

# Especialización Profesional

## Fisioterapia, Nutrición y Psicología Aplicada al Rugby





## Especialización Profesional Fisioterapia, Nutrición y Psicología Aplicada al Rugby

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Acceso web: [www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/especializacion-profesional/fisioterapia-nutricion-psicologia-aplicada-rugby](http://www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/especializacion-profesional/fisioterapia-nutricion-psicologia-aplicada-rugby)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Requisitos de acceso

---

*pág. 6*

03

Salidas profesionales

---

*pág. 8*

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización Profesional?

---

*pág. 10*

05

Dirección del curso

---

*pág. 12*

06

Plan de formación

---

*pág. 14*

07

Metodología

---

*pág. 18*

08

Titulación

---

*pág. 22*

# 01

## Presentación

La Fisioterapia, la Nutrición y la Psicología son esenciales para el Rugby porque ayudan a los jugadores a prevenir lesiones, así como a mejorar su rendimiento y su bienestar general. Los equipos que invierten en estos servicios potencian las habilidades de sus competidores, consiguiendo mejores resultados en el campo. Por este motivo, TECH ha creado una titulación que busca potenciar los conocimientos de los alumnos en esta área, dándoles acceso a un sector con un prometedor futuro en el mercado laboral. Todo ello, en una modalidad 100% online que da total libertad al estudiante para compaginar sus estudios con sus otras obligaciones e intereses.

“

*Este programa 100% online te permitirá incorporar competencias prácticas para evaluar diferentes patologías asociadas a la práctica del Rugby”*





El Rugby es un deporte exigente que requiere una buena condición física y mental. La Fisioterapia es crucial, ya que los jugadores están expuestos a lesiones frecuentes debido a la naturaleza del juego. Por otra parte, los deportistas necesitan una dieta bien balanceada que les proporcione la energía necesaria para jugar y recuperarse. Además, la psicología deportiva también puede ayudar a los competidores a mantener una actitud positiva y afrontar mejor la presión durante el partido.

Esta Especialización Profesional en Fisioterapia, Nutrición y Psicología Aplicada al Rugby ofrece los contenidos más completos y actualizados sobre primeros auxilios, patologías más comunes, metabolismo, vías energéticas, suplementación deportiva o coaching deportivo, entre otros. De esta manera, tras finalizar el programa, podrás conseguir una gran variedad de puestos de éxito en el mercado laboral, gracias a los materiales didácticos más avanzados.

Todo ello, a partir de un sistema de aprendizaje 100% online y con el permanente apoyo de un excelente cuadro docente compuesto por profesionales en activo en esta área. A su vez, tendrás las 24 horas del día para acceder a numerosos recursos multimedia, con los que llevar a cabo tus estudios de forma rápida y cómoda.

“

*A través de diversos materiales textuales y recursos multimedia, dispondrás de una capacitación exhaustiva y de excelencia sobre este deporte”*

# 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 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

La aplicación de la Fisioterapia, la Nutrición y la Psicología en un equipo de Rugby, mejora el rendimiento de los jugadores, reduce el riesgo de lesiones y garantiza su bienestar. Por ello, los alumnos que superen esta Especialización Profesional serán plenamente capaces de satisfacer las necesidades y preferencias de un mercado muy exigente. De esta manera, les surgirán múltiples oportunidades de obtener un puesto de éxito en esta área.

“

*Aprende todo acerca de la salud y el bienestar emocional del deportista, sin necesidad de desplazamientos y en la comodidad de tu hogar”*





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

- ♦ Instructor personal de Rugby
- ♦ Coordinador de programas de Rugby en centros recreativos
- ♦ Organizador de eventos y torneos de Rugby
- ♦ Árbitro de Rugby en competencias y torneos no oficiales
- ♦ Analista de rendimiento en Rugby



# 04

## ¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización Profesional?

Cuando finalices esta Especialización Profesional en Fisioterapia, Nutrición y Psicología Aplicada al Rugby podrás llevar a cabo tu labor con la máxima eficiencia. Además, dominarás los conceptos esenciales de este deporte, lo que te permitirá aplicarlos a tu trabajo, alcanzando el éxito profesional de forma rápida y precisa.

01

Realizar evaluaciones integrales de jugadores de Rugby

02

Diseñar programas personalizados de rehabilitación para lesiones en Rugby

03

Planificar y ajustar dietas específicas para jugadores de Rugby

04

Brindar apoyo emocional y mental a los jugadores de Rugby



05

Aplicar estrategias de prevención de lesiones en el contexto del Rugby

06

Implementar técnicas de rehabilitación deportiva adaptadas al Rugby

07

Educar y asesorar sobre salud, nutrición y rendimiento en el Rugby

08

Colaborar eficazmente en equipos multidisciplinares para optimizar el cuidado de los jugadores de Rugby

# 05

## Dirección del curso

Con la finalidad de brindar una titulación de la máxima calidad y utilidad, TECH ha seleccionado a profesionales especializados en Fisioterapia, Nutrición y Psicología en el Rugby. Estos expertos forman parte de este cuadro docente, que se ha encargado del diseño de los contenidos más avanzados. Así, aprenderás de los mejores las claves para tu desarrollo profesional en un campo que se adapta a las nuevas tecnologías y a los últimos avances del mercado.

“

*El cuadro docente más experimentado te transmitirá los últimos avances sobre Patologías más Comunes en Rugby, preparándote para afrontar los retos actuales que presenta esta área”*



## Dirección del curso

### Dña. Lliteras Ruiz, Marta

- ♦ Entrenadora de Rugby femenino de 7's y masculino de XV
- ♦ Entrenadora de la Comandancia General del Ejército Balear femenino de 7's y masculino de XV
- ♦ Cofundadora de All&Go
- ♦ Coordinadora de la Asociación para Mujeres en el ámbito Profesional
- ♦ Jugadora internacional de rugby XV y 7
- ♦ Campeona de Europa de Rugby
- ♦ Diploma Olímpico Rio de Janeiro
- ♦ Licenciada en Ciencias Políticas, Máster en Dirección y Gestión de Recursos Humanos
- ♦ Maestría en Gestión de equipos

## Cuadro docente

### D. Sánchez Nogales, Carlos

- ♦ Psicólogo y Coach Deportivo
- ♦ Psicólogo en el Área de Igualdad del Ayuntamiento de Alhaurín el Grande
- ♦ Psicoterapeuta en consulta privada
- ♦ Entrenador de equipos masculinos y femeninos en modalidad XV y 7's
- ♦ Licenciado en Psicología por la Universidad de Málaga
- ♦ Máster en Investigación en la Actividad Física y el Deporte por UMA
- ♦ Máster de Coaching Individual y Grupal por UMA
- ♦ Experto en Coaching Deportivo por COANCO
- ♦ Título de Entrenador de la World Rugby Level 2
- ♦ Título de Entrenador de Rugby Inclusivo (FAR)

# 06

## Plan de formación

La estructura y los materiales multimedia de esta Especialización Profesional en Fisioterapia, Nutrición y Psicología Aplicada al Rugby han sido diseñados por destacados profesionales. Dichos especialistas han volcado su dilatada experiencia y sus conocimientos más avanzados para crear un programa completo y a la altura de las expectativas más altas. Todo ello, basándose en la metodología pedagógica más eficiente, el *Relearning* de TECH, la cual afianza las habilidades adquiridas gracias al *testing and retesting*.

“

*Gracias al Relearning de TECH podrás adquirir tus nuevos conocimientos y nuevas habilidades de una forma natural y precisa, sin necesidad de dedicar demasiado tiempo al estudio”*



## Módulo 1. Fisioterapia y prevención de lesiones

- 1.1. Fisioterapia Deportiva
  - 1.1.1. Aspectos Fisioterapia deportiva
  - 1.1.2. Atención en campo
  - 1.1.3. Seguridad y asistencia
- 1.2. Primeros auxilios
  - 1.2.1. Primera asistencia
  - 1.2.2. Vía aérea
  - 1.2.3. Principios básicos de la RCP
- 1.3. Patologías más comunes en Rugby
  - 1.3.1. Traumatismos en raquis y cabeza
  - 1.3.2. Miembro superior
  - 1.3.3. Miembro inferior
- 1.4. La conmoción cerebral: Reconocer y retirar
  - 1.4.1. ¿Qué es la conmoción?
  - 1.4.2. ¿Cómo reconocer una conmoción?
  - 1.4.3. Retorno progresivo al juego
- 1.5. Readaptación al juego
  - 1.5.1. Retorno al juego posesión
  - 1.5.2. Control de cargas
  - 1.5.3. Colaboración interdisciplinar y vuelta al juego
- 1.6. Prevención de lesiones
  - 1.6.1. Pretemporada
  - 1.6.2. Autocuidado y hábitos saludables
  - 1.6.3. Propiocepción, trabajo cognitivo y control del espacio
- 1.7. Prepartido y Atención en campo: Minuto a minuto
  - 1.7.1. Prepartido: organización, gestión y trabajo específico
  - 1.7.2. Atención en campo
  - 1.7.3. Cuidar y proteger

- 1.8. Postpartido y recuperación
  - 1.8.1. Postpartido: cuidado y recuperación
  - 1.8.2. Trabajo individual y autocuidado
  - 1.8.3. Trabajo colectivo y descanso
- 1.9. Control y seguimiento: Gestión médica del equipo
  - 1.9.1. Control de médico en un equipo profesional
  - 1.9.2. Control de estado basal del jugador
  - 1.9.3. Tratamientos, seguimiento de lesiones y recuperación
- 1.10. Material médico
  - 1.10.1. Equipamiento médico básico y gestión del material
  - 1.10.2. Material sanitario: gestión y almacenaje
  - 1.10.3. Organización y control de material

## Módulo 2. Nutrición Deportiva aplicada al Rugby

- 2.1. Bases fisiológicas para la nutrición en el Rugby
  - 2.1.1. Macronutrientes
  - 2.1.2. Digestión y absorción de nutrientes
  - 2.1.3. Balance energético
- 2.2. Metabolismo y vías energéticas en el Rugby
  - 2.2.1. Vía de los fosfágenos (ATP)
  - 2.2.2. Glucólisis
  - 2.2.3. Oxidación ácidos grasos
- 2.3. Composición corporal en el Rugby (XV y 7)
  - 2.3.1. Composición corporal en jugadores de Rugby XV delanteros
  - 2.3.2. Composición corporal en jugadores de Rugby XV tres cuartos
  - 2.3.3. Composición corporal en jugadores de Rugby 7

- 2.4. Antropometría en equipos de Rugby profesional
  - 2.4.1. Métodos de estimación de la composición corporal
  - 2.4.2. Mediciones antropométricas
  - 2.4.3. Diferencias entre Rugby XV y VII
- 2.5. Periodización nutricional en el Rugby XV
  - 2.5.1. Pretemporada y post temporada
  - 2.5.2. Planificación durante la temporada y semana de partido
  - 2.5.3. Planificación durante periodo de lesión
- 2.6. Nutrición para el cambio de composición corporal
  - 2.6.1. Pérdida de grasa
  - 2.6.2. Aumento de masa muscular
  - 2.6.3. Recomposición corporal
- 2.7. Periodización nutricional en el Rugby 7
  - 2.7.1. Pretemporada en Rugby 7
  - 2.7.2. Semana de torneo en Rugby 7
  - 2.7.3. Posttemporada
- 2.8. Suplementación deportiva en el Rugby (XV y 7)
  - 2.8.1. Suplementos grupo de evidencia A
  - 2.8.2. Suplementos grupo de evidencia B y C
  - 2.8.3. Suplementos no permitidos
- 2.9. Nutrición durante partidos/torneos de Rugby (XV y 7)
  - 2.9.1. Avituallamientos durante partidos de Rugby XV
  - 2.9.2. Recuperación postpartido
  - 2.9.3. Carga de carbohidratos precompetición
- 2.10. Asesoramiento nutricional a jugadores/equipos de Rugby profesional
  - 2.10.1. Establecimiento de objetivos y entrevista dietética
  - 2.10.2. Elaboración de pautas para equipos
  - 2.10.3. Elaboración de un plan nutricional personalizado

### Módulo 3. Psicología Aplicada

- 3.1. Psicología y *Coaching* deportivo
  - 3.1.1. Aspectos importantes
  - 3.1.2. La importancia de la psicología en el deporte
  - 3.1.3. El papel del psicólogo / *Coach* deportivo
- 3.2. Preparación psicológica para el deporte y la actividad física: escuelas de Rugby
  - 3.2.1. Deporte, Salud y Psicología
  - 3.2.2. Intervención con entrenadores y familias de deportistas jóvenes
  - 3.2.3. Asesoramiento a la relación entre deportistas, familias y técnicos deportivos: la importancia de la educación en valores en el deporte
- 3.3. Asesoramiento y técnicas psicológicas para deportistas: formando a la futura élite
  - 3.3.1. Optimización del aprendizaje del deportista y búsqueda de regularidad en el rendimiento
  - 3.3.2. Intervención psicológica con jóvenes deportistas y la transición al deporte profesional
  - 3.3.3. Gestión del talento
- 3.4. Intervención psicológica en el deporte de competición: élite deportiva
  - 3.4.1. Nivel óptimo de activación y gestión emocional en la práctica deportiva
  - 3.4.2. Intervención frente al Estrés y Ansiedad
  - 3.4.3. Locus de control del deportista de élite
- 3.5. Variables psicológicas en el rendimiento deportivo
  - 3.5.1. Psicología positiva y emocional
  - 3.5.2. La autoconfianza y el autoconcepto en el deportista
  - 3.5.3. Personalidad del deportista
- 3.6. Intervención individual y grupal en *coaching* deportivo: planificación y puesta en marcha de un programa psicológico
  - 3.6.1. Técnicas de intervención psicológica
  - 3.6.2. Diseño de planes de intervención individualizados
  - 3.6.3. Diseño de planes de intervención en los equipos



- 3.7. Herramientas en *Coaching* deportivo: META, DAFO y Rueda de la vida
  - 3.7.1. Modelo META
  - 3.7.2. DAFO
  - 3.7.2. Rueda de la vida
- 3.8. *Burnout* en el deportista
  - 3.8.1. Síntomas del síndrome
  - 3.8.2. Actuaciones con el deportista
  - 3.8.3. Prevención de nuevos casos
- 3.9. Salud y bienestar emocional del deportista
  - 3.9.1. Efectos del sobrentrenamiento
  - 3.9.2. Implicaciones psicológicas de la prevención y recuperación de lesiones deportivas
  - 3.9.3. *Flow*
- 3.10. Retirada de la actividad deportiva
  - 3.10.1. Transición del deporte de élite y vuelta a la normalidad
  - 3.10.2. Redefinición de la identidad del deportista
  - 3.10.3. Nuevos roles adquiridos

“

*A lo largo de 6 semanas, tendrás acceso a los materiales de este programa durante las 24 horas del día, 7 días de la semana”*

# 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.

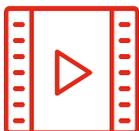
“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área*”

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.



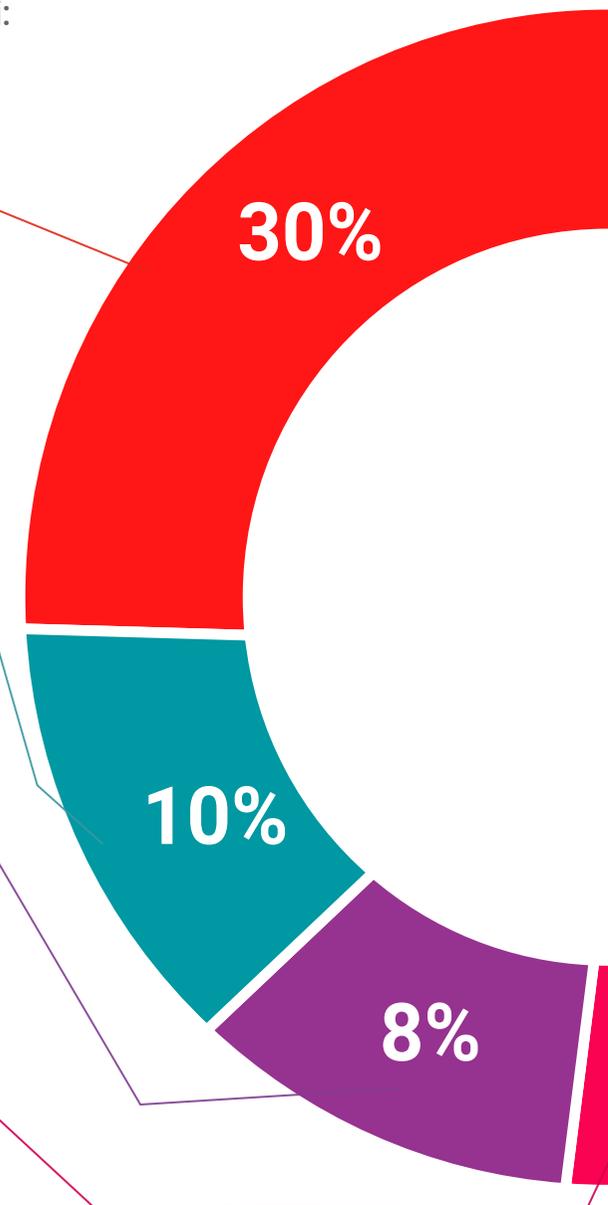
#### Prácticas de habilidades y competencias

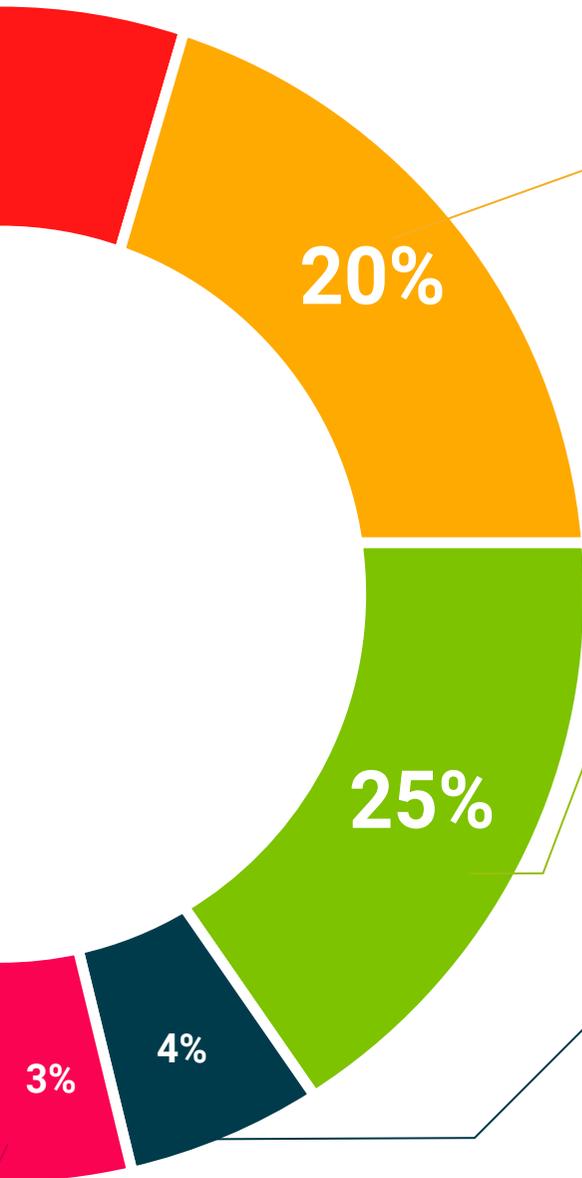
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### 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

La Especialización Profesional en Fisioterapia, Nutrición y Psicología Aplicada al Rugby garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Especialización Profesional expedido por TECH.

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

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

Título: **Especialización Profesional en Fisioterapia, Nutrición y Psicología Aplicada al Rugby**

Modalidad: **Online**

Horas: **450**



**tech** formación profesional

**Especialización Profesional**  
Fisioterapia, Nutrición  
y Psicología Aplicada  
al Rugby

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

# Especialización Profesional

## Fisioterapia, Nutrición y Psicología Aplicada al Rugby

