



**INSTITUTO TECNOLÓGICO NACIONAL DE CIENCIAS
DEPORTIVAS Y TERAPÉUTICAS**

TEMARIO DEL TALLER DE:
“LESIONES DEPORTIVAS”.

LESIONES DEPORTIVAS.



INTRODUCCIÓN

Taller dirigido a terapeutas naturista, médicos, enfermeras, terapeutas holísticos, entrenadores físico-deportivos y toda aquella persona interesada en la promoción de la salud, en donde podrán adquirir los conocimientos básicos sobre la evaluación y tratamiento general de las lesiones deportivas más comunes.

OBJETIVOS ACADÉMICOS

- El alumno podrá identificar las lesiones deportivas que tienen mayor incidencia sobre las personas y deportistas que modifican la biomecánica corporal, dando como resultado las patologías de estas. Podrá también realizar el diagnóstico más correcto para cada tipo de lesión, así como su posible tratamiento.

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

- Aprenderá a identificar las anomalías que se presenten durante la práctica deportiva.
- Practicará lo aprendido en clase.

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJES

Examen escrito	30%
Examen práctico	70%

MODALIDAD: TALLER		NOMBRE: LESIONES DEPORTIVAS.
No.	CONTENIDOS	CARGA HORARIA
1 1.1 1.2 1.3 1.4 1.5	Introducción a las Lesiones Deportivas. ¿Qué es una lesión física? Cinemática de las lesiones. Aplicación de la Biomecánica en las lesiones deportivas. Aplicación de la Kinesiología en las lesiones deportivas. ¿Qué es traumatismo?	1.0
2 2.1 2.2 2.3 2.4	Lesiones y tratamiento. ¿Qué es un esguince y sus tipos? ¿Qué es una contusión y sus tipos? ¿Qué es una fractura y sus tipos? ¿Qué es una lesión muscular y sus tipos?	2.0
3 3.1 3.2 3.3	Tipos de lesiones, atención primaria y primeros auxilios. Lesiones agudas y crónicas. Atención primaria y sus características. Primeros auxilios.	1.0
4 4.1	Terapia física. Técnicas de Evaluación. Profesionales terapéuticos.	1.0
Horas Totales		5.0