

PLAN DOCENTE DE LA ASIGNATURA

Podología deportiva

Curso académico: 2016-2017

Identificación y características de la asignatura					
Código	501810			Créditos ECTS	6
Denominación (español)	Podología Deportiva				
Denominación (inglés)	Sports Podiatry				
Titulaciones	Grado en Podología				
Centro	Centro Universitario de Plasencia				
Semestre	5º	Carácter	Obligatorio		
Módulo	Patología Podológica. Tratamientos ortopodológicos, físicos y farmacológicos				
Materia	Podología Deportiva				
Profesor/es					
Nombre	Despacho	Correo-e	Página web		
Dra. Elena Escamilla Martínez Diplomada en Podología	248	escaelen@unex.es			
Juan Francisco Morán Cortés Graduado en Enfermería	244	juanfmoran@unex.es			
Área de conocimiento	Enfermería				
Departamento	Enfermería				
Profesor coordinador	Dra. Elena Escamilla Martínez				
Competencias					
OBJETIVOS					
<p>Los objetivos generales que pretendemos conseguir en esta asignatura por parte del alumno son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer la pauta exploratoria a seguir con un deportista. • Adquirir los conocimientos necesarios para identificar patologías en el deportista, y aplicar los tratamientos ortopodológicos necesarios para que la práctica deportiva, pueda continuar desarrollándose con normalidad. • Aprender a relacionar la biomecánica y el gesto deportivo, con la patología característica que puede derivarse. • Analizar correctamente los diversos tipos de calzado en cada deporte, con el fin de adquirir conocimientos suficientes para su recomendación. • Englobar la Podología deportiva dentro de un área extensa de Medicina deportiva, 					

entendiendo al deportista como un paciente que necesitará en ocasiones de una ayuda interdisciplinar.

- Conocer otras alternativas de tratamiento en el deportista, como la homeopatía, osteopatía, masoterapia y fisioterapia del pie.

COMPETENCIAS TRANSVERSALES

CT3. Reunir e interpretar datos relevantes para emitir juicios.

CT5. Desarrollar habilidades para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

CTI5. Conocimientos de informática relativos al ámbito de estudio

CTI7. Resolución de problemas

CTP2. Trabajo en un equipo de carácter interdisciplinar

CTS1. Aprendizaje autónomo

CTS7. Motivación por la calidad

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

CE36: Conocer y aplicar los procesos patológicos del pie y generales con repercusión podológica.

CE39: Conocer y desarrollar las técnicas de exploración, para emitir un diagnóstico y pronóstico, y diseñar el plan de tratamiento ortopodológico

CE70: Conocer las patologías de pie y extremidad inferior asociadas a la práctica deportiva y aplicar maniobras específicas para diagnosticarlas y realizar un plan de tratamiento específico para el paciente deportista.

Contenidos

Breve descripción del contenido

Exploración y diagnóstico de las patologías relacionadas con el deporte. Biomecánica deportiva. Aplicación del tratamiento ortoprotésico y otras alternativas de tratamiento en deportistas. Análisis y recomendaciones del calzado deportivo. Pruebas complementarias, nuevas tecnologías y abordaje multidisciplinar del deportista. Prevención de patologías y mejora del rendimiento deportivo desde la salud podológica.

Temario de la asignatura

Denominación del tema 1: **Introducción**

Contenidos del tema 1:

1. Introducción a la práctica deportiva
2. Exploración general del deportista.
3. Exploración podológica del deportista.
4. Unidad de Podología Deportiva de la Uex.
5. Fisiología del deporte: sesión deportiva

Denominación del tema 2: **Patología partes blandas en el deporte**

Contenidos del tema 2:

6. Lesiones musculares: roturas, contusión, hernia, contractura, agujetas.
7. Lesiones tendinosas: desgarro, arrancamiento, ruptura, tendinitis.

Denominación del tema 3: **Patología lumbar en el deporte**

Contenidos del tema 3:

8. Valoración lesiones. Espondilolisis y espondilolistesis.
9. Espondiloartrosis lumbar.
10. Lumbalgia discogénica.
11. Hiperlordosis y distensión lumbar.

Denominación del tema 4: **Patología en pelvis, cadera y muslo.**

Contenidos del tema 4:

12. Distensión muscular. Osteítis púbica. Síndrome compartimental.

Denominación del tema 5: **La rodilla en el deporte.**

Contenidos del tema 5:

13. Patología meniscal. Patología ligamentosa.
14. Patología muscular y tendinosa.
15. Patología rotuliana.

Denominación del tema 6: **Patología de la pierna.**

Contenidos del tema 6:

16. Fracturas por estrés.
17. Periostitis tibial.

Denominación del tema 7: **Lesiones más frecuentes en el pie y tobillo del deportista.**

Contenidos del tema 7:

18. Fascitis plantar
19. Sesamoiditis
20. Esguinces
21. Tendinopatía aquilea

Denominación del tema 8: **Estudio minucioso del calzado deportivo.**

Contenidos del tema 8:

- 22. Características generales del calzado deportivo
- 23. Calzado en distintas modalidades deportivas
- 24. Calcetín técnico deportivo
- 25. Calzado deportivo y marketing. Criterios biomecánicos en distintos tipos de calzado deportivo.

Denominación del tema 9: **Terapéutica deportiva.**

Contenidos del tema 9:

- 26. Masoterapia (Fricción transversa profunda)
- 27. Homeopatía en el deporte
- 28. Tratamientos ortopodológicos y ortoprotésicos específicos en el deportista
- 29. Higiene postural en el deporte.
- 30. Terapéutica mediante el ejercicio físico.

CONTENIDO PRÁCTICO:

1. Terapia mediante estiramientos/ejercicios extremidades inferiores.*
2. Exploración al deportista*.
3. Análisis de casos clínicos*Calzado deportivo.
4. Estudio técnico de la carrera de fondo.*

* Los anteriores contenidos prácticos se podrán abordar con pacientes reales en la Clínica Podológica, según las necesidades del profesorado. También con pacientes en otras instalaciones de la ciudad.

Actividades formativas

Horas de trabajo del alumno por tema		Presencial		Actividad de seguimiento	No presencial
Tema	Total	GG	SL	TP	EP
1	10	5	-	-	5
Seminario nº 1	7	-	4	-	3
2	8	3	-	-	5
3	10	4	-	-	6
Seminario nº 2	6	-	3	-	3
4	9	4			5
Seminario nº 3	9	-	3	3	3
5	10	4		-	6
6	5	2		-	3
Seminario nº 4	5	-	3	-	2
7	12	5		-	7
8	9	4		-	5

9	15	7		-	8
Examen de certificación	33	3		-	30
Realización Trabajo/s	2				2
Evaluación del conjunto	150	40	13	3	94

GG: Grupo Grande (100 estudiantes).

SL: Seminario/Laboratorio (prácticas clínicas hospitalarias = 7 estudiantes; prácticas laboratorio o campo = 15; prácticas sala ordenador o laboratorio de idiomas = 30, clases problemas o seminarios o casos prácticos = 40).

TP: Tutorías Programadas (seguimiento docente, tipo tutorías ECTS).

EP: Estudio personal, trabajos individuales o en grupo, y lectura de bibliografía.

Metodologías docentes

Grupo Grande:

Los profesores utilizarán la metodología expositiva magistral como herramienta básica. También se harán debates dirigidos sobre distintos temas a tratar, en los que se fomentará que el alumno forme opiniones personales al respecto.

Se resolverán ejercicios prácticos en el aula consolidando distintos aspectos teóricos.

Se utilizarán como apoyo medios de proyección (cañón) y aula de informática.

Está prohibido el uso de móvil durante el transcurso de las clases teóricas.

Seminario-laboratorio:

Breve actividad expositiva introductoria para cada seminario. Posteriormente, se explicará el funcionamiento específico de la maquinaria a emplear (si procede), prestando especial atención a su correcto uso. La realización de las prácticas seguirá un protocolo establecido (prácticas exploratorias por parejas), tras el cual se podrá pasar a la resolución de problemas o casos clínicos propuestos por los profesores.

En caso de realizarse las prácticas en la Clínica Podológica de la Uex, los casos clínicos serán pacientes reales, donde se aplicará el protocolo de exploración y terapéutico oportuno. En este caso, será **obligatorio acudir con el uniforme de prácticas y zueco sanitario cerrado que no deberá usarse nada más que en las instalaciones de la clínica. Se penalizará al alumno que venga con el uniforme puesto desde su casa. Además, está prohibido el uso de móvil durante las prácticas. El alumno deberá respetar la normativa de la clínica**, acudiendo a sus prácticas aseados, con el pelo recogido, uñas cortas y anillos, pulseras o relojes especialmente.

Podrán realizarse seminarios en instalaciones externas al Centro (gimnasios, institutos...)

Trabajo autónomo:

Estudio y trabajo de los contenidos teóricos por parte de los alumnos.

Trabajos en grupo e individuales sobre distintos apartados teóricos.

Consolidación de conocimientos teórico-prácticos adquiridos en asignaturas anteriores.

Resultados de aprendizaje

Al finalizar esta materia el alumno sabrá reconocer y diagnosticar las patologías

relacionadas con el deporte, así como la biomecánica relacionada con las principales actividades deportivas. El alumno sabrá realizar un plan terapéutico (ortesis, calzado, etc) al deportista con alteraciones podológicas o de la extremidad inferior.

Sistemas de evaluación

Las actividades de **grupo grande** (clases teóricas) se evaluarán mediante prueba semiobjetiva con preguntas cortas. Esta prueba tendrá un valor del 60% de la nota final.

El trabajo/s que se pedirá al alumno para la evaluación del **trabajo autónomo** tendrá/n un valor del 10% de la nota final. En caso de pedirse más de un trabajo, se hará media de las calificaciones obtenidas.

Los ítems a valorar en cada trabajo, puntuarán de la siguiente forma:

- Claridad en la exposición: 20%
- Adecuación de los contenidos: 40%
- Presentación y ortografía: 10%
- Capacidad de síntesis: 10%
- Aportaciones personales: 10%

Las competencias adquiridas con los **seminarios-laboratorios**, tendrán un valor del 30% de la nota final, evaluándose: 10% evaluación continuada en las prácticas (se especificará al comienzo de curso el diseño de esta evaluación), y 20% de forma escrita pidiéndose una resolución de caso clínico y/o cuestiones relacionadas con el temario práctico. SE PENALIZARÁ (restando 0,5 puntos en este apartado) al alumno que:

1. No siga la normativa de la clínica. (es obligatorio su cumplimiento y lectura)
2. Venga con el uniforme puesto desde casa.
3. Use el móvil tanto en las clases teóricas como en las prácticas
4. No guarde el debido respeto hacia el profesor, compañeros y pacientes.

Se aplicará el sistema de calificaciones vigente en cada momento; actualmente, el que aparece en el RD 1125/2003, artículo 5º. Los resultados obtenidos por el alumno en cada una de las materias del plan de estudios se calificarán en función de la siguiente escala numérica de 0 a 10, con expresión de un decimal, a la que podrá añadirse su correspondiente calificación cualitativa: 0 - 4,9: Suspenso (SS), 5,0 - 6,9: Aprobado (AP), 7,0 - 8,9: Notable (NT), 9,0 - 10: Sobresaliente (SB). La mención de Matrícula de Honor podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9.0.

Bibliografía básica y complementaria

Libros:

- Anderson, Bob. "Como rejuvenecer el cuerpo estirándose". Editorial Integral. 1980
- Araolaza, Juan José et al. "Cómo disfrutar de las marchas de larga duración". Editorial Aralarko Adistideak. 1995.
- Boigey, Maurice. "Manual de masaje". Editorial Masson. 1979
- Busquet, L. Las cadenas musculares. Tomo IV. Editorial paidotribo. 2007.
- Brunet.Guedj, Elisabeth. "Medicina del deporte" Editorial Masson. 1997.
- Canamasas Ibáñez, Sebastián. "Técnicas manuales: masoterapia" Editorial Masson-Salvat. 1993

- Daniels-Worthingham J. "Pruebas funcionales musculares" Editorial Marban. 1999
- Eberhart Laubender. "Homeopatía y lesiones deportivas" Editorial Paidotribo. 1996.
- El deporte y la actividad física en el aparato locomotor. Tomos I y II. Colección monografías médico-quirúrgicas del aparato locomotor. Editorial Masson. 2002.
- Escobar, E. La rodilla en el deporte. Editorial Gymnos. 1997.
- Esnault, Michèle. "Stretching (estiramientos miotendinosos) Automantenimiento muscular y articular" Editorial Masson. 1999.
- Gutiérrez Dávila, Marcos. "Biomecánica Deportiva" Editorial Síntesis. 1998.
- Guillén Álvarez, ML. "Podología deportiva". Editorial Interamericana McGraw Hill. 1991.
- Hunter, Skip. "Foot Orthotics in therapy and sport" Ed human kinetics. 1995.
- Izquierdo, M. Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte. Ed. Panamericana. 2008.
- Jahss, Melvin H. "Disorders of the foot and ankle" W.B.Saunders Company. 1991
- Kapandji, A.I. "Fisiología articular" Editorial Panamericana. Volumen 2. Miembro inferior. 1999.
- López-Rodríguez CR, González Ravé, JM. Core training: de la salud al alto rendimiento. Editorial Paidotribo. 2014.
- "Manual ACSM de Medicina Deportiva". Colegio Norteamericano de Medicina Deportiva. Editorial Paidotribo. 1998.
- Maure Ternia, FM. Tratado de Podología. Editorial Monsa Jims. 2016.
- Michaud, Thomas C. "Foot orthoses and other forms of conservative foot care" Ed. Williams&Wilkins. 1997.
- Moreno de la Fuente, JI. "Podología deportiva". Ed. Masson. 2005.
- Pérez Soriano P, Llana Belloch. S. Biomecánica Básica aplicada a la actividad física y deporte. Editorial Paidotribo. 2015.
- Rueda, M. "Podología, los desequilibrios del pie" Ed Paidotribo. 2004.
- Wirhed, Rolf. "Habilidad atlética y anatomía del movimiento" Laboratorios Pfizer. 1989.

Otros recursos y materiales docentes complementarios

Material disponible:

Teoría: pizarra, ordenador, cañón, diapositivas, vídeo y aula virtual de la UEx.

Prácticas: pizarra, ordenador, cañón, diapositivas, vídeo, manual para el alumno y aula virtual de la UEx.

Se dispondrá además de material específico de la Clínica Universitaria Podológica de la Universidad de Extremadura.

Espacios disponibles:

Sala de biomecánica de la CPU.

Aula de 2º curso.

Aula de informática.

Pabellón cubierto u otras instalaciones deportivas.

Artículos:

- Artículos de distintas revistas (Revista española de Podología, Podología clínica, El

peu, Salud del pie, Foot and ankle International, Sport Medicine...). Se irán proporcionando al alumno con cada tema.

Bases de datos:

- Pubmed. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?db=pubmed>
- Sciencedirect. <http://www.sciencedirect.com/science>

Páginas Web:

- Foro de discusión profesional en Podología. <http://www.podiatry-arena.com/>
- Rsscan International. <http://www.rsscan.com/index.php>
- Novel. <http://www.novel.de/>
- Instituto de Biomecánica de Valencia. <http://www.ibv.org/>

Horario de tutorías

Tutorías Programadas: Pendientes de determinar, se fijarán cuando esté fijado el listado definitivo de alumnos.

Tutorías de libre acceso: Las tutorías se atenderán en el despacho del profesor en el Centro Universitario de Plasencia y a través del correo electrónico. Se publicarán en el tablón de la asignatura y en la puerta del despacho.

Elena Escamilla Martínez: Despacho 248. escaelen@unex.es

Juan Francisco Morán Cortés. Despacho 244. juanfmoran@unex.es

El horario de tutorías será (pendiente confirmación)

Elena Escamilla. Lunes de 11 a 13 h. Martes y jueves de 9:15 a 11:15

Si por algún motivo, hubiera un cambio puntual en el horario de tutorías, se publicaría con suficiente antelación en la puerta del despacho de cada profesor.

Recomendaciones

Recomendaciones para el estudio

Se recomienda encarecidamente la consulta de las bases de datos propuestas, donde los alumnos encontrarán los artículos referenciados en las exposiciones teóricas. Puesto que la mayor parte de dichos artículos están en inglés, se recomienda el repaso de esta materia, tanto en lectura, comprensión y escritura.

Así mismo, se recomienda la asistencia a las clases teóricas para ir aclarando y afianzando conocimientos poco a poco.

Recomendaciones para la asistencia a clases y prácticas

Para la asistencia a las clases, no se podrá usar móvil o grabadora. **Tampoco se**

permitirá la conexión a internet mientras se imparten las clases.

Para la asistencia a prácticas en la Clínica Podológica, será necesario acudir con el uniforme completo, pelo recogido y sin pulseras, anillos, pendientes largos, collares...Será necesario respetar la normativa de la CPUEx, de otra forma, el alumno no podrá acudir a prácticas. El alumno deberá traer el material que pudiera solicitarse con antelación suficiente.

Recomendaciones para el examen

Está prohibido acudir con cualquier tipo de dispositivo electrónico (móvil, tablet, ordenador, reloj/ordenador...). En caso de realizar un examen con algún dispositivo electrónico, el profesor puede retirar el examen y otorgar una calificación de 0, independientemente que sea cogido copiando.