

# Curso Profesional Lesiones Frecuentes en Deportistas



## Curso Profesional Lesiones Frecuentes en Deportistas

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: [www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/lesiones-frecuentes-deportistas](http://www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/lesiones-frecuentes-deportistas)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Requisitos de acceso

---

*pág. 6*

03

Salidas profesionales

---

*pág. 8*

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

---

*pág. 10*

05

Dirección del curso

---

*pág. 12*

06

Plan de formación

---

*pág. 20*

07

Metodología

---

*pág. 22*

08

Titulación

---

*pág. 26*

# 01

## Presentación

Los deportistas de alta intensidad o cualquier persona con una actividad física muy frecuente pueden sufrir de una lesión en algún momento de su vida. No obstante, abordar este tipo de dolencias es fundamental en ambos casos para evitar que estas degeneren y vayan a cronificaciones más complicadas. Esta capacitación se ha ideado para que, como profesional, tengas la capacidad de detectar y tratar aquellos daños más frecuentes en atletas. Este programa contiene un plan de estudio 100% online, lo que garantiza que puedas compaginar tus otros proyectos profesionales o personales con el aprendizaje en esta área. Además, utiliza una innovadora metodología *Relearning*, que afianza las habilidades adquiridas en el largo plazo.

“

*Matricúlate ahora y detecta todo tipo de lesiones deportivas y acompaña a tus deportistas en sus procesos de recuperación, recomendando los mejores abordajes y las mejores rutinas de rehabilitación”*



Un buen entrenador es capaz de analizar, con ojo clínico, la fisionomía de sus clientes, para que en el momento que se produzca un dolor, pueda abordarlo correctamente. Es de vital importancia saber asociarlo a una posible lesión, enviarlo a recuperación con el especialista correspondiente y parar o reducir las sesiones de entrenamiento. A través de este Curso Profesional obtendrás las herramientas necesarias para desarrollar todas estas tareas.

Este programa hace un completo recorrido por las dolencias más habituales de las personas que realizan deporte con frecuencia. Entre ellas destacan: el hombro, la parte superior del brazo y el codo. También las que interfieren en el antebrazo, muñeca y mano, así como en la cabeza y cara.

Este plan de estudio 100% online concilia tus estudios con otros proyectos personales, de modo que no tengas que renunciar a otros aspectos de tu rutina para poder adquirir el aprendizaje. Además, podrás acceder a todo el contenido alojado en la plataforma virtual y descargarlo para su consulta incluso sin conexión a internet.

“*¿Te encuentras con dolencias en tus deportistas que no sabes diagnosticar? Esta es la capacitación que necesitas para desarrollar tu ojo clínico en lesiones más frecuentes*”



# 02

## Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.



*TECH te permite el acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa”*





Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

# 03

## Salidas profesionales

Al finalizar este programa, podrás trabajar en equipos deportivos profesionales, colaborando en la prevención y tratamiento de lesiones. También, encontrarás oportunidades en clínicas de rehabilitación, ayudando a los atletas a recuperarse y regresar a su máximo rendimiento. Además, te desempeñarás como consultor independiente, ofreciendo asesoramiento personalizado. Tus habilidades te convertirán en un recurso valioso para optimizar el rendimiento y bienestar de los atletas.



*Consigue consolidarte como un entrenador personal íntegro, capaz de notar las molestias que achacan a tus clientes”*



Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ♦ Preparador físico en clubes deportivos
- ♦ Entrenador de acondicionamiento físico en las salas de entrenamiento polivalente de gimnasios o polideportivos y en instalaciones acuáticas
- ♦ Entrenador de acondicionamiento físico para grupos
- ♦ Entrenador personal
- ♦ Promotor de actividades de acondicionamiento físico
- ♦ Animador de actividades de acondicionamiento físico
- ♦ Coordinador de actividades de acondicionamiento físico y de hidrocinesia
- ♦ Instructor de actividades de acondicionamiento físico para colectivos especiales



# 04

## ¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

Gracias a esta capacitación, impulsarás tus habilidades y destrezas en diagnosticar y notar las dolencias que achacan a tus deportistas. Serás capaz de saber si algo de su rendimiento ha cambiado, a qué profesional es prescriptivo de derivar y si parar o suavizar las sesiones de entrenamiento para evitar cronificar la lesión.

01

Conocer las lesiones más frecuentes que se producen en la práctica deportiva

02

Identificar las causas que ocasionan de las principales lesiones en el deporte

03

Distinguir los diferentes tipos de lesiones: tendinosas, musculares, óseas, ligamentosas y articulares

04

Valorar al deportista desde el punto de vista de condición física, funcional y biomecánico para detectar aspectos que dificulten la recuperación o favorezcan reincidencias en la lesión



05

Apoyar en el diseño del trabajo específico de readaptación y la recuperación integral individualizada

06

Conocer las patologías del aparato locomotor con mayor incidencia en el conjunto de la población

07

Evaluar y controlar el proceso evolutivo de la recuperación y/o rehabilitación de una lesión de un deportista o usuario

08

Mejorar la condición física del deportista lesionado como parte del trabajo integral con el objetivo de conseguir una mayor y eficaz recuperación tras la lesión

# 05

## Dirección del curso

Este programa cuenta con la experticia de un cuadro docente conformado por auténticos profesionales del ámbito. Ellos han dedicado su actividad laboral al desarrollo de investigaciones, técnicas y recursos para analizar la fisionomía y capacidades de sus clientes, alumnos y deportistas, logrando mejores resultados en el entrenamiento. Te guiarán a través del material didáctico de este programa, junto con la avanzada metodología de impartición: *Relearning*.





“

*En el transcurso de este Curso Profesional estarás acompañado por un cuadro docente conformado por los mayores profesionales en el ámbito de las actividades físico-deportivas”*

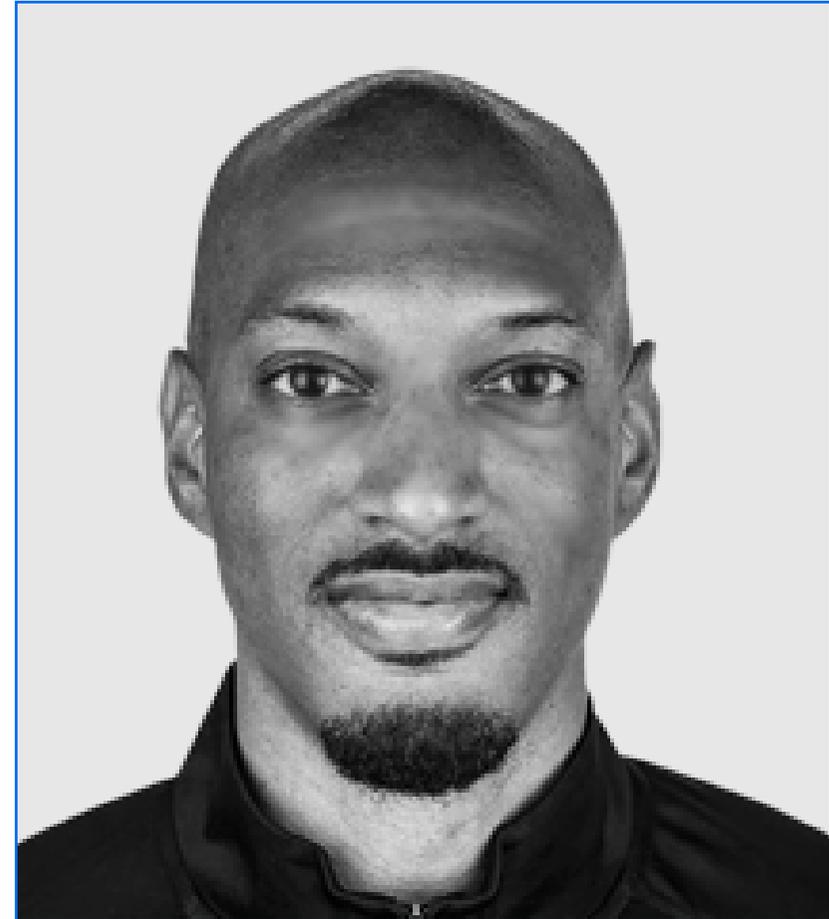
## Director Invitado Internacional

El Doctor Charles Loftis es un reconocido especialista que se desempeña como terapeuta de rendimiento deportivo para los Portland Trail Blazers en la NBA. Su impacto en la liga de baloncesto más importante del mundo ha sido significativo, aportando una experiencia distinguida en la creación de programas de fuerza y acondicionamiento.

Antes de unirse a los Trail Blazers, fue el entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves, implementando y supervisando el desarrollo de un programa integral para los jugadores. De hecho, su experiencia en el campo del rendimiento deportivo comenzó con el establecimiento de XCEL Performance and Fitness, del que fue fundador y entrenador jefe. Allí, el Doctor Charles Loftis trabajó con una amplia gama de atletas para desarrollar programas de fuerza y acondicionamiento, además de trabajar la prevención y readaptación de lesiones deportivas.

Su trayectoria académica en el campo de la química y biología le proporciona una perspectiva única sobre la ciencia detrás del rendimiento deportivo y la terapia física. Así, posee designaciones CSCS y RSCC de la Asociación Nacional de Fuerza y Acondicionamiento (NSCA), que reconocen sus conocimientos y habilidades en el campo. También está certificado en PES (Especialista en Mejoramiento de Rendimiento), CES (Especialista en Ejercicios Correctivos) y punción seca.

Con todo ello, el Doctor Charles Loftis es un miembro vital de la comunidad de la NBA, trabajando directamente tanto la fuerza y rendimiento de deportistas de élite como la necesaria prevención y readaptación frente a lesiones deportivas de diversa índole.



## Dr. Loftis, Charles

---

- Entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves
- Fundador y entrenador jefe en XCEL Performance and Fitness
- Entrenador jefe de rendimiento en el equipo masculino de baloncesto de la Universidad Cristiana de Oklahoma
- Terapeuta físico en Mercy
- Doctor en Terapia Física por la Universidad de Langston
- Licenciado en Química y Biología por la Universidad de Langston

“

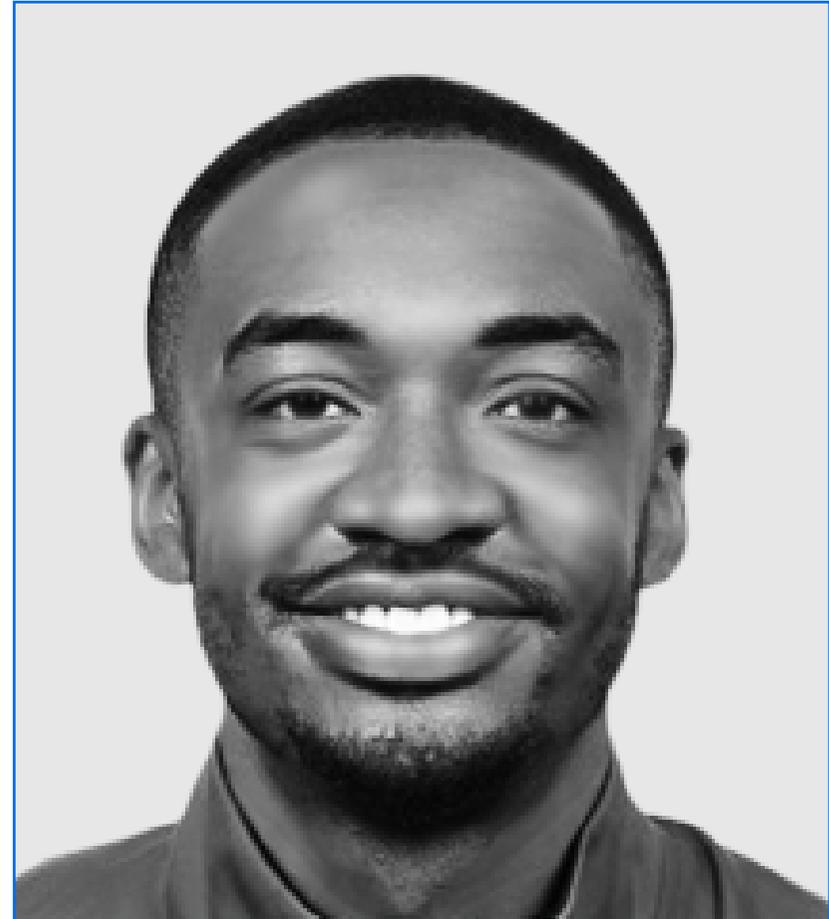
*Este cuadro docente te transmitirá las últimas novedades en esta disciplina para que te conviertas en un profesional altamente solicitado en este sector”*

## Director Invitado Internacional

Isaiah Covington es un entrenador de rendimiento altamente capacitado, con una gran experiencia en el tratamiento y abordaje de diferentes lesiones en deportistas de élite. De hecho, su trayectoria profesional se ha dirigido a la NBA, una de las ligas deportivas más importantes de todo el mundo. Es el entrenador de rendimiento de los Bolton Celtics, uno de los equipos más importantes de la Conferencia Este y con mayor proyección en todo Estados Unidos.

Su trabajo en una liga tan exigente le ha hecho especializarse en maximizar el potencial físico y mental de los jugadores. Para ello, ha sido clave su experiencia pasada en otros equipos, como los Golden State Warriors y los Santa Cruz Warriors. Esto le ha permitido trabajar también en el plano de las lesiones deportivas, profundizando en la prevención y readaptación de las más frecuentes en los deportistas de élite.

En el ámbito académico, su interés se ha centrado en el campo de la kinesiología, las ciencias del ejercicio y el deporte de alto rendimiento. Todo ello le ha llevado a destacar de forma prolífica en la NBA, trabajando día a día con algunos de los jugadores de baloncesto y cuerpo técnico más importantes de todo el mundo.



## D. Covington, Isaiah

---

- Entrenador de rendimiento de los Golden State Warriors
- Entrenador jefe de rendimiento de los Santa Cruz Warriors
- Entrenador de rendimiento en Pacers Sports & Entertainment
- Licenciado en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Delaware
- Especialización en Gestión del Entrenamiento
- Máster en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Long Island
- Máster en Deporte de Alto Rendimiento por la Universidad Católica de Australia

“

*TECH ha seleccionado cuidadosamente al equipo docente de este programa para que puedas aprender de los mejores especialistas de la actualidad”*

## Dirección del curso

### Dr. González Matarín, Pedro José

- ♦ Investigador y catedrático de Ciencias de la Salud
- ♦ Investigador técnico de la Educación para la Salud en Murcia
- ♦ Docente e investigador de la Universidad de Almería
- ♦ Técnico del Programa Activa del Departamento de Salud de Murcia
- ♦ Entrenador de Alto Rendimiento
- ♦ Doctor en Ciencias de la Salud
- ♦ Graduado en Educación Física
- ♦ Máster en Recuperación Funcional en la Actividad Física y el Deporte
- ♦ Máster en Medicina Regenerativa
- ♦ Máster en Actividad Física y Salud
- ♦ Máster en Dietética y Dietoterapia
- ♦ Miembro de SEEDO, AEEM





“

*Además de sus contenidos actualizados y de su metodología flexible y 100% online, esta titulación está impartida por expertos de gran prestigio en esta área profesional”*

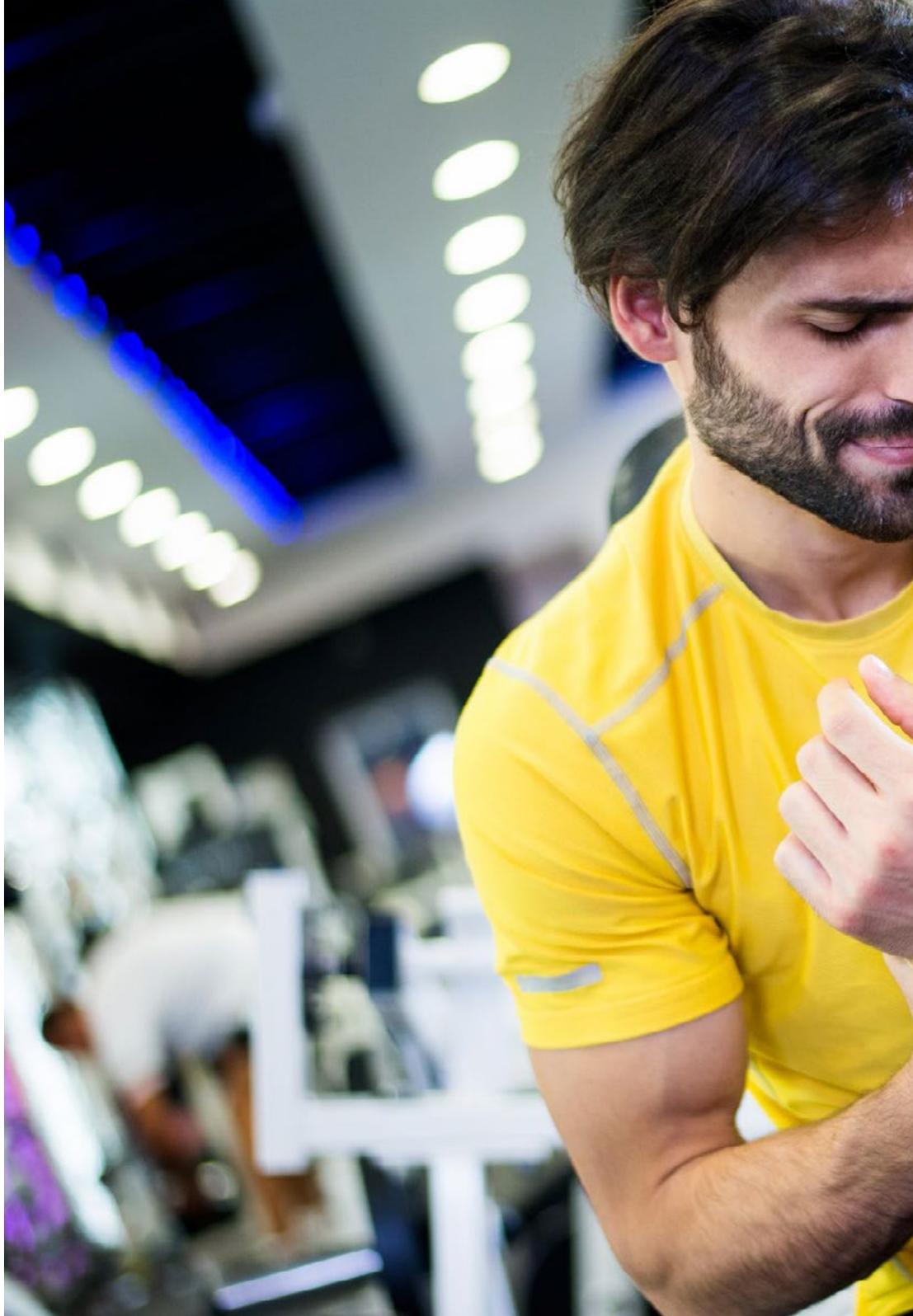
# 06

## Plan de formación

Las titulaciones ideadas por TECH siempre respetan un orden lógico y estructurado de forma que puedas profundizar de manera autónoma y a tu propio ritmo en el contenido. Conformado por un único módulo, este plan de estudio, basado en los estudios e investigaciones más recientes, realiza un recorrido por los principales daños que achacan a los deportistas. Te convertirás en un experto en abordaje y cuidado de lesiones en atletas al finalizar el programa.

“

*A través de una moderna plataforma digital, adquirirás una especialización en las patologías del aparato locomotor con mayor incidencia en la población”*





## Módulo 1. Lesiones frecuentes en deportistas

- 1.1. Lesiones de hombro en deportes
  - 1.1.1. Aspectos relevantes del hombro
  - 1.1.2. Lesiones y trastornos relacionados con la inestabilidad aguda y crónica del hombro
  - 1.1.3. Lesiones claviculares
  - 1.1.4. Lesiones nerviosas en la región del hombro
  - 1.1.5. Lesiones del plexo braquial
- 1.2. Lesiones en la parte superior del brazo
- 1.3. Lesiones del codo en el deporte
- 1.4. Lesiones de antebrazo, muñeca y mano en el deporte
- 1.5. Lesiones en la cabeza y la cara en el deporte
- 1.6. Lesiones de garganta, pecho y abdominales en el deporte
- 1.7. Lesiones de espalda / columna vertebral en el deporte
  - 1.7.1. Aspectos relevantes a la espalda y columna vertebral
  - 1.7.2. Diagnóstico del dolor de espalda
  - 1.7.3. Lesiones de cuello y zona cervical
  - 1.7.4. Lesiones de la zona torácica y lumbar
- 1.8. Lesiones de la articulación de la cadera, la pelvis y en la zona inguinal en el deporte
- 1.9. Lesiones en muslos, rodillas y piernas en el deporte
- 1.10. Lesiones de tobillo y pie en el deporte

# 07

## Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

*TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.*

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.



Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





#### Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



# 08

## Titulación

El Curso Profesional en Lesiones Frecuentes en Deportistas garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Curso Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en el Curso Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Curso Profesional en Lesiones Frecuentes en Deportistas**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**



futuro  
salud confianza personas  
educación información tutores  
garantía acreditación enseñanza  
instituciones tecnología aprendizaje  
comunidad compromiso  
atención personalizada innovación  
conocimiento presente calidad  
desarrollo web formación  
aula virtual idiomas instituciones

**tech** formación  
profesional

**Curso Profesional**  
Lesiones Frecuentes  
en Deportistas

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

# Curso Profesional Lesiones Frecuentes en Deportistas

