Universidad de Guadalajara

Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

CENTRO UNIVERSITARIO

Centro Universitario de Ciencias de la Salud

DEPARTAMENTO

Departamento de Ciencias del Movimiento Humano, Educación, Deporte, Recreación y Danza

ACADEMIA

Medicina del Deporte

NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Lesiones en la Actividad Física y el Deporte

Clave de la unidad de aprendizaje	Horas de teoría	Horas de práctica	Total de horas	Valor en créditos	Eje curricular
I8781	44	20	64	7	

Tipo de curso	Modalidad	Nivel en que se ubica	Programa educativo/ Ciclo escolar sugerido	Prerrequisitos
Curso taller	Presencial	Licenciatura	(LCFD) Licenciatura en Cultura Física y Deportes	CISA I8735

ÁREA DE FORMACIÓN

Básico Particular Selectiva

PERFIL DOCENTE

Profesional en el área de la salud con experiencia en docencia, medico preferentemente con especialidad en traumatología y ortopedia o medicina del deporte.

2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

Profesionales
Comprende y aplica los conocimientos fundamentales sobre el funcionamiento y la estructura del cuerpo humano, desde diversas perspectivas de las ciencias de la salud, asociadas a la actividad física y el deporte;
Desarrolla una visión multidisciplinaria sobre los aspectos psicológico, social,histórico, filosófico y antropológico del cuerpo humano, con relación a la actividad física y el deporte;
Técnico-Instrumentales
Emplea métodos y técnicas para el análisis y la toma de decisiones, en relación con los problemas cotidianos, sociales, laborales y profesionales;
Socio-Culturales
Asume una actitud reflexiva que le permite examinar, en el ejercicio de la profesión, tanto sus propias ideas como las de los otros, ante el conocimiento de las ciencias de la salud y de las ciencias relacionadas con la actividad física y el deporte

3. PRESENTACIÓN

La actividad física y la práctica deportiva presentan situaciones de riesgo que comprometen la integridad física y ponen en riesgo la vida del individuo, afectando de manera directa o indirecta, por consiguiente, es de suma importancia el conocimiento de las lesiones que se presentan así como el manejo inicial de las mismas. Esta unidad de aprendizaje tiene relación con fundamentos de anatomía, primeros auxilios en la actividad física y el deporte ,medicina del deporte y rehabilitación de las lesiones deportivas.

4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Identifica, previene y atiende los factores de riesgo y mecanismos de lesión que se pueden presentar las personas durante el desarrollo de la actividad física y el deporte y que pueden poner en peligro su integridad o afecten el desempeño deportivo.

Reconocerá por sus manifestaciones clínicas (signos y síntomas), las lesiones que más comúnmente se presentan en la práctica deportiva, lo que le permitirá evaluar la magnitud de la misma y los posibles daños anatómicos sufridos para establecer la estrategia de manejo inicial al deportista lesionado, proporcionando la atención inicial oportuna y las recomendaciones pertinentes para su tratamiento definitivo.
Adquirirá las destrezas necesarias para poder atender al atleta y a la persona que al realizar actividad física sufra de algún tipo de lesión; colaborando en el proceso de atención inicial y rehabilitación del sujeto lesionado hasta que recupere las condiciones que le permitan su regreso a la competencia deportiva o a retomar la actividad física que realizaba previo a la lesión

5. SABERES

Saberes Prácticos	Saberes Teóricos	Saberes Formativos
Identifica los diferentes tipos de lesiones que se pueden producir durante la actividad física y deportiva.	Conoce las lesiones más frecuentes producidas durante la actividad física y deportiva así como los mecanismos por los cuales pueden ser ocasionadas	Actúa de manera ética y profesional en su accionar con las personas que han sufrido una lesión durante la actividad física o la práctica deportiva.
Atiende de manera inicial alguna lesión provocada en la actividad física o Deportiva.	Adquiere conocimientos anatómicos, fisiológicos y biomecánicos que le permiten establecer los tipos y gravedad de las lesiones para su tratamiento inicial y subsecuente.	Trabaja de manera colaborativa y con enfoque multidisciplinario en la resolución de problemas.
Aplica las acciones necesarias para prevenir y minimizar los daños ocasionados en la práctica de la actividad física y/o deporte	Cuenta con los mecanismos más actuales en lo relacionado a la atención y manejo de las lesiones derivadas de la actividad física y deporte.	Cuenta con una actitud de constante aprendizaje y actualización en el campo de la prevención y atención de lesiones en la actividad física y el deporte

6. CONTENIDO TEÓRICO-PRÁCTICO

Temas	Detalles del tema
Presentación y encuadre	Encuadre e introducción al curso.

	Firma de acuerdo con las condiciones del curso. Revisión del decálogo de buenas prácticas universitarias.
Lesiones deportivas y el equipo multidisciplinario	Definición de lesión deportiva Tipos de lesiones deportivas Clasificación de las lesiones deportivas Conformación del equipo multidisciplinario
Factores predisponentes de la lesión en la actividad física y el deporte	Factores intrínsecos Factores extrínsecos Cinemática de la lesión Estrategias y métodos de prevención de lesiones deportivas
Inflamación	Concepto Reparación de primera y segunda intención Fase de la inflamación y cicatrización Fase de inflamación Fase de proliferación Fase de maduración Factores que afectan al proceso de curación Factores locales Fuerzas externas Factores sistémicos Curación de tejidos musculo esqueléticos específicos Cartílago Tendones Músculo esquelético Hueso
Lesiones craneoencefálicas	Concepto Mecanismo de lesión Clasificación del Trauma craneoencefálico SCAT 6 SCOAT 6 CRT6 Consenso de Ámsterdam 2022, retorno al juego. Sistema de Cantú. Diferencia entre conmoción y contusión Teoría de Monroy Kelly
Lesiones en cabeza y cara	Fractura nasal. Epistaxis y su manejo. Fractura del arco cigomático y maxilar. Laceraciones y contusiones faciales. Lesiones dentales (avulsión dental, subluxación y luxación dental). Fractura mandibular. Bruxismo Urgencias oculares: abrasión corneal, hifema, desprendimiento de retina.
Lesiones de la columna	Lesiones de la columna cervical (síndrome del quemador, esguince cervical, distensión muscular para espinal, hernia discal,

	radiculopatia, fractura de Jefferson, fractura de Hangman). Lesiones de la columna torácica (Enfermedad de Scheuermann, fracturas) Lesiones de la columna lumbar (lumbalgia, espondilolistesis, espondiloartrosis, espondilólisis, hernia discal, protrusión discal, abombamiento discal, síndrome facetario lumbar). Lesiones de sacro y coxis (sacroileitis, fractura por estrés del sacro, coccigodinia).
Lesiones abdominales	Distensión y roturas musculares. Diastásis y lesiones en la Línea Alba. Hematoma de la Vaina de los rectos. Pubalgia Hernia inguinal y femoral. Traumatismo abdominal visceral.
Lesiones de hombro	Pinzamiento subacromial. Tendinopatía del manguito rotador. Tendinopatía bicipital. Lesiones del Labrum Glenoideo: SLAP, GIRD. Luxación anterior y posterior. Lesión de Bankart, Lesión de Hill-Sachs. Subluxación recidivante. Fractura de Clavícula. Luxación acromioclavicular. Disquinesia escapular Bursitis
Lesiones en codo	Epicondilitis lateral Epicondilitis medial Tendinopatía distal del bíceps y tríceps. Insuficiencia y rotura del ligamento colateral medial. Síndrome de pinzamiento posterior y cuerpos libres intraarticulares. Fracturas y Luxaciones.
Lesiones en muñeca	Tenosinovitis de Quervain Lesión del complejo del fibrocartílago triangular. Ganglión o quiste sinovial. Fractura del escafoides. Inestabilidad escafosemilunar. Fractura de Colles y de Smith Síndrome del Túnel Carpiano Agudo o Crónico por traumatismo.
Lesiones en mano	Dedo en martillo Dedo en ojal Dedo de Jersey Dedo en gatillo Pulgar del esquiador Esguince y luxaciones de la articulación interfalángica proximal. Fractura de boxeador. Fractura de Bennett Fractura de Rolando

	Fractura de falanges.
Lesiones en cadera	Pinzamiento femoroacetabular. Lesiones del labrum acetabular. Osteoartrosis prematura en cadera en el deportista. Distensión muscular Coxa-saltans. Fracturas por estrés Luxación Bursitis trocanterica.
Lesiones en rodilla	Lesiones ligamentarias agudas (LCA, LCP, LCM, LCL). Tríada de O Donoghue. Lesiones meniscales. Lesiones del cartílago articular y osteocondrales. Tendinopatía rotuliana, cuadricipital. Síndrome patelo femoral Síndrome de la cintilla iliotibial. Enfermedad de Osgood-Schlatter Enfermedad de Sinding-Larsen-Johansson. Luxación y fractura de rotula. Quiste Baker Condromalacia rotuliana. Bursitis.
Lesiones de tobillo y pie	Esguince Inestabilidad crónica de tobillo Tendinopatía Aquilea. Rotura del tendón de Aquiles. Fascitis plantar Espolón calcáneo Periostitis tibial. Neuroma de Morton Fractura de Jones Lesión de la articulación de Lisfranc. Fractura por estrés. Reglas de Ottawa
Consideraciones especiales	Lesiones frecuentes en el adulto mayor Enfermedades infecciosas en el deporte. Infección por COVID-19.

7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

- Aprendizaje basado en casos (ABC)
- Aprendizaje basado en problemas (ABP)
- Aprendizaje colaborativo
- Aula invertida (Flipped Classroom)
- Aprendizaje basado en proyectos
- Aprendizaje vivencial

8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

Evidencias de aprendizaje	Criterios de desempeño	Contexto de aplicación	Calificación
Evaluación de los conocimientos teóricos de las lesiones deportivas tanto en la actividad física como en el deporte	El alumno resolverá evaluación teórica en modalidad presencial o virtual dependiendo a como lo designe el docente a cargo, deberá responderlo de forma concisa, precisa y correcta., siguiendo los lineamientos establecidos en el mismo.	Plataforma educativa Classroom, aula de clase	30 puntos
Evaluación de los conocimientos prácticos en el diagnóstico y tratamiento de las lesiones deportivas	Aplicación correcta de las estrategias para la toma de decisiones en el manejo del deportista lesionado	Salón o auditorio asignado para la práctica.	40 puntos
Proyecto final	El docente decidirá el trabajo a entregar como finalización de la unidad de aprendizaje que puede abarcar desde infografías, búsqueda de artículos, realización de casos clínicos.	Salón de clase, plataforma educativa	30 puntos

9. ACREDITACIÓN

Los resultados de las evaluaciones se expresarán en una escala de 0 a 100, utilizando números enteros, y la calificación mínima aprobatoria será de 60.

Para que el alumno tenga derecho al registro del resultado de la evaluación en el periodo ordinario, deberá estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente, y tener un mínimo de asistencia del 80% a clases y actividades.

El máximo de faltas de asistencia que se pueden justificar a un alumno (por enfermedad; por el cumplimiento de una comisión conferida por autoridad universitaria o por causa de fuerza mayor justificada) no excederá del 20% del total de horas establecidas en el programa.

Para que el alumno tenga derecho al registro de la calificación en el periodo extraordinario, debe estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente; haber pagado el arancel y presentar el comprobante correspondiente y tener un mínimo de asistencia del 65% a clases y actividades.

10. REFERENCIAS Y RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

REFERENCIAS BÁSICAS

Bahr, R., & Maehlum, S. (2007). *Lesiones deportivas: Diagnóstico, tratamiento y*

prevención. Editorial Médica Panamericana.
Balius Matas, R., & Pedret Carballido, C. (Coords.). (2013). Lesiones musculares en el deporte. Editorial Médica Panamericana.
Madden, C. C., Putukian, M., McCarty, E. C., & Young, C. C. (2023). Netter. Medicina del deporte (3.ª ed.). Elsevier.

REFERENCIAS COMPLEMENTARIAS

Bizzini, M., & Dvorak, J. (2015). FIFA 11+: Large scale implementation of the FIFA injury prevention programme that improves its effectiveness. British Journal of Sports Medicine, 49(9), 577–579. https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-094752

Cools, A. M., Johansson, F. R., Borms, D., & Maenhout, A. (2015). Prevention of shoulder injuries in overhead athletes: A science-based approach. Brazilian Journal of Physical Therapy, 19(5), 331–339. https://doi.org/10.1590/bjpt-rbf.2014.0109

Echemendia, R. J., Brett, B. L., Broglio, S., Schneider, K. J., Vaughan, C. G., Zemek, R., & Patricios, J. S. (2023). The Sport Concussion Office Assessment Tool 6 (SCOAT6). British Journal of Sports Medicine, 57(11), 651–661. https://doi.org/10.1136/bjsports-2023-106861

Elattar, O., Soomro, Z., Zeidan, A. A., & Badr, R. (2016). Groin pain in athletes: Evaluation and management. Journal of Athletic Training, 51(8), 629–642. https://doi.org/10.4085/1062-6050-51.10.01

Gabbett, T. J. (2016). The training-injury prevention paradox: Should athletes be training smarter and harder? British Journal of Sports Medicine, 50(5), 273–280. https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095788

Gribble, P. A., Bleakley, C. M., Caulfield, B. M., Docherty, C. L., Fournier, K. N., Fong, D. T., Hertel, J., Hiller, C. E., Kaminski, T. W., McKeon, P. O., Refshauge, K. M., Verhagen, E. A., Vicenzino, B., Wikstrom, E. A., & Delahunt, E. (2016). Evidence review for the 2016 International Ankle Consortium consensus statement on the prevalence, impact and etiology of chronic ankle instability. British Journal of Sports Medicine, 50(24), 1496–1505. https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096589

Kontos, A. P., Eagle, S. R., Thomas, D. G., Elbin, R. J., & Collins, M. W. (2025). Clinical utility of the Sport Concussion Office Assessment Tool 6 (SCOAT6) and other select multidomain assessments for subacute sport-related concussion. Sports Medicine, 55(11), 2915–2932. https://doi.org/10.1007/s40279-025-02194-y

Patricios, J. S., Schneider, K. J., Dvorak, J., Ahmed, O. H., Blauwet, C., Cantu, R. C., Davis, G. A., Echemendia, R. J., Makdissi, M., McNamee, M., Meeuwisse, W. H., Putukian, M., McCrory, P., & Meehan, W. P. (2023). Consensus statement on concussion in sport: The 6th International Conference on Concussion in Sport held in Amsterdam, October 2022. British Journal of Sports Medicine, 57(11), 695–711. https://doi.org/10.1136/bjsports-2023-106898

RECURSOS DE ACCESO ABIERTO

1.

Elaborado por	**Evaluado y actualizado por**
Dr. Jesús Ignacio Cardona Muñoz. Dr. Carlos Alonso Gómez López. Dr. Juan Ricardo López y Taylor. Dr. Gerardo Guillermo Soriano Lozano. Dr. Armando Tonatiuh Mondragón Rodríguez. Dr. Juan Antonio Jimenez Alvarado Mtro. Raúl Velazquez Sevilla	Dra. Alejandra Cárdenas Zepeda Mtro. Alan Roberto Camberos Martínez Academia de Medicina del Deporte
Fecha de elaboración	**Fecha de última actualización aprobada por la Academia**
01/10/2015	Agosto 2026