

**FITXA IDENTIFICATIVA****DADES DE L'ASSIGNATURA**

Codi: 33033
Nom: Fisioteràpia de l'esport
Cicle: Grau
Crèdits ECTS: 4,5
Curs acadèmic: 2025-26

TITULACIONS

Titulació	Centre	Curs	Període
1202 - Grau Fisioteràpia	Facultat de Fisioteràpia	4	Primer quadrimestre

MATÈRIES

Titulació	Matèria	Caràcter
1202 - Grau Fisioteràpia	Fisioteràpia de l'Esport	OPTATIVA

COORDINACIÓ

ALAKHDAR MOHMARA YASSER

RESUM

L'assignatura de Fisioteràpia de l'Esport pretén que el alumnes adquirisquen una sèrie de coneixements, actituds i habilitats utilitzant tècniques fisioteràpiques especials. Amb aquestes abordaran correctament els diferents problemes fisioterapèutics característics de la fisioteràpia esportiva en les diferents fases del tractament com la prevenció, tractament de lesions i readaptació.

Els continguts d'aquesta matèria són:

- Aspectes generals i específics de l'activitat física.
- Capacitats físiques bàsiques de l'esportista.
- Lesions més freqüents en l'àrea de l'esport.
- Tècniques fisioteràpiques aplicades al tractament de les lesions esportives.



CONEXEMENTS PREVIS

RELACIÓ AMB ALTRES ASSIGNATURES DE LA MATEIXA TITULACIÓ

No s'ha especificat restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

ALTRES TIPUS DE REQUISITS

Es recomanable que a l'alumne li agrade lesport o que desitge pertànyer a un equip multidisciplinari esportiu ja que a l'assignatura s'intentaran implantar les bases necessàries per a la formació de fisioterapeutes a lesport.

COMPETÈNCIES / RESULTATS D'APRENTATGE

1202 - Grau Fisioteràpia

Aplicar les tècniques fisioteràpiques aplicades en el tractament de les lesions esportives.

Comprendre els efectes de l'exercici físic sobre els diferents òrgans i sistemes.

Conèixer els aspectes generals i específics de l'activitat física.

Conèixer i comprendre els mètodes, els procediments i les actuacions fisioteràpiques, encaminats tant a la terapèutica pròpiament dita, que cal aplicar en la clínica per a la reeducació o recuperació funcional, com la realització d'activitats dirigides a la promoció i manteniment de la salut.

Conèixer les capacitats físiques bàsiques de l'esportista.

Conèixer les lesions més freqüents en l'àrea de l'esport.

Mantenir actualitzats els fonaments dels coneixements, habilitats, destreses actituds de les competències professionals.

Que els estudiants hagen demostrat posseir i comprendre coneixements en una àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, i se sol trobar a un nivell que, si bé descansa en llibres de text avançats, inclou també alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del seu camp d'estudi.

Que els estudiants hagen desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per a emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Que els estudiants puguen transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.

Que els estudiants sàpien aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseïsquen les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seua àrea d'estudi.

Que els estudiants tinguen la capacitat d'arreglar i interpretar dades rellevants (normalment dins de la seua àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguen una reflexió sobre temes rellevants d'índole social,



científica o ètica.

Saber establir els objectius del tractament fisioterapèutic de l'esportista.

Saber realitzar l'avaluació funcional de l'esportista.

Tenir capacitat d'organitzar i planificar el treball.

Treballar en equip.

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Aspectes generals i específics de l'activitat física

- Sobrecàrrega i lesions en l'esport
- Força i moviment
- Les palanques i la magnitud d'una força
- Forces internes i externes
- Esforç mecànic i energia
- Forces de tracció i de compressió
- Forces de torsió i efecte combadura
- Cisallaments
- Càrrega repetida i fatiga

2. Comprendre els efectes físics sobre els diferents òrgans i sistemes

- Efectes de l'exercici físic sobre diferents òrgans i sistemes.
- Predisposició i prevenció de la lesió esportiva.
- Funcionament, funcions i reclutament de cada òrgan i sistemes durant i després de l'exercici.
- Dolors referits i reflexos dels diferents òrgans i sistemes.

3. Capacitats físiques bàsiques de l'esportista

- Actuació de l'esportista.
- Evolució de les capacitats físiques de l'esportista.
- Força: tipus i característiques.
- Resistència: tipus i efectes.
- Velocitat: factors determinants.



- Flexibilitat: tipus i objectius.
- Escalfament-refredament a l'esport: normes, tipus i efectes.

4. Avaluació funcional de l'esportista

- Valoració analítica de l'esportista.
- Balanç articular en l'esportista.
- Balanç muscular en l'esportista.
- Valoració neurodinàmica.
- Valoració miofascial.
- Diagnòstic diferencial passiu i actiu en les lesions de l'esport.

5. Lesions més freqüents a l'area de l'esport

- Fisioteràpia a les lesions esportives en l'edat de creixement.
Característiques de l'aparell locomotor en l'edat de creixement.
Lesions agudes característiques de l'esport en el xiquet i la seua fisioteràpia.
Mesures preventives a l'esport durant l'edat de creixement.
- Fisioteràpia en les lesions osteoarticulars en l'esport.
Causes i factors determinants de les lesions osteoarticulars a l'esport.
Tipus de lesions osteoarticulars a l'esport i la seua fisioteràpia.
Lesions osteoarticulars més característiques segons esports.
- Fisioteràpia en les lesions esportives de parts blanques.
Mecanismes de producció de les lesions esportives de parts blanques.
Factors determinants de la lesió esportiva en parts blanques.
Fisioteràpia de les lesions del tendó a l'esport.
Fisioteràpia de les lesions lligamentoses a l'esport.
Factors que afavoreixen la lesió muscular a l'esport.
Fisioteràpia de la lesió muscular a l'esport.
Mesures preventives de les lesions musculars a l'esport.

6. Objectius del tractament fisioteràpic de l'esportista

- Anàlisi de la postura estàtica i dinàmica amb test postural (video-foto).
- Control de la postura (ull-pelvis-turmeu).
- Proves de valoració de l'equilibri, força, postura, resistència, elasticitat.
- Antecedents mèdics, nutricionals i lesions.
- Planificació de la readaptació correcta.



- Prevenció de recaigudes.

7. Tècniques fisioteràpiques aplicades al tractament de les lesions esportives

- Massatge en l'esport.
Efectes del massatge a nivell esportiu.
Modalitats de massatge en l'esport. Abans, en períodes de descans i després de la competició.
Indicacions i contraindicacions del massatge en l'esport.
El massatge en diverses lesions esportives de parts blanques.
- Massatge transversal profund.
Efectes i indicacions del MTP en les lesions de l'esport.
Aplicacions del MTP en diverses lesions de l'esport: tendinoses, lligamentoses i musculars.
- Tècniques de teràpia manual.
Normes i tipus de teràpia manual aplicades a l'esport.
Concepte de hipomobilitat i hipermobilitat articular.
Localització i avaluació de les disfuncions més comuns en l'esport.
- Normes i tipus de tècniques de moviment neural.
Localització i avaluació de les funcions neural més comuns en l'esport.
- Normes i tipus de tècniques miofascials.
Localitzar i avaluar les disfuncions miofascial més comuns en l'esport.
- Fonaments i característiques dels embenats funcionals i neuromusculars en l'esport.
- Fisioteràpia de les lesions de la columna vertebral.
Valoració funcional de la columna vertebral.
Fisioteràpia de les lesions del raquis cervical en l'esport:
Agudes
Per sobrecàrrega
Fisioteràpia de les lesions del raquis toràcic en l'esport:
Estàtiques
Agudes
Fisioteràpia de les lesions del raquis lumbar en l'esport:
Contractures
Inestabilitat
Hernia discal
- Fisioteràpia de les lesions de la cintura pèlvica en l'esport:
Lesions múscul-tendinoses de la pelvis.
Tipus
Osteopatia de pubis.
Mecanismes de producció.
Fixacions articulars de la cintura pèlvica.
- Fisioteràpia de les lesions de la cintura escapular en l'esport.
Valoració funcional de la cintura escapular.
Fisioteràpia del múscle del nedador.
Fisioteràpia del múscle del llançador.
Fisioteràpia de la luxació de múscle en l'esportista.
- Fisioteràpia de les lesions de colze, canell i mà en l'esport.
Fisioteràpia de les lesions de colze en l'esportista.



Colze de tennis
Colze de golf
Luxació de colze

8. Treball en equip

- Funcions i responsabilitats de cada component de l'equip multidisciplinari.
- Planificació en equip de treball a realitzar.
- Determinació dels objectius a aconseguir en cada fase de la recuperació, readaptació i posada en forma de l'esportista.

9. Capacitat d'organitzar i planificar el treball

- Correcta organització de les dades objectives a les proves i tests específics.
- Valoració de la informació subjectiva que aporta l'esportista.
- Planificació dels objectius i metodologia a emplenar en cada fase de la recuperació.

VOLUM DE TREBALL (HORES)

ACTIVITATS PRESENCIALS

Activitat	Hores
Teoria	30,00
Pràctiques a l'aula	15,00
Total hores	45,00

ACTIVITATS NO PRESENCIALS

Activitat	Hores
Assistència a altres activitats	0,00
Elaboració de treballs individuals o en grup	15,00
Estudi i treball autònom	29,50
Preparació de classes	6,00
Preparació d'activitats d'avaluació	14,00
Resolució de casos pràctics	3,00
Total hores	67,50

METODOLOGIA DOCENT



La metodologia d'ensenyament-aprenentatge de la matèria estarà marcada a la teoria cognitiva-constructivista de l'aprenentatge que subratlla el paper essencial actiu de l'estudiant. Aquest serà el protagonista del seu procés educatiu i tractarà de desenvolupar un aprenentatge significatiu basat en els coneixements previs. El professor actuarà de mediador i facilitador de l'aprenentatge utilitzant tècniques motivadores, de modelat, la maièutica, la introspecció i la resolució de problemes.

La programació docent pot ser modificada durant el desenvolupament del curs si el professor, sota criteri de qualitat docent i assimilació de coneixements per part de l'estudiant, el considera oportú.

AVALUACIÓ

L'avaluació de les competències adquirides per l'estudiant en aquesta matèria es basarà en les qualificacions obtingudes de les proves teórico-pràctiques de l'examen final i de les activitats corresponents. Així mateix, hi haurà una avaluació continua dels estudiants en base a la seua assistència i a l'observació de la seua actitud i participació en les diferents activitats formatives.

La valoració de les competències adquirides per l'estudiant en aquesta matèria es basa en la realització d'un examen Final Teòric i un altre Pràctic.

L'alumne haurà d'aprovar ambdós per a superar l'assignatura.

Teoria: l'examen final escrit podrà estar compost per una examen tipus test d'entre 25-50 preguntes amb 4 alternatives a elegir de resposta; les correctes sumen 0.20, les incorrectes resten 0.10. O per un examen de 5 a 10 preguntes a desenvolupar.

L'examen teòric suposa el 50% de la nota final.

Pràctica: examen final oral compost d'una exposició d'un cas pràctic que suposa un 10% de la nota final i de la realització de diferents tècniques i tractaments que suposa un 30% de la nota final.

Es necessari que l'alumne supere exposició d'un cas pràctic per a poder realitzar la segona part de l'examen pràctic.

Es necessari que l'alumne supere l'examen teòric per a poder realitzar i ponderar la part pràctica o viceversa.

Es valorarà l'assistència a les classes teórico-pràctiques, així com la puntualitat, el respecte, moralitat i ètica cap els companys i professorat suposant dita valoració un 10% de la nota final.

Es necessari que l'alumne supere els examens teórico-pràctics per a poder fer la mitja amb el percentatge d'assistència a l'alumne.



BIBLIOGRAFIA

Bàsiques

- Izquierdo, M. Biomecànica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte. Panamericana. 2008
- Thiebould, C. El niño y el deporte. Tratado de medicina del deporte infantil. INDE Publicaciones. 2009
- Mora, R. Fisiología del deporte y el ejercicio. Practicas de campo y laboratorio. Panamericana. 2009
- Córdova, A. - Garcés, E. - Seco, J. Masaje deportivo. Síntesis. 2012
- Selva, F. Vendaje neuromuscular. Manual de aplicaciones prácticas. 2Ed. Physi-rehab-kineterapy-eivissa. 2011
- Bové, T. El vendaje funcional. ELSEVIER. 2011
- Ricard. Sallé. Tratado de osteopatía. 3Ed. Panamericana. 2003
- Benítez, J. Recuperación deportiva. Reeduación funcional, neuromotriz y propioceptiva. Carena. 2008

Complementàries

- Naclerio, F. Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones e diferentes deportes. Panamericana. 2010
- Ylinen, J. Estiramientos terapéuticos en el deporte y en las terapias manuales. ELSEVIER. 2009
- Jiménez Díaz. Ecografía en traumatología del deporte. Marban. 2007
- Martin, R. Deportes de equipo. Comprender la complejidad para elevar el rendimiento. INDE Publicaciones. 2005
- González Iturri JJ. Tratamiento y rehabilitación de las lesiones del atleta. Monografías Ed. A.M. D. 1994
- Smith NJ Stanitski CL. Guía práctica de medicina deportiva. Mcgraw-Hill-Interamericana. 1992
- Boyer TH. Patología del aparato locomotor en el deporte. Masson. 1991
- Frank H. Netter. Atlas de Anatomía Humana. 4 Ed. MASSON. 2007