

Guía Docente

MÉTODOS INTEGRADOS EN LA RECUPERACIÓN FUNCIONAL EN EL DEPORTE

**Máster Universitario en Fisioterapia Deportiva por la
Universidad Alfonso X el Sabio Mare Nostrum**



Contenido

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

1. ¿En qué consiste la asignatura?

La asignatura: **métodos integrados en la recuperación funcional en el deporte**, es de carácter **obligatorio** y con una carga de **6 ECTS**. Se imparte en el primer cuatrimestre del máster universitario en fisioterapia deportiva, por la Universidad Alfonso X el Sabio, en el campus Mare Nostrum, en Málaga. Esta materia constituye conocimientos sobre principios biomecánicos de trabajo en suspensión aplicados a la recuperación deportiva, principios avanzados del trabajo en descarga aplicados a la recuperación deportiva, principios de la hidroterapia aplicados a la recuperación deportiva, planificación del trabajo multidisciplinar en la recuperación deportiva, nuevas tendencias, estrategias y tecnologías aplicadas en la recuperación deportiva.

Esta asignatura adquiere un papel fundamental en la formación académica del estudiante que le garantizará unas competencias necesarias en un entorno profesional-deportivo. Comprender las principales estrategias de recuperación en un equipo multidisciplinar les garantizará un correcto desarrollo profesional en entorno deportivos.

Datos básicos de la asignatura:

- Número total de créditos ECTS: 6.
- Carácter: Obligatoria.
- Idioma: español.
- Modalidad: presencial.
- Organización temporal: 1er curso, 1er cuatrimestre.

Los **contenidos** de la asignatura son los siguientes:

- Principios avanzados de trabajo en suspensión aplicados a la recuperación deportiva.
- Principios avanzados de trabajo en descarga aplicados a la recuperación deportiva.
- Principios de la hidroterapia para la recuperación deportiva.
- Planificación del trabajo multidisciplinar en la recuperación deportiva.
- Nuevas estrategias en la recuperación deportiva.
- Nuevas tecnologías aplicadas a la recuperación deportiva.

2. ¿Qué se espera de ti?

A través de las 6 unidades didácticas de la asignatura **Métodos integrados en la recuperación funcional deportiva**, se pretenden desarrollar las siguientes competencias y resultados de aprendizaje:

Conocimientos y contenidos:

- **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.
- **HD2:** Aplicar las diferentes técnicas avanzadas de la fisioterapia para la obtención de resultados óptimos.
- **HD4:** Escoger la técnica de fisioterapia en el proceso de recuperación más adaptada a cada lesión y fase evolutiva de la misma, así como dominar su aplicación.

Para alcanzar los conocimientos, competencias y habilidades de la asignatura, será necesario que participes en los debates que proponemos, pues de esta manera, conseguirás un aprendizaje más completo y enriquecedor. 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.

3. Metodología

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

Esta asignatura se divide en **6** 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:

Materiales y recursos de aprendizaje

- **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 enfermera.
- **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 enfermería.
- **Aprendizaje colaborativo:** dinámicas grupales que fomentan la cooperación y la construcción conjunta de conocimiento.

Actividades formativas

- **Sesiones magistrales- 15 horas:** para la exposición de contenidos esenciales.
- **Clases dinámicas- 15 horas:** orientadas a la participación activa del alumnado.
- **Actividades de talleres y/o laboratorios- 15 horas:** centradas en la adquisición de destrezas prácticas e instrumentales.
- **Estudio personal, resolución de casos o problemas y búsquedas bibliográficas- 15 horas, de las cuales 7h serán presenciales:** orientadas a la autonomía del estudiante y al desarrollo de competencias investigadoras.
- **Tutorías- 7 horas:** seguimiento personalizado del progreso académico.
- **Trabajo personal: 82 horas. No presencial.**
- **Pruebas de conocimiento- 3 horas:** cuestionarios, exámenes parciales o finales y resolución de casos clínicos para valorar la asimilación de contenidos.

4. Sistema de evaluación

La asignatura presenta dos tipos de evaluación:

- **Evaluación continua.** Basada en la suma y realización de actividades prácticas (SE1), actividades y desarrollo de casos clínicos y actividades de reflexión clínica en laboratorio (SE3) y pruebas de evaluación (SE2) que permitan un desarrollo y aprendizaje continuo de las competencias básicas, generales y específicas de la asignatura.
- **Evaluación (examen) ordinaria.** Un único examen marcado en el calendario oficial donde se evaluarán los conocimientos y capacitación del alumnado en un único examen. Un único examen determina el 100% de la nota.

Evaluación Continua

Tu calificación final se obtendrá en función del siguiente sistema de evaluación:

- El **40 %** de la nota será la que obtengas en la **evaluación continua**. Para ello se tendrá en cuenta:
 - **Asistencia** igual o mayor al **70%** tanto a las clases magistrales, sesiones de trabajo y sesiones de laboratorio. En todas, debe haber al menos un 70% de

asistencia. Dentro de la misma, se valorará de manera positiva participación e implicación en foros de debate, aportando tus puntos de vista, conocimientos y experiencias: **5 %** de la nota final.

- Se realizarán un total de **2 casos de simulación clínica**, cada uno de ellos corresponderá a un **15 %** de la nota. Los alumnos deberán realizar un análisis en base a un diagnóstico médico de una lesión, y en base a ello y el pronóstico de recuperación inicial, determinar aspectos claves del proceso de recuperación funcional deportivo de manera integrada. La resolución de casos clínicos se aprueban con una nota igual o superior a 5,0.
- **Actividad grupal:** corresponde al **5 %** de la nota final de la asignatura. Los alumnos deben realizar una exposición de un proceso de recuperación identificando sus fases y proponiendo las diferentes herramientas en base a los criterios de recuperación. Las actividades se aprueban con una nota mayor o igual de 5,0.
- El examen final de la asignatura supondrá el: **60 % de la nota final**. Esta nota se obtendrá de la realización de un único examen final ubicado cronológicamente en el calendario oficial del máster. El examen, será tipo test, y se supera con una nota igual o mayor de 5,0.

Evaluación (examen) en convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria el alumno deberá obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final del examen de la asignatura en la fecha marcada en el calendario oficial. Además, la nota media de todas las evaluaciones debe ser superior a 5,0.

Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria el alumno deberá obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final del examen de la asignatura en la fecha marcada en el calendario oficial.

Adaptaciones por razones de salud

Los alumnos que presenten antecedentes recientes de intervenciones quirúrgicas deberán contar con una evaluación diferenciada para la práctica, con el fin de salvaguardar su integridad física y evitar riesgos durante las actividades. Esta medida busca garantizar que los estudiantes puedan cumplir con los objetivos académicos de manera equitativa, adaptando las exigencias según sus condiciones de salud y respetando el proceso de recuperación médica que requieran.

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 o contactando directamente con el profesor por email.

El profesor titular de la asignatura es:

- **Javier Ruiz Pinedo**: coordinador de la asignatura Métodos Integrados en la Recuperación Funcional Deportiva.
Email de contacto: jpinerui@uax.es

Horarios de consultas y tutorías:

- **Javier Ruiz Pinedo**: coordinador de la asignatura Aparato Locomotor.
Email de contacto: jpinerui@uax.es
Atenderá las tutorías en días y horarios acordados con el alumno en base a la disponibilidad de ambos.

Biodata Profesores Aparato Locomotor

Javier Ruiz Pinedo (coordinador de la asignatura y docente).

Graduado en Fisioteapia por la Universidad Ramón Llull, Blanquerna, Barcelona. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por la Universidad de Granada. Máster de Tecnificación y Rendimiento Deportivo por la Universidad de Barcelona. Toda mi experiencia profesional ha estado vinculada al deporte y la salud. Mi formación profesional comienza en el Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat, y continúa en las categorías de formación y primer equipo de baloncesto del Fútbol Club Barcelona. Actualmente trabajo en Málaga, compaginando mis ambas pasiones: la parte clínica con especialización en traumatología y la parte académica de docencia universitaria. He realizado diferentes formaciones siempre orientadas al análisis de movimiento, rendimiento deportivo y readaptación de lesiones. Además, de manera eventual trabajo de manera privada con deportistas en activo.

6. Bibliografía

BÁSICA:

- Latorre PA. Recuperación deportiva: Reeducción funcional, neuromotriz y propioceptiva. Barcelona: Editorial Paidotribo; 2018.
- González-Badillo JJ, Gorostiaga E. Manual de entrenamiento funcional. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2015.
- Boyle M. Entrenamiento funcional para transformar todo el cuerpo. Barcelona: Paidotribo; 2016.
- Joyce D, Lewindon D. Sports injury prevention and rehabilitation: Integrating medicine and science for performance solutions. London: Routledge; 2015.
- Prentice WE. Rehabilitation of musculoskeletal injuries. 4th ed. Champaign: Human Kinetics; 2015.

- Bleakley C, MacAuley D, eds. ABC of sports and exercise medicine. 4th ed. Oxford: Wiley-Blackwell; 2015.
- González J, Robles J, editores. Readaptación tras las lesiones deportivas: Un tratamiento multidisciplinar basado en la evidencia. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2020.

ESPECÍFICA:

- Low J, Reed A, Barnett J. Exercise therapy in the management of musculoskeletal disorders. Oxford: Wiley-Blackwell; 2018.
- Prill R, Ma CB, Wong SE, et al. The formal EU-US Meniscus Rehabilitation 2024 Consensus: Part II — Prevention, non-operative treatment and return to sport. Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc. 2025;33(8):3014-24.
- Bsoul N, Ning L, Cai L, et al. Evidence-based clinical practice guidelines for the management of acute ankle injuries: a PRISMA systematic review and quality appraisal with AGREE II. BMC Musculoskelet Disord. 2024;25:523.
- Italian Society of Sports Traumatology. Muscle injury in the athlete: The Italian consensus conference guidelines. Cham: Springer; 2018.
- Caparrós T, Pujol M, Salas C. General guidelines in the rehabilitation process for return to training after a sports injury. Apunts Sports Med. 2017;52(196):167-72.
- Servicios Médicos del FC Barcelona. Guía de práctica clínica de las lesiones musculares. Epidemiología, diagnóstico, tratamiento y prevención. Versión 4.5 (9 de febrero de 2009). Apunts Sports Med. 2009;44(164):179–203.
- FC Barcelona. Muscle Injuries Clinical Guide 3.0. Barcelona: FC Barcelona / Barça Innovation Hub.
- FC Barcelona. Guía de práctica clínica de las tendinopatías (Tendon Injury Guide). Barcelona: FC Barcelona; 2020.
- Kotsifaki R, Korakakis V, King E, et al. Aspetar clinical practice guideline on rehabilitation after anterior cruciate ligament reconstruction. Br J Sports Med. 2023;57(9):500–14.

- Aspetar. Aspetar Hamstring Protocol. Barcelona/Doha: Aspetar; [fecha de publicación en página]. Disponible en: Aspetar Hamstring Protocol.
- Aspetar. Rehabilitation and return to sport after hamstring injury. Aspetar Journal.
- Aspetar. Acute adductor (groin) injuries — Treatment protocol (Aspetar Adductor Protocol). Aspetar.
- Aspetar. Ankle ligament injury: Conservative treatment. Aspetar Journal. 2014 (article/protocol).
- Aspetar Clinical Guideline and Pathway Committee. Aspetar Clinical Guideline — Safe return to sport during the COVID-19 pandemic. Aspetar; Jun 2020. (Aspetar Clinical Guideline v2.0 — Safe Return to Sport).

