

Programa. Diplomado en Medicina en Deportes de Equipo



PROGRAMA DEL CURSO

- Justificación de la propuesta
- Dirigido a
- Objetivos
- Competencias
- Criterios de participación y aprobación

TEMARIO

- Curso 1: Situaciones cotidianas del deporte
- Curso 2: El médico de equipo y el manejo de datos



Curso 3: Lesiones y deportes de equipo



Curso 4: Patología en deportes de equipo



Curso 5: Aspectos inherentes al médico de equipo



Curso 6: La fuerza y potencia muscular como cualidad clave en la readaptación de las lesiones(...)



Curso 7: Herramientas y variables para la monitorización de la carga de entrenamiento



Curso 8: Nutrición, recuperación y adaptaciones al entrenamiento



Descarga

Justificación de la propuesta

Programa que permite profundizar sobre conceptos esenciales referidos a la medicina deportiva, con foco en los deportes de equipo, aportando conceptos importantes en cuanto al desarrollo de la fuerza, a la gestión de la carga de trabajo, nutrición deportiva y aspectos psicológicos del atleta.

[CONTINUAR](#)

Dirigido a

- Preparadores físicos.
- Fisioterapeutas.
- Readaptadores.
- Médicos.
- Nutricionistas.

[CONTINUAR](#)

Objetivos

El planteo de objetivos permite que tenga una idea acabada de lo que se pretende que alcance al finalizar el proceso de enseñanza y aprendizaje de este curso. Pero el propósito es más fuerte aún: indicamos lo que debe lograr para que estos conocimientos aporten a los objetivos de su formación.

Para alcanzar estos objetivos, debe completar el proceso propuesto en el recorrido de las diferentes etapas del curso que se le presenta.

Entonces, si trabaja de la manera indicada, estará en condiciones de alcanzar los siguientes objetivos:

Objetivo general

Objetivos específicos

- 1 xxx
- 2 xxx
- 3 xxx

CONTINUAR

Competencias

Las competencias que esperamos usted desarrolle con el recorrido de este curso son:

Competencias genéricas

1

Trabajo en equipo y colaborativo: capacidad de integrarse con sus compañeros para lograr los objetivos compartidos y la sinergia de un grupo de alta performance.

2

Capacidad de análisis/reflexión: capacidad de examinar metódicamente los distintos aspectos de una realidad o situación y asumir una valoración frente a ellos.

3

Creatividad/ soluciones innovadoras basadas en el conocimiento: capacidad para dar nuevas alternativas de solución a problemas existentes basadas en el conocimiento formal.

Competencia específica

- Manejar y gestionar los datos obtenidos de las evaluaciones y monitorización del rendimiento y lesiones del equipo, en

comparación con los datos provenientes de la ciencia y el
entrenamiento.

- Conocer las características fundamentales tanto de estrategias de prevención y rehabilitación de lesiones, como de los distintos mecanismos lesivos en deportes de equipo.
- Manejar las patologías y lesiones diferenciadas por deporte.
- Dominar temáticas complementarias, inherentes al médico de equipo.
- Aplicar la metodología adecuada en el diseño del proceso de readaptación post lesión en aquellas afecciones donde el desarrollo de la fuerza tenga un marcado protagonismo.
- Analizar los datos de la monitorización de la carga de trabajo para orientar el proceso de entrenamiento hacia la prevención de lesiones y el consiguiente aumento del rendimiento deportivo.

- Optimizar la recuperación intensa y la adaptación al entrenamiento con la nutrición.
- Adquirir estrategias específicas para la solución de situaciones específicas que se dan en el día a día del entorno deportivo.

CONTINUAR

Criterios de participación y aprobación

Criterios de participación

Durante el cursado, se espera que el alumno:

- Recorra los contenidos multimediales de cada uno de los módulos que integran el curso.
- Resuelva las autoevaluaciones asignadas en cada módulo.
- Realice las actividades propuestas, sean grupales o individuales.
- Realice el examen final.

Criterios de aprobación

Para la aprobación de cada curso se requiere que el alumno realice la actividad propuesta en el curso y apruebe el examen final.

El alumno deberá obtener un puntaje final del 70% o más. Esta nota resultará del promedio entre la actividad y el examen final.

CONTINUAR

Curso 1: Situaciones cotidianas del deporte

- 1) Módulo 1: Gestión de jugadores lesionados.
- 2) Módulo 2: Posibilitadores de la *dual career*.
- 3) Módulo 3: Gestión de la dificultad I.
- 4) Módulo 4: Gestión de la dificultad II.

CONTINUAR

Curso 2: El médico de equipo y el manejo de datos

1. Módulo 1: Rol del médico de equipo.
2. Módulo 2: Gestión de datos y metodología.
3. Módulo 3: Lesiones deportivas en otras poblaciones.
4. Módulo 4: Monitorización de las cargas de trabajo.

[CONTINUAR](#)

Curso 3: Lesiones y deportes de equipo

1. Módulo 1: Prevención y readaptación de lesiones.
2. Módulo 2: Gestión de la lesión muscular y tendinopatía.
3. Módulo 3: Gestión de la lesión articular y ósea.
4. Módulo 4: Toma de decisiones y vuelta a la competición.

[CONTINUAR](#)

Curso 4: Patología en deportes de equipo

1. Módulo 1: Gestión de la patología médica I.
2. Módulo 2: Gestión de la patología médica II.
3. Módulo 3: Patologías específicas por deporte.
4. Módulo 4: Deportes y competiciones especiales.

[CONTINUAR](#)

Curso 5: Aspectos inherentes al médico de equipo

1. Módulo 1: Diagnóstico por imágenes: el uso del ultrasonido como herramienta básica del médico de equipo.
2. Módulo 2: Nutrición y ayudas ergogénicas.
3. Módulo 3: Lucha antidopaje.
4. Módulo 4: Comunicación, liderazgo y gestión del grupo.

[CONTINUAR](#)

Curso 6: La fuerza y potencia muscular como cualidad clave en la readaptación de las lesiones(...)

(...)deportivas

- 1) Módulo 1: Estudio de la lesión en el deporte: los mecanismos lesivos y los factores de riesgo de lesión asociados.
 - a. Unidad 1: Biomecánica lesiva e implicación de la fuerza en la recuperación de las habilidades deportivas.
 - b. Unidad 2: Factores de riesgo asociados a la falta de fuerza.
- 2) Módulo 2: Las lesiones deportivas y su relación con la cualidad de fuerza.
 - a. Unidad 1: Las lesiones de las estructuras muscular y tendinosa.

- b. Unidad 2: Las lesiones articulares.
- 3) Módulo 3: Manifestaciones de la fuerza y la potencia muscular en el proceso de readaptación post lesión.
- a. Unidad 1: La fuerza y sus diferentes manifestaciones según carga externa y velocidad de ejecución.
 - b. Unidad 2: Programación del trabajo de fuerza en las lesiones deportivas.
- 4) Módulo 4: Nuevos paradigmas en el entrenamiento de la fuerza: musculación mediante oclusión vascular.
- a. Unidad 1: Bases de la musculación tradicional versus musculación por medio de la oclusión vascular o Blood Flow Restriction (BFR).
 - b. Unidad 2: Programación del entrenamiento mediante oclusión vascular: variables clave para la óptima prescripción.

CONTINUAR

Curso 7: Herramientas y variables para la monitorización de la carga de entrenamiento

1. Módulo 1: ¿Por qué ocurren las lesiones?
2. Módulo 2: El modelo *fitness-fatiga*.
3. Módulo 3: Ratio de carga aguda: crónica y su relación con la lesión.
4. Módulo 4: Controversias recientes y aplicaciones prácticas de los datos.

CONTINUAR

Curso 8: Nutrición, recuperación y adaptaciones al entrenamiento

- 1) Módulo 1: Ejercicio y fatiga.
 - a. Unidad 1: ¿Qué es la fatiga?
 - b. Unidad 2: Retrasar la fatiga.

- 2) Módulo 2: Recuperación y adaptación.
 - a. Unidad 1: Recuperación.
 - b. Unidad 2: Adaptación.

- 3) Módulo 3: Optimizar la recuperación y la adaptación.
 - a. Unidad 1: Optimizar la recuperación con la nutrición.
 - b. Unidad 2: Optimizar la adaptación con la nutrición.

- 4) Módulo 4: Recuperación de lesiones.
 - a. Unidad 1: Diferentes fases de la lesión.

b. Unidad 2: Estrategias.

CONTINUAR

Descarga



Programa.pdf

364.6 KB

