

Guía docente

Procedimientos generales en
Fisioterapia de la actividad
física y el deporte

Máster en Fisioterapia Deportiva

Curso 2025-2026



Contenido

Contenido	1
1. ¿En qué consiste la asignatura?	2
2. ¿Qué se espera de ti?	3
3. Metodología	5
4. Sistema y criterios de evaluación.....	7
5. Cómo contactar con el profesor.....	8
Biodata del claustro.	8
6. Bibliografía	9

1. ¿En qué consiste la asignatura?

La asignatura “**Procedimientos generales en fisioterapia de la actividad física y el deporte**” forma parte del Máster Universitario en Fisioterapia Deportiva de la Universidad Alfonso X el Sabio Mare Nostrum y se imparte en el **primer cuatrimestre** del primer curso. **Tiene carácter obligatorio y una carga de 9 créditos ECTS.**

Su finalidad es dotar al estudiante de una base sólida en los procedimientos y técnicas generales que constituyen el núcleo de la práctica fisioterapéutica aplicada al ámbito de la actividad física y el deporte. A través de esta materia, el alumno adquirirá competencias esenciales para **evaluar, tratar y prevenir lesiones deportivas**, integrando tanto los procedimientos manuales como el uso de agentes físicos y otras herramientas terapéuticas.

Se trata de una asignatura clave dentro del plan de estudios, ya que permite al estudiante **comprender y aplicar los fundamentos de la fisioterapia deportiva en un contexto clínico y práctico**, estableciendo puentes con otras materias del máster como la fisioterapia avanzada, la readaptación y la medicina deportiva.

En su dimensión profesional, esta asignatura prepara al futuro fisioterapeuta para **intervenir de manera segura, eficaz y basada en la evidencia** en la atención a deportistas de diferentes disciplinas, contribuyendo tanto a la recuperación funcional como a la optimización del rendimiento y la promoción de la salud en la práctica deportiva.

Descripción de los contenidos

1. Razonamiento clínico-diagnóstico en escenarios deportivos reales y su aplicación en la toma de decisiones inmediatas o programadas.
2. Técnicas manuales para la recuperación funcional con especial énfasis en la readaptación deportiva según tipo de deporte.
3. Vendajes funcionales orientados a la protección, readaptación o prevención según gestos técnicos deportivos.
4. Estiramientos analíticos como herramienta de recuperación o mantenimiento de la movilidad del deportista.
5. Readaptación músculo-tendinosa con seguimiento fisioterápico en la progresión del retorno al deporte.
6. Electroterapia en el deporte con parámetros orientados al tratamiento de patologías deportivas específicas.
7. Trabajo propioceptivo y reeducación funcional basado en perfiles lesionales comunes según especialidad deportiva.
8. Valoraciones (Hop test, test osteopáticos, antropometría, etc) como herramientas clínicas para monitorizar progresión funcional en deportistas.
9. Sistema de evaluación FMS.
10. Dopaje y salud con implicaciones éticas y clínicas en el abordaje fisioterapéutico deportista.
11. Nutrición y alimentación en el ámbito deportivo

12. Urgencias en el deporte. Soporte vital. Atención de urgencia al deportista lesionado.
13. Cadenas musculares en el deporte
14. La fisioterapia a pie de campo
15. Gestión y funciones de una unidad de atención al deporte. Trabajo interdisciplinar en el deportista
16. Aplicación de la intervención de fisioterapia en el deporte como medio de promoción de salud y prevención de las lesiones deportivas.
17. Valoración cinética y cinemática de la marcha, carrera y salto

2. ¿Qué se espera de ti?

A través de las **unidades didácticas** de la asignatura *Procedimientos generales en fisioterapia de la actividad física y el deporte*, se pretende que desarrolles las siguientes **competencias y resultados de aprendizaje**:

Conocimientos y contenidos:

- **C2** – Conocer las diferentes estrategias que ofrece la relación paciente deportista-terapeuta.
- **C4** – Identificar las causas y mecanismos de producción de las lesiones deportivas de las diferentes disciplinas deportivas.
- **C5** – Conocer las regulaciones y estrategias para la promoción del juego limpio y lucha contra el dopaje.

Competencias específicas

- **COM1** – Analizar, sintetizar y tomar decisiones a través de casos clínicos
- **COM2** – Resolver problemas y adaptarse a nuevas situaciones individual y colectivamente.
- **COM3** – Utilizar los principios de garantía de calidad en la práctica de la profesión, conociendo los aspectos legales y éticos en el ejercicio de la actividad profesional.
- **COM4** – Diseñar un protocolo personalizado de intervención en Fisioterapia Deportiva en las diferentes patologías y situaciones clínicas, que afecten al sistema musculoesquelético derivado de una lesión deportiva.
- **COM6** – Obtener el diagnóstico fisioterapéutico especializado haciendo una exploración apropiada y adaptada a las necesidades de cada lesión y de la tipología propia de cada deportista.
- **COM7** – Desarrollar habilidades y estrategias para el trabajo en equipos multidisciplinares propios de la profesión del fisioterapeuta deportivo.

Habilidades

- **HD2** – Aplicar las diferentes técnicas avanzadas de la fisioterapia para la obtención de resultados óptimos.
- **HD3** – Planificar los objetivos de cada fase de la recuperación estableciendo criterios objetivos para su consecución.
- **HD6** – Elaborar programas de prevención y readaptación funcional y personalizada a cada deportista que permitan integrar correctos patrones de movimiento, utilizando el control motor.
- **HD7** - Adquirir habilidades para la promoción de un estilo de vida activo y saludable

Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, deberás ser capaz de:

- Conocer pautas generales de nutrición antes, durante y después de la práctica deportiva (**HD7**)
- Conocer y aplicar los procedimientos y técnicas generales de la fisioterapia aplicados en el deporte (**HD2, HD3, COM4, COM6**)
- Conocer, aplicar y saber interpretar las distintas pruebas de evaluación que le permiten reconocer las principales lesiones del ámbito deportivo susceptibles de ser tratadas mediante procedimientos y técnicas generales. (**COM6, C4**)
- Integrar la aplicación de los procedimientos y técnicas generales con el de otros abordajes terapéuticos dirigidos a la recuperación de lesiones deportivas (**COM7, HD6, COM2**)
- El estudiante es capaz de analizar y aplicar los principios de promoción de la salud (**HD7, C2**)
- El estudiante es capaz de analizar los beneficios físicos y psicológicos de diferentes tipos de actividad física, el ejercicio y el deporte identificando cualquier contraindicación (**HD7, C2**)
- El estudiante es capaz de estimar la progresión segura y óptima de la participación en diferentes tipos de actividad, integrando el conocimiento sobre el individuo considerando los principios del entrenamiento físico (**HD3, HD6, COM4**)
- Sintetizar el conocimiento fundamental en una ética de trabajo coherente enfatizando la promoción de prácticas deportivas sanas, éticas y legales y tolerancia cero al uso de sustancias prohibidas o violación de las normas y regulaciones relacionadas (**C5, COM3**).

Actitudes esperadas del estudiante

Para alcanzar los objetivos de la asignatura, será necesario que participes en los debates que proponemos, pues de esta manera, conseguirás un aprendizaje más completo y enriquecedor. No queremos alumnos pasivos que reciban una información y que la

procesen, queremos alumnos con opinión y con ganas de aprender y aportar otros puntos de vista. Para ello esperamos:

- Que participes en los foros de manera activa y aportando conocimiento y experiencias.
- Que trabajes en las actividades que te proponemos y las entregues en el plazo de tiempo estimado.
- Que seas capaz de valorar la importancia de la familia como agente educativo.
- Que comprendas la importancia de una buena relación familia-centro y cómo podemos mejorar esta relación.
- Que realices todas las consultas que necesites para entender todos los contenidos que tiene este módulo.
- Te impliques en las prácticas y sesiones aplicadas, asumiendo un papel proactivo en el aprendizaje practico.
- Desarrolles capacidad crítica para analizar casos clínicos y aplicar las técnicas mas adecuadas en cada situación.
- Mantengas un compromiso ético en la práctica profesional, fomentando valores de respeto, juego limpio y promoción de la salud.

3. Metodología

La asignatura combina la enseñanza teórica con un enfoque eminentemente práctico, favoreciendo el aprendizaje aplicado en el ámbito de la fisioterapia deportiva.

Se estructura en unidades didácticas que integran contenidos teóricos, ejercicios de autocomprobación y actividades prácticas. El proceso de aprendizaje se apoya en materiales digitales, participación en los foros y la realización de trabajos individuales y grupales.

Aquí encontrarás los materiales clave para comenzar tu proceso de aprendizaje.



La **guía docente** que presentará la asignatura y su enfoque, para que entiendas mejor los contenidos y el contexto en el que trabajaremos.

Esta asignatura se divide en **17** Unidades didácticas. Para el estudio de cada una de ellas deberás leer, estudiar y superar con éxito todos los materiales que la componen. Son los siguientes:

Contenidos teóricos y ejercicios de autocomprobación

- *Contenidos teóricos y ejercicios de autocomprobación:* en cada unidad encontrarás contenidos de carácter teórico (enriquecidos con enlaces, bibliografía y vídeos) donde el profesor explicará y aclarará partes específicas del temario.
- *Actividades de aplicación:* intercalados con el contenido teórico se incluyen foros, cuestionarios, tareas y estudios de caso que te permitirán afianzar los conocimientos aplicándolos a la práctica. Metodologías docentes empleadas
- *Lección Magistral:* explicación de los contenidos fundamentales por parte del profesor en sesiones magistrales.
- *Método del caso:* análisis de situaciones clínicas o problemas de salud concretos que requieren la aplicación del conocimiento.
- *Aprendizaje basado en problemas:* resolución de problemas complejos a partir de preguntas generadoras.
- *Aprendizaje basado en retos:* desarrollo de proyectos que plantean un desafío real relacionado con la práctica en fisioterapia.
- *Entornos de simulación:* actividades prácticas que reproducen escenarios clínicos para favorecer la toma de decisiones y la adquisición de habilidades.
- *Aprendizaje experiencial:* actividades que permiten aprender a partir de la práctica directa y la reflexión sobre la experiencia.
- *Enseñanzas de taller y habilidades instrumentales:* entrenamiento en procedimientos y técnicas básicas de fisioterapia.
- *Aprendizaje colaborativo:* dinámicas grupales que fomentan la cooperación y la construcción conjunta de conocimiento.
- Cumplir con las normas de higiene, bioseguridad y confidencialidad establecidas por la institución académica y por la práctica profesional.

Las sesiones prácticas son de carácter obligatorio y su asistencia constituye un requisito indispensable para la evaluación continua de la asignatura, dado que resultan esenciales para la adquisición de las competencias específicas previstas en el plan de estudios.

Actividades formativas

- *Sesiones magistrales - 23 horas:* para la exposición de contenidos esenciales.
- *Clases dinámicas – 22 horas:* orientadas a la participación del alumnado.
- *Actividades de talleres y/o laboratorios – 23 horas:* centradas en la adquisición de destrezas prácticas e instrumentales.
- *Elaboración de trabajos o proyectos y resolución de retos – 22 horas:* centradas en trabajos individuales o grupales donde el alumnado debe resolver retos que se puedan dar en la práctica profesional, acorde a la materia.

- *Estudio personal, resolución de casos o problemas y búsquedas bibliográficas* – **123 horas**: orientadas a la autonomía del estudiante y al desarrollo de competencias investigadoras.
- *Tutorías* - **8 horas**: seguimiento personalizado del progreso académico.
- *Pruebas de conocimiento* - **4 horas**: cuestionarios, exámenes parciales o finales para valorar la asimilación de contenidos.

4. Sistema y criterios de evaluación



Aulas UAX

En el aula virtual de la asignatura/módulo podrás consultar en detalle las actividades que debes realizar, así como las fechas de entrega, los criterios de evaluación y rúbricas de cada una de ellas.

Tu calificación final, estará en función del siguiente sistema de evaluación:

- El **50 %** de la nota será la que obtengas en la **evaluación continua**. Para ello se tendrá en cuenta:
 - La participación en foros, aportando tus puntos de vista, conocimientos y experiencias: **10 %** de la nota final.
 - Actividades individuales y/o grupales: **40 %** de la nota final.
- El examen final de la asignatura supondrá el: **50 % de la nota final**.

Sin perjuicio de que se pueda definir otra exigencia en el correspondiente programa de asignatura, con carácter general, **la falta de asistencia a más del 90% de las actividades formativas** de la asignatura, que requieran la presencia física o virtual del estudiante, tendrá como consecuencia la **pérdida del derecho a la evaluación continua** en la convocatoria ordinaria. En este caso, el examen a celebrar en el período oficial establecido por la Universidad será el único criterio de evaluación con el porcentaje que le corresponda según el programa de la asignatura.

Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura/módulo en convocatoria ordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final (media ponderada) de la asignatura y, además:

La nota media de todas las actividades en cada asignatura deberá ser igual o mayor de 5,0 sobre 10,0 para promediar con el examen. Al igual que la nota del examen deberá ser igual o mayor de 5,0 sobre 10,0 para promediar con las actividades.

Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria es necesario obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final (media ponderada) de la asignatura.

Se deben entregar las actividades no superadas en convocatoria ordinaria, tras haber recibido el *feedback* correspondiente a las mismas por parte del profesor, o bien aquellas que no fueron entregadas.

5. Cómo contactar con el profesor

Puedes ponerte en contacto con tu profesor o profesora de la asignatura, a través del **servicio de mensajería del Campus Virtual**, para lo cual deberás acceder al apartado “Mensajes” que encontrarás en la esquina superior derecha. Recibirás respuesta a la mayor brevedad posible.

Asimismo, puedes solicitar una tutoría en los días y horarios fijados en la asignatura accediendo a la Sala de tutorías.

- **Coordinador/a:** Alejandro Ibáñez Pfeifer.
- **Docentes:** Alejandro Ibáñez Pfeifer y Mario Barbara

Biodata del claustro.

Alejandro Ibáñez Pfeifer (Coordinador y docente)

Graduado en Fisioterapia por la Universidad San Pablo CEU, Máster Oficial en Fisioterapia y Readaptación en el Deporte por la Universidad Camilo José Cela y C.O. en Osteopatía por la Escuela de Osteopatía de Madrid. Posee además formación complementaria en ecografía musculoesquelética, fisioterapia invasiva, terapia fascial, neuromodulación y biomecánica aplicada al deporte, con especialización en la prevención y readaptación de lesiones en el deportista de alto rendimiento.

Entre los años 2015 y 2021 formó parte del Club Atlético de Madrid S.A.D., donde desarrolló funciones como fisioterapeuta en diferentes categorías, incluyendo el Atlético de Madrid Femenino (Primera División), el Atlético de Madrid “B” y el Juvenil A y B División de Honor, además de participar en la UEFA Youth League durante las temporadas 2019-2020 y 2020-2021. Durante este periodo adquirió amplia experiencia en el diagnóstico, tratamiento y prevención de lesiones deportivas en contextos de alta exigencia competitiva.

Posteriormente, trabajó como fisioterapeuta personal del tenista profesional Alejandro Davidovich Fokina, acompañándolo en el circuito ATP y participando en torneos internacionales como el Australian Open, US Open, Masters 1000 de Monte-Carlo y París, entre otros, desarrollando una labor integral en la planificación preventiva, recuperación funcional y optimización del rendimiento.

Desde 2024 forma parte de los servicios médicos de la Real Federación Española de Fútbol (RFEF), donde ha colaborado con la Selección Española Sub-21 Masculina y actualmente desempeña funciones como fisioterapeuta de la Selección Española Absoluta Femenina, participando en la evaluación, tratamiento, prevención y readaptación de lesiones, dentro de un equipo multidisciplinar de alto nivel.

Además, cuenta con una amplia trayectoria en el ámbito clínico, en la que ha desarrollado labor en fisioterapia, osteopatía y readaptación funcional, aplicando un enfoque integrador basado en la evidencia científica y orientado a la recuperación y optimización del movimiento en pacientes y deportistas.

Mario Barbara (docente)

Diplomado en Fisioterapia por la Universidad de Málaga. Máster en Salud Internacional por la Universidad de Málaga. Doctorando en el programa de la facultad de las ciencias de la salud, en el grupo de investigación de Biomecánica y procesos crónicos músculo esqueléticos. Experto en terapia manual Osteopática por la Universidad Garbí, Girona. Certificado de Osteopatía por la Escuela de Osteopatía de Madrid. Certificado en Functional Movement System (FMS). Profesor colaborador honorario en la universidad de Málaga. Miembro de la cátedra de salud y dolor de la facultad de ciencias de la salud de la universidad de Málaga trabaja como fisioterapeuta en Unicaja Baloncesto. Ha sido coordinador del área de salud y rendimiento de Unicaja Baloncesto. Ha trabajado en el Hospital Marítimo de Torremolinos y en el Hospital General Básico de Antequera, como fisioterapeuta.

6. Bibliografía

- Ricard F et al. (2017). *Osteopatía basada en la evidencia*
- Salom J. (2020). *Readaptación tras las lesiones deportivas*
- Bové T. (2021). *El vendaje funcional*
- Romero D, Tous J. (2011). *Prevención de lesiones en el deporte*
- Cook G. (2010) *Movement: Functional Movement Systems: Screening, assessment, corrective strategies.*
- Mueller-Wolfahrt (2013). *Terminology and classification of muscle injuries in sport: The Munich consensus statement*

