

DOBLE TITULACIÓN

**MAESTRÍA INTERNACIONAL EN
REHABILITACIÓN Y TRATAMIENTO DE
LESIONES DEPORTIVAS + MAESTRÍA
INTERNACIONAL EN COACH DEPORTIVO**

LMEM007L

Escuela asociada a:



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE EMPRESAS DE FORMACIÓN



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA PARA LA CALIDAD



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ESCUELAS DE NEGOCIOS

DESTINATARIOS

Este curso está dirigido a todos aquellos profesionales sanitarios que pretendan adquirir los conocimientos técnicos y la titulación necesaria para ejercer como EXPERTO EN LESIONES DEPORTIVAS Y COACH DEPORTIVO.

MODALIDAD

La modalidad de la Maestría es **ONLINE** y **TUTORIZADA**

- Una vez matriculado, el alumno recibirá las claves de acceso en menos de 24 horas laborables.
- Nuestro equipo de profesores y tutores contactará con el alumno en un máximo de 48 horas tras la matrícula para guiar al alumno, acompañarlo en el inicio y a lo largo del curso, y responder a cualquier duda o pregunta que pueda surgir.

DURACIÓN

La duración del curso es de 600 horas.

IMPORTE

MONTO ORIGINAL: 2975\$

MONTO ACTUAL: 744\$

* Importe expresado en Dólares Americanos

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el "MAESTRÍA INTERNACIONAL EN REHABILITACIÓN Y TRATAMIENTO DE LESIONES DEPORTIVAS + MAESTRÍA INTERNACIONAL EN COACH DEPORTIVO", de ESNECA BUSINESS SCHOOL, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, AEC y AEEN, máximas instituciones españolas en formación y de calidad.

La Titulación dispone de la APOSTILLA DE LA HAYA (Certificación Oficial que da validez a la Titulación ante el Ministerio de Educación de más de 200 países de todo el mundo)

PARTE 1. REHABILITACIÓN Y 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
 - -odilla 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. Hipercifosis
- 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

PARTE 2. COACHING DEPORTIVO

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. COACHING: CONCEPTO, DISCIPLINA E HISTORIA

1. El concepto de coaching
 - Origen etimológico
 - Definiciones
2. Historia del coaching
 - Orígenes filosóficos
 - Influencias de la Edad Moderna
 - Siglo XIX: Stuart Mill, Kierkegaard y Nietzsche
 - Corrientes del siglo XX
3. Diferencias entre el coaching y otras disciplinas
 - *Mentoring* vs. *Coaching*
 - Consultoría vs. *Coaching*
 - Tutoría vs. *Coaching*
 - *Feedback* vs. *Coaching*
 - Evaluación vs. *Coaching*
 - Terapia psicológica y psiquiátrica vs. *Coaching*

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERFIL DEL COACH

1. Aptitudes
2. Errores más comunes del coach

UNIDAD DIDÁCTICA 3. COACHEE: EL PROTAGONISTA DEL PROCESO

1. ¿Quién es el coachee?
 - Características del coachee
2. Aspectos sociales y cognitivos del coachee

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISCIPLINAS DEL COACHING

1. Disciplinas del coaching
 - Según el contenido
 - *Coaching* personal, de vida o *life coach*
 - *Coaching* ejecutivo o estratégico
 - *Coaching* empresarial
 - *Coaching* nutricional
 - *Coaching* deportivo o *personal training*
 - *Coaching* educativo, infantil y adolescente
 - *Coaching* familiar y de parejas
 - Según el método
 - *Coaching* sistémico
 - *Coaching* ontológico
 - *Coaching* con inteligencia emocional
 - *Coaching* coercitivo
 - *Coaching* PNL
 - *Coaching* cognitivo
 - *Coaching* Wingwave®

- Según el modelo
 - Modelo anglosajón y/o estadounidense: *coaching* pragmático
 - Modelo sudamericano o chileno: *coaching* ontológico
 - Modelo europeo o continental: *coaching* humanista

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CÓDIGO ÉTICO Y DEONTOLÓGICO DEL COACHING

1. Consideraciones deontológicas y éticas del *coaching*

- Código ético y deontológico según la International Coach Federation
 - Normas del código deontológico de la ICF
 - Juramento de la ética profesional de la ICF
- Código ético y deontológico según la Asociación Española de Coaching
 - Código ético y deontológico
 - Responsabilidades del *coach*
 - Ámbito de aplicación
 - Estándares de conducta ética
 - Compromiso ético

UNIDAD DIDÁCTICA 6. SESIONES DE COACHING

1. Soy *coach* ¿por dónde empiezo?

- Metodología

2. Desarrollo de una sesión de *coaching*

- Fase I: establecer la relación de *coaching*
 - Primera sesión de *coaching*
- Fase II: planificar la acción
- Fase III: el ciclo de *coaching*
- Fase IV: evaluación y seguimiento

3. Predisposición de avanzar del *coachee*

- Catalizadores de avances
- Catalizadores paralizantes
- Aprendizaje en el *coaching*
 - Niveles de aprendizaje

4. Fin del proceso de *coaching*

- ¿Cuándo derivar a un psicólogo o a un psiquiatra?

MÓDULO 2. APLICACIÓN DEL COACHING AL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 7. INTRODUCCIÓN AL COACHING DEPORTIVO

1. ¿Qué es el *coaching* deportivo?

- Beneficios
- Orígenes

2. Perfil del *coach* deportivo

- Cualidades y habilidades
 - Liderazgo

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VALORES Y ACTITUDES EN EL DEPORTE

1. Comunicación

2. Grupo, equipo y cohesión

3. Motivación

- Motivación del logro y competitividad

4. Autoconfianza
5. Empatía
6. Deportividad

UNIDAD DIDÁCTICA 9. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y COACHING DEPORTIVO

1. ¿Qué es la psicología del deporte?
 - Funciones del psicólogo deportivo
 - Diferencias entre psicólogo del deporte y *coach* deportivo
 - Similitudes entre la psicología del deporte y el *coaching* deportivo
2. Personalidad en el deporte y el ejercicio físico
 - ¿Cómo se forma la personalidad?
 - Personalidad y deporte
3. Gestión de las emociones
 - ¿Qué son las emociones?
 - Tipos de emociones
 - Regulación emocional
 - Arousal, ansiedad y estrés
 - Estrés deportivo
4. *Flow* en el deporte
 - Alcanzar la sensación de flujo

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PNL APLICADA AL COACHING DEPORTIVO

1. ¿Qué es la programación neurolingüística?
 - PNL y deporte
2. Sistema representacional (Vakog)
3. Método WingWave®
4. Visualización
 - Tipos de visualización
5. *Feedback* y refuerzo
 - *Feedback* en el deporte
 - Principio de refuerzo

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA