

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
CHIHUAHUA



UNIDAD ACADÉMICA:
FACULTAD DE CIENCIAS DE
LA CULTURA FÍSICA



PROGRAMA ANALÍTICO:

Prevención y Atención de
lesiones en el Deporte
Elaboro:

M.C Ricardo Gumaro Molina
Jacquez

DES:	Salud
Programa académico	LED
Tipo de materia (Obli/Opta):	Obligatoria
Clave de la materia:	ED504
Semestre:	Quinto
Área en plan de estudios:	Específica
Total de horas por semana:	6
Teoría: Presencial o Virtual	2
Laboratorio o Taller:	4
Prácticas:	0
Trabajo extra-clase:	0
Créditos Totales:	5
Total de horas semestre (x sem):	96
Fecha de actualización:	09/08/2024
Prerrequisito (s):	

DESCRIPCIÓN:

El alumno obtendrá conocimientos y habilidades necesarios para identificar, planificar y desarrollar modelos de prevención y atención inicial, así como terapéutico, basados en la actividad física terapéutica y los primeros auxilios básicos dirigidos a personas que practican actividades físicas, deportivas y recreativas. Además de permitir al alumno participar en equipos multidisciplinarios, favoreciendo la adquisición de habilidades y actitudes que lo lleven a un óptimo desempeño profesional, fortaleciéndose en áreas de interés a desarrollar.

COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR:

B1. Excelencia y Desarrollo Humano

La excelencia educativa promueve el desarrollo humano integral con resultados tangibles obtenidos en la formación de profesionales con conciencia ética y solidaria, pensamiento crítico y creativo, así como una capacidad innovadora, productiva y emprendedora.

Se puntualiza en los aprendizajes, como referente para construir nuevas propuestas y soluciones en el marco de la innovación y pertinencia social, con matices éticos y de valores, que desde su particularidad cultural le permitan respetar la diversidad, promover la inclusión, valorar la interculturalidad.

B3. Responsabilidad Social

Asume con responsabilidad y liderazgo social los problemas más sensibles de las comunidades cercanas ante su propio contexto, con el propósito de contribuir a la conformación de una sociedad más justa, libre, incluyente y pacífica, así como al desarrollo sostenible y al cuidado del medio ambiente, en el ámbito local, regional y nacional; y a la preservación, enriquecimiento y difusión de los bienes y valores de las diversas culturas y con la internacionalización solidaria.

P6. Atención integral a la salud con sentido humano

Construye una cultura de atención integral a la salud con sentido humano desde la prevención de la enfermedad y la promoción de estilos de vida saludable, mediante el análisis de problemas y su prevalencia, a través de la colaboración inter y trans profesional para establecer programas de salud con calidad y equidad, que impacten en la calidad de vida desde el enfoque del desarrollo sostenible.

P9. Prestación de Servicios de Salud

Participa en la prestación de servicios de salud integral accesibles, asequibles y de calidad a la sociedad mediante la aplicación de métodos, técnicas y uso de herramientas tecnológicas orientadas a la operatividad de modelos de atención en todas las comunidades, interactuando de forma ética con grupos inter y trans profesionales.

E13. Ciencias aplicadas al Deporte

Integra conocimientos específicos desarrollados en las ciencias del deporte y su relación con diferentes criterios de investigación conforme a las tendencias de evaluación y enseñanza deportiva.

DOMINIOS (Se toman de las competencias)	OBJETOS DE ESTUDIO (Contenidos necesarios para desarrollar cada uno de los dominios)	RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Se plantean de los dominios y contenidos)	METODOLOGÍA (Estrategias, secuencias, recursos didácticos)	EVIDENCIAS (Productos tangibles que permiten valorar los resultados de aprendizaje)
B1.2. Propone la solución de problemas con una base interdisciplinar (científica, humanística y tecnológica). B1.8. Impulsa el desarrollo profesional continuo a lo largo de la	Objeto de estudio 1 1. Scanning deportivo y morfofuncional	Evalúa Los antecedentes morfofuncionales médicos y clínicos del deportista, también obtiene información sobre la historia médica y genética de la familia para prevenir la	Proyectos Elaboran un proyecto semestral de acuerdo con las necesidades de la institución, club o gimnasio donde van a practicar	Resumen de las exposiciones realizadas por el profesor durante la clase

vida, como un proceso flexible, adaptativo y estratégico B3.4. Combate a la ignorancia, la pseudociencia y todos aquellos prejuicios que obstaculizan la transformación de la sociedad. P6.5. Diseña programas de atención primaria a la salud de las enfermedades prevalentes y emergentes con base en la articulación de actividades de docencia, investigación y servicio, con herramientas tecnológicas disponibles.		muerte súbita del deportista. Diseña planes de evaluación morfofuncional y clínica de un deportista	Exposiciones del profesor donde se atienden las dudas que surgen durante la evaluación clínica Discusión de artículos de las diferentes pruebas de evaluación física morfofuncional y herramientas de nueva tecnología aplicadas el entrenamiento (gps)	Elaboración de ensayos Relacionados a los artículos de discusión durante la clase Entrega de prácticas por semana de por lo menos 4 horas en las instituciones correspondientes para ser evaluada la practica
P6.5. Diseña programas de atención primaria a la salud de las enfermedades prevalentes y emergentes con base en la articulación de actividades de docencia, investigación y servicio, con herramientas tecnológicas disponibles.	Objeto de estudio 2 2.- Cuerpo técnico como primer respondiente en los entrenamientos y el equipo multidisciplinario Objeto de estudio 3 3. Lesiones deportivas frecuentes en mujeres atletas Los desgarres, esguinces de tobillo y fracturas por estrés son algunas de las lesiones más comunes	Desarrollar en forma sistemática protocolos adecuados con el propósito de facilitar y racionalizar la toma de decisiones para la más adecuada identificación y atención oportuna de un grupo de condiciones clínicas. Estas guías resultan válidas en la	Debates durante la clase sobre temas de interés relacionados con protocolos de asistencia en campo de las prácticas deportivas Aprendizaje basado en problemas derivados de las prácticas	Elaboración de ensayos Relacionados a los artículos de discusión durante la clase Entrega de prácticas por semana de por lo menos 4 horas en las instituciones correspondientes para ser evaluada la practica

P10.4. Aplica la normatividad correspondiente al proceso administrativo con responsabilidad ética y empatía al considerar la importancia de su rol como profesional de la salud. E13.2. Reconoce las características biológicas y psicológicas del individuo y su relación con la práctica del deporte. E13.5. Propone una respuesta efectiva y adecuada ante una situación que ponga en riesgo la integridad del deportista	entre las mujeres atletas. Sin embargo, son las lesiones en las rodillas las que suelen causar mayor conflicto. Se estima que las mujeres tienen un riesgo cuatro veces mayor al de los hombres a sufrir este tipo de lesión. Son distintos los factores que juegan un papel en estas lesiones, pero podrían dividirse en factores hormonales, antropométricos y biomecánicos Objeto de estudio 4 Abordaje de lesiones musculares y tejidos blandos 4.1.- Tendinopatía 4.2.- Esguince 4.3.- Fracturas y luxaciones 4.4.- Inmovilización en fracturas y luxaciones	medida que su uso conduzca a una mejor calidad en la atención y la aplicación más racionales de los recursos disponibles. Valora las primeras intervenciones de los sujetos deportistas que sufren una lesión mediante análisis de mecánica lesional, signos vitales y test de capacidades físicas, analizan los resultados y da respuesta a circunstancias provenientes de la cinemática del trauma. Muchas lesiones (p. ej., fracturas, luxaciones, traumatismos de tejidos blandos, esguinces, distensiones) no son exclusivas de la práctica de deportes, sino que pueden ser el resultado de actividades que no son atléticas o a partir de accidentes. Estas lesiones se describen en otras partes de del MANUAL. Sin embargo, los atletas deben aprender cómo modificar las	deportivas, que son compartidos en clase para la mejora de estas	Elaboración de material didáctico (simulador de rcp artesanal, simulador de paquete venoso artesanal, simulador de hemorragias artesana)l
---	---	---	---	--

		técnicas erróneas que predisponen a lesiones o que se les aconseje tomar un período adecuado de descanso para recuperarse de una lesión deportiva (es decir, no trabajar a pesar del dolor).		
--	--	--	--	--

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
Acosta-Hernández, R. (2005). <i>Gestión y administración de organizaciones deportivas</i>. Barcelona: Paidotribo. Anema JR et al. (2018). American Physical Therapy Association. Barbany, J. (2003). <i>Nutrición Para La Salud, La Condición Física y El Deporte</i>. España: Paidotribo. Foster NE, (2001) <i>Guide to Physical Therapist Practice</i>. Frohner, G. 2003. <i>Alto Rendimiento, La Adaptación y La Excelencia Deportiva</i>. España: Gymnos. García, J . <i>Fisiología Del Ejercicio</i>. Argentina: Medica Panamericana. López, J. (2006). <i>Fisiología Del Ejercicio Físico y El Entrenamiento</i>. España: Paidotribo. Medina, E. (2003). <i>Esfuerzo Físico y Entrenamiento En Niños y Jóvenes</i>. España: Paidotribo. Melvin, W. (2002). Prevention and treatment of low back pain: evidencie, challenges, and promising directions. <i>The Lancet Series [Low back pain]</i> Volume 391, Issue 10137, P2368-2383. Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2007). <i>Periodización del entrenamiento deportivo</i>. Paidotribo Bosco, C. (1987). Valoraciones funcionales de la fuerza dinámica, de la fuerza explosiva y de la potencia anaeróbica aláctica con los test de Bosco. <i>Apunts Medicina del" Esport (Castellano)</i>, 24(093), 151-156	Dominio sobre: - Conocimiento previo - Conocimiento específico del área de interés - conocimiento sobre el área de prevención de lesiones en el entrenamiento 30% EXÁMENES PARCIALES Evidencia de desempeño Procedimental Dominio sobre: - Interpreta textos de los temas del curso. - Trabajo en equipo. - Identifica problemas en la evaluación de la tarea en el individuo. - Análisis de casos. - Analiza información de los temas tratados enfocados al deporte de elección. - Obtención de información útil para su desempeño. 20 % Resumen de exposiciones 10% Exposición de temas (individual) 15% Ensayo de artículo científico de prevención de lesiones en el deporte de su interés. Evidencia de desempeño Actitudinal Dominio sobre: - Tolerancia a la diversidad de pensamiento. - Respeto ante exposición de ideas. - Actitud ética en su desempeño. - Motivación por profundizar en el conocimiento. - Interés de investigar. - Puntualidad.

González, J. Y. D., & Vega, C. J. E. C. El control y la evaluación de la preparación física en el deporte contemporáneo. Lopez, J. C., & Fernandez, A. V. (2006). <i>Fisiologia del ejercicio/Physiology of Exercise</i>. Ed. Médica Panamericana.	10% Participación en clase y en debates con aportaciones de calidad. 15% Ensayo individual por objeto de estudio. Todo lo anterior es objeto de estudio. Para considerar acreditado el curso deberá cumplir con los siguientes criterios • Haber acreditado los exámenes parciales. • Haber presentado el trabajo final por objeto de estudio cumpliendo los criterios de calidad requeridos. • Haber asistido al 80% de las clases impartidas. • Haber presentado los reportes semanales en tiempo y cumpliendo los criterios de calidad solicitados. • Haber presentado tareas y trabajos Portafolio final: Entrega por definir Todos los trabajos se deben presentar en letra Arial 12, interlineado 1.5, márgenes 2.54 cm. Deberán contar con: ➤ Portada ➤ Introducción ➤ Marco teórico ➤ Justificación ➤ Análisis de datos ➤ Discusión ➤ Conclusiones ➤ Referencias consultadas con formato de la APA. Anexos 1er. parcial 30% de la calificación final. 2do. parcial 30% de la calificación final. 3er. parcial 40% de la calificación final.
--	---

CRONOGRAMA

Objetos de estudio	Semanas															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Objeto de estudio 1	x	x	x	x												
Objeto de estudio 2					x	x	x	x								
Objeto de estudio 3								x	x	x	x					
Objeto de estudio 4												x	x	x	x	x