



Programa 

# Medicina Deportiva en Fisioterapia

—  
Fórmate en el Primer Instituto de Salud.

Duración: **3 Meses**

## I Fundamentos de Medicina Deportiva

- **Introducción a la Medicina Deportiva:**
  - Conceptos básicos de medicina deportiva.
  - Rol del fisioterapeuta deportivo.
  - Anatomía y biomecánica aplicada al deporte.
  - Adaptaciones fisiológicas al ejercicio.
  - Clasificación de disciplinas deportivas.
  - Importancia de la prevención en el deporte.
- **Evaluación Física y Funcional del Deportista:**
  - Historia clínica deportiva.
  - Evaluación postural y biomecánica.
  - Valoración muscular y articular.
  - Evaluación funcional del movimiento.
  - Pruebas físicas básicas.
  - Registro y análisis de resultados.
- **Fisiología del Ejercicio y Rendimiento Deportivo:**
  - Sistemas energéticos.
  - Fatiga muscular.
  - Recuperación física.
  - Nutrición básica en el deportista.
  - Hidratación y suplementación.
  - Principios del entrenamiento deportivo.

## II Lesiones Deportivas

- **Lesiones Musculares y Tendinosas:**
  - Clasificación de lesiones deportivas.
  - Contracturas y desgarros musculares.
  - Tendinitis y tendinopatías.
  - Mecanismos de lesión.
  - Signos y síntomas.
  - Primeros auxilios deportivos.
- **Lesiones Articulares y Óseas:**
  - Esguinces y luxaciones.
  - Fracturas deportivas.
  - Lesiones de rodilla y tobillo.
  - Lesiones de hombro y columna.
  - Evaluación funcional de lesiones.
  - Prevención de recaídas.
- **Técnicas de Diagnóstico y Manejo Inicial:**
  - Exploración física deportiva.
  - Pruebas ortopédicas básicas.
  - Uso de escalas funcionales.
  - Manejo inicial de lesiones.
  - Vendaje funcional y kinesiotaping.
  - Taller práctico de evaluación.

## III Rehabilitación y Tratamiento

- **Agentes Físicos y Terapias Aplicadas:**
  - Electroterapia en deporte.
  - Ultrasonido terapéutico.
  - Crioterapia y termoterapia.
  - Terapia manual.
  - Masoterapia deportiva.
  - Técnicas de liberación miofascial.
- **Ejercicio Terapéutico y Readaptación Física:**
  - Ejercicio terapéutico progresivo.
  - Fortalecimiento muscular.
  - Propiocepción y equilibrio.
  - Reeducción funcional.
  - Readaptación deportiva.
  - Prevención de nuevas lesiones.
- **Planificación de Programas de Rehabilitación:**
  - Diseño de protocolos de rehabilitación.
  - Etapas de recuperación.
  - Objetivos terapéuticos.
  - Seguimiento fisioterapéutico.
  - Casos clínicos deportivos.
  - Taller práctico integrador.

## IV Rendimiento y Retorno al Deporte

- **Optimización del Rendimiento Deportivo:**
  - Factores que influyen en el rendimiento.
  - Entrenamiento funcional.
  - Prevención de fatiga y sobrecarga.
  - Recuperación activa.
  - Preparación física complementaria.
  - Monitoreo del deportista.
- **Retorno Seguro al Deporte:**
  - Criterios de retorno deportivo.
  - Evaluación funcional final.
  - Prevención de recaídas.
  - Trabajo interdisciplinario.
  - Aspectos psicológicos del retorno.
  - Casos aplicados.
- **Integración y Evaluación Final:**
  - Resolución de casos clínicos.
  - Simulación de atención fisioterapéutica deportiva.
  - Diseño de programas de rehabilitación.
  - Evaluación práctica y teórica.
  - Retroalimentación final.
  - Clausura del curso.