

Curso de Formación Continua

Asistente en Medicina Deportiva

Modalidad: Teórico-práctica (presencial o semipresencial)

¡Inscríbete ahora!



Instituto
San Pablo

LICENCIADO
POR MINEDU



Descripción

Los participantes comprenderán los principios de la anatomía, fisiología y biomecánica. Reconociendo y asistiendo el manejo de lesiones deportivas frecuente, apoyando en las estrategias, d eprevención de lesiones, brindando el acompañamiento físico y emocional al deportista durante su entrenamiento y recuperación.

Objetivo

1. Comprender los principios básicos de anatomía, fisiología y biomecánica aplicados al ejercicio físico.
2. Reconocer y asistir en el manejo inicial de lesiones deportivas frecuentes.
3. Aplicar correctamente técnicas de primeros auxilios y soporte vital básico en el contexto deportivo.
4. Colaborar en procesos de rehabilitación física bajo supervisión profesional.
5. Apoyar en estrategias de prevención de lesiones, nutrición e hidratación en el deporte.
6. Brindar acompañamiento físico y emocional al deportista durante su entrenamiento y recuperación.

Temario

MÓDULO I: Fundamentos Anatómicos y Fisiológicos del Deporte

Sesión 1: Introducción a la medicina deportiva

Rol del asistente

Equipos multidisciplinarios

Ética profesional

Sesión 2: Anatomía funcional aplicada

Aparato locomotor

Principales grupos musculares y articulaciones

Sesión 3: Fisiología del ejercicio

Adaptaciones cardiovasculares, musculares y respiratorias

Beneficios del ejercicio en la salud

Sesión 4: Biomecánica deportiva

Movimiento humano

Lesiones por mala técnica

Análisis básico del gesto deportivo

MÓDULO II: Lesiones y Primeros Auxilios en el Deporte

Sesión 1: Lesiones deportivas frecuentes

Esguinces, luxaciones, fracturas, desgarros

Clasificación y características

Sesión 2: Valoración y atención inicial de lesiones

Exploración básica

Inmovilización y técnicas de vendaje

Sesión 3: Primeros auxilios en campo deportivo

Evaluación primaria y secundaria

Uso de botiquín deportivo

Sesión 4: Soporte Vital Básico (SVB) y uso del DEA

RCP básica en adultos y niños

Simulacros en escenarios deportivos

MÓDULO III: Rehabilitación, Nutrición y Acompañamiento del Deportista

Sesión 1: Introducción a la rehabilitación física

Fases de la recuperación

Ejercicios terapéuticos básicos

Sesión 2: Prevención de lesiones deportivas

Calentamiento y enfriamiento

Higiene postural y ergonomía

Sesión 3: Nutrición e hidratación deportiva

Macronutrientes y micronutrientes

Hidratación según tipo de deporte

Sesión 4: Acompañamiento emocional y psicológico del deportista

Estrés, ansiedad y motivación

Comunicación efectiva en el equipo

Beneficios

- Comprender los principios básicos de anatomía, fisiología y biomecánica aplicados al ejercicio físico.
- Aplicar correctamente técnicas de primeros auxilios y soporte vital básico en el contexto deportivo.
- Colaborar en procesos de rehabilitación física bajo supervisión profesional.
- Apoyar en estrategias de prevención de lesiones, nutrición e hidratación en el deporte.

Modalidad

Teórico–práctico (presencial o semipresencial)



INICIO DE CLASES

3 de Agosto



HORARIO

Domingo
8:00 a 11:00



DURACIÓN

3 meses
(12 sesiones)