



Guía docente

# EXPERTO UNIVERSITARIO EN FISIOTERAPIA DEPORTIVA Y READAPTACIÓN

Formación acreditada por la Universidad de San Jorge con 15 créditos ECTS

# ÍNDICE

---

|                                                                                           |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Seminarios .....</b>                                                                   | <b>1.</b> |
| <b>Programa .....</b>                                                                     | <b>2.</b> |
| BLOQUE I: Vendaje funcional y vendaje neuromuscular .....                                 | 2.        |
| BLOQUE II: Técnicas de movilización y manipulación articular en el deportista .....       | 2.        |
| BLOQUE III: Técnicas de tejido blando en el deportista .....                              | 2.        |
| BLOQUE IV: Tratamiento y prevención de lesiones musculares y tendinosas .....             | 3.        |
| BLOQUE V: Readaptación deportiva en las lesiones articulares, óseas y musculotendinosas . | 3.        |
| BLOQUE VI: Punción seca en el deporte .....                                               | 4.        |
| BLOQUE VII: Electrolisis percutánea ecoguiada en el deporte .....                         | 4.        |
| BLOQUE VIII: Técnicas instrumentales (ganchos) .....                                      | 4.        |
| <b>Calendario y horarios .....</b>                                                        | <b>5.</b> |

## SEMINARIOS

---

**Seminario 1:** *Punción seca en el deporte* con César Mozo (20 horas).

**Seminario 2:** *Exploración y tratamiento de la lesión muscular* con Jordi Esparó (20 horas).

**Seminario 3:** *Técnicas de tejido blando en el deportista* con Fernando Galán (20 horas).

**Seminario 4:** *Electrolisis percutánea ecoguiada en el deporte* con José Manuel Sánchez (20 horas).

**Seminario 5:** *Técnicas articulares y de manipulación de EEII y EESS* con Ángel Lázaro (20 horas).

**Seminario 6:** *Tratamiento de la lesión tendinosa* con Ángel Basas (20 horas).

**Seminario 7:** *Técnicas instrumentales (ganchos)* con Francesc Rubí (20 horas).

**Seminario 8:** *Vendaje funcional y neuromuscular* con Elisa Benito (20 horas).

**Seminario 9:** *Técnicas articulares y de manipulación de columna y pelvis* con Luis del Pino (20 horas).

**Seminario 10:** *Readaptación deportiva en las lesiones articulares y óseas* con Carlos Sosa (20 horas).

**Seminario 11:** *Readaptación deportiva en las lesiones musculotendinosas* con Albert Torner (20 horas).

## PROGRAMA

---

### **BLOQUE I: Vendaje funcional y neuromuscular con Elisa Benito**

- Principios del vendaje funcional en el deporte.
- Vendajes funcionales en patología del miembro superior del deportista.
- Vendajes funcionales en patología del miembro inferior del deportista.
- Vendajes en situaciones especiales.
- Bases teóricas del vendaje neuromuscular. Evidencia científica.
- Mecanismos de acción del vendaje neuromuscular.
- Efectos, indicaciones y principios de aplicación del vendaje neuromuscular.
- Aplicaciones prácticas en el deporte.
- Técnicas musculares, técnicas de corrección, técnicas ligamentosas.
- Técnicas específicas de aplicación del vendaje neuromuscular.

### **BLOQUE II: Técnicas de movilización y manipulación articular en el deportista con Ángel Lázaro y Luis del Pino**

- Técnicas de movilización y manipulación articular del miembro superior.
- Técnicas de movilización y manipulación articular del miembro inferior.
- Técnicas de movilización y manipulación articular de la columna lumbar y pelvis.
- Técnicas de movilización y manipulación articular de la columna dorsal.
- Técnicas de movilización y manipulación articular de la columna cervical.

### **BLOQUE III: Técnicas de tejido blando en el deportista con Fernando Galán**

- Concepto de tensegidad, mecano-transducción, pretensión y elasticidad local.
- Análisis de la biomecánica y pato-mecánica del sistema miofascial.
- Principios de evaluación de las restricciones y patrones de atrapamiento del tejido miofascial más comunes en el contexto deportivo.
- Principios básicos de tratamiento miofascial.
- Sono-elastografía en tiempo real y ecografía dinámica como herramienta clínica en la valoración de lesiones deportivas: rotura fibrilar y tendinopatía crónica.
- Técnicas miofasciales aplicadas al deporte.
- Puntos gatillo miofasciales y dolor en el deporte.
- Aplicación práctica de las técnicas manuales de tejido blando en el deporte.

## PROGRAMA

---

### **BLOQUE IV: Tratamiento y prevención de lesiones musculares y tendinosas** con Jordi Esparó y Ángel Basas

- Mecanismos de regeneración de tejido muscular y tendinoso.
- Tenseguridad y Mecano-transducción en la regeneración de tejidos humanos.
- Lesiones musculares: etiología, tratamiento y prevención.
- Lesiones tendinosas: etiología, tratamiento y prevención.
- Prevención de lesiones músculo-tendinosas: ejercicio excéntrico y electro-estimulación.
- Aplicación de corrientes excito-motoras: parámetros y aplicaciones.
- Electro-estimulación estática: metodología y aplicaciones.
- Electro-estimulación dinámica: metodología y aplicaciones.
- Protocolos de actuación en lesiones musculo-tendinosas.

### **BLOQUE V: Readaptación deportiva en las lesiones articulares, óseas y musculotendinosas** con Carlos Sosa y Albert Torner

- Lesiones articulares:
  - o Ligamentosas.
  - o Menisco.
  - o Cartílago:
    - Bases conceptuales.
    - Fisiopatología.
    - Clasificación.
    - Diagnóstico y valoración.
    - Reeduación funcional deportiva.
    - Criterios del “Return to Play” y readaptación al esfuerzo.
- Lesiones óseas:
  - o Bases conceptuales.
  - o Fisiopatología.
  - o Clasificación.
  - o Diagnóstico y valoración.
  - o Reeduación funcional deportiva.
  - o Criterios del “Return to Play” y readaptación al esfuerzo.

## PROGRAMA

---

- Lesiones musculotendinosas:
  - o Bases conceptuales.
  - o Fisiopatología.
  - o Clasificación.
  - o Diagnóstico y valoración.
  - o Reeduación funcional deportiva.
  - o Criterios del “Return to Play” y readaptación al esfuerzo.

### **BLOQUE VI: Punción seca en el deporte** con César Mozo

- Mecanismos de la punción seca sobre el tejido muscular.
- Mecano-transducción y punción seca.
- Punción seca y rendimiento deportivo.
- Punción seca en patología del miembro superior del deportista.
- Punción seca en patología del miembro inferior del deportista.
- Punción seca en patología de columna del deportista.

### **BLOQUE VII: Electrolisis percutánea ecoguiada en el deporte** con José Manuel Sanchez

- Mecanismos de regeneración del tendinoso.
- Lesiones tendinosas: base patológica y proceso biológicos.
- Principios de la Electrolisis: corriente galvánica.
- Aplicación clínica de la Electrolisis en patología tendinosa del deportista.
- Uso de la ecografía en la lesión tendinosa del deportista.
- Aplicación eco-guiada de la Electrolisis sobre lesión tendinosa del deportista.

### **BLOQUE VIII: Técnicas instrumentales (ganchos)** con Francesc Rubí

- Maniobras de estiramiento tisular/deslizamiento/rascado/inhibición neuromuscular/ola/gancheado/movimiento de vaivén.
- Aplicaciones generales:
  - o Tratamiento específico de partes blandas en procesos no agudos que cursan con fibrosis de los tejidos afectados o en patologías agudas para controlar el proceso inflamatorio.
  - o Alteraciones mecánicas (adherencias capsulares, lesiones tendón, restricciones miofasciales, esguince), alteraciones neurales (atrapamiento nervioso), cicatrices y adherencia, alteraciones vasculares (hemodinámica, circulación de retorno).

## CALENDARIO Y HORARIOS

| SEMINARIOS                                                              | FECHAS                                  | HORARIOS                                                 | PROFESORES          | HORAS |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------|-------|
| SEMINARIO<br>Vendaje funcional y neuromuscular                          | Sábado 07/11/2020<br>Domingo 08/11/2020 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Elisa Benito        | 20    |
| SEMINARIO<br>Exploración y tratamiento de la lesión muscular            | Sábado 21/11/2020<br>Domingo 22/11/2020 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Jordi Esparó        | 20    |
| SEMINARIO<br>Técnicas de tejido blando en el deportista                 | Viernes 11/12/2020<br>Sábado 12/12/2020 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Fernando Galán      | 20    |
| SEMINARIO<br>Punción seca en el deporte                                 | Sábado 09/01/2021<br>Domingo 10/01/2021 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | César Mozo          | 20    |
| SEMINARIO<br>Técnicas articulares y de manipulación de EEII y EESS      | Sábado 23/01/2021<br>Domingo 24/01/2021 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Ángel Lázaro        | 20    |
| SEMINARIO<br>Técnicas instrumentales (ganchos)                          | Sábado 13/02/2021<br>Domingo 14/02/2021 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Francesc Rubí       | 20    |
| SEMINARIO<br>Tratamiento de la lesión tendinosa                         | Viernes 05/03/2021<br>Sábado 06/03/2021 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Ángel Basas         | 20    |
| SEMINARIO<br>Electrolisis percutánea ecoguiada en el deporte            | Sábado 24/04/2021<br>Domingo 25/04/2021 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | José Manuel Sánchez | 20    |
| SEMINARIO<br>Técnicas articulares y de manipulación de columna y pelvis | Sábado 15/05/2021<br>Domingo 16/05/2021 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Luis del Pino       | 20    |
| SEMINARIO<br>Readaptación deportiva en las lesiones articulares y óseas | Sábado 12/06/2021<br>Domingo 13/06/2021 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Carlos Sosa         | 20    |
| SEMINARIO<br>Readaptación deportiva en las lesiones musculotendinosas   | Sábado 26/06/2021<br>Domingo 27/06/2021 | De 9h a 14h y de 15h a 21h<br>De 9h a 14h y de 15h a 19h | Albert Torner       | 20    |

Todos los seminarios se desarrollan en Centro Univers: Calle Comte de Salvatierra, 5-15 - 08006 Barcelona