

# Curso Universitario

## Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes

Avalado por la NBA





## Curso Universitario

### Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Global University**
- » Acreditación: **6 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtute.com/medicina/curso-universitario/abordaje-medico-lesiones-deportivas-frecuentes](http://www.techtute.com/medicina/curso-universitario/abordaje-medico-lesiones-deportivas-frecuentes)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 12*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 20*

05

Metodología

---

*pág. 24*

06

Titulación

---

*pág. 32*

# 01

# Presentación

En los últimos años se ha producido un aumento de la práctica deportiva, debido a los beneficios que el deporte aporta en la salud de las personas y el boom por el culto al cuerpo. Sin embargo, la práctica indiscriminada del ejercicio de alta intensidad, sin ningún tipo de control, puede provocar lesiones frecuentes que precisan de la intervención médica para lograr una pronta recuperación. Con este programa, queremos especializar a los médicos en el abordaje de las lesiones deportivas más frecuentes que podrán encontrarse en sus consultas.





“

*Los médicos deben conocer las lesiones más frecuentes que se pueden producir con la práctica de ejercicio físico para saber cómo intervenir en cada caso”*

El objetivo de este Curso Universitario en Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes es lograr que los sanitarios que se desarrollan en este ámbito puedan asesorar en materia de entrenamiento deportivo a sus pacientes, evitando en lo posible las lesiones. Pero, en muchas ocasiones, es inevitable tener que intervenir a pacientes que han padecido algún tipo de daño debido a la práctica deportiva.

Hay que tener en cuenta que, dependiendo el tipo de deporte realizado, existe mayor prevalencia a unos tipos de lesión específicos. Por ello, es importante conocer las patologías más frecuentes, lo que permite al médico especialista en rehabilitación deportiva planificar un glosario de programas de trabajo desde el inicio al final del proceso, para que solo tenga que adaptar este trabajo desarrollado a las condiciones individuales y específicas del sujeto.

Además, es necesario destacar que este tipo de intervenciones es cada vez más frecuente, debido al aumento de la práctica deportiva en los últimos años por parte de personas que no son profesionales, pero que han incluido el ejercicio de alta intensidad en su práctica diaria, además de los profesionales que son asiduos a las consultas médicas por su práctica habitual.

Igualmente, se les brindará a los especialistas la oportunidad de acceder a una *Masterclass* exclusiva impartida por destacados profesionales de renombre internacional, especializados en la Rehabilitación y Readaptación de Lesiones Deportivas. La experiencia de estos expertos, con una larga trayectoria en el ámbito del deporte de élite y la NBA, permitirá a los médicos mantenerse actualizados en los últimos avances para prevenir y tratar estas lesiones.

Esta es la formación más completa que podrás encontrar para especializarte en el entrenamiento personal. Al tratarse de un curso 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 **Curso Universitario en Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes** 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 el estudio y tratamiento de lesiones frecuentes en deportistas
- ◆ 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



*Benefíciate de la Masterclass creada por distinguidos entrenadores y terapeutas internacionales, reconocidos por sus contribuciones tanto en la NBA como en el deporte de élite”*

“

*Este Curso Universitario es la mejor inversión que puedes hacer en la selección de un programa de actualización por dos motivos: además de poner al día tus conocimientos en Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes, obtendrás un título por TECH Global University”*

El programa incluye, en su cuadro docente, a profesionales del sector que vierten en esta capacitación 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 capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

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

*El Curso Universitario permite ejercitarse en entornos simulados que proporcionan un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.*

*Este Curso 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 sanitario consiga dominar de forma práctica y rigurosa el Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes.





“

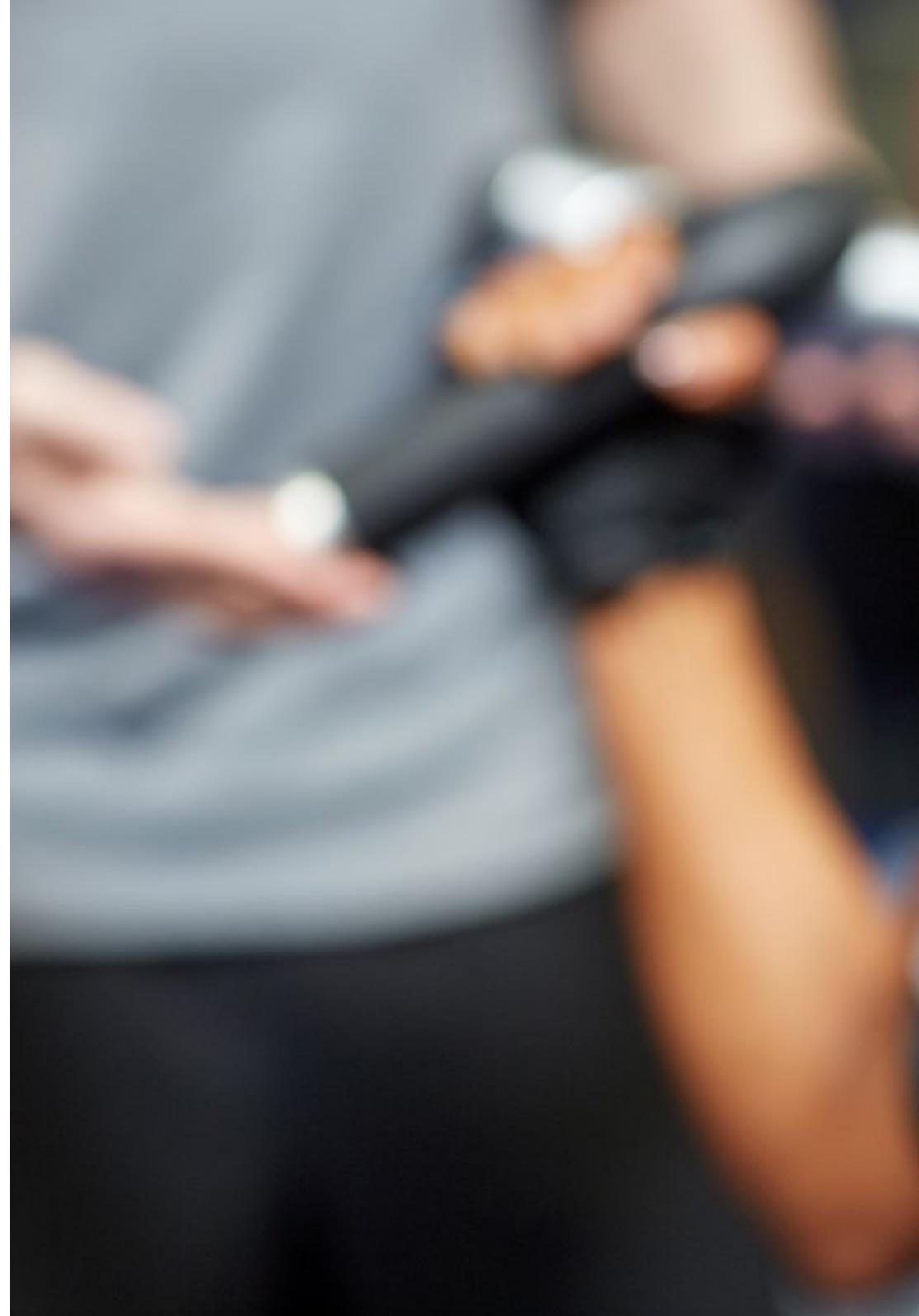
*Nuestro objetivo es alcanzar la excelencia académica y ayudarte a que tú logres el éxito profesional. No lo dudes más y únete a nosotros”*



## 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
- ◆ 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 de lesiones deportivas
- ◆ 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





### Objetivos específicos

---

- ◆ Precisar la etiología de las lesiones más frecuentes que se producen en la práctica deportiva
- ◆ Identificar las causas que ocasionan las principales lesiones en el deporte
- ◆ Distinguir los diferentes tipos de lesiones: tendinosas, musculares, óseas, ligamentosas y articulares

“

*El ámbito deportivo precisa de profesionales capacitados y nosotros te damos las claves para que te sitúes en la élite profesional”*

# 03

## Dirección del curso

Nuestro equipo docente, experto en rehabilitación deportiva, cuenta con un amplio prestigio en la profesión y son profesionales con años de experiencia docente que se han unido para ayudarte a dar un impulso a tu profesión. Para ello, han elaborado este curso con actualizaciones recientes en la materia que te permitirá capacitarte y aumentar tus habilidades en este sector.





“

*Aprende de los mejores  
profesionales y conviértete 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

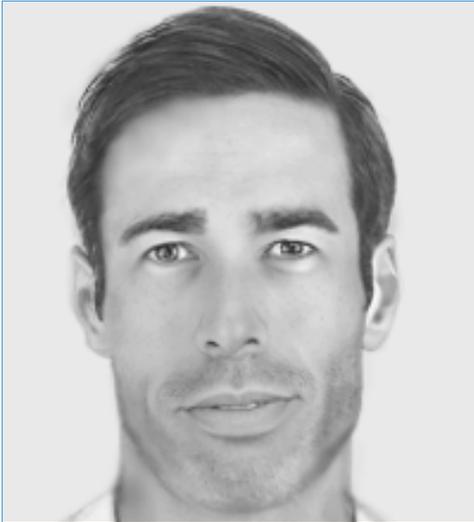
---

- ♦ 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 los contenidos ha sido diseñada por un equipo de profesionales conocedor de las implicaciones del programa en la praxis diaria, conscientes de la relevancia en la actualidad de la capacitación de calidad en el ámbito de la Rehabilitación Deportiva; y comprometidos con la enseñanza de calidad mediante las nuevas tecnologías educativas.





“

*Contamos con el programa científico más completo y actualizado del mercado. Queremos poner a tu alcance la mejor capacitación”*

## Módulo 1. Lesiones frecuentes en deportistas

- 1.1. Lesiones de hombro en deportes
  - 1.1.1. Aspectos relevantes del hombro
  - 1.1.2. Lesiones y trastornos relacionados con la inestabilidad aguda y crónica del hombro
  - 1.1.3. Lesiones claviculares
  - 1.1.4. Lesiones nerviosas en la región del hombro
  - 1.1.5. Lesiones del plexo braquial
- 1.2. Lesiones en la parte superior del brazo
- 1.3. Lesiones del codo en el deporte
- 1.4. Lesiones de antebrazo, muñeca y mano en el deporte
- 1.5. Lesiones en la cabeza y la cara en el deporte
- 1.6. Lesiones de garganta, pecho y abdominales en el deporte
- 1.7. Lesiones de espalda/columna vertebral en el deporte
  - 1.7.1. Aspectos relevantes de la espalda y columna vertebral
  - 1.7.2. Diagnóstico del dolor de espalda
  - 1.7.3. Lesiones de cuello y zona cervical
  - 1.7.4. Lesiones de la zona torácica y lumbar
- 1.8. Lesiones de la articulación de la cadera, la pelvis y en la zona inguinal en el deporte
- 1.9. Lesiones en muslos, rodillas y piernas en el deporte
- 1.10. Lesiones de tobillo y pie en el deporte





“

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

05

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.



“

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”*

## En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los especialistas aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.*



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional del médico.

“

*¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”*

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.



## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

*El profesional aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.*



Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología, se han capacitado más de 250.000 médicos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga en cirugía. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*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.*

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene el sistema de aprendizaje de TECH es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### 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, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Técnicas quirúrgicas y procedimientos en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas médicas. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, pudiéndolo ver las veces que quiera.



#### Resúmenes interactivos

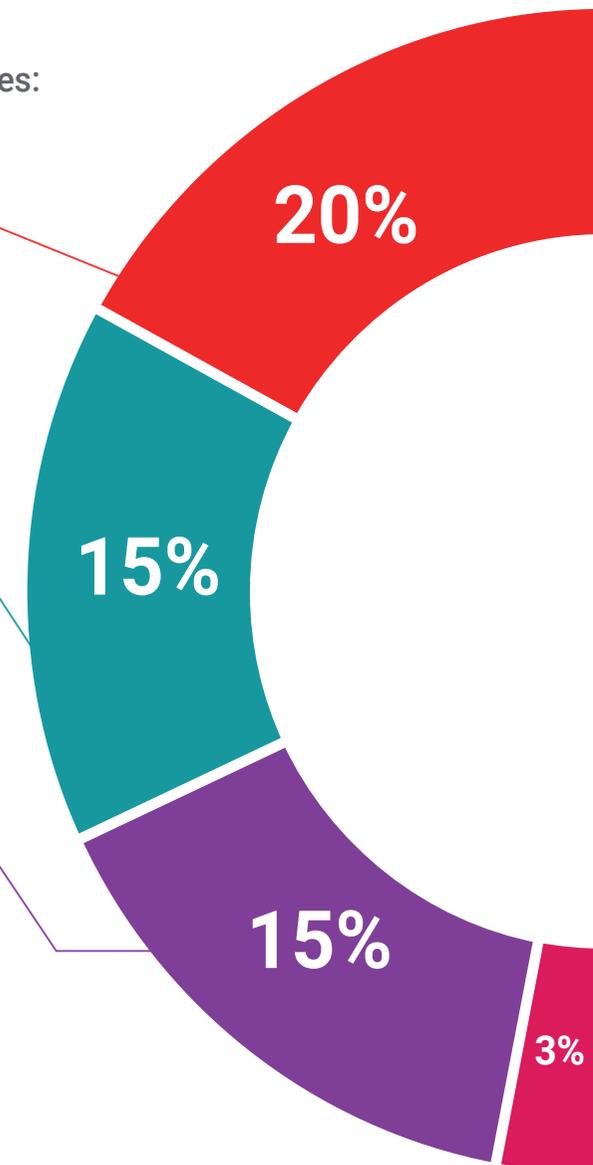
El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

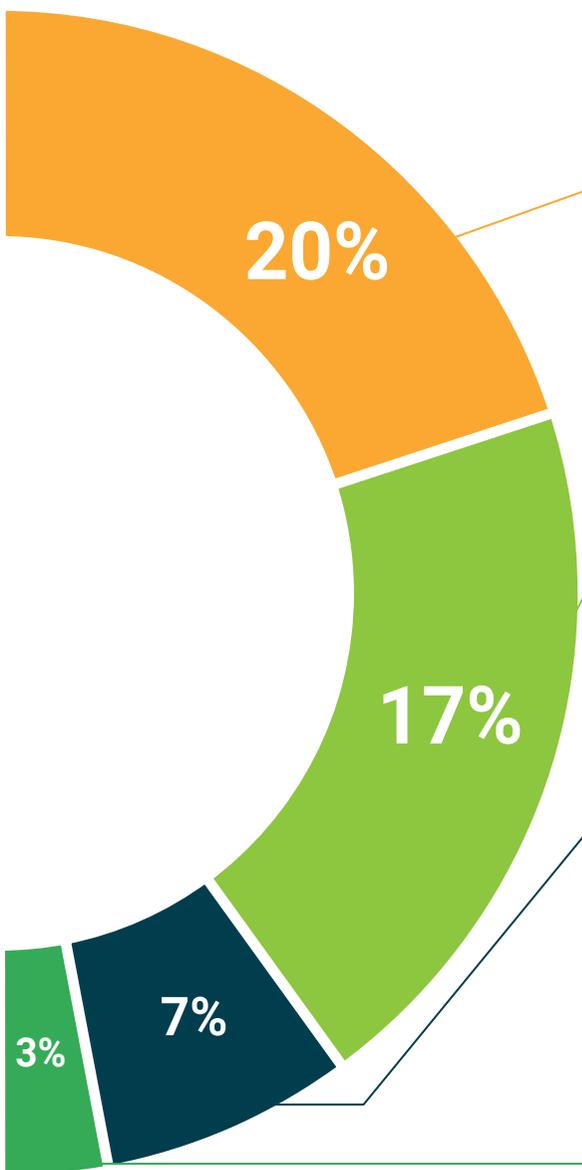
Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





#### Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



#### Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



#### 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 las 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.



06

# Titulación

El Curso Universitario en Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario 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 **Curso Universitario en Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes** 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: **Curso Universitario en Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**





**Curso Universitario**  
Abordaje Médico de las  
Lesiones Deportivas Frecuentes

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Global University
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Curso Universitario

## Abordaje Médico de las Lesiones Deportivas Frecuentes

Avalado por la NBA

