

# Lesiones Deportivas y Primeros Auxilios

## Modalidad:

e-learning con una duración 56 horas

## Objetivos:

Estudiar los factores de riesgo que aumentan la frecuencia de aparición de lesiones deportivas, analizar los distintos tipos de lesiones deportivas, conocer los tratamientos existentes para las lesiones deportivas, y aplicar adecuadamente las distintas actuaciones de primeros auxilios que han de llevarse a cabo en diferentes situaciones.

## Contenidos:

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. EXPLORACIÓN Y TÉCNICAS BÁSICAS

La exploración  
Técnicas básicas en fisioterapia  
Otras técnicas

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. TÉCNICAS ESPECIALES I

Actividades de la vida diaria  
Técnica Alexander  
Biofeedback  
Concepto Bobath  
Enfermedades funcionales del aparato motor según Brügger  
Ejercitación del tronco según Brunkow  
Terapia craneosacral  
Cyriax  
Eutonía según G. Alexander  
Feldenkrais

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS ESPECIALES II

Relajación muscular progresiva de Jacobson  
Cinemática funcional de Klein Vogelbach  
Maitland  
McKenzie  
Terapia manual ortopédica  
Facilitación neuromuscular propioceptiva (FNP)  
Psicomotricidad  
Educación de la espalda  
Terapia resolutive de Schaarschuch - Haase  
Barra de suspensión o jaula de Rocher  
Terapia tridimensional de la escoliosis  
Equitación terapéutica  
Vojta

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. TERAPIA MASAJÍSTICA Y DE ZONAS REFLEJAS

Fundamentos de la terapia masajística  
Tipos de masaje

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDROTERAPIA, TERMOTERAPIA Y CRIOTERAPIA

Hidroterapia  
Termoterapia  
Crioterapia

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. MOVILIZACIONES

Movimiento  
La parada  
Movimiento y parada

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. TECNOLOGÍA SANITARIA

Laserterapia  
Electroterapia  
Ultrasonido  
Magnetoterapia

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. GENERALIDADES

Concepto de primeros auxilios  
Principios de actuación en primeros auxilios  
Terminología clínica  
Valoración del estado del accidentado: valoración primaria y secundaria  
Contenido básico del botiquín de urgencias  
Legislación en primeros auxilios  
Conocer o identificar las lesiones  
Recursos necesarios y disponibles  
Fases de la intervención sanitaria en emergencia  
Exploración de la víctima

## UNIDAD DIDÁCTICA 9. ANATOMÍA BÁSICA

Sistema óseo  
Sistema digestivo  
Sistema respiratorio  
Sistema circulatorio

## UNIDAD DIDÁCTICA 10. SOPORTE VITAL BÁSICO

Introducción  
Toma de constantes vitales  
Secuencia en la RCP básica  
Posición Lateral de Seguridad  
Maniobras de resucitación cardiopulmonar  
Protocolo de soporte vital básico

## UNIDAD DIDÁCTICA 11. VENDAJES

Introducción  
Tipos de vendas  
Tipos de vendajes  
Normas generales para la realización de vendajes