

**FITXA IDENTIFICATIVA****Dades de l'Assignatura**

| | |
|----------------------|---------------------|
| Codi | 34344 |
| Nom | Podologia esportiva |
| Cicle | Grau |
| Crèdits ECTS | 4.5 |
| Curs acadèmic | 2022 - 2023 |

Titulació/titulacions

| Titulació | Centre | Curs | Període |
|--------------------------|-----------------------------------|-------------|--------------------|
| 1208 - Grau de Podologia | Facultat d'Infermeria i Podologia | 2 | Segon quadrimestre |

Matèries

| Titulació | Matèria | Caràcter |
|--------------------------|----------------|-----------------|
| 1208 - Grau de Podologia | 13 - | Obligatòria |

Coordinació

| Nom | Departament |
|-----------------------|--------------------|
| CARBONELL JOSE, LUCÍA | 125 - Infermeria |
| JORDA VALLES, ADRIAN | 125 - Infermeria |

RESUM

L'assignatura de "Podologia Esportiva"(cod 34344) és una assignatura de caràcter obligatori, que s'imparteix en el segon curs de la titulació de Grau de Podologia.

Aquesta assignatura, cobra especial importància en la societat actual, submergida en processos de canvis tant educatius com culturals. És de sobres conegut per tots, els beneficis de la pràctica esportiva per a la salut, tant com per millor la forma física, com per reduir diferents malalties comunes com ara la hipertensió arterial, diabetis mellitus no insulino dependents, ansietat ... per tant el cura de l'esportista cobra una rellevada importància, ja sigui esportista d'elit, habitual, geriàtric, etc.



Qualsevol esportista té dret que la seva salut i seguretat tinguin una màxima prioritat en tot moment. Per tant el podòleg / a com membre de l'equip multidisciplinari de salut, ha de ser coneixedor de tots els processos que l'impliquen en el diagnòstic, prevenció i tractament del membre inferior de l'esportista. Per això, l'assignatura de podologia esportiva pretén donar una visió global, tant de la biomecànica dels principals esports, així com les seves lesions, exploració podològica de l'esportista, i tractaments, etc.

L'assignatura té un caràcter mixt teòric-pràctic, de manera que als coneixements teòrics que siguin susceptibles d'una aplicació pràctica, tindran la seva pràctica clínica específica dins del programa de pràctiques de l'assignatura.

CONEIXEMENTS PREVIS

Relació amb altres assignatures de la mateixa titulació

No heu especificat les restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

Altres tipus de requisits

És recomanable que l'alumnat hagi superat les assignatures de Podologia General, i Biomecànica i patomecànica del membre inferior i Patologia Podològica, pel fet que el temari conté biomecànica dels diferents esports i lesions associades.

COMPETÈNCIES

1208 - Grau de Podologia

- Conocer las patologías relacionadas con la práctica deportiva.
- Obtener habilidades en la exploración y realización de tratamientos en las patologías relacionadas con el deporte.

RESULTATS DE L'APRENTATGE

Els **objectius** que els / les alumnes seran capaços d'assimilar durant l'estudi de l'assignatura de Podologia Esportiva són els següents:



1. Els estudiants, seran capaços de conèixer l'àmbit de la Podologia Esportiva, i les funcions del podòleg / a dins el món esportiu.
2. Seran capaços de conèixer i identificar la importància del peu en l'esport, les característiques de cada tipus d'esportista, i els factors desencadenants de les lesions esportives, ja sigui a causa d'un mal entrenament, alimentació, o qualsevol altre tipus.
3. Seran capaços de comprendre l'ús racional i la importància de la recollida de dades, el maneig i fonamentació de la història clínica podològica enfocat a l'esportista, basat en els principis assistencials d'ètica i moral, les obligacions deontològiques i en la qualitat assistencial.
4. Les / els estudiants seran capaços de dominar les tècniques i mètodes d'exploració clínica articular muscular i neurològica de les diferents zones anatòmiques. Prestant especial atenció als grups musculars i articulacions que resideixen a l'extremitat inferior.
5. Els alumnes seran capaços de realitzar i identificar les patologies relacionades amb l'esport, a més de conèixer la biomecànica dels esports més importants del panorama actual.
6. L'alumne / a serà capaç de saber aplicar i tractar mitjançant mètodes ortopodològics i altres tècniques alternatives les lesions dels esportistes, a més de prevenir les patologies i millorar el rendiment de l'esportista des de la salut podològica.
7. Les / els alumnes hauran de ser capaços d'analitzar i recomanar el calçat esportiu específic per a cada esport.

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Fonaments de l'esport (TEMES 1-2-3-4-5)..

La unitat didàctica un compta amb un total de 5 temes que es desenvolupen i consisteix en una introducció al món de l'esport i als seus usuaris, tant a les necessitats nutricionals, com d'entrenament i els diferents tipus d'esportistes, els seus objectius són els següents:

Conèixer el món de l'esport, la seva història i els beneficis per a la salut, així com la importància del peu en l'esport.

Conèixer la preparació de l'entrenament, la nutrició de l'esportista i la psicologia de l'esport. Tot això fonamental per poder fer una bona valoració de l'esportista quan arribi a la nostra consulta.

Conèixer les diferents activitats segons l'edat del pacient pel que fa a la salut i al gènere.

Conèixer i valorar la importància de l'aparició de la dona en el món de l'esport.

El temari és el següent:



- Tema 1: Introducció a la podologia esportiva.
Tema 2: Fisiologia de l'Esport
Tema 3: La nutrició i psicologia de l'esportista
Tema 4: Tipus d'esportistes
Tema 5: L'esport i la dona.

2. Història clínica en Podologia Esportiva(TEMES 6-7)..

En aquesta unitat didàctica consta d'un total de dues. Els objectius d'aquesta unitat didàctica són els següents:

- Conèixer quina és la història clínica que s'utilitza en podologia esportiva.
- Conèixer i obtenir les pautes bàsiques per realitzar l'exploració d'un pacient esportista.

Els temes són els següents:

- Tema 6: Història clínica de Podologia Esportiva
- Tema 7: Exploració en Podologia Esportiva

3. Biomecànica esportiva (TEMES 8-9-10-11-12)..

Aquesta unitat temàtica té un total de 5 temes, és una unitat més específica quant a l'assignatura, i s'emfatitza més en la biomecànica dels diferents esports. Els objectius d'aquesta unitat didàctica són els següents:

- Conèixer i desenvolupar la biomecànica pertanyent a la carrera i al salt.
- Conèixer la biomecànica del ciclisme.
- Conèixer la biomecànica diferents esports com són, el futbol, senderisme, tennis, ciclisme, bàsquet i esports de contacte.
- Conèixer i saber les característiques de les superfícies on es realitzen els principals esports.

Els temes són els següents:

- Tema 8: Cinesiología del moviment
- Tema 9: Biomecànica de la carrera i el salt
- Tema 10: Biomecànica del ciclisme.
- Tema 11: Biomecànica del gest esportiu.
- Tema 12: Paviments esportius.

4. Lesions esportives (TEMAS 14-15-16-17)

Durant la unitat didàctica 4 es despleguen un total de 5 temes, s'especifiquen les lesions més freqüents a causa de la pràctica esportiva, ja sigui lesió de tipus muscular, tendinosa o fractura, o simplement lesions cutànies. A més comporta una pràctica de laboratori durant la unitat, que seria la continuïtat de la pràctica de laboratori 4. Els objectius d'aquesta unitat són els següents:

- Conèixer quines són les lesions cutànies més freqüents resultat de la pràctica de diferents esports.
- Conèixer i saber diagnosticar les lesions musculars més freqüents resultat de la pràctica esportiva.
- Conèixer les lesions Osees més freqüents de la pràctica esportiva i el seu tractament
- Conèixer les lesions articulars més freqüents.
- Conèixer i diferenciar les lesions de les diferents estructures del membre inferior.

Els temes són els següents:



Tema 13: Patologia lumbar

Tema 14: Lesions de maluc cuixa i pelvis

Tema 15: Lesions de genoll

Tema 16: Lesions del peu

Tema 17: Lesions traumàtiques específiques de diferents disciplines esportives

5. El calçat esportiu (TEMES 18-19)..

La unitat didàctica 5 té com a finalitat l'estudi i coneixement dels diferents tipus de calçats esportius existents per a les diferents modalitats esportives. Consta d'un total de 2 temes. Els objectius d'aquesta unitat són els següents:

Conèixer les característiques generals del calçat esportiu

Conèixer les diferents característiques dels calçats esportius en les diferents modalitats de pràctica esportiva.

Conèixer les característiques del mitjà tècnic esportiu.

Tema 18: Característiques del calçat esportiu

Tema 19: El mitjà tècnic esportiu i el calçat de nova generació.

6. Tractaments podològics en l'esport (TEMES 20-21-22-23-24)...

Aquesta unitat, compta amb un total de 5 temes, s'hi tractaran els diferents procediments d'actuació davant lesions d'índole esportiu, des de procediments d'ortopodologia, passant per diferents embenats, i abordant un altre tema sobre infiltracions. Els objectius de la unitat didàctica 4 són els següents:

Conèixer i saber diferenciar els materials utilitzats per a tractaments dels esportistes

Conèixer i saber aplicar tractaments per a diferents patologies.

Conèixer les funcions dels diferents tractaments d'embenats que existeixen actualment i les tècniques.

Conèixer les possibilitats i les diferents infiltracions possibles en els esportistes

Tema 20: Ortopodologia esportiva

Tema 21: L'embenat neuromuscular en podologia

Tema 22: L'embenat funcional en podologia

7. Prácticas de Laboratorio (total de 5 prácticas de 2 horas)..

1. Exploració biomecànica en podologia esportiva.

2. Lembenatge neuromuscular en podologia.

3. Lembenatge funcional en podologia.

4. Podologia i triatló.

5. Realització d'examen pràctic.

**VOLUM DE TREBALL**

| ACTIVITAT | Hores | % Presencial |
|---|---------------|--------------|
| Classes de teoria | 40,50 | 100 |
| Pràctiques en laboratori | 15,00 | 100 |
| Pràctiques en aula | 10,00 | 100 |
| Tutories reglades | 2,00 | 100 |
| Estudi i treball autònom | 27,00 | 0 |
| Preparació de classes de teoria | 10,00 | 0 |
| Preparació de classes pràctiques i de problemes | 8,00 | 0 |
| TOTAL | 112,50 | |

METODOLOGIA DOCENT

Continguts teòrics

Per a impartir els continguts teòrics utilitzarem el mètode expositiu, amb el suport de mitjans audiovisuals, utilitzant diapositives i facilitant la participació activa de l'estudiant. Les diapositives corresponents de cadatema estaran a la disposició de l'estudiantat a l'aula virtual. Durant la primera classe de l'assignatura, s'explicarà de manera breu totes aquestes qüestions que són de vital importància per als alumnes/as. Abans de començar cada unitat temàtica, s'explicarà breument els objectius de la unitat, així com, quan comence i finalitze un tema es realitzaran les preguntes oportunes, i s'especificaran els continguts de les classes, i la seua seqüenciació temporal. Cada dos temes, aproximadament, es realitzaran «Quizzes» o «One minut Paper», amb l'objectiu que produïsquen un feedback immediat sobre la comprensió de la classe.

Pràctiques de Laboratori (L) i Pràctiques d'aula (P)

Veure apartat de continguts.

AVALUACIÓ

Per a valorar el resultat final del procés formatiu es realitzaran dos exàmens, un teòric i un altre pràctic.



La prova d'avaluació dels continguts teòrics consistirà en una prova escrita de 50 preguntes tipus test, amb un total de 5 possibles respostes. Cada tres preguntes mal contestades restarà una bé.

Per a valorar l'aprenentatge dels continguts pràctics, es realitzarà un examen en el qual, l'alumnat haurà de demostrar que coneix la tècnica que se'ls pregunta, des d'exploració d'una maniobra a realització de la tècnica d'un embenatge neuromuscular o funcional, presa de motles. . .

La prova escrita es realitzarà dins de les dates oficials d'exàmens (segons OCA), i la prova pràctica els últims dies de pràctiques.

La nota mínima exigida per a poder ponderar amb la resta de proves serà de 5 sobre 10.

La qualificació final s'obtindrà tenint en compte tres tipus d'activitats realitzades per l'estudiant:• Resultat de la prova escrita (70%)• Resultat de la prova pràctica (30%)En el cas de suspendre alguna de les parts, a l'acta apareixerà la nota per la qual s'ha suspès.

En cas de suspendre la part pràctica, el dia de l'examen teòric de segona convocatòria, una vegada finalitzat aquest, se li donarà l'oportunitat a l'alumne de recuperar l'examen pràctic.

REFERÈNCIES

Bàsiques

- Moreno de la Fuente, JI. Podología deportiva. Ed. Masson. 2005.
- Bové T, El Vendaje funcional. Editorial Harcourt. 2000.
- Sherry E, Wilson F. Manual Oxford de Medicina Deportiva. Editorial Paidotribo. 2002
- Guillén Álvarez, ML. Podología deportiva. Editorial Interamericana Mcgraw Hill. 1991.
- Gutiérrez Dávila, Marcos. Biomecánica Deportiva Editorial Síntesis. 1998
- Dueñas L, Balasch M, Espí G.V. Tecnicas y nuevas aplicaciones del Vendaje neuromuscular. Letterabooks. Bilbao 2010