



FORMACIÓN EN MEDICINA DEL DEPORTE

Sociedad Española de Medicina del Deporte

La Sociedad Española de Medicina del Deporte pone a disposición del colectivo médico dos formaciones regladas en temas específicos de la Medicina del Deporte en dos áreas específicas y concretas de la misma.

Dado que el trabajo en la Medicina del deporte, en una gran cantidad de casos, se establece en dos ámbitos claramente diferenciados, la Sociedad Española de Medicina del Deporte pone en marcha dos itinerarios formativos.

El primero se centra en la valoración y atención del deportista y en la prescripción de ejercicio, mientras que el segundo lo hace en la prevención, diagnóstico y tratamiento de las lesiones en el deportista.

Ambas titulaciones son impartidas por especialistas en Medicina del Deporte y por especialistas en determinadas áreas específicas con amplia experiencia profesional y docente y pretenden garantizar una capacitación de calidad durante el periodo que se tarde en restaurar la formación de la especialidad. En ningún modo, esta formación supone ni la renuncia a la reinstauración de la especialidad, ni su sustitución por esta formación.

Las titulaciones son las siguientes:

1. CAPACITACIÓN SUPERIOR EN VALORACIÓN Y ATENCIÓN DEL DEPORTISTA, VALORACIÓN FUNCIONAL Y PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO
2. CAPACITACIÓN SUPERIOR EN PREVENCIÓN, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE LESIONES EN DEPORTISTAS

Ambas formaciones centran su estructura docente en la realización de cursos independientes unos obligatorios y otros opcionales.

Cada itinerario formativo tiene un periodo de realización de dos años, periodo en el cual se debe terminar la formación por parte del alumno.

Las titulaciones pretenden la máxima flexibilidad para el alumno, por lo que el calendario y realización de los cursos se adaptan a sus propias preferencias.



CAPACITACIÓN SUPERIOR EN PREVENCIÓN, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE LESIONES EN DEPORTISTAS

Contenidos generales de la titulación

El itinerario formativo está integrado por los siguientes apartados:

1. Cursos obligatorios.
2. Cursos opcionales.

El itinerario formativo tendrá un periodo de realización de dos años, buscando la realización de las tareas formativas de forma flexible para facilitar la cumplimentación por parte de los alumnos.

A continuación, se describen los contenidos generales del itinerario formativo.

1.1. Cursos obligatorios

- 1.1.1. Curso de ejercicio físico para médicos - Conceptos de Medicina del Deporte.
Modalidad *online*.
(Acreditación Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias. 100 horas de formación).
- 1.1.2. Curso de prevención, diagnóstico y tratamiento de lesiones en deportistas.
Modalidad *online*.
- 1.1.3. Curso prevención del dopaje para médicos.
Modalidad *online*.
(Acreditación Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias. 50 horas de formación).
- 1.1.4. Curso de ecografía musculoesquelética. Anatomía ecográfica (nivel A).
Modalidad mixta (*online*-presencial).
(Acreditación Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias. 35 horas de formación).



1.2. Cursos opcionales (obligatorio escoger dos)

- 1.2.1. Curso de vendajes funcionales. *
Modalidad mixta (*online*-presencial).
- 1.2.2. Curso alimentación, nutrición e hidratación en el deporte.
(Acreditación pendiente. 130 horas de formación).
- 1.2.3. Curso "antropometría para sanitarios. Aspectos teóricos.
(Acreditación Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias. 50 horas de formación).
Modalidad *online*.
- 1.2.4. Curso antropometría para sanitarios. Aspectos prácticos. **
Modalidad presencial.

* En elaboración.

** Pendiente de implementación.

1.3. Cursos complementarios

- 1.3.1. Curso de ecografía musculoesquelética. Diagnóstico ecográfico de lesiones del aparato locomotor (nivel B). *
(Acreditación Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias con 8.1 créditos. 48 horas de formación).
Modalidad mixta (*online*-presencial).
- 1.3.2. Curso de ecografía musculoesquelética. Diagnóstico ecográfico de lesiones del aparato locomotor (nivel C). *
(Acreditación Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias con 7.8 créditos. 48 horas de formación).
Modalidad mixta (*online*-presencial).

* Suplemento de precio.



CURSOS

CURSO DE EJERCICIO FÍSICO PARA MÉDICOS - CONCEPTOS DE MEDICINA DEL DEPORTE

Web: <https://femedede.es/curso-efisicodoc23.php>

Temario

- Tema 1. Ejercicio físico y Medicina del deporte.
- Tema 2. El equipo multidisciplinar.
- Tema 3. El examen médico.
- Tema 4. Nutrición del deportista.
- Tema 5. Suplementos nutricionales.
- Tema 6. El dopaje.
- Tema 7. La higiene en el deporte.
- Tema 8. El deporte en la mujer.
- Tema 9. El deporte en el anciano.
- Tema 10. El deporte en las edades de crecimiento y desarrollo.
- Tema 11. Fisiología del esfuerzo.
- Tema 12. Principios generales del entrenamiento.
- Tema 13. El entrenamiento de la resistencia.
- Tema 14. El entrenamiento de la fuerza.
- Tema 15. El entrenamiento del niño.
- Tema 16. Calentamiento y vuelta a la calma.
- Tema 17. Estiramientos músculo-esqueléticos.
- Tema 18. La muerte súbita en el deporte.
- Tema 19. Ejercicio físico y salud.
- Tema 20. La prescripción de ejercicio.

CURSO DE PREVENCIÓN, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE LESIONES EN DEPORTISTAS

Web:

Temario

1. Lesiones en el deporte

1.1. Lesiones generales

- 1.1.1. Lesiones específicas por deportes.
- 1.1.2. Epidemiología y mecanismos lesionales.
- 1.1.3. Lesiones musculares.
- 1.1.4. Lesiones ligamentosas.
- 1.1.5. Lesiones tendinosas.
- 1.1.6. Las heridas en el deporte.

1.2. Las lesiones por áreas

- 1.2.1. Cabeza.
- 1.2.2. Cuello.
- 1.2.3. Hombro



- 1.2.4. Brazo/codo/antebrazo.
- 1.2.5. Muñeca, mano y dedos de la mano.
- 1.2.6. Cadera y pelvis.
- 1.2.7. Columna vertebral (cuello).
- 1.2.8. Rodilla.
- 1.2.9. Muslo/pierna.
- 1.2.10. Pie y tobillo.
- 1.2.11. Lesiones del crecimiento.
- 1.2.12. Lesiones por sobrecarga.
- 1.2.13. Fracturas/luxaciones.
- 1.2.14. Otras lesiones (dentales, oculares, óticas).

2. La asistencia médica del deportista

2.1. Diagnóstico

- 2.1.1. Analítica.
- 2.1.2. Radiología.
- 2.1.3. RM y escáner.
- 2.1.4. Ecografía músculo-esquelética.

2.2. Prevención lesional

- 2.2.1. Métodos de prevención de lesiones.
- 2.2.2. Los factores de riesgo.
- 2.2.3. Medidas específicas de prevención: La higiene en el deporte.
- 2.2.4. Medidas específicas de prevención: Calentamiento y vuelta a la calma.
- 2.2.5. Medidas específicas de prevención: Estiramientos.
- 2.2.6. Medidas específicas de prevención: Crioterapia.
- 2.2.7. Masaje.
- 2.2.8. Vendajes.
- 2.2.9. Ortesis.

3. El tratamiento de la lesión del deportista

3.1. El tratamiento urgente/inmediato

- 3.1.1. Valoración de campo y triage.
- 3.1.2. Dispositivos de asistencia sanitaria en el deporte.
- 3.1.3. Asistencia inmediata lesional del deportista.
- 3.1.4. Resucitación cardiopulmonar.
- 3.1.5. El botiquín.

3.2. El tratamiento del deportista

- 3.2.1. La readaptación deportiva.
- 3.2.2. Rehabilitación.
- 3.2.3. Criterios de baja y de alta deportiva y de re-incorporación a la práctica deportiva.
- 3.2.4. Casos clínicos.



CURSO PREVENCIÓN DEL DOPAJE PARA MÉDICOS.

Web: https://femede.es/registro_prevenccion_dopaje_medicos.php

Temario

1. Dopaje. Historia. Definiciones. Introducción al concepto de dopaje.
2. El deporte, la competición, el dopaje.
3. El listado de sustancias y de métodos prohibidos.
4. El Código Mundial Antidopaje.
5. Los efectos de las sustancias dopantes buscados por el deportista para la mejora del rendimiento. I. Anabolizantes.
6. Los efectos de las sustancias dopantes buscados por el deportista para la mejora del rendimiento. II. Incrementadores de la disponibilidad del oxígeno.
7. Los efectos de las sustancias dopantes buscados por el deportista para la mejora del rendimiento. III. Estimulantes.
8. Los efectos de las sustancias dopantes buscados por el deportista para la mejora del rendimiento. IV. Otras sustancias.
9. Los efectos secundarios de las sustancias dopantes. I. Anabolizantes.
10. Los efectos secundarios de las sustancias dopantes. II. Incrementadores de la disponibilidad del oxígeno.
11. Los efectos secundarios de las sustancias dopantes. III. Estimulantes.
12. Los efectos secundarios de las sustancias dopantes. IV. Otras sustancias.
13. El control de dopaje.
14. Las sanciones por dopaje.
15. La utilización de sustancias dopantes en la práctica médica.
16. El dopaje accidental.
17. Las alternativas al dopaje en la preparación de deportistas. I. Nutrición.
18. Las alternativas al dopaje en la preparación de deportistas. II. Ayudas ergogénicas.
19. Las alternativas al dopaje en la preparación de deportistas. III. El entrenamiento.
20. Las alternativas al dopaje en la preparación de deportistas. IV. La recuperación.



CURSO DE ECOGRAFÍA MUSCULOESQUELÉTICA. ANATOMÍA ECOGRÁFICA (NIVEL A)

Web: <https://femede.es/page.php?/interno/Cursossemipresenciales>

Temario

Formación no presencial

A.1. Conceptos de ecografía

Conceptos de ecografía

Concepto de ultrasonidos y bases de la ecografía.

Componentes y manejo del equipo de ecografía.

Ajuste de imagen y artefactos en ecografía del aparato locomotor.

A.2. Anatomía del hombro

1. Anatomía del hombro

2. Conceptos de ecografía

Efecto Doppler y otras aplicaciones técnicas.

Nomenclatura básica en el diagnóstico por ultrasonidos. Normas para una correcta exploración. Descripción de los cortes ecográficos.

A.3. Anatomía del codo

1. Anatomía del codo

2. Conceptos de ecografía

Estudio ecográfico del músculo.

Estudio ecográfico del tendón.

A.4. Anatomía de la muñeca y mano

1. Anatomía de la muñeca y mano

2. Conceptos de ecografía

Estudio ecográfico de los ligamentos.

A.5. Anatomía de los músculos de la extremidad inferior

1. Anatomía de los músculos de la extremidad inferior

2. Conceptos de ecografía

Estudio ecográfico de los nervios periféricos.

A.6. Anatomía de la cadera

1. Anatomía de la cadera

2. Conceptos de ecografía

Estudio ecográfico de otros tejidos. Hueso, cartilago, bolsas sinoviales, vasos, piel y tejido celular subcutáneo.

A.7. Anatomía de la rodilla

1. Anatomía de la rodilla

2. Conceptos de ecografía

Ventajas de la ecografía sobre otras técnicas de imagen.

A.8. Anatomía tobillo y del pie

1. Anatomía tobillo y del pie

2. Conceptos de ecografía Inconvenientes y errores comunes en la interpretación de la técnica ecográfica.

Formación presencial



- A.1.p. Principios de ecografía músculo-esquelética y manejo de los equipos.
- A.2.p. Estudio ecográfico del hombro.
- A.3.p. Estudio ecográfico del codo.
- A.4.p. Estudio ecográfico de la muñeca y mano.
- A.5.p. Estudio de la ecografía muscular.
- A.6.p. Estudio ecográfico de la cadera.
- A.7.p. Estudio ecográfico de la rodilla.
- A.8.p. Estudio ecográfico del tobillo y del pie.

CURSO DE VENDAJES FUNCIONALES

Web: En elaboración

Temario

- Introducción e historia de los vendajes deportivos
- Teoría general del vendaje
- Indicaciones y contraindicaciones de los vendajes
- Materiales para vendajes deportivos
- Vendajes del hombro
- Vendajes del codo
- Vendajes de la mano, muñeca y dedos de la mano
- Otros vendajes de la extremidad superior
- Vendajes de la pelvis y de la cadera
- Vendajes de la rodilla
- Vendajes del pie y del tobillo
- Otros vendajes de la extremidad inferior
- Vendajes del tronco
- Otros vendajes



CURSO ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN E HIDRATACIÓN EN EL DEPORTE

Web: <https://femedede.es/registrocursoalimentacion.php>

Temario

Módulo 1

- Tema 1. Introducción. Historia y antropología de la alimentación en el deporte.
- Tema 2. Hidratos de carbono.
- Tema 3. Lípidos.
- Tema 4. Proteínas.
- Tema 5. Vitaminas.
- Tema 6. Minerales.
- Tema 7. Alimentos y su composición.
- Tema 8. Metabolismo energético en reposo.
- Tema 9. Interacción de los sistemas energéticos durante el ejercicio.
- Tema 10. Metabolismo energético y utilización de los sustratos en el ejercicio.
- Tema 11. Vitaminas y minerales y ejercicio físico.
- Tema 12. Hidratación y ejercicio físico.
- Tema 13. Valoración nutricional del deportista.
- Tema 14. Composición corporal.
- Tema 15. Ayudas ergogénicas nutricionales y ejercicio físico.

Módulo 2

- Tema 16. La alimentación del deportista.
- Tema 17. Alimentación en los deportes de resistencia.
- Tema 18. Alimentación en los deportes de muy larga duración.
- Tema 19. Actividades de deportes de varios días.
- Tema 20. Alimentación en los deportes de fuerza.
- Tema 21. Alimentación en los deportes de equipo.
- Tema 22. Alimentación en deportes con requerimientos de peso.
- Tema 23. Alimentación en situaciones extremas.
- Tema 24. Alimentación y ejercicio en diferentes etapas de la vida
- Tema 25. La alimentación y el deportista obeso.
- Tema 26. La alimentación en el deportista diabético.
- Tema 27. Trastornos del comportamiento alimentario y ejercicio físico.
- Tema 28. Otros trastornos de la alimentación.
- Tema 29. Alimentación, nutrición, ejercicio y sistema inmune.
- Tema 30. Alimentación, nutrición y ejercicio en distintas situaciones patológicas.



CURSO "ANTROPOMETRÍA PARA SANITARIOS. ASPECTOS TEÓRICOS

Web: <https://www.femedede.es/curso-cineantropometria-sanitarios.php>

- Tema 1. Historia de la Cineantropometría.
- Tema 2. Puntos anatómicos de referencia.
- Tema 3. Material antropométrico.
- Tema 4. Protocolo de medición.
- Tema 5. Error de medición.
- Tema 6. Composición corporal.
- Tema 7. Somatotipo.
- Tema 8. Proporcionalidad.
- Tema 9. Antropometría y rendimiento deportivo.

CURSO ANTROPOMETRÍA PARA SANITARIOS. ASPECTOS PRÁCTICOS

Web: Pendiente de implementación.