|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | LICENCIATURA EN TERAPIA FISICA  EN COMPETENCIAS PROFESIONALES |  |

**ASIGNATURA DE TERAPIA FÍSICA DEPORTIVA**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Competencias** | Dirigir los programas y operación de centros de atención integral de terapia física a través de la implementación y supervisión de los tratamientos y herramientas de administración estratégica, para mejorar la calidad de vida de las personas, contribuir a la rentabilidad del centro y al fortalecimiento del sector salud. |
| 1. **Cuatrimestre** | Décimo |
| 1. **Horas Teóricas** | 30 |
| 1. **Horas Prácticas** | 30 |
| 1. **Horas Totales** | 60 |
| 1. **Horas Totales por Semana Cuatrimestre** | 4 |
| 1. **Objetivo de aprendizaje** | El alumno desarrollará intervenciones terapéuticas preventivas y correctivas en deportistas, a través de su valoración física y de las condiciones del entorno, así como los métodos y protocolos de terapia física, para optimizar su desempeño en la actividad deportiva. | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Unidades de Aprendizaje** | **Horas** | | |
| **Teóricas** | **Prácticas** | **Totales** |
| Fundamentos del deporte | 15 | 15 | 30 |
| Lesiones deportivas | 15 | 15 | 30 |
| **Totales** | **30** | **30** | **60** |
|  |  |  |  |

# TERAPIA FÍSICA DEPORTIVA

*UNIDADES DE APRENDIZAJE*

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Unidad de aprendizaje** | **I. Fundamentos del deporte** |
| 1. **Horas Teóricas** | 15 |
| 1. **Horas Prácticas** | 15 |
| 1. **Horas Totales** | 30 |
| 1. **Objetivo de la Unidad de Aprendizaje** | El alumno propondrá el manejo preventivo y correctivo de la actividad deportiva para optimizar el rendimiento del deportista. |

| **Temas** | **Saber** | **Saber hacer** | **Ser** |
| --- | --- | --- | --- |
| Generalidades del deporte | Identificar los fundamentos teóricos del deporte  Reconocer los conceptos de:  -deporte  -ejercicio  -fases del ejercicio  Describir la clasificación del deportista:  - Alto rendimiento  - Medio rendimiento  - Bajo rendimiento |  | Dinámico  Sistemático  Responsabilidad  Proactivo  Toma de decisiones  Ética  Asertividad  Puntualidad  Trabajo en equipo |
| Principios Fisiológicos del Ejercicio | Identificar los principios fisiológicos del ejercicio como:  -Adaptaciones cardiopulmonares  -adaptaciones neuromusculares  Describir los ejercicios de adaptación cardiopulmonar y neuromuscular | Desarrollar una rutina de ejercicios de adaptación cardiopulmonar y neuromuscular | Dinámico  Sistemático  Responsabilidad  Proactivo  Toma de decisiones  Ética  Asertividad  Puntualidad  Trabajo en equipo |
| Influencias Ambientales | Identificar los factores ambientales que afectan la temperatura corporal.  Identificar los mecanismos compensatorios de regulación de la temperatura corporal durante el ejercicio.  Identificar las técnicas terapéuticas de regulación de temperatura | Regular cambios de temperatura corporal en episodios de rutinas deportivas | Dinámico  Sistemático  Responsabilidad  Proactivo  Toma de decisiones  Ética  Asertividad  Puntualidad  Trabajo en equipo |
| Fisiología del dolor | Explicar las bases teóricas de la Fisiología del dolor:  - Vías ascendentes y descendentes  - Nociceptores  Identificar los tipos de dolor:  - agudo  - subagudo  - crónico  Reconocer las técnicas de terapia física aplicadas al dolor | Determinar los tipos de dolor, acorde a las características reportadas.  Ejecutar técnicas terapéuticas para el manejo del dolor | Dinámico  Sistemático  Responsabilidad  Proactivo  Toma de decisiones  Ética  Asertividad  Puntualidad  Trabajo en equipo |

# TERAPIA FÍSICA DEPORTIVA

*PROCESO DE EVALUACIÓN*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Resultado de aprendizaje** | **Secuencia de aprendizaje** | **Instrumentos y tipos de reactivos** |
| A partir de un caso práctico de un deportista, entregará un reporte que contenga:  - Historial clínico  - Tipo de deportista  - Rutina de ejercicios de adaptación cardiopulmonar y neuromuscular, desarrollada  - técnicas de regulación de temperatura desarrolladas  - técnicas terapéuticas para el manejo del dolor, desarrolladas  - Justificación  - Lista de verificación | 1. Comprender los fundamentos del deporte y la clasificación del deportista  2. Comprender los principios fisiológicos del ejercicio.  3. Identificar los ejercicios de adaptación cardiopulmonar y neuromuscular.  4. Analizar los factores ambientales y mecanismos compensatorios que impactan en la regulación de la temperatura corporal.  5. Comprender las bases teóricas de la fisiología del dolor. | Ejercicios prácticos  Rúbrica |

# TERAPIA FÍSICA DEPORTIVA

*PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE*

|  |  |
| --- | --- |
| **Métodos y técnicas de enseñanza** | **Medios y materiales didácticos** |
| Tareas de investigación  Simulaciones  Equipos colaborativos | Internet  Equipo multimedia  Láminas  Videos documentales  Estuche terapéutico |

*ESPACIO FORMATIVO*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aula** | **Laboratorio / Taller** | **Empresa** |
| **X** |  |  |

# TERAPIA FÍSICA DEPORTIVA

# 

*UNIDADES DE APRENDIZAJE*

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Unidad de Aprendizaje** | **II. Lesiones deportivas** |
| 1. **Horas Teóricas** | 15 |
| 1. **Horas Prácticas** | 15 |
| 1. **Horas Totales** | 30 |
| 1. **Objetivo de la Unidad de Aprendizaje** | El alumno desarrollará la intervención terapéutica en el deportista para contribuir a la prevención y recuperación de lesiones. |

| **Temas** | **Saber** | **Saber Hacer** | **Ser** |
| --- | --- | --- | --- |
| Introducción a las lesiones deportivas | Explicar el concepto de lesión y lesión deportiva  Identificar los tipos de lesiones deportivas:  - tendinosas  - musculares  - óseas  - articulares | Determinar tipos de lesiones deportivas | Dinámico  Sistemático  Responsabilidad  Proactivo  Toma de decisiones  Ética  Asertividad  Puntualidad  Trabajo en equipo |
| Factores de lesiones deportivas | Explicar los factores intrínsecos en lesiones deportivas:  - antecedentes patológicos  - defectos posturales  - problemas nutricionales  - Fases del ejercicio mal desarrolladas  Explicar los factores extrínsecos en lesiones deportivas y sus mecanismos:  - Componentes del entorno  - Adaptaciones del entorno y actividad deportiva | Determinar causas de lesiones deportivas | Dinámico  Sistemático  Responsabilidad  Proactivo  Toma de decisiones  Ética  Asertividad  Puntualidad  Trabajo en equipo |
| Fundamentos de primeros auxilios en el deporte | Describir los fundamentos de primeros auxilios en la práctica deportiva.  Explicar la utilidad y aplicación de:  -Método PRICED  -Vendaje funcional | Prevenir inflamación y dolor en lesiones deportivas agudas | Dinámico  Sistemático  Responsabilidad  Proactivo  Toma de decisiones  Ética  Asertividad  Puntualidad  Trabajo en equipo |
| Intervención en lesiones deportivas | Describir las técnicas de intervención terapéutica en lesiones deportivas.  Reconocer los métodos y protocolos de: Masoterapia, Electroterapia, Hidroterapia, Termoterapia,  Crioterapia, Kinesioterapia y Mecanoterapia | Determinar tratamientos terapéuticos de acuerdo a la lesión deportiva  Desarrollar protocolos de intervención terapéutica en lesiones deportivas | Dinámico  Sistemático  Responsabilidad  Proactivo  Toma de decisiones  Ética  Asertividad  Puntualidad  Trabajo en equipo |

# TERAPIA FÍSICA DEPORTIVA

*PROCESO DE EVALUACIÓN*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Resultado de aprendizaje** | **Secuencia de aprendizaje** | **Instrumentos y tipos de reactivos** |
| A partir de un caso práctico con lesión deportiva, entregará un reporte que contenga:  - Historia Clínica  - Tipo de lesión  - Causa de la lesión  - Componentes y adaptaciones del entorno  - Técnica utilizada de primeros auxilios.  - Protocolos de intervención terapéutica aplicados.  - Justificación.  - Notas de Evolución. | 1. Comprender el concepto de lesión y lesión deportiva.  2. Comprender las causas, tipos y mecanismos de lesión en la práctica deportiva.  3. Comprender los fundamentos de primeros auxilios en la práctica deportiva.  4. Analizar el método PRICED y el vendaje funcional.  5. Identificar las técnicas de intervención terapéutica en lesiones deportivas | Casos prácticos  Rúbrica |

# TERAPIA FÍSICA DEPORTIVA

*PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE*

|  |  |
| --- | --- |
| **Métodos y técnicas de enseñanza** | **Medios y materiales didácticos** |
| Análisis de casos  Equipos colaborativos  Simulación | Internet  Equipo multimedia  Modelos anatómicos  Estuche de diagnóstico médico  Vendaje muscular  Compresas  Férulas  Instrumentos de valoración  Goniómetros |

*ESPACIO FORMATIVO*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aula** | **Laboratorio / Taller** | **Empresa** |
|  | **X** |  |

**TERAPIA FÍSICA DEPORTIVA**

*CAPACIDADES DERIVADAS DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA*

| **Capacidad** | **Criterios de Desempeño** |
| --- | --- |
| Diseñar el programa de terapia física a través de la interpretación del historial clínico, valoración del estado funcional los métodos avanzados de terapia física para satisfacer las necesidades del usuario. | Elabora un programa de tratamiento de terapia física: - anamnésis: datos personales, motivo de consulta, antecedentes heredo-familiares, no patológicos, patológicos y padecimiento actual.  - diagnóstico médico  - valoración inicial de terapia física: signos vitales, peso y talla, examen neurológico, examen manual muscular, goniometría, aparatos y sistemas, escala visual análoga del dolor, escala de medida de independencia funcional.  - interpretación de estudios de imagenología  - interpretación de los efectos farmacológicos en el tratamiento terapéutico - diagnóstico de terapia física - pronóstico  - objetivos - plan de tratamiento: número de sesiones, agentes físicos y métodos de terapia física, inicio y término de las sesiones, fecha de revaloración del médico tratante e interconsultas, fecha de revaloración por el terapeuta e indicaciones de programa en casa. - observaciones - firma del Terapeuta físico |
| Supervisar la implementación del programa de terapia física considerando los objetivos del programa de tratamiento, métodos avanzados de terapia física y herramientas de supervisión para contribuir al bienestar físico de las personas. | Supervisa el programa de tratamiento establecido de terapia física y entrega un reporte, que incluya:  a) Número de usuarios  b) Motivos de atención  c) Expedientes de los usuarios con lo siguiente:  - motivo de atención  - signos y síntomas al inicio y termino de cada sesión.  - repercusión de los aspectos farmacológicos en el tratamiento  - repercusión de aspectos psicosociales que presenta durante el programa de terapia física  - agentes físicos y métodos de terapia física aplicados en las sesiones  - observaciones del servicio y personal involucrado  - firma de terapeuta físico.  d) Reporte de incidencias |
| Evaluar el programa de terapia física a través del seguimiento de la evolución del usuario y el logro de los objetivos del programa para replantear acciones o generar el alta del servicio. | Elabora un informe de resultados del programa de terapia física en el que se registre:  a) indicadores de resultados: porcentaje de logro de los objetivos planteados, satisfacción del usuario  b) prevalencia de motivos de atención  c) Reporte del programa implementado:  - evolución terapéutica del usuario.  - logro de los objetivos planteados  - impacto de los aspectos psicosociales del usuario en el logro de los objetivos del programa  - áreas de oportunidad detectadas en el servicio y en el personal  - propuestas de mejora al programa de tratamiento  d) acciones correctivas y de mejora en el tratamiento y atención al usuario |

# TERAPIA FISICA DEPORTIVA

*FUENTES BIBLIOGRÁFICAS*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Autor** | **Año** | **Título del Documento** | **Ciudad** | **País** | **Editorial** |
| José López Chicharro et. al. | (2013) | *Fisiología del Entrenamiento Aeróbico* | México | México | Panamericana |
|
|
| Alex Meri Vived | (2013) | *Fundamentos de Fisiología de la Actividad Física y el Deporte* | México | México | Panamericana |
|
|
| Ramón Balius Matas | (2013) | *Lesiones Musculares en el Deporte* | México | México | Panamericana |
|
|
| Uriah M. Guevara López | (2008) | *Dolor por Especialidades 2a edición* | México | México | Corinter |
|
|
| Brown | (2007) | *Entrenamiento de la Fuerza* | México | México | Editorial Medica Panamericana |
|
|
| R. Bahr | (2007) | *Lesiones Deportivas* | México | México | Panamericana |
|
|
| Romero | (2010) | *Prevención de Lesiones en el Deporte* | México | México | Panamericana |
|
|
| Barbany | (2010) | *Fisiología del Ejercicio y del Entrenamienro* | México | México | Paidotribo |
|
|
| Pfeiffer | (2007) | *Las Lesiones Deportivas* | México | México | Paidotribo |
|
|
| Bompa | (2006) | *Periodización del Entrenamiento Deportivo* | México | México | Paidotribo |
|
|
| Blazevich | (2011) | *Biomecánica Deportiva* | México | México | Paidotribo |
|
|