MASTER

MASTER IN RIABILITAZIONE SPORTIVA

ITELBS053

- DIPLOMA AUTENTICATO DA UN NOTAIO EUROPEO -



DESTINATARI

Questo Titolo è rivolto a uomini d'affari, manager, imprenditori, lavoratori, studenti e chiunque intenda acquisire le conoscenze necessarie in relazione a questo ambito professionale.

Permette di conoscere l'esplorazione e le tecniche di base, il massaggio terapeutico, le mobilizzazioni, le tecnologie sanitarie, il massaggio sportivo, il servizio clienti, i principi di base di riabilitazione e le tecniche riabilitative. Inoltre, al termine di ogni unità didattica lo studente troverà esercizi di autovalutazione che gli consentiranno di monitorare in autonomia le conoscenze acquisite durante il corso.

L'alunno riceverà l'accesso ad un corso iniziale dove potrà conoscere la metodologia di apprendimento, il titolo che riceverà, il funzionamento del Campus Virtuale, cosa fare una volta terminato il corso e informazioni su Grupo Esneca Formación.

SCHEDA TECNICA

ORE DI STUDIO
600H

MODALITÀ
ONLINE
*La modalità comprende moduli con lezioni dal vivo.

CORSO DI PRESENTAZIONE
ONLINE

TUTOR
PERSONALE

LINGUA
ITALIANO

DURATA
FINO AD UN ANNO
*Prorogabile

IMPORTO

IMPORTO ORIGINALE: ~~2380 €~~
IMPORTO ATTUALE: 595 €

TITOLO OTTENUTO

Un volta terminati gli studi e aver superato la prova di valutazione, l'alunno riceverà diploma che certifica il "**MASTER IN RIABILITAZIONE SPORTIVA**", di ELBS BUSINESS SCHOOL, avallato , grazie alla nostra condizione di soci, dal CECAP, cioè la massima istituzione spagnola per la formazione e la qualità.

Il nostri titoli, inoltre, posseggono il timbro del Notaio Europeo, che garantisce la validità, i contenuti e l'autenticità dei titoli, a livello nazionale e internazionale.

**Il contenuto è orientato all'acquisizione di una formazione teorica complementare. Questa formazione non porta all'ottenimento di una qualifica ufficiale.*

CONTENUTO FORMATIVO

TRATTAMENTO DI LESIONI SPORTIVE

INTRODUZIONE

MODULO 1. SISTEMA MUSCOLO-SCHELETRICO

UNITÀ DIDATTICA 1. ANATOMIA DI OSSA, MUSCOLI E ARTICOLAZIONI

1. Ossa
   -Tipologia
   -Struttura microscopica
   -Componenti dello scheletro
2. Muscoli
   -Classificazione dei muscoli in base alla funzione e all'azione
3. Articolazioni
   -Classificazione
   -Struttura e movimenti delle articolazioni sinoviali

UNITÀ DIDATTICA 2. FUNZIONI DEL SISTEMA MUSCOLO-SCHELETRICO

1. Supporto
2. Protezione
3. Movimento
4. Ematopoiesi
5. Riserva

UNITÀ DIDATTICA 3. RANGE DI MOVIMENTO

1. Collo
2. Gamba
3. Polso
4. Spalla
5. Gomito
6. Mano e dita
7. Piede e caviglia

UNITÀ DIDATTICA 4. FONTI ENERGETICHE DEL MUSCOLO SCHELETRICO

1. Sistema anaerobico alattacido o fosfageno
2. Sistema anaerobico lattacido o glicolisi anaerobica
3. Sistema aerobico o ossidativo

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 2. INTRODUZIONE ALLE LESIONI SPORTIVE

UNITÀ DIDATTICA 1. CHE COS'È UNA LESIONE SPORTIVA?

1. Fattori di rischio
2. Lesioni acute e lesioni croniche

UNITÀ DIDATTICA 2. PREVENZIONE DELLE LESIONI

1. Riscaldamento e raffreddamento
   -Protocollo standard di riscaldamento
   -Protocollo standard di raffreddamento
2. Attrezzatura adeguata allo sport praticato
3. Aumento progressivo di fattori come l'intensità e il carico
   -Intensità
   -Carico
4. Applicazione corretta della tecnica
5. Riposo, alimentazione e idratazione
6. Dispositivi tecnologici per la prevenzione delle lesioni

UNITÀ DIDATTICA 3. LESIONI IN BASE AL TESSUTO INTERESSATO

1. Lesioni cutanee
2. Lesioni muscolari
3. Lesioni ai tendini
4. Lesioni ai legamenti
5. Lesioni alle articolazioni e alle ossa
6. Lesioni vascolari
7. Lesioni nervose

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 3. PSICOLOGIA NELLE LESIONI SPORTIVE

UNITÀ DIDATTICA 1. RAPPORTO TRA PSICOLOGIA E LESIONI SPORTIVE

1. Intervento psicologico per la prevenzione degli infortuni
   -Stress
   -Ansia
   -Mancanza di concentrazione
2. Intervento psicologico per il trattamento delle lesioni

UNITÀ DIDATTICA 2. TEORIE E MODELLI RELATIVI ALLA PSICOLOGIA NELLE LESIONI

1. Modello stress-infortunio di Andersen e Williams (1988)
2. Teoria affettiva ciclica di Heil (1993)
3. Teoria della valutazione cognitiva di Brewer (1994)
4. Il modello integrato di Wiese-Bjornstal, Smith, Shaffer e Morrey sulla risposta psicologica alle lesioni sportive (1998)
5. Modello psicologico globale delle lesioni sportive di Olmedilla e García Mas (2009)

UNITÀ DIDATTICA 3. VALUTAZIONE NELLA PSICOLOGIA DELLA COMPETIZIONE

1. Questionario SCAT
2. Questionario CSAI-2
3. Questionario CPRD

UNITÀ DIDATTICA 4. ALLENAMENTO DELLE COMPETENZE PSICOLOGICHE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 4. ESAME E DIAGNOSI DELLE LESIONI SPORTIVE

UNITÀ DIDATTICA 1. ANAMNESI E STORIA CLINICA

1. Ispezione e osservazione
2. Palpazione e mobilizzazione
3. Valutazione delle prestazioni
   -Classificazione internazionale del funzionamento, della disabilità e della salute
   -Consenso di Monaco sulle lesioni muscolari

UNITÀ DIDATTICA 2. RINVIO A UNO SPECIALISTA PER LA VALUTAZIONE DEL DANNO

1. Test funzionali specifici
2. Esami complementari
   -Radiografia
   -Ecografia
   -Risonanza magnetica
   -Scansione con tomografia computerizzata
   -Artroscopia

UNITÀ DIDATTICA 3. IMPORTANZA DELLA VISITA MEDICA SPORTIVA PER LA DIAGNOSI PRECOCE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 5. LESIONI SPORTIVE IN BASE ALLA LOCALIZZAZIONE I

UNITÀ DIDATTICA 1. LESIONI ALLA TESTA E AL VISO

1. Trauma cranico
   -Scala del coma di Glasgow
2. Frattura delle ossa del naso
3. Rottura del timpano

UNITÀ DIDATTICA 2. LESIONI DELLA BOCCA

1. Rotture dentali

UNITÀ DIDATTICA 3. LESIONI ALLA SPALLA

1. Lussazione della spalla
2. Frattura della clavicola
3. Spalla del nuotatore
4. Tendinosi della cuffia dei rotatori

UNITÀ DIDATTICA 4. LESIONI AL BRACCIO E AL GOMITO

1. Tendinite del bicipite
2. Gomito del tennista
3. Borsite del gomito

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 6. LESIONI SPORTIVE IN BASE ALLA LOCALIZZAZIONE II

UNITÀ DIDATTICA 1. LESIONI ALLA MANO E ALLE DITA

1. Distorsioni delle dita
2. Lussazione del dito
3. Fratture del metacarpo
4. Dito a martello

UNITÀ DIDATTICA 2. LESIONI AL POLSO

1. Frattura di Colles
2. Distorsione del polso
3. Sindrome del tunnel carpale

UNITÀ DIDATTICA 3. LESIONI ALLA SCHIENA E ALLA COLONNA VERTEBRALE

1. Lombagia
2. Spondilolisi e spondilolistesi
3. Radicolopatia cervicale

UNITÀ DIDATTICA 4. LESIONI PETTORALI E ADDOMINALI

1. Torace instabile
2. Ernia addominale

UNITÀ DIDATTICA 5. LESIONI ALL'ANCA

1. Borsite dell'ileopsoas
2. Avulsione ossea dell'anca
3. Inguine di Gilmore

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 7. LESIONI SPORTIVE IN BASE ALLA LOCALIZZAZIONE III

UNITÀ DIDATTICA 1. LESIONI AL GINOCCHIO

1. Ginocchio del corridore
2. Osteocondrite dissecante del ginocchio
3. Rotula bipartita

UNITÀ DIDATTICA 2. LESIONI ALLA GAMBA

1. Strappo al polpaccio
2. Strappi del tibiale posteriore

UNITÀ DIDATTICA 3. LESIONI ALLA CAVIGLIA

1. Distorsione della caviglia
2. Tendinopatia di Achille

UNITÀ DIDATTICA 4. LESIONI AL PIEDE

1. Fascite plantare
   -Sperone calcaneare
2. Tendinosi degli estensori dei piedi
3. Frattura da stress del calcagno

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 8. PRIMO SOCCORSO

UNITÀ DIDATTICA 1. SITUAZIONI DI EMERGENZA

1. Valutazione del paziente
2. Criteri di urgenza e priorità assistenziale

UNITÀ DIDATTICA 2. AZIONI DI SUPPORTO VITALE DI BASE

1. Valutazione del livello di coscienza
2. Apertura delle vie aeree
3. Controllo della respirazione
4. Ripristino della circolazione
5. Ripristino della respirazione
6. Rianimazione cardiopolmonare

UNITÀ DIDATTICA 3. PROCEDURE DI PRIMO SOCCORSO

1. Asfissia
2. Lipotimia
3. Infarto del miocardico
4. Epilessia
5. Ferite
6. Emorragie
7. Ustioni
8. Congelamento
9. Distorsioni
10. Lussazioni
11. Fratture
12. Lesioni cerebrali e cervicali

UNITÀ DIDATTICA 4. MOBILITAZIONE E TRASPORTO DI PERSONE

1. Trasporto su barella

UNITÀ DIDATTICA 5. EVOLUZIONE DEL PRINCIPIO RICE

1. Protocollo *PEACE & LOVE* per il trattamento delle lesioni

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 9. PRINCIPI DI TRATTAMENTO E RIABILITAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 1. STADI DI LESIONE: TESSUTI

1. Fase acuta
2. Fase di riparazione o proliferativa
3. Fase di rimodellamento

UNITÀ DIDATTICA 2. FASI DELLA RIABILITAZIONE

1. Fase protettiva immediata o di riposo
2. Fase di mobilità
3. Fase di rafforzamento
4. Fase di controllo neuromuscolare
5. Fase di resistenza
6. Fase di ritorno allo sport

UNITÀ DIDATTICA 3. CONSIDERAZIONI DI BASE SUL PAZIENTE

1. Lesioni nei bambini e negli adolescenti
2. Lesioni secondo l'anatomia
3. Lesioni negli atleti ad alte prestazioni
4. Lesioni negli atleti con diversità funzionale

UNITÀ DIDATTICA 4. COMBINAZIONE DI TRATTAMENTI E FARMACOLOGIA

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 10. IMMOBILIZZAZIONI

UNITÀ DIDATTICA 1. CHE COS'È L'IMMOBILIZZAZIONE?

UNITÀ DIDATTICA 2. IMMOBILIZZAZIONE INSTABILE

1. Bendaggi
   -Tecniche di bendaggio
   -*Kinesiotape* o bendaggio neuromuscolare

UNITÀ DIDATTICA 3. IMMOBILIZZAZIONE SEMI-STABILE

1. Sindattilia
2. Stecca

UNITÀ DIDATTICA 4. IMMOBILIZZAZIONE STABILE

1. Gesso
   -Applicazione e rimozione del gesso
   -Cura e manipolazione del gesso

UNITÀ DIDATTICA 5. LINEE GUIDA GENERALI PER I PAZIENTI CON IMMOBILIZZAZIONI

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 11. MASSAGGI

UNITÀ DIDATTICA 1. MASSAGGI APPLICATI NELL'AMBITO SPORTIVO

1. Massaggio sportivo
2. Massaggi terapeutici
3. Massaggi rilassanti

UNITÀ DIDATTICA 2. PRINCIPI BIOMECCANICI NEL MASSAGGIO

1. Forza applicata
   -Compressione
   -Tensione
   -Flessione
   -Taglio
   -Torsione

UNITÀ DIDATTICA 3. ATTREZZATURA NECESSARIA

1. Lettino
2. Oli e creme
   -Selezione degli oli essenziali
3. Altri accessori
   -Terapia percussiva

UNITÀ DIDATTICA 4. POSIZIONAMENTO DEL PAZIENTE

UNITÀ DIDATTICA 5. MANOVRE DI MASSAGGIO

1. Nozioni di base sulla fascia
   -Anatomia della fascia: distribuzione e stratificazione
2. Impastamento
3. Scuotimento
4. Vibrazione
5. Sfregamento
6. Percussione
7. Frizione

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 12. KINESIOLOGIA E KINESITERAPIA

UNITÀ DIDATTICA 1. DIFFERENZIAZIONE DEI CONCETTI: KINESIOLOGIA E KINESITERAPIA

1. Benefici
2. Indicazioni e controindicazioni

UNITÀ DIDATTICA 2. TIPI DI KINESITERAPIA IN BASE AL RUOLO DEL TERAPEUTA

1. Kinesiterapia passiva
   -Mobilizzazione passiva manuale
   -Mobilizzazione passiva meccanica
   -Mobilizzazione articolare autopassiva
   -Mobilitazione passiva forzata
2. Kinesiterapia attiva
   -Esercizi assistiti
   -Esercizi liberi
   -Esercizi di resistenza

UNITÀ DIDATTICA 3. KINESIOLOGIA RESPIRATORIA NELLO SPORT

1. Sistema aerobico e sistema anaerobico
   -Test della capacità di diffusione polmonare
   -Test di massimo consumo di ossigeno (VO2 max)

UNITÀ DIDATTICA 4. ESAME KINESITERAPICO

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 13. RIEDUCAZIONE POSTURALE

UNITÀ DIDATTICA 1. CHE COS'È LA RIEDUCAZIONE POSTURALE

GLOBALE (GPR)?

1. Obiettivi

UNITÀ DIDATTICA 2. FONDAMENTI DI GPR

1. Stretching attivo
2. Respirazione

UNITÀ DIDATTICA 3. VALUTAZIONE POSTURALE DEL PAZIENTE

1. Che cos'è la postura?
2. Posizione anatomica
3. Piani e assi di movimento
   -Piano sagittale - Trasversale - Flessione ed estensione
   -Piano frontale - Anteroposteriore - Abduzione e Adduzione
   -Piano trasversale - Verticale - Rotazione
4. Termini direzionali
   -Termini di relazione e confronto
   -Termini di lateralità
5. Segni di disadattamento posturale

UNITÀ DIDATTICA 4. ESEMPI DI ESERCIZI GPR

1. Considerazioni sulla selezione degli esercizi

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 14. APPLICAZIONE DEL CALORE E DEL FREDDO

UNITÀ DIDATTICA 1. TERMOTERAPIA

1. Effetti del calore come agente terapeutico
2. Calore umido vs. calore secco
3. Modalità di applicazione
   -Impacchi caldi
   -Lampada termica
   -Sauna
   -Onde corte
   -Ultrasuoni
4. Indicazioni e controindicazioni

UNITÀ DIDATTICA 2. CRIOTERAPIA

1. Effetti del freddo come strumento terapeutico
2. Considerazioni generali sulla durata delle applicazioni
3. Metodi di applicazione
   -Impacchi di ghiaccio
   -Bagni freddi
   -Massaggi con ghiaccio
   -Spray freddo
4. Indicazioni e controindicazioni

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 15. ALTRI METODI DI TRATTAMENTO E RIABILITAZIONE

UNITÀ DIDATTICA 1. *BLOOD FLOW RESTRICTION* (RESTRIZIONE DEL FLUSSO SANGUIGNO)

1. Dispositivi utilizzati
2. Controindicazioni

UNITÀ DIDATTICA 2. OSSIGENOTERAPIA

UNITÀ DIDATTICA 3. MAGNETOTERAPIA

UNITÀ DIDATTICA 4. ELETTROTERAPIA

UNITÀ DIDATTICA 5. PLASMA ARRICCHITO DI PIASTRINE

RIEPILOGO

AUTOVALUTAZIONE

SOLUZIONARIO

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTARE