



# Guía para la detección de lesiones deportivas

**Sku:** CURUEMCONL0149

**Horas:** 65

## OBJETIVOS

- Conocer las actitudes diagnósticas, terapéuticas y preventivas que se deben tomar ante las diferentes lesiones musculares que padecen los deportistas.
- Valorar la gravedad y los signos de alarma, así como tener un conocimiento científico suficiente para un autotratamiento de las lesiones deportivas en un primer término, así como aspectos preventivos y la importancia de un análisis sanguíneo relacionado con las mismas.

## OBSERVACIONES

HORAS: 65.H SKU: CURUEMCONL0149

## CONTENIDOS

Tema I: Introducción Tema II: La lesión muscular Tema III: Valoración de la gravedad y signos de alarma. ¿Debería dejar de entrenar? Tema IV: Autotratamiento de lesiones deportivas Tema V: Tipos de apoyo plantar. Primer paso hacia la prevención de lesiones Tema VI: Interpretación de un análisis de sangre y su relación con las lesiones deportivas