

DOBLE TITULACIÓN

MÁSTER EN PERSONAL TRAINER

+

MÁSTER EN MUSCULACIÓN Y FITNESS

esneca
BUSINESS SCHOOL

MAS058

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



DESTINATARIOS

Esta doble titulación de máster en personal trainer + máster en musculación y fitness está destinado a empresarios, emprendedores o trabajadores en el ámbito del deporte. Permite conocer la figura del entrenador personal, el sistema óseo, la fisiología muscular, los sistemas energéticos, el metabolismo en fisiología del ejercicio, el entrenamiento, las lesiones deportivas, los primeros auxilios, las bases anatómicas, el metabolismo en fisiología del ejercicio y los primeros auxilios.

Además, al final de cada unidad didáctica el alumno contará con ejercicios de autoevaluación para poder evaluar el nivel y los conocimientos adquiridos en cada apartado.

En ambas modalidades 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
A DISTANCIA / ONLINE
*Ambas modalidades incluyen
módulos con clases en directo



CURSO INICIAL
ONLINE



TUTORIAS
PERSONALIZADAS



IDIOMA
CASTELLANO



DURACIÓN
HASTA UN AÑO
*Prorrogable



IMPORTE

VALOR ORIGINAL: 2380€
VALOR ACTUAL: 595€

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**MÁSTER EN PERSONAL TRAINER + MÁSTER EN MUSCULACIÓN Y FITNESS**”, de ESNECA BUSINESS SCHOOL, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP y AEEN, máximas instituciones españolas en formación y de 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.

REDES SOCIALES



www.facebook.com/esnecaschool



linkedin.com/school/esneca-business-school



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



www.esneca.com



www.twitter.com/ESNECA



www.esneca.com/blog

CONTENIDO FORMATIVO

PARTE 1. PERSONAL TRAINER

INTRODUCCIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL PERSONAL TRAINING

1. Conceptos y definiciones
2. *Fitness*
 - Evolución del *fitness*
3. Entrenamiento personalizado
 - Servicio personalizado vs. Entrenamiento personal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERFIL DEL PERSONAL TRAINER

1. Definición del *personal trainer*
 - Legislación
 - Cataluña
 - Comunidad de Madrid
 - Código ético
2. Habilidades y funciones del *personal trainer*
3. Requisitos técnicos del *personal trainer*
4. Áreas de desarrollo
5. Progreso del *personal trainer*
 - Evolución de la técnica
 - Entrenadores cualificados
6. Salidas profesionales
 - Servicio *online*
 - Ventajas del servicio *online*
 - Inconvenientes del servicio *online*

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PERFIL DEL CLIENTE

1. Demandas
2. Tipos de usuarios
 - Estética
 - Obligación
 - Competitividad
 - Mantenimiento
 - Salud
3. Factores clave del cliente
4. Grupos de trabajo con los clientes
5. Complicaciones en la relación laboral
6. Comunicación con el cliente
7. Plan de *marketing*
 - Definición
 - Imagen
 - Comunicación e información
 - Resultados
 - Control y evaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EVALUACIÓN DEL ESTADO FÍSICO DEL CLIENTE

1. Primer contacto
2. Punto de partida y objetivos
 - Composición corporal
 - Calcular el porcentaje de grasa corporal
 - Fuerza muscular
 - Flexiones
 - Abdominales
 - Fuerza máxima
 - Resistencia cardiovascular
 - Andar o correr 1.5 km
 - Escalón
 - Postura y flexibilidad
3. Valoración activa
 - *Fitness* cardiovascular
 - *Fitness* muscular
 - *Fitness* anatómico
4. Factores de riesgo
 - Antecedentes familiares
 - Tabaquismo
 - Hipertensión
 - Hipercolesterolemia
 - Alteración de los niveles de glucemia
 - Obesidad
 - Vida sedentaria
5. Resultados

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PLANIFICACIÓN Y DISEÑO DE UN PROGRAMA

1. Estructuras temporales
2. Planificación, programación y periodización del plan de entrenamiento
 - Periodización
 - Tipos de periodización
3. Aspectos esenciales del programa
4. Objetivos más demandados
 - Reducción de la grasa corporal
 - Aumento del tono muscular
5. Fases del programa

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EQUIPAMIENTO Y ENTORNO

1. Características del material necesario
2. Factores ambientales
 - Clima
 - Altitud
 - Instalaciones
3. Factores de medición
4. Equipamiento en el aire libre o a domicilio
5. Equipamiento en el gimnasio
 - Mantenimiento del material

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ADAPTACIONES ORGÁNICAS DEL ENTRENAMIENTO

1. Características de la adaptación
 - Síndrome General de Adaptación
 - Ley del Umbral
 - Sobrecompensación
2. Factores ambientales
 - Tipo de entrenamiento
 - Genética
 - Nivel de rendimiento deportivo
3. Adaptaciones del entrenamiento aeróbico
 - Metabólicas
 - Musculares
 - Cardiovasculares
 - Respiratorias
 - Esqueléticas
 - Composición corporal
4. Adaptaciones del entrenamiento anaeróbico
 - Neurológicas
 - Musculares
 - Metabólicas
 - Esqueléticas
 - Composición corporal
5. Sobreentrenamiento
6. Desentrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DE FUERZA

1. Características del entrenamiento de fuerza
 - Levantamiento de pesos
2. Beneficios del entrenamiento de fuerza
3. Planificación del programa de fuerza
 - Cantidad de peso o resistencia
 - Número de repeticiones
 - Número de series
 - Frecuencia de los entrenamientos de fuerza
 - Cantidad de ejercicios
 - Duración de la sesión
 - Organización de los ejercicios
 - Descanso entre las series
 - Recuperación entre los entrenamientos
 - Incremento del peso utilizado

UNIDAD DIDÁCTICA 9. PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DE RESISTENCIA

1. Características del entrenamiento de resistencia
2. Componentes del entrenamiento de resistencia
 - Tipo de ejercicio
 - Intensidad
 - Frecuencia
 - Duración
 - Progresión
 - Calentamiento y enfriamiento
3. Tipos de entrenamiento de resistencia
 - Entrenamiento LSD

- Entrenamiento de ritmo/tempo
- Entrenamiento interválico
- Entrenamiento en circuito
- Ejercicios de brazos

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO CRUZADO

1. Características del entrenamiento cruzado
2. Diseño del entrenamiento cruzado
3. Ventajas del entrenamiento cruzado

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ASPECTOS NUTRITIVOS

1. Nutrición en el *personal training*
2. Alimentación y nutrición
 - Alimentos
 - Raciones
 - Nutrientes
 - Relación entre alimentación y nutrición
3. Pirámide de la alimentación saludable
4. Necesidades energéticas
 - Unidades de medida de la energía
 - Metabolismo basal
 - Balance energético y disponibilidad de energía
5. Clasificación de los nutrientes
 - Macronutrientes
 - Hidratos de carbono o glúcidos
 - Lípidos o grasas
 - Proteínas
 - Agua
 - Micronutrientes
 - Vitaminas
 - Minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 12. CONTROL DE LA EVOLUCIÓN DEL CLIENTE

1. Herramientas de control del progreso
 - Gráficos de rendimiento
 - Diario de entrenamiento
2. Comparación del estado previo y del estado actual
3. Previsión futura

UNIDAD DIDÁCTICA 13. ENTRENAMIENTO EN POBLACIONES ESPECIALES

1. Ejercicio físico y grupos de población concretos
 - Mujeres embarazadas
 - Beneficios de la actividad física durante el embarazo
 - Inconvenientes de la actividad física durante el embarazo
 - Definición del programa de entrenamiento personal
 - Niños y adolescentes
 - Tercera
 - Adecuación del entrenamiento personal
 - Objetivos del entrenamiento personal
2. Ejercicio físico y discapacidades
 - Discapacidad intelectual

- Definición del programa de entrenamiento personal
- Discapacidad física
 - Definición del programa de entrenamiento personal
- 3. Ejercicio físico y patologías
 - Problemas cardiovasculares
 - Definición del programa de entrenamiento personal
 - Problemas respiratorios
 - Definición del programa de entrenamiento personal
- 4. Ejercicio físico y enfermedades
 - Obesidad
 - Osteoporosis
 - Definición del programa de entrenamiento personal
 - Cáncer
 - Definición del programa de entrenamiento personal

UNIDAD DIDÁCTICA 14. PRINCIPIOS PSICOLÓGICOS

1. Psicología del deporte
2. Repaso histórico
3. Áreas de desarrollo
 - Motivación
 - Ansiedad
 - Atención y concentración
 - Personalidad
4. Psicólogo deportivo vs. *Personal trainer*
5. Psicología en las lesiones deportivas
 - Factores psicológicos propensos a la lesión
 - Historial de lesiones
 - Intervención psicológica para la prevención de lesiones
 - Estrés y vulnerabilidad a las lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 15. LESIONES DEPORTIVAS

1. Características de las lesiones deportivas
 - Componentes del sistema musculoesquelético
 - Músculos
 - Huesos
 - Articulaciones y sus componentes
2. Tipos de lesión
3. Causas y prevención
 - Fases del programa de prevención de lesiones
 - Fase previa al entrenamiento: el calentamiento
 - Calentamiento general
 - Estiramientos estáticos
 - Calentamiento específico
 - Estiramientos dinámicos
4. Tratamiento
 - Lesiones agudas
 - *Protection* (protección)
 - *Rest* (reposo)
 - *Ice* (tratamiento frío)
 - *Compression* (compresión)
 - *Elevation* (elevación)
 - Lesiones por uso excesivo

- Factores intrínsecos
 - Factores extrínsecos
 - Métodos de apoyo
5. Rehabilitación
 - Periodo agudo
 - Periodo de rehabilitación
 - Periodo de entrenamiento
 6. Lesiones frecuentes
 - Esguinces y torceduras
 - Desgarros musculares
 - Lesiones de rodilla
 - Tendón de Aquiles
 - Fracturas y dislocaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 16. PRIMEROS AUXILIOS

1. Situaciones de urgencia
 - Regla de las 4 “E” y PAS
2. Accidentes frecuentes
 - Heridas
 - Hemorragias
 - Traumatismos
 - Inmovilización de roturas
 - Accidentes eléctricos
 - Picaduras y mordeduras de animales
3. Transporte de la persona afectada
4. Prácticas de reanimación cardiopulmonar (RCP)
5. Botiquín
 - Mantenimiento del botiquín

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA

PARTE 2. MUSCULACIÓN Y FITNESS I

INTRODUCCIÓN

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL FITNESS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ORÍGENES Y EVOLUCIÓN DEL FITNESS

6. De los gimnasios a los centros de *fitness*
7. Consolidación del fenómeno *fitness*

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DEFINICIÓN, CONCEPTO Y FILOSOFÍA DEL FITNESS

1. Conceptos relacionados
2. ¿Qué es el *fitness*?
 - Concepto de *wellness*

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENTRENAMIENTO PERSONAL O PERSONAL TRAINING

1. Origen y evolución del entrenamiento personal
2. Concepto de entrenamiento personal

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 2. FIGURA DEL MONITOR DE MUSCULACIÓN Y FITNESS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PERFIL PROFESIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CARACTERÍSTICAS DEL MONITOR DE MUSCULACIÓN Y FITNESS

1. Principios para el desempeño del trabajo
2. Cualidades y habilidades

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FORMACIÓN

1. Salidas profesionales

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 3. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA FISIOTERAPIA

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FUNDAMENTOS FÍSICOS DEL MOVIMIENTO

1. Mecánica del movimiento
 - Masa
 - Fuerza
 - Leyes de Newton
 - Palanca
 - Movimiento-aceleración
 - Rozamiento
 - Vector
 - Energía
 - Trabajo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FUNDAMENTOS ANATÓMICOS DEL MOVIMIENTO

1. Posición anatómica de referencia
 - Planos anatómicos
 - Ejes de movimiento
2. Movimientos articulares

UNIDAD DIDÁCTICA 4. MECÁNICA DE LOS MÚSCULOS

UNIDAD DIDÁCTICA 5. FISIOLÓGÍA DEL MOVIMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ENERGÍA Y ACTIVIDAD DEPORTIVA

1. Metabolismo aeróbico y anaeróbico

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 4. SISTEMA ESQUELÉTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNCIONES DEL ESQUELETO

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTRUCTURA ÓSEA

1. Composición del esqueleto
 - Tejido óseo
 - Tejido cartilaginoso
 - Tejido fibroso
2. Constitución de los huesos
 - Tejido óseo compacto
 - Tejido óseo esponjoso
3. Tipos de huesos
 - Huesos largos
 - Huesos cortos
 - Huesos planos
 - Huesos irregulares

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESQUELETO HUMANO

1. Esqueleto axial
 - Huesos de la cabeza
 - Huesos del tronco
2. Esqueleto apendicular
 - Huesos de la cintura escapular
 - Huesos de los miembros superiores
 - Huesos de la cintura pelviana
 - Huesos de los miembros inferiores

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ARTICULACIONES

1. Tipos de articulaciones
 - Según su función
 - Según su estructura

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PATOLOGÍAS DE LOS HUESOS

1. Curvatura anómala
2. Osteoporosis
3. Artritis
4. Fracturas

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 5. SISTEMA MUSCULAR

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL SISTEMA MUSCULAR

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TEJIDO MUSCULAR

1. Músculo esquelético
2. Músculo cardíaco
3. Músculo liso

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FUNCIONES DEL SISTEMA MUSCULAR

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ESTRUCTURA DEL MÚSCULO ESQUELÉTICO

1. Uniones: tendones y ligamentos
2. Movimientos y grupos musculares

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PRINCIPALES MÚSCULOS ESQUELÉTICOS

1. Cabeza, cara y cuello
2. Tronco
3. Extremidades superiores
4. Extremidades inferiores

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALTERACIONES DEL SISTEMA MUSCULAR

1. Distrofia muscular
2. Espasmo muscular o calambre
3. Fibromialgia

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 6. SISTEMAS ENERGÉTICOS Y METABOLISMO EN EL EJERCICIO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL SISTEMA ENERGÉTICO

1. Adenosín trifosfato (ATP)

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE SISTEMAS ENERGÉTICOS

1. Sistema de fosfágenos o anaeróbico aláctico
2. Sistema anaeróbico láctico (glucógeno)
3. Sistema aeróbico u oxidativo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. RESPUESTAS METABÓLICAS AL EJERCICIO

1. Agotamiento de la fosfocreatina
2. Agotamiento del glucógeno muscular
3. Agotamiento del glucógeno hepático
4. Disminución del pH muscular o acidosis

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 7. NUTRICIÓN Y DIETÉTICA EN EL EJERCICIO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA ALIMENTACIÓN Y A LA NUTRICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CLASIFICACIÓN DE LOS NUTRIENTES

1. Macronutrientes
 - Hidratos de carbono
 - Proteínas
 - Lípidos o grasas
2. Micronutrientes
 - Vitaminas
 - Minerales
 - Agua

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES ENERGÉTICAS

1. Unidades de medida de energía
2. Metabolismo basal
3. Balance energético

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ALIMENTACIÓN EN EL EJERCICIO FÍSICO

1. Recomendaciones para el entrenamiento
 - Antes del entrenamiento
 - Durante el entrenamiento
 - Después del entrenamiento
2. Alimentación equilibrada
3. Dietas
 - Aumento de peso
 - Pérdida de peso
4. Complemento alimenticio

Resumen

Espacio Didáctico

SOLUCIONARIO

PARTE 3. MUSCULACIÓN Y FITNESS II

MÓDULO 8. FUNDAMENTOS DEL ENTRENAMIENTO DE MUSCULACIÓN Y FITNESS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO

1. Principios biológicos
 - Principio de unidad funcional
 - Principio de multilateralidad
 - Principio de especificidad

- Principio de individualización
 - Principio de variedad
 - Principio de progresión o carga progresiva
 - Principio de sobrecarga
 - Principio de relación entre carga-descanso
 - Principio de continuidad y repetición
2. Principios pedagógicos
 - Principio de participación activa y consciente
 - Principio de transferencia
 - Principio de periodización

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERIODIZACIÓN

1. Sesión
2. Microciclo
3. Mesociclo
4. Macrociclo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CARGA DE ENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ADAPTACIONES ORGÁNICAS

1. Leyes para la adaptación orgánica
2. Síndrome General de Adaptación
3. Ley del Umbral
4. Ley de la Sobrecompensación

UNIDAD DIDÁCTICA 5. SOBREENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DESENTRENAMIENTO

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 9. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE MUSCULACIÓN Y FITNESS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. OBJETIVOS DEL ENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA

1. Valoración preactiva
2. Valoración activa

UNIDAD DIDÁCTICA 3. IMPORTANCIA DE LA PLANIFICACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

1. Calentamiento o *warm up*
2. Parte principal
3. Vuelta a la calma o *cool-down*

Resumen
Espacio Didáctico

MÓDULO 10. FLEXIBILIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DE LA FLEXIBILIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE FLEXIBILIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENTRENAMIENTO DE FLEXIBILIDAD

1. Beneficios y objetivos
2. Métodos

Resumen
Espacio Didáctico

MÓDULO 11. FUERZA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DE LA FUERZA

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE FUERZA

1. Fuerza máxima
2. Fuerza rápida o explosiva
3. Fuerza resistencia

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENTRENAMIENTO DE FUERZA

1. Beneficios y objetivos
2. Métodos
 - Generales
 - Especiales

Resumen
Espacio Didáctico

MÓDULO 12. RESISTENCIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DE LA RESISTENCIA

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE RESISTENCIA

1. Según la musculatura implicada
2. Según la especificidad deportiva
3. Según el trabajo de la musculatura esquelética
4. Según la obtención y el consumo de energía
5. Según la duración del esfuerzo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENTRENAMIENTO DE RESISTENCIA

1. Beneficios y objetivos
2. Métodos
 - Entrenamiento LSD o long slow distance
 - Entrenamiento de ritmo/tempo
 - Entrenamiento interválico
 - Entrenamiento en circuito
 - Entrenamiento cruzado

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 13. VELOCIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DE LA VELOCIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE VELOCIDADES

1. Velocidad pura
2. Velocidad compleja

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENTRENAMIENTO DE VELOCIDAD

1. Fundamentos anatómicos y fisiológicos
 - Tipo de musculatura
 - Fuerza de la musculatura
 - Bioquímica de la musculatura
 - Elasticidad, estiramiento y relajación de la musculatura
 - Medidas antropométricas
 - Factores psicológicos
2. Beneficios y objetivos
3. Métodos
 - Velocidad de desplazamiento
 - Velocidad de reacción
 - Velocidad gestual

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 14. LESIONES DEPORTIVAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DE LAS LESIONES DEPORTIVAS

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE LESIONES

1. Lesiones musculares
2. Lesiones tendinosas
3. Lesiones articulares
4. Raquis o columna vertebral

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TRATAMIENTO

1. Hielo
2. Compresión
3. Elevación
4. Reposo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PREVENCIÓN

1. Estiramientos
2. Calentamiento
3. Entrenamiento propioceptivo
4. Entrenamiento de estabilidad del tronco y la pelvis
5. Entrenamiento excéntrico
6. Vendajes y ayudas ortopédicas
7. Otras estrategias de prevención

Resumen

Espacio Didáctico

MÓDULO 15. PRIMEROS AUXILIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PRINCIPIOS GENERALES DE LOS PRIMEROS AUXILIOS

1. Conducta PAS

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ACCIDENTES MÁS FRECUENTES

1. Caídas y golpes
2. Heridas
3. Hemorragias
4. Quemaduras
5. Accidentes eléctricos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PARADA CARDIORRESPIRATORIA (PCR)

1. Reanimación cardiopulmonar (RCP)

UNIDAD DIDÁCTICA 4. VENDAJES

1. Procedimiento para vendar

UNIDAD DIDÁCTICA 5. BOTIQUÍN

1. Contenido

Resumen

Espacio Didáctico

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA