

# | Experto universitario en fisioterapia deportiva

EXPERTO UNIVERSITARIO  
EN FISIOTERAPIA DEPORTIVA

500 HORAS  20 CRÉDITOS ECTS



## Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 500
- ✓ **Créditos ECTS:** 20
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 3 meses para realizar el experto universitario y un máximo de 6 meses.

La fisioterapia del deporte o terapia física deportiva es una de las especialidades de la fisioterapia que tiene el objetivo de tratar a todo atleta o deportista que sufre alguna lesión o traumatismo. Además, este tipo de terapia también trabaja en la prevención de lesiones del aparato locomotor en todos los ámbitos deportivos.

Entre sus principales objetivos, se encuentra el de adaptar el cuerpo del deportista al entrenamiento, evitar los factores de riesgo, prevenir lesiones, acortar el tiempo de recuperación y mejorar la calidad de vida del deportista, ya sea amateur o profesional. Por tanto, se trata de una especialidad esencial para el ámbito deportivo.

Este **Experto universitario en fisioterapia deportiva** tiene el objetivo de que adquieras los conocimientos y habilidades necesarias para ser capaz de evaluar, planificar y tratar las diferentes lesiones producidas por las actividades físicas-deportivas. Asimismo, aprenderás las diferentes técnicas y procedimientos de fisioterapia en este ámbito.

Inscribirme



# Certificación: Universidad San Jorge



Todo el personal universitario que realice un **Experto Universitario online** de la **Universidad San Jorge (USJ)** recibirá, una vez finalizado, un diploma en créditos y horas. Este documento es únicamente emitido por la universidad certificadora de las capacitaciones o acciones formativas, es decir, por la USJ debemos sumas a esto que este trámite no tendría ningún coste adicional. *La Universidad San Jorge expedirá en virtud de lo dispuesto en el artículo 34.1 de la LOU el título propio, título sin validez oficial, que acredite la superación del programa.*

La USJ bajo ningún concepto, expedirá el título universitario correspondiente al programa formativo si el alumno/a no ha finalizado con éxito la evaluación correspondiente y no ha transcurrido el tiempo mínimo desde la matrícula. Una vez transcurrido el tiempo mínimo que exige la dicha universidad y finalice la edición, se procederá a solicitar el diploma a la **Universidad San Jorge**, la cual suele tardar en remitir los diplomas de los Expertos Universitarios entre uno y tres meses. Igualmente, los alumnos, una vez realizada la formación, podrán solicitar un certificado provisional expedido por ESHE a la espera de recibir el diploma de la USJ.

Los discentes, al realizar las formaciones, recibirían un diploma como el que mostramos a continuación:

Parte delantera del certificado

**Parte delantera del diploma de la Universidad San Jorge**

Parte trasera del certificado

**Parte trasera del diploma de la Universidad San Jorge**

## ¿A quién va dirigido?

- Profesionales de Fisioterapia o kinesiología egresados de facultades reconocidas en Perú.
- Extranjeros con títulos convalidados por el Ministerio de Educación Nacional de Perú, con experiencia en el área.
- Profesionales de Fisioterapia o kinesiología con título de especialistas en fisioterapia deportiva o áreas afines.

## Objetivos

### Generales

- Dar a conocer los diferentes parámetros que ayuden a prevenir y recuperar / readaptar las lesiones deportivas provocadas por el deporte.
- Interpretar los análisis de sangre y asociarlos con las lesiones.
- Enseñar ejercicios de potenciación específicos para recuperar y prevenir.
- Conocer diferentes técnicas y procedimientos de fisioterapia en el ámbito deportivo, como técnicas de movilización y manipulación articular, vendajes, vendajes neuromusculares, acupuntura seca, terapia miofascial y muscular, estimulación eléctrica, recuperación funcional.

Inscribirme



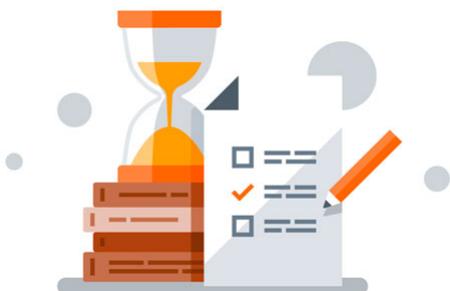
## Salidas profesionales

- Fisioterapia en centros educativos.
- Fisioterapia en instituciones privadas.
- Fisioterapia en centros de tecnificación deportiva.
  
- Fisioterapia en clubes deportivos.
- Fisioterapia en instituciones rehabilitadoras.
- Fisioterapia en gimnasios.
  
- Fisioterapia en instituciones deportivas y demás organismos.
- Fisioterapia en centros de alto rendimiento deportivo.

## Requisitos para la inscripción

- Solicitud de inscripción.
- Diploma o acta de pregrado o demostrar experiencia profesional en el sector.
- Documento de identidad. (Pasaporte, visa y cédula de extranjería en caso de ser extranjero).

## Evaluación



La evaluación consta de **62 preguntas** (A/B/C) y **6 supuestos prácticos**. El alumno debe finalizar el experto universitario y hacerlo con aprovechamiento de al menos un 65% tanto de los tests como de los supuestos planteados en el mismo, que se realizarán a través de la plataforma online.

Para dar por finalizado el experto universitario además de la evaluación correspondiente a cada módulo, el alumno debe de realizar un trabajo final de experto universitario de un tema elegido de una relación propuesta por el equipo de tutores, con unos requisitos mínimos de calidad y de actualidad bibliográfica, superando este con una calificación superior al 65% de la nota del módulo trabajo fin de experto.

## Contenidos

### Vídeo de presentación:

---

### Unidad I: Avances en fisioterapia aplicada a la prevención y tratamiento de lesiones deportivas (30 Horas y 1.2 Créditos ECTS)

#### Capítulo I. Sistema músculo-esquelético y articular:

- Sistema músculo-esquelético y articular.
- Resumen.
- Autoevaluación.

#### Capítulo II. Explicación de la lesión deportiva:

- Explicación de la lesión deportiva.
- Resumen.
- Autoevaluación.

#### Capítulo III. El reconocimiento médico en el deporte:

- El reconocimiento médico en el deporte.
  - Resumen.
  - Autoevaluación.
- 

### Unidad II: Identificación de lesiones más frecuentes y su tratamiento específico (380 Horas y 15,2 Créditos ECTS)

#### Capítulo IV. Tratamiento inmediato y prevención de las lesiones:

- Método RICES.
- La correcta práctica deportiva.
  - Medidas para prevenir las lesiones: Fortalecimiento muscular.
    - Fortalecimiento en cadena cinética cerrada.
    - Fortalecimiento en cadena cinética abierta.
    - Fortalecimiento con tensión elástica.
    - Ejercicios con tensión elástica del miembro inferior en CCC.
    - Ejercicios con tensión elástica del miembro inferior en CCA.
    - Fortalecimiento pliométrico.

- Fortalecimiento del miembro superior.
- Fortalecimiento del miembro superior con tensión elástica.
- Fortalecimiento del tronco.
- Más ejercicios de fortalecimiento del tronco.
- Fortalecimiento isométrico (postural).
- Fortalecimiento con fitball.
- Ejercicios con fitball para el miembro inferior.
- Ejercicios con fitball para el miembro superior.
- Medidas para prevenir las lesiones: Reeducación propioceptiva o ejercicios de equilibrio.
  - Parámetros para la modificación del ejercicio.
- Medidas para prevenir las lesiones Recuperación post-competición/entrenamiento.
  - Hidroterapia.
  - Termoterapia/crioterapia.
  - Estiramientos.
  - Autoposturas que actúan sobre la cadena posterior y anterior.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Capítulo V. El masaje:**

- El masaje.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Capítulo VI. Lesiones en la práctica deportiva:**

- Contractura muscular, Mialgia diferida, Espasmo o calambre y Rotura parcial muscular.
- Lesiones del miembro superior.
  - Lesiones del hombro.
    - Hombro del nadador.
    - Síndrome por compresión-tendinitis del tendón supraespinoso.
    - Más sobre el síndrome por compresión-tendinitis del tendón supraespinoso.
    - Inestabilidad-hipermovilidad de hombro o impingement secundario (luxación de hombro).
    - Fases de la inestabilidad-hipermovilidad de hombro o impingement secundario (luxación de hombro).
    - Hombro congelado o capsulitis retráctil.
    - Fractura de clavícula.
    - Fractura de hombro.
  - Lesiones del brazo.
    - Rotura del tendón distal del bíceps braquial.
    - Tendinitis del músculo braquial anterior o codo del escalador.
    - Síndrome del plexo braquial.
    - Fractura diafisaria de húmero.
  - Lesiones del codo.
    - Epicondilitis lateral o codo del tenista.
    - Epicondilitis medial o codo de golfista.
    - Codo del lanzador de jabalina.
    - Más sobre el codo del lanzador de jabalina.
    - Codo del lanzador de dardos.
    - Luxación del codo.
    - Fracturas del codo.

- Lesiones del antebrazo.
  - Fractura del antebrazo.
  - Recuperación en el caso una reducción abierta y fijación interna de las fracturas de Monteggia y Galeazzi.
- Lesiones de la muñeca.
  - Esguince de muñeca (lesión de ligamentos) y Nódulos tendinosos-ganglión.
  - Muñeca de remero-tendinitis de Quervain.
  - Muñeca de remero-tendinitis de Quervain.
  - Síndrome del túnel carpiano.
  - Fractura del cúbito y radio distal (fractura de Colles).
  - Fractura del hueso escafoides.
  - Fractura del hueso ganchoso.
  - Luxaciones en la muñeca.
- Lesiones de la mano.
  - Dedos en martillo y Pulgar del esquiador o lesión de Stener.
  - Capsulitis traumática y Luxaciones de los dedos.
  - Fracturas de los huesos del metacarpo y de falanges, Ampollas y callosidades.
- Lesiones del miembro inferior.
  - Lesiones de la cadera.
    - Síndrome del piramidal.
    - Síndrome de la cintilla iliotibial-rodilla del corredor.
    - Distensión-rotura de los isquiotibiales (isquiocruales).
    - Rotura de los músculos aductores.
    - Osteotomía dinámica de pubis o pubalgia.
    - Bursitis de la cadera.
  - Lesiones de la rodilla.
    - Lesión del ligamento cruzado anterior (LCA).
    - Más sobre la lesión del ligamento cruzado anterior.
    - Esquince lateral interno de rodilla.
    - Lesiones meniscales.
    - Alteraciones de la articulación femoropatelar, luxación recurrente de rótula.
    - Rodilla inestable.
    - Bursitis.
    - Rodilla del saltador.
  - Lesiones de la pierna.
    - Periostitis tibial.
    - Tendinitis del tibial anterior y tibial posterior.
    - Fracturas de la tibia y el peroné.
    - Fracturas de estrés.
    - Pierna del tenista (desgarro músculo gemelo interno).
    - Bursitis retrocalcánea, tendinitis aquilea y rotura del tendón de Aquiles.
  - Lesiones de tobillo.
    - Fractura de los huesos del tobillo.
    - Fractura del peroné por sobrecarga.
    - Esguince de tobillo-tobillo inestable.
    - Ejemplo de la progresión de los ejercicios durante la Fase I, II y III en el esguince de tobillo.
    - Esquema general de recuperación funcional del esguince de tobillo (fase de reincorporación a la actividad).
    - Tobillo del futbolista.
  - Lesiones del pie.

- Fascitis plantar y síndrome del dolor del talón (talón del saltador).
- Espolón calcáneo.
- Fracturas de fatiga o por estrés.
- Fractura del calcáneo o hueso del talón.
- Pie plano y Pie cavo.
- Dolor plantar anterior o metatarsalgia.
- Hallux valgus (juanetes).
- Fractura de los dedos de los pies.
- Uña negra y Uña encarnada.
- Pie de atleta.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Capítulo VII. Lesiones de la cabeza y cara:**

- Traumatismo craneoencefálico. Pérdida de conciencia.
- Lesiones de párpados y anejos.
- Equimosis, Erosiones corneales, Desprendimiento de retina y Roturas dentales.
- Lesiones de la nariz y Fractura de los huesos de la nariz.
- Lesiones del oído, Oreja en coliflor y Rotura del tímpano.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Capítulo VIII. Lesiones de espalda:**

- Cifosis dorsal o hipercifosis.
- Hiperlordosis.
- Desviación lateral de la columna (escoliosis).
- Dolor de cuello, Tortícolis y Fracturas vertebrales.
- Espalda de gimnasta. Espondilolistesis. Espondilolisis.
- Dolor de espalda-lumbalgia.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Capítulo IX. Lesiones torácicas:**

- Fracturas costales.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Capítulo X. Lesiones de la piel:**

- Lesiones de la piel.
- Resumen.
- Autoevaluación.

### **Capítulo XI. Lesiones por el frío y el calor:**

- Lesiones por el frío y el calor.
- Resumen.

- Autoevaluación.

## **Capítulo XII. Recuperación de lesiones en el agua:**

- Introducción.
- Programa general para la recuperación de lesiones en el agua.
- Recuperación funcional en el agua.
- Relación de ejercicios de miembro inferior y superior para la recuperación funcional de lesiones.
- Resumen.
- Autoevaluación.

## **Capítulo XIII. Vendaje funcional y aplicaciones deportivas:**

- Introducción.
  - Tipos de vendas.
  - Preparación de la piel y aplicación.
  - Vendajes funcionales preventivos.
    - Ejemplos de vendajes preventivos.
      - Vendaje preventivo para la tendinitis del extensor del primer dedo.
      - Vendaje de compresión para la aplicación de RICES en el esguince del LLE de tobillo.
      - Fascitis plantar.
      - Metatarsalgia.
      - Tendinitis de Aquiles, del tibial anterior y tendinitis rotuliana.
      - Periostitis tibial.
      - Vendaje elástico adhesivo para distensiones de ligamento en la rodilla.
      - Vendaje para la estabilización de la rótula y para la protección de aductores.
  - Vendajes funcionales terapéuticos.
    - Auto-vendajes en situaciones especiales.
      - Esguinces.
      - Calambres.
      - Rotura fibrilar y Contracturas.
      - Inmovilización.
  - Resumen.
  - Autoevaluación.
- 

## **Unidad III: Pruebas diagnósticas, conocimiento e interpretación (15 Horas y 0.6 Créditos ECTS)**

### **Capítulo XIV. Cómo interpretar un análisis de sangre y su relación con las lesiones:**

- Introducción.
  - Hemograma.
  - Bioquímica general y del suero.
  - Bioquímica hormonal.
  - Resumen.
  - Autoevaluación.
- 

## **Trabajo fin de experto: Trabajo fin de experto (75 Horas y 3 Créditos ECTS)**

El alumno debe realizar un trabajo fin de experto para finalizar su formación y cumplir unos requisitos mínimos de calidad y de actualidad bibliográfica.

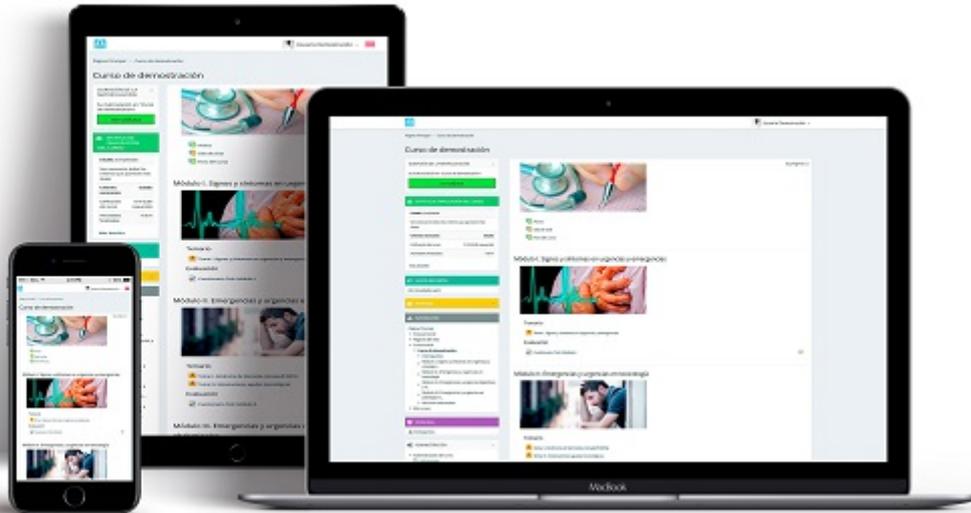
**Para no publicarlo:**

1. Puede ser tanto caso clínico, como trabajo de investigación o revisión bibliográfica.
2. Debe ser una extensión de unas 30 páginas.
3. Debe estar citada en estilo Vancouver.

**Para la publicación ¡Totalmente gratis!:**

1. Debe ser una revisión bibliográfica de unas 50 páginas.
2. Tamaño 12.
3. La bibliografía debe ser desde hace 5 años en adelante.
4. Letra Times New Roman.
5. Debe estar citada en estilo Vancouver y con citas en el texto.
6. Interlineado 1-1,15.

# Metodología



El desarrollo del programa formativo se realizará totalmente online el campus virtual revisado y aprobado por la Universidad San Jorge, que estará operativo las 24 horas los 365 días del año y además está adaptado a cualquier dispositivo digital. El alumno en todo momento contará con el apoyo de nuestro departamento tutorial. Las tutorías se realizarán mediante email (usj@esheformacion.com), Teléfono: 656 34 67 49, WhatsApp: 656 34 67 49 o a través del sistema de mensajería que incorpora nuestro campus virtual.

Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

**Inscribirme**

