



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

---



<https://g-se.com/diplomado-especialista-readaptacion-deportiva-t-66684299036672>





# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

## Sobre el Curso



### X-Move Human Performance

El curso "Especialista en la Readaptación de Lesiones" está diseñado para profesionales de las ciencias del deporte, ofreciendo un enfoque integral y actualizado sobre la rehabilitación deportiva. Con una duración de 21 semanas y 90 horas de formación, este curso te proporcionará las herramientas necesarias para sobresalir en el campo de la readaptación de lesiones.



# Información Útil



## PERFIL DE EGRESADO

Al finalizar el curso, los egresados serán capaces de:

- Implementar estrategias efectivas de rehabilitación y readaptación en deportistas.
- Evaluar y monitorear la carga de entrenamiento para optimizar el rendimiento y prevenir lesiones.
- Aplicar conocimientos avanzados de biomecánica y neurofisiología en su práctica profesional.
- Desarrollar planes de readaptación personalizados basados en las necesidades específicas de cada deportista.
- Convertirse en referentes en el campo de la readaptación deportiva, contribuyendo al bienestar y éxito de los atletas.



## OBJETIVOS:

- Proporcionar una comprensión profunda del rol del readaptador físico en los clubes deportivos.
- Explorar las fases de la rehabilitación y los indicadores clave de rendimiento en el deporte.
- Enseñar la evaluación física como un factor determinante en el proceso de readaptación.
- Ofrecer conocimientos detallados de anatomía y biomecánica aplicados al movimiento y la prevención de lesiones.
- Capacitar en el control y la monitorización de la carga de entrenamiento.
- Introducir tendencias avanzadas en la readaptación deportiva, incluyendo pruebas de consultorio y enfoques neurofisiológicos de las lesiones.



# Información Útil



## CURSO DESTINADO A:

Este curso está dirigido a:

- Profesionales y estudiantes de medicina deportiva.
- Fisioterapeutas.
- Licenciados en Ciencias del Deporte.
- Entrenadores deportivos.
- Otros profesionales del ámbito de la salud y el deporte interesados en la readaptación de lesiones.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

## Docentes



**ANDRÉS ROJAS JARAMILLO**  
Entrenamiento de fuerza



**EMMANUEL ALVAREZ**  
Medicina de la actividad física y del deporte



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

## Docentes



**JUAN CAMILO URIBE MAYA**  
Fisioterapia



**JORGE MARIO VELEZ GUTIERREZ**  
Ingeniería Biomedica



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

Programa académico (66 Horas cátedra)

## Módulo 1

### Introducción al curso

- Bienvenida y presentación del curso.
- Objetivos generales y específicos.
- Metodología y evaluación.
- Importancia de la readaptación deportiva.

### Clase 1: El rol del readaptador físico en los clubes deportivos

- Definición y funciones del readaptador deportivo.
- Importancia del readaptador en el equipo multidisciplinario.
- Casos prácticos de éxito en clubes deportivos.

### Clase 2: Fases de la rehabilitación

- Introducción a las fases de rehabilitación.
- Fase aguda: control del dolor e inflamación.
- Fase subaguda: restauración de la movilidad y fuerza.
- Fase crónica: retorno al deporte y prevención de recaídas.

### Clase 3: Key Performance Indicators en el deporte

- Definición de indicadores clave de rendimiento (KPIs).
- Identificación y medición de KPIs relevantes en la rehabilitación deportiva.
- Uso de KPIs para el seguimiento y evaluación del progreso.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

Programa académico (66 Horas cátedra)

## Clase 4: Evaluación física como factor determinante en el rol del readaptador

- Importancia de la evaluación física inicial.
- Métodos y herramientas de evaluación.
- Interpretación de resultados y planificación de la rehabilitación.

## Clase 5: "Del control al caos" aplicación en la rehabilitación

- Concepto de control y caos en la rehabilitación.
- Estrategias para gestionar la transición del control al caos.
- Ejercicios y técnicas para mejorar la adaptabilidad del deportista.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

Programa académico (66 Horas cátedra)

## Módulo 2

### Clase 6: Preparación al movimiento

- Principios de la preparación al movimiento.
- Evaluación y mejora de la movilidad articular.
- Técnicas de activación muscular.

### Clase 7: Biomecánica muscular: Cuádriceps

- Anatomía y función de los grupos musculares.
- Análisis biomecánico de movimientos específicos.
- Lesiones comunes y estrategias de prevención y rehabilitación para cada grupo muscular.

### Clase 8: Biomecánica muscular: Isquiotibiales

- Anatomía y función de los grupos musculares.
- Análisis biomecánico de movimientos específicos.
- Lesiones comunes y estrategias de prevención y rehabilitación para cada grupo muscular.

### Clases 9: Biomecánica muscular: Glúteo

- Anatomía y función de los grupos musculares.
- Análisis biomecánico de movimientos específicos.
- Lesiones comunes y estrategias de prevención y rehabilitación para cada grupo muscular.

### Clase 10: Pilar y zona central

- Importancia del core en el rendimiento deportivo.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

Programa académico (66 Horas cátedra)

- Ejercicios específicos para fortalecer el core y prevenir lesiones.

## Clase 11: Antes de la pliometría y del sprint

- Fundamentos de la pliometría.
- Evaluación y mejora de la potencia y velocidad.
- Ejercicios y progresiones previas al entrenamiento de sprint.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

Programa académico (66 Horas cátedra)

## Módulo 3

### Clase 12: La carga de entrenamiento

- Definición y tipos de carga de entrenamiento.
- Principios de la periodización de la carga.
- Métodos para controlar y ajustar la carga de entrenamiento.

### Clase 13: La carga de entrenamiento en el entrenamiento de fuerza

- Principios del entrenamiento de fuerza.
- Evaluación de la fuerza y programación del entrenamiento.
- Adaptaciones y progresiones en la rehabilitación de la fuerza.

### Clase 14: La carga de entrenamiento en el entrenamiento de resistencia

- Fundamentos del entrenamiento de resistencia.
- Evaluación de la capacidad aeróbica y anaeróbica.
- Programación y ajuste de la carga en el entrenamiento de resistencia.

### Clase 15: La carga de entrenamiento en el entrenamiento de velocidad

- Principios del entrenamiento de velocidad.
- Evaluación y mejora de la velocidad y agilidad.
- Programación del entrenamiento de velocidad en la rehabilitación.

### Clase 16: Monitorización de la carga

- Métodos de monitorización de la carga interna y externa.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

Programa académico (66 Horas cátedra)

- Interpretación de datos y ajuste de la carga de entrenamiento.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

Programa académico (66 Horas cátedra)

## Módulo 4

### Clase 17: Pruebas de consultorio para la determinación de lesiones

- Principales pruebas de diagnóstico en consultorio.
- Interpretación de resultados y planificación de la rehabilitación.
- Integración de pruebas clínicas en el proceso de readaptación.

### Clase 18: Mirada neurofisiológica de las lesiones parte 1

- Introducción a la neurofisiología de las lesiones.
- Mecanismos de dolor y recuperación neuromuscular.
- Estrategias neurofisiológicas para el manejo del dolor y la rehabilitación.

### Clase 19: Mirada neurofisiológica de las lesiones parte 2

- Continuación de la mirada neurofisiológica de las lesiones.
- Técnicas avanzadas de rehabilitación neuromuscular.
- Casos prácticos y estudios de caso.

### Clase 20: Cross education como estrategia

- Concepto de cross education.
- Beneficios y aplicaciones en la rehabilitación.
- Ejercicios y técnicas de cross education.

### Clase 21: Presentaciones de los planes de readaptación de los alumnos

- Preparación y presentación de planes de readaptación personalizados.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

Programa académico (66 Horas cátedra)

- Discusión y análisis de casos prácticos presentados por los alumnos.



# Journals



## SPORT Discus™ with Full Text



Online Education Center nos brinda de manera exclusiva y gratuita para todos los alumnos avanzados de G-SE el ingreso a SPORT Discus with Full text.

Con cobertura a texto completo (full text) que data desde el año 1930, SPORTDiscus with Full Text es la herramienta esencial para los estudiantes que desean estar un paso adelante en cuanto a conocimientos, investigación y trabajos finales de grado, másteres y doctorados.

### El contenido incluye:

- Más de **650 revistas** (journals) a texto completo.
- Resúmenes de 970 revistas.
- Actas e informes de conferencias.
- Más de **3800 videos**.
- Más de **150000 artículos** con referencias citadas de búsqueda.

Pueden consultar y descargar estos materiales cuantas veces deseen mientras dure el acceso a este campus virtual de G-SE.



# Diplomado de especialista en readaptación deportiva

---

## Certificados

---

## Avales Científicos

---



# Formas de Pago

## GLOBALES

Tarjeta de crédito o débito internacional / Tarjeta de crédito o débito Europea / PayPal Depósito o transferencia (Bankinter)

## SOLO PARA ARGENTINA

Tarjeta de crédito o débito Argentina / Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia) Pago Fácil / Rapipago

## SOLO PARA BOLIVIA

PagosNet

## SOLO PARA CHILE

Servipag / Sencillito / Webpay / Multicaja

## SOLO PARA COLOMBIA

Tarjeta de crédito o débito Colombiana / Via Baloto / Pagos Seguros en Línea (PSE)

## SÓLO PARA ECUADOR

SafetyPay

## SÓLO PARA MÉXICO

OXXO; Tarjeta de crédito o débito Mexicana; SPEI

## SÓLO PARA PERÚ

PagoEfectivo; SafetyPay; Tarjeta de crédito o débito Peruana

## SÓLO PARA URUGUAY

Depósito o transferencia (Santander Uruguay)

## FORMAS DE PAGO DE SOCIOS EDUCATIVOS

Tarjeta de crédito o débito Argentina; Pago en sede; Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia; Santander; Sabadell); Western Union; PayPal; Tarjeta de crédito o débito internacional; Pago en efectivo; Consignación o transferencia bancaria (Banco DAVIVIENDA); Pago Fácil / Rapipago; Credit or debit card; Depósito o transferencia bancaria (Banco Nación)



# Formas de Pago



En todos los países:





# Q&A



## G-SE "Preguntas"

The screenshot displays the G-SE 'Preguntas' interface. On the left is a navigation menu with options: 'Iniciar Sesión', 'Home', 'Mis Preguntas', 'Preguntas Seguidas', and 'Mis Respuestas'. The main content area features a search bar 'Haz una pregunta...' and a list of questions. A highlighted question is: '¿Qué La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?' posted on 27 May 2021 at 11:29. Below it is an answer by Ernesto Cifuentes Merenea, dated 27 May 2021 at 11:29. The answer text reads: 'Jugar un partido de fútbol por la noche (>20 horas) implica una gran carga física y mental, así como un alto estrés emocional. Además, las rutinas posteriores al partido (atención médica, estrategias de recuperación, comida y viaje de regreso) con frecuencia conducen a una hora de acostarse muy tarde, lo que también puede alterar la calidad y cantidad del sueño (1). Los jugadores de fútbol élite están expuestos a la luz artificial del estadio y también el acceso a disposi...'. At the bottom of the answer are icons for upvotes and downvotes, both showing zero, and a '(ver más)' link. A 'Responder...' input field is visible at the very bottom.

**G-SE Preguntas es la base de conocimientos más grande de habla hispana sobre las ciencias del ejercicio.** Preguntas, respuestas, comentarios y un valioso intercambio de información abierto y en tiempo real entre colegas de todas las disciplinas.

### ¿Cómo puedo participar?

- **Posteando preguntas a colegas.** Las preguntas son y serán siempre anónimas, por más que te pidamos que te loguees/registres.
- **Aportando tu conocimiento** respondiendo preguntas para ganar reputación dentro de la comunidad.

**¡Echa un vistazo y comienza a participar!**

**MÁS INFORMACIÓN**



## **Grupo Sobre Entrenamiento (G-SE) es el Líder Mundial en Información y Capacitación a Distancia en Ciencias del Ejercicio y Salud**

G-SE es un referente en la información y la capacitación a distancia en ciencias del ejercicio y medicina del deporte, dividiéndose en tres grandes secciones: 1) "Artículos", en donde se presentan blogs y artículos gratuitos contenidos en más de 7 journals especializados; 2) "Capacitaciones", una gran plataforma de difusión y comercialización de formaciones a distancia ofrecidas por nuestros socios educativos integrada a nuestro poderoso LMS (learning management system) de desarrollo propio; y 3) "Foros" en donde se promueve la interactividad, experiencias compartidas y opiniones de expertos.

---

 [g-se@g-se.com](mailto:g-se@g-se.com)

---

   [g-se.com](https://www.g-se.com)