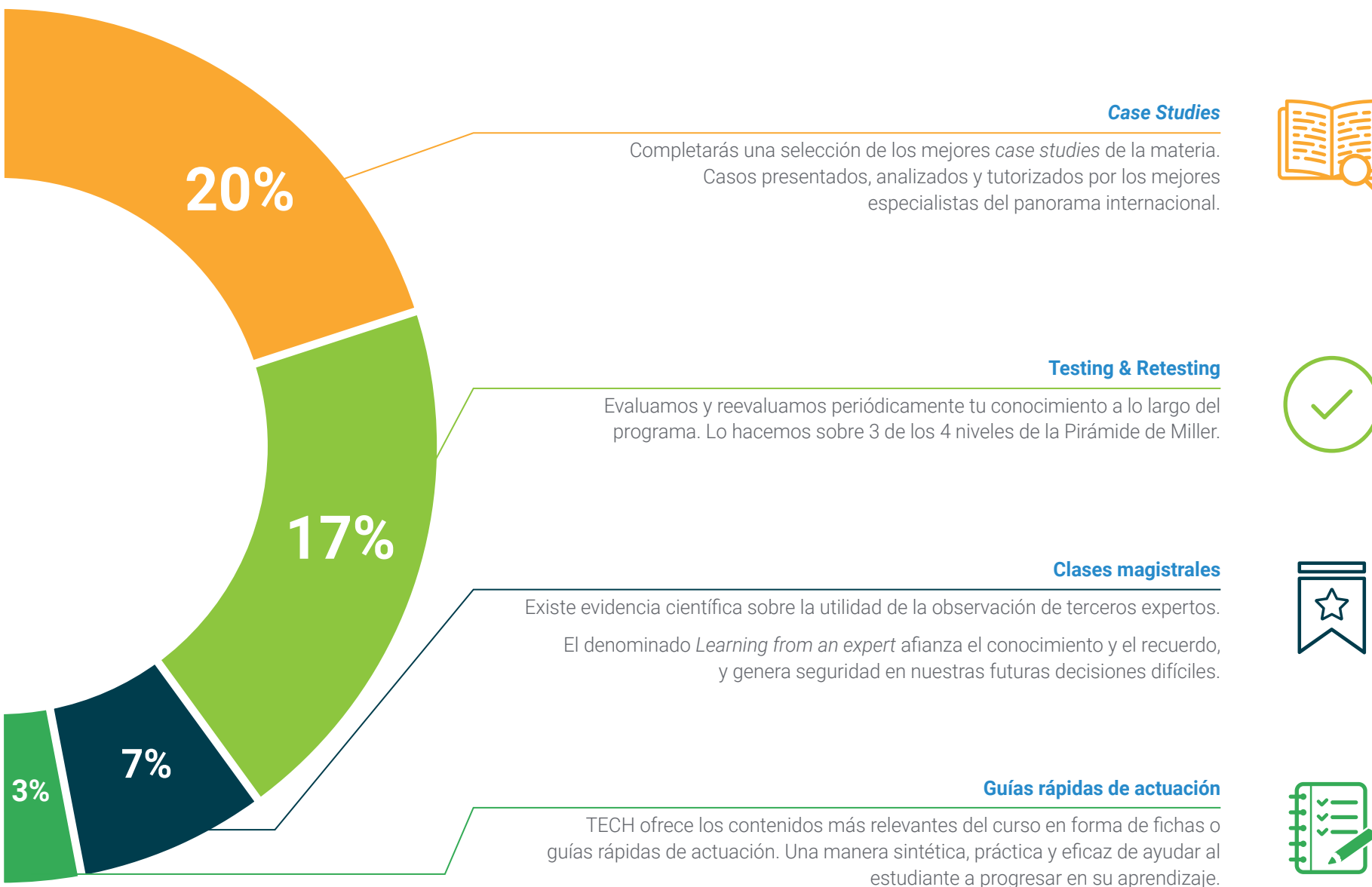
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

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





# 06 Titulación

Este programa en Ejercicios y Técnicas para la Recuperación y Readaptación de Lesiones garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

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

Este programa te permitirá obtener el título de **Experto Universitario en Ejercicios y Técnicas para la Recuperación y Readaptación de Lesiones** emitido por TECH Universidad Tecnológica.

TECH Universidad Tecnológica, es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Experto Universitario en Ejercicios y Técnicas para la Recuperación y Readaptación de Lesiones**

Modalidad: **online**

Duración: **3 meses**

Acreditación: **18 ECTS**





## Experto Universitario

Ejercicios y Técnicas para la  
Recuperación y Readaptación  
de Lesiones

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **3 meses**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Acreditación: **18 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

# Experto Universitario

## Ejercicios y Técnicas para la Recuperación y Readaptación de Lesiones

Avalado por la NBA

