

# MAESTRÍA

---

## MAESTRÍA INTERNACIONAL EN MEDICINA DEL DEPORTE



LMAS658

- DIPLOMA ACREDITADO POR APOSTILLA DE LA HAYA -



## DESTINATARIOS

El Programa está especialmente diseñado para aquellas personas que estén interesadas en adquirir conocimientos sobre **Medicina del Deporte** y que quieran asegurarse un recorrido ascendente en esta área, con una especial elevación y consolidación de competencias.

Permite conocer la valoración de las capacidades físicas, el tratamiento de datos de una batería de tests, las pruebas y los cuestionarios de valoración de la condición física, la biología y motivacional, el especialista en tratamiento de lesiones deportivas, el técnico especialista en rehabilitación deportiva, entre otros conceptos relacionados. Además, al final de cada unidad didáctica el alumno encontrará ejercicios de autoevaluación que le permitirán realizar un seguimiento sobre los avances del curso.

El alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

## FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA  
600H



MODALIDAD  
ONLINE



\*La modalidad incluye módulos con clases en directo

CURSO INICIAL  
ONLINE



TUTORIAS  
PERSONALIZADAS



IDIOMA  
CASTELLANO



DURACIÓN  
HASTA UN AÑO  
\*Prorrogable



## IMPORTE

VALOR ORIGINAL: 2976\$

VALOR ACTUAL: 744\$

\*Importe expresado en Dólares Americanos

## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

---

Una vez finalizados los estudios, el alumno recibirá un diploma que certifica que ha superado con éxito el “**MAESTRÍA INTERNACIONAL EN MEDICINA DEL DEPORTE**” de Grupo Esneca Formación. Nuestro centro de estudios está avalado por nuestra condición de socios de la CECAP y AEEN, máximas instituciones españolas en formación y calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

Los diplomas llevan la Apostilla de la Haya, mediante la que se reconoce y garantiza la autenticidad y validez del Diploma en cualquier país firmante del convenio.

## REDES SOCIALES

---



[www.facebook.com/esneca.lat](http://www.facebook.com/esneca.lat)



[www.esneca.lat](http://www.esneca.lat)



[@esneca.lat](https://www.instagram.com/esneca.lat)



[www.esneca.lat/blog-esneca](http://www.esneca.lat/blog-esneca)

# **CONTENIDO FORMATIVO**

## **MÓDULO 1. VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS**

**UNIDAD FORMATIVA 1. APLICACIÓN DE TEST, PRUEBAS Y CUESTIONARIOS PARA LA EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA, BIOLÓGICA Y MOTIVACIONAL**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Fundamentos psicomotrices: esquema corporal, percepción espacial y percepción temporal
2. Pruebas de medición de capacidades perceptivo-motrices. Protocolos y aplicación autónoma de los distintos tests

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERSONALIDAD, MOTIVACIONES E INTERESES EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Fundamentos y valoración en el ámbito del Fitness:
2. Bases de la personalidad
3. Expectativas de beneficios en la práctica de actividades físicas
4. Efectos psicológicos del Fitness sobre la salud.
5. Efectos sociales
6. Desarrollo de capacidades psicosociales a través del Fitness
7. Habilidades psicológicas susceptibles de desarrollo en el ámbito del Fitness
8. Características de las distintas etapas de desarrollo de la personalidad en relación con la participación
9. Características psicoafectivas de personas pertenecientes a colectivos especiales
10. Importancia del técnico especialista en actividad física para el bienestar social

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. PRINCIPIOS GENERALES DE LOS TESTS, PRUEBAS Y CUESTIONARIOS DE EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA, BIOLÓGICA Y MOTIVACIONAL**

1. Conceptos de medida y evaluación.
2. Necesidad de evaluar la aptitud física.
3. Ámbitos de la evaluación de la aptitud física.
4. Dificultades para evaluar la aptitud física.
5. Requisitos de los test de la evaluación de la condición física
6. Los test, pruebas y cuestionarios en función de la edad y el género.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. VALORACIÓN ANTROPOMÉTRICA EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Biotipología: clasificaciones
2. Antropometría y cineantropometría.
3. Pruebas antropométricas en actividades físicas y deportivas
4. Fundamentos de la valoración antropométrica de la composición corporal: Composición corporal y actividad física
5. Modelos de composición corporal
6. Composición corporal y salud

7. Determinación de la composición corporal mediante los pliegues cutáneos

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PRUEBAS BIOLÓGICO-FUNCIONALES EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Fundamentos biológicos.
2. Recomendaciones de uso de pruebas biológico funcionales en el ámbito del Fitness.
3. Evaluación de la resistencia aeróbica
4. Evaluación de la capacidad y la potencia anaeróbica
5. Evaluación de la velocidad
6. Evaluación de la Fuerza
7. Evaluación de la movilidad articular
8. Evaluación de la elasticidad muscular

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TESTS DE CAMPO PARA VALORAR LA CONDICIÓN FÍSICA EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Fundamentos biológicos
2. Recomendaciones de uso de test de campo en el ámbito del Fitness
3. Tests de campo para la determinación de la Resistencia aeróbica
4. Tests de campo para la determinación de la Fuerza Resistencia
5. Tests de campo para la determinación de la Flexibilidad . Elasticidad Muscular
6. Análisis y comprobación de los resultados.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. VALORACIÓN POSTURAL EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Fundamentos anatómicos: relaciones segmentarias.
2. Alteraciones posturales mas frecuentes
3. Pruebas de análisis postural en el ámbito del Fitness
4. Análisis y comprobación de los resultados.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA ENTREVISTA PERSONAL EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Cuestionarios de entrevista para la valoración inicial en Fitness
2. Historial del cliente/usuario . Integración de datos anteriores
3. Dinámica relacional entrevistador- entrevistado: Tecnicas de entrevista personal
4. Análisis de datos obtenidos.
5. La observación como técnica básica de evaluación:
6. Normativa vigente de protección de datos.
7. Criterios deontológicos profesionales de confidencialidad.

## **UNIDAD FORMATIVA 2. TRATAMIENTO DE DATOS DE UNA BATERÍA DE TESTS, PRUEBAS Y CUESTIONARIOS DE VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA, BIOLÓGICA Y MOTIVACIONAL**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNCIONES ORGÁNICAS Y FATIGA FÍSICA EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Aparato locomotor: el sistema óseo; el sistema muscular; el sistema articular.
2. Aparato respiratorio.
3. Aparato circulatorio: el corazón; la circulación; la sangre.
4. Sistema nervioso.

5. Metabolismo energético
6. Concepto de fatiga
7. Clasificaciones de la fatiga.
  1. Lugares de aparición de la fatiga.
  2. Mecanismos de fatiga
  3. Percepción de la fatiga/percepción de la recuperación.
  4. Síndrome de sobreentrenamiento: diagnóstico, prevención y tratamiento.
  5. Bases biológicas de la recuperación.
  6. Medios y métodos de recuperación.
  7. El equilibrio hídrico.
  8. Suplementos y fármacos.
  9. Termorregulación y ejercicio físico
  10. Diferencias de género.
  11. El equilibrio hídrico: Rehidratación y ejercicio físico.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS**

1. Aplicación del análisis de datos.
2. Modelos de análisis.
3. La interpretación de datos obtenidos en los distintos test, pruebas y cuestionarios
4. Análisis diagnóstico para la elaboración de programas de entrenamiento

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. TRATAMIENTO Y REGISTRO DE RESULTADOS EN LA APLICACIÓN DE TEST, PRUEBAS Y CUESTIONARIOS EN EL ÁMBITO DEL FITNESS**

1. Estadística aplicada a la valoración y registro de test, pruebas y cuestionarios en el ámbito del Fitness
2. Recursos informáticos aplicados a la valoración y registro de test, pruebas y cuestionarios en el ámbito del Fitness
3. Integración y tratamiento de la información obtenida

## **MÓDULO 2. ESPECIALISTA EN TRATAMIENTO DE LESIONES DEPORTIVAS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. LESIONES DEPORTIVAS: CONCEPTO Y PREVENCIÓN**

1. Concepto de lesión deportiva y su relevancia
2. Causas de las lesiones deportivas
3. Fases de la lesión deportiva
4. Factores que influyen en la lesión y curación
5. Prevención de la lesión deportiva
6. Reconocimiento médico previo
7. Psicología de la lesión deportiva
8. Fases de tratamiento de recuperación de la lesión

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. LESIONES DEL MIEMBRO INFERIOR**

1. Osteología del miembro inferior
  - Huesos
  - Articulaciones
  - Estructuras subcutáneas
2. Musculatura del miembro inferior
  - Músculos del muslo

- Músculos de la pierna
- Músculos del pie
- 3. Lesiones de la pierna y el muslo
  - Fractura de tibia y peroné
  - Fractura de estrés
  - Rotura del gemelo
  - Rotura del tendón de Aquiles
  - Tendinitis aquilea
  - Bursitis aquilea
- 4. Lesiones de la rodilla
  - Esguince de rodilla
  - Lesiones de menisco
  - Rodilla inestable
  - Luxación de rótula
  - Lesión del cartílago de la rodilla
  - Bursitis
  - Rodilla del saltador y del corredor
- 5. Lesiones del tobillo
  - Fractura de los huesos del tobillo
  - Fracturas por sobrecarga o estrés
  - Esguince de tobillo
  - Tobillo inestable (esguince de repetición)
  - Tobillo de futbolista
- 6. Lesiones del pie
  - Talalgia
  - Fascitis plantar
  - Fractura del calcáneo
  - Pie plano
  - Pie cavo
  - Metatarsalgia
  - Hallux valgus
  - Fractura de los dedos de los pies
  - Uña negra
  - Uña encarnada
  - Tiña podal. Pie de atleta

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. LESIONES EN EL TRONCO**

1. Revisión anatómica
  - Tórax
  - Abdomen
  - Espalda
2. Lesiones torácicas y abdominales
  - Contusión torácica
  - Fracturas costales
  - Tórax inestable
  - Esguince de los músculos abdominales
  - Distensión muscular
  - Traumatismos de genitales externos masculinos
  - Hernia deportiva
  - Lesiones de los nervios periféricos

### 3. Lesiones cadera

- Rotura de los músculos aductores
- Bursitis de la cadera
- Fractura de pelvis
- Osteítis del pubis, pubalgia o tendinitis de los aductores
- Luxación de cadera
- Distensión inguinal
- Hematoma pélvico

### 4. Lesiones de la espalda

- Cifosis. Hiper cifosis
- Lordosis. Hiperlordosis
- Desviaciones laterales de la columna vertebral (escoliosis)
- Dolor de cuello. Cervicalgia
- Fracturas vertebrales
- Hernia de disco
- Espondilolistesis y espondilólisis
- Dolor de espalda
- Patología de la espalda del nadador
- Fractura de estrés (fractura por fatiga del sacro)
- Distensión, esguince y desgarro lumbar

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES DEL MIEMBRO SUPERIOR**

### 1. Revisión anatómica

- Osteología del miembro superior
- Musculatura del miembro superior

### 2. Lesiones del hombro

- Tendinopatía del supraespinoso
- Esguince en la zona del hombro
- Contractura de trapecios
- Fractura de clavícula
- Fractura de omoplato
- Hombro del nadador
- Hombro congelado
- Luxación de hombro
- Lesiones de la articulación acromioclavicular
- Artrosis de la articulación glenohumeral
- Lesiones de la articulación esternoclavicular

### 3. Lesiones de la extremidad superior

- Miositis Osificante Traumática (MOT)
- Lesiones del tríceps
- Fracturas del brazo y codo
- Tendinitis del bíceps
- Lesiones del codo
- Esguince y luxación de codo
- Contusiones
- Hematoma en el bíceps

### 4. Lesiones de la muñeca y la mano

- Fractura de Colles
- Esguince y luxación de muñeca
- Síndrome del túnel carpiano



- Fractura de Bennett
- Pulgar del guardabosques o del esquiador
- Dedo en martillo
- Dedo de jersey
- Luxaciones de los dedos
- Fractura de las falanges
- Ampollas y callosidades
- Tendinitis de Quervain

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. LESIONES DE LA PIEL EN EL DEPORTE**

1. Revisión anatómica
  - Estructura de la piel
  - Funciones de la piel
2. Lesiones en la piel por la práctica deportiva
  - Lesiones por trauma
  - Lesiones por infecciones
  - Lesiones ambientales
  - Lesiones por alergia de contacto
  - Agravamiento de otras lesiones cutáneas previas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. OTRAS LESIONES**

1. Síncope y muerte súbita en el deportista
2. Epistaxis
3. Anemia en el deportista
4. Menarquia, dismenorrea y deporte
5. Traumatismo craneoencefálico
6. Lesiones en párpados y anejos
7. Erosiones corneales
8. Lesiones de la boca

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. FUNDAMENTOS DE LA REHABILITACIÓN**

1. La rehabilitación como especialidad médica
  - Áreas de competencia clínica
  - La práctica profesional de la medicina de rehabilitación
  - Paradigma de la rehabilitación
2. La discapacidad
  - Modelos y clasificación de discapacidad
  - Discapacidad en España
3. Epidemiología de la discapacidad
  - Indicadores de discapacidad
  - La esperanza de vida libre de discapacidad

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN**

1. Infiltraciones intraarticulares y musculares
2. Terapia ocupacional
  - Concepto
  - Terapia ocupacional según patologías

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. REHABILITACIÓN DE LESIONES MUSCULARES Y ARTICULARES**

1. Lesiones de ligamentos
  - Tratamientos de las lesiones de ligamentos
2. Lesiones tendinosas
  - Tratamiento de lesiones tendinosas
3. Lesiones musculares
  - Tratamientos para lesiones musculares
4. Lesiones óseas
  - Principales lesiones óseas
  - Tratamiento de lesiones óseas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. TRATAMIENTO ORTOPÉDICO Y PROTÉSICO DE LAS LESIONES**

1. Ayudas técnicas
  - Conceptualización
  - Características
  - Clasificación y finalidades
2. Medios auxiliares
3. Órtesis
  - Órtesis del miembro superior
  - Órtesis del tronco
  - Órtesis del miembro inferior
4. Prótesis
  - Prótesis de la extremidad superior
  - Prótesis de la extremidad inferior
5. Iniciación a la autonomía

## **UNIDAD DIDÁCTICA 11. HIDROLOGÍA MÉDICA Y TERAPIAS NATURALES COMPLEMENTARIAS**

1. La hidrología médica en la actualidad
2. Antecedentes históricos
3. Termoterapia
  - Efectos fisiológicos del calor
  - Técnicas de termoterapia
4. Crioterapia
  - Efectos fisiológicos
5. Hidroterapia
  - Técnicas de hidroterapia
6. Crenoterapia. Balnearios
  - Composición de las aguas minero-medicinales
7. Aplicación en patologías determinadas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 12. TECNOLOGÍA SANITARIA**

1. Laserterapia
2. Electroterapia
  - Tipos de corrientes
  - Contraindicaciones
3. Ultrasonido

#### 4. Magnetoterapia

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. VENDAJE FUNCIONAL Y DISTINTAS APLICACIONES DEPORTIVAS**

1. Concepto de vendaje funcional y tipos
2. Materiales
3. Propiedades del vendaje funcional
4. Indicaciones y contraindicaciones
5. Técnica
6. Aplicaciones prácticas en el deporte

### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. TÉCNICAS BÁSICAS EN MASAJE DEPORTIVO**

1. El masaje
2. Efectos del quiromasaje
3. Contraindicaciones del quiromasaje
4. Técnicas básicas en Quiromasaje Deportivo
  - Técnicas activas
  - Técnicas pasivas
5. Otras técnicas
  - Técnicas de movilización
  - Educación de la marcha

### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. TRATAMIENTOS NOVEDOSOS EN REHABILITACIÓN Y RECUPERACIÓN DEPORTIVA**

1. Tratamientos ecoguiados
  - La electrolisis percutánea
  - El tratamiento con ondas de choque
2. Tratamientos mecánicos
  - Sistemas de suspensión (RedCord)
  - Rodillos de masaje o Foam Roller
  - Masaje mecánico o presoterapia (NormaTec)
3. Terapia por resonancia magnética
  - Resonancia magnética nuclear (RMN)
  - Resonancia Magnética Nuclear Terapéutica (MBST)
4. Oxigenoterapia hiperbárica
  - Oxigenoterapia
  - Oxigenoterapia normobárica
  - Oxigenación hiperbárica
  - Beneficios de la oxigenación hiperbárica

## **MÓDULO 3. TÉCNICO ESPECIALISTA EN REHABILITACIÓN DEPORTIVA**

### **UNIDAD FORMATIVA 1. INTRODUCCIÓN AL MASAJE DEPORTIVO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. EXPLORACIÓN Y TÉCNICAS BÁSICAS**

1. La exploración
2. Técnicas básicas en masaje deportivo
3. Otras técnicas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. TERAPIA MASAJÍSTICA Y DE ZONAS REFLEJAS**

1. Fundamentos de la terapia masajística
2. Tipos de masaje

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. HIDROTERAPIA, TERMOTERAPIA Y CRIOTERAPIA**

1. Hidroterapia
2. Termoterapia
3. Crioterapia

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. MOVILIZACIONES**

1. Movimiento
2. La parada
3. Movimiento y parada

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. TECNOLOGÍA SANITARIA**

1. Laserterapia
2. Electroterapia
3. Ultrasonido
4. Magnetoterapia

## **UNIDAD FORMATIVA 2. TÉCNICAS DE MASAJE DEPORTIVO: APLICACIÓN PRÁCTICA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. MANIOBRAS BÁSICAS DEL MASAJE DEPORTIVO**

1. Parámetros generales
2. Pases sedantes
3. Amasamientos
4. Percusiones
5. Pellizqueos
6. Vibraciones
7. Otras maniobras

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: ESPALDA**

1. Osteología de la espalda
2. Musculatura de la espalda
3. Aplicación práctica del masaje deportivo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: MIEMBROS INFERIORES**

1. Osteología del miembro inferior
2. Musculatura del miembro inferior
3. Aplicación práctica del masaje deportivo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: MIEMBROS SUPERIORES**

1. Osteología del miembro superior
2. Musculatura del miembro superior
3. Aplicación práctica del masaje deportivo

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: EL PIE**

1. Osteología del pie
2. Musculatura del pie
3. Reflexología podal
4. Aplicación práctica del masaje deportivo

## **UNIDAD DIDÁCTICA 11. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: ABDOMEN**

1. Osteología del abdomen
2. Aplicación práctica del masaje deportivo

## **UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRÁCTICA DEL MASAJE DEPORTIVO: TÓRAX**

1. Osteología del tórax
2. Musculatura del tórax
3. Aplicación práctica del masaje deportivo

## **UNIDAD DIDÁCTICA 13. RECEPCIÓN, COMUNICACIÓN Y ATENCIÓN AL CLIENTE**

1. Atención al cliente
2. Tipos de clientes
3. Tipos de visitas que puede hacer el cliente al centro
4. Necesidades del cliente

## **UNIDAD FORMATIVA 3. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN DEPORTIVA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. FUNDAMENTOS DE LA REHABILITACIÓN**

1. La rehabilitación como especialidad médica
2. La discapacidad
3. Epidemiología de la discapacidad

### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN I**

1. Infiltraciones intraarticulares y musculares
2. Terapia ocupacional
3. Ayudas técnicas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. TÉCNICAS DE REHABILITACIÓN II**

1. Medios auxiliares
2. Ortesis
3. Prótesis
4. Cuidado mediante silla de ruedas
5. Iniciación a la autonomía
6. Vendajes

### **UNIDAD DIDÁCTICA 17. PRINCIPALES PATOLOGÍAS SUSCEPTIBLES DE REHABILITACIÓN (I)**

1. Artritis
2. Mano reumática
3. Conservación de la artrosis
4. Osteoporosis

## 5. Fracturas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 18. PRINCIPALES PATOLOGÍAS SUSCEPTIBLES DE REHABILITACIÓN (II)**

1. Fibromialgia
2. Dolor cervical
3. Dolor lumbar
4. Dolores en hombros, codos, muñecas, manos, rodillas, tobillos y pies

### **UNIDAD DIDÁCTICA 19. REHABILITACIÓN DE LESIONES MUSCULARES Y ARTICULARES**

1. Lesiones de ligamentos
2. Tratamientos para lesiones de ligamentos
3. Lesiones tendinosas
4. Lesiones musculares
5. Tratamientos para lesiones musculares
6. Lesiones óseas
7. Tratamiento de lesiones óseas