

La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



# 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



La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



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



La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



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

