

PIR  
FLAD



**30**  
CRÉDITOS ETCS

XVIII CURSO  
ESPECIALISTA  
UNIVERSITARIO

MODALIDAD  
SEMIPRESENCIAL

EN PREVENCIÓN,  
INTERVENCIÓN Y  
RECUPERACIÓN  
FUNCIONAL DE  
LESIONES EN LA A.F.  
Y EN EL DEPORTE

10 FINES DE SEMANA  
DE OCTUBRE 2026  
A JUNIO 2027

Más información aquí:



@lesiones\_inef



@lesiones\_inef



Departamento de Salud  
y Rendimiento Deportivo



UNIVERSIDAD  
POLITÉCNICA  
DE MADRID

## Organizadores:



## Colaboradores:



GUÍA DIDÁCTICA  
XVIII  
EDICIÓN LESIONES INEF UPM  
Curso 2026-2027

## 1. PRESENTACIÓN



El curso de Especialista Universitario en Prevención, Intervención y Recuperación Funcional de Lesiones en la Actividad Física y el Deporte nace como respuesta a una necesidad creciente del contexto deportivo actual: formar profesionales capaces de actuar con solvencia ante uno de los factores que más condicionan la continuidad, el rendimiento y la salud del deportista, como es la lesión deportiva.

En una sociedad en la que la práctica físico-deportiva tiene una presencia cada vez mayor, tanto en el ámbito del rendimiento como en el de la salud, la recreación y la formación, aumenta también la necesidad de prevenir lesiones, optimizar los procesos de atención inmediata y mejorar la recuperación funcional de quienes las sufren. Esta realidad exige profesionales con una preparación especializada, actualizada y aplicada, capaces de integrar conocimientos científicos, criterio técnico y capacidad de coordinación interdisciplinar.

La lesión no debe entenderse únicamente como una alteración del aparato locomotor, sino como un proceso complejo que afecta al deportista en sus dimensiones física, funcional, psicológica, competitiva y social. Por ello, su abordaje requiere una visión global que contemple la prevención, la actuación precoz, la recuperación funcional, la readaptación al esfuerzo y el retorno seguro a la práctica deportiva.

Desde esta perspectiva, el curso propone una formación avanzada, basada en la evidencia y conectada con la realidad profesional, que permita al alumnado comprender el proceso lesional en toda su amplitud e intervenir de manera eficaz en cada una de sus fases.

Asimismo, promueve un enfoque multidisciplinar en el que confluyen profesionales de las ciencias de la actividad física y del deporte, fisioterapia, medicina, enfermería y psicología, favoreciendo la colaboración entre perfiles y la construcción de respuestas integrales a los problemas asociados a la lesión deportiva.

En definitiva, esta formación pretende capacitar al estudiante para desenvolverse con competencia en contextos deportivos diversos, desde el alto rendimiento hasta el deporte amateur, aportando soluciones fundamentadas, seguras y transferibles a la práctica profesional.



## 2. OBJETIVOS DEL CURSO

### 2.1. OBJETIVOS GENERALES DOCENTES

- Proporcionar una formación especializada, actualizada y de carácter permanente en prevención, intervención y recuperación funcional de lesiones en la actividad física y el deporte, en continuidad con la formación universitaria previa.
- Comprender la realidad profesional y las demandas actuales de los contextos deportivos en relación con la prevención, la atención inicial, la recuperación funcional y la readaptación del deportista lesionado.

- Integrar conocimientos científicos, procedimientos técnicos y criterios metodológicos para la valoración y el abordaje de las lesiones deportivas en distintos contextos de práctica.
- Favorecer el trabajo colaborativo entre los distintos profesionales implicados en la gestión de la lesión, promoviendo una actuación coordinada, eficaz y centrada en el deportista.
- Analizar y aplicar las tendencias actuales, los avances tecnológicos y las propuestas basadas en la evidencia en el ámbito de la prevención y recuperación funcional de lesiones.
- Transferir los contenidos del curso a situaciones reales de intervención mediante una metodología práctica, activa y orientada a la resolución de problemas profesionales.
- Establecer vínculos entre la formación académica y los entornos profesionales de referencia, facilitando la conexión con servicios, instituciones y modelos de intervención de calidad.

## **2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS CONCEPTUALES**

- Identificar las lesiones deportivas más frecuentes, sus mecanismos de producción y los principales factores de riesgo asociados a cada contexto de práctica.
- Diseñar estrategias generales y específicas de prevención de lesiones ajustadas a las características del deportista, la modalidad deportiva y las exigencias de la competición.
- Actuar de forma precoz y adecuada ante una lesión en el contexto de práctica, aplicando criterios básicos de atención inicial, observación, derivación y protección del deportista.
- Conocer los principales procedimientos terapéuticos y fisioterapéuticos utilizados en el abordaje de las lesiones deportivas.
- Planificar procesos de recuperación funcional adaptados al tipo de lesión, a la fase de evolución y a las necesidades del deportista.
- Seleccionar y aplicar métodos de entrenamiento y readaptación al esfuerzo en función de criterios funcionales, biológicos y de progresión.

- Valorar el papel de la fuerza, la movilidad, la coordinación, la propiocepción, el control postural y el entrenamiento específico en la prevención y la recuperación funcional.
- Incorporar herramientas de valoración y monitorización para apoyar la toma de decisiones durante el proceso de recuperación y retorno a la práctica.
- Aplicar estrategias psicológicas básicas de acompañamiento y apoyo al deportista lesionado, así como pautas de comunicación eficaz con su entorno.
- Organizar la intervención dentro de un equipo multidisciplinar, delimitando funciones, responsabilidades y canales de coordinación profesional
- Integrar criterios éticos, legales y de seguridad en la toma de decisiones vinculadas con la atención, recuperación y retorno deportivo tras una lesión.

### **2.3. COMPETENCIAS A DESARROLLAR**

- Comprender de forma integral el proceso de lesión deportiva y su repercusión sobre la salud, el rendimiento y la continuidad de la práctica físico-deportiva.
- Aplicar conocimientos especializados para prevenir, valorar y orientar la intervención ante lesiones en diferentes contextos deportivos.
- Tomar decisiones fundamentadas en criterios científicos, funcionales y profesionales ante situaciones relacionadas con la lesión deportiva.
- Trabajar de forma coordinada con otros profesionales implicados en la atención y recuperación del deportista lesionado.
- Transferir los aprendizajes del curso a contextos reales de práctica profesional con responsabilidad, autonomía y sentido crítico.

Al finalizar el curso, el estudiante será capaz de identificar y analizar las lesiones deportivas más frecuentes, diseñar estrategias de prevención, actuar de manera inicial ante el momento lesional, interpretar información relevante para la recuperación funcional, planificar procesos de readaptación al esfuerzo, colaborar eficazmente en equipos multidisciplinarios y tomar decisiones profesionales con criterios científicos, éticos y de seguridad. Asimismo, habrá desarrollado habilidades de comunicación, resolución de

problemas, análisis aplicado y transferencia del aprendizaje a contextos reales de la actividad física y el deporte.

### **3. DESARROLLO DEL CURSO.**

#### **3.1. ORGANIZACIÓN DEL CURSO.**

Los estudios de postgrado de ESPECIALISTA UNIVERSITARIO EN “PREVENCIÓN, INTERVENCIÓN Y RECUPERACIÓN FUNCIONAL DE LESIONES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE” están organizados por el Departamento de Salud y Rendimiento Humano de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte - INEF.

Otras instituciones participan activamente en dichos estudios como el CSD (Subdirección de Ciencias del Deporte), clubes de fútbol o balonmano de la CAM (Getafe C.F, Leganés CF, Rayo Vallecano SAD, AD Alcorcón, etc.), o entidades que prestan servicio al deportista como Iberian Sportech.

El equipo directivo del curso está integrado por:

##### ***Director Honorífico del Curso:***

- **JAVIER JIMÉNEZ MARTÍNEZ.** - Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Diplomado en Fisioterapia. Profesor Titular de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte – INEF (UPM).

##### **Director del Curso o Programa UPM:**

- **ALEJANDRO SAN JUAN FERRER.** - Doctor y Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Máster en Alto Rendimiento Deportivo (COE). Diplomado en Fisioterapia. Profesor Titular Contratado Doctor de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte – INEF (UPM).

##### ***Coordinador Académico del Curso:***

- **FRANCISCO GALLARDO MÁRMOL.** - Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Diplomado en Enfermería. Jefe de Servicio de ordenación académica en el Consejo Superior de Deportes.

**Coordinadores- Colaboradores del Área Académica:**

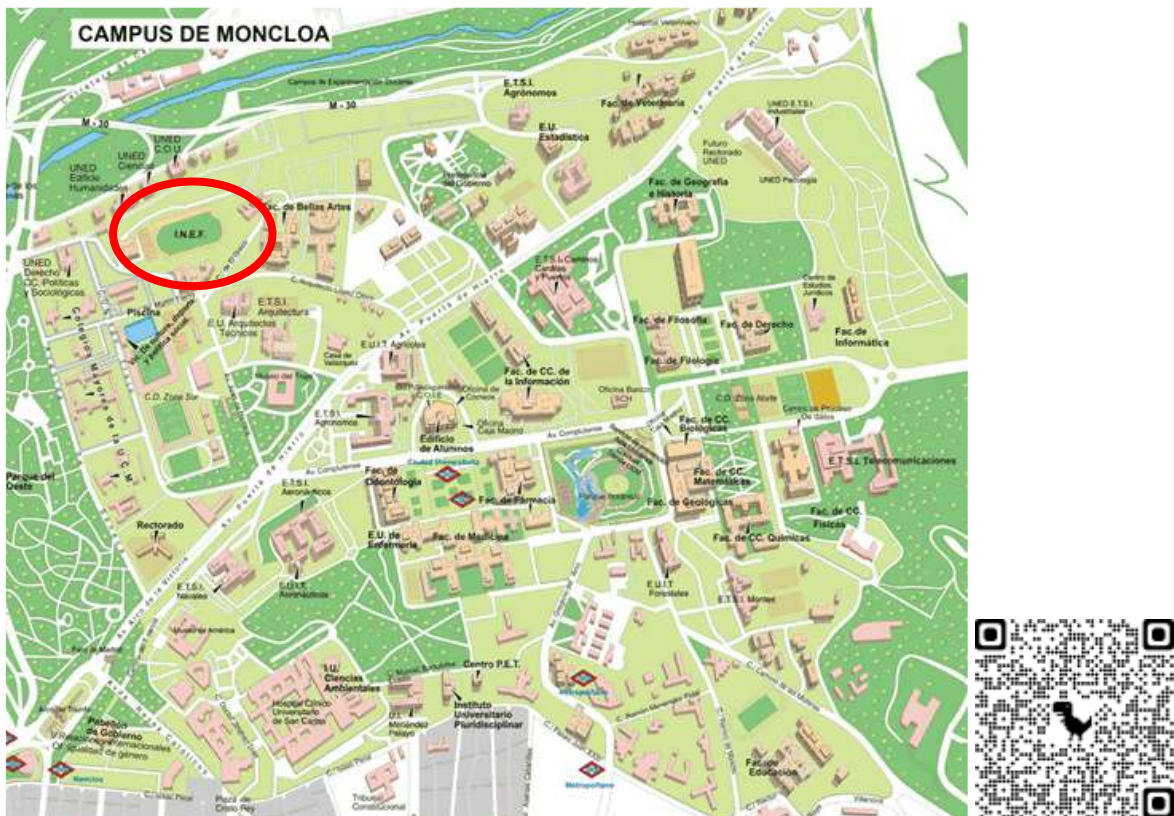
- **CARLOS GARCÍA SANCHEZ.** – Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Profesor Ayudante Doctor de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte – INEF (UPM). Máster en investigación UEM. Analista Selección Española de Balonmano. Responsable del TFE y asesor académico del curso.
- **ELVIRA HERREROS SANZ.** - Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Diplomada en Magisterio de Educación Física. Coordinadora en Centro Superior de Enseñanzas Deportivas. Ex directora técnica del Club Triatlón Ondarreta Alcorcón.
- **VERÓNICA CARREÑO NARANJO.** - Licenciada en Arquitectura, y fotógrafa. Ex responsable departamento audiovisual del CSED (CSD). Responsable del área de medios audiovisuales y RRSS.

**3.2. LUGAR DE CELEBRACIÓN**

El curso de ESPECIALISTA UNIVERSITARIO EN “PREVENCIÓN, INTERVENCIÓN Y RECUPERACIÓN FUNCIONAL DE LESIONES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE” se desarrollará en las instalaciones de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte - INEF de la UPM, situada en el Campus Universitario de Moncloa.

Puntualmente dentro del programa formativo se visitarán otras instalaciones, con el fin de desarrollar con aprovechamiento diferentes contenidos del curso, como Ciudad Deportiva del Getafe, Ciudad Deportiva del Leganés CF, instalaciones del Consejo Superior de Deportes o instalaciones acuáticas de BeOne Boadilla.

La Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - INEF está situada en la Ciudad Universitaria de Madrid, C/ Martín Fierro, 7. 28040 Madrid. Las paradas de la **Red de Metro** más cercanas son las de “*Ciudad Universitaria*” en la Línea 6 y la de “*Moncloa*” en las Líneas 6 y 3. Las **Líneas de Autobuses de la EMT “U” y “46”** pasan por la puerta del centro y por las estaciones de metro anteriormente citadas.



### 3.3. INFORMACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL CURSO

Toda la información respecto a la administración del curso es llevada a cabo por el secretario del curso, Carlos Monedero ([admin.lesiones.inef@upm.es](mailto:admin.lesiones.inef@upm.es)).

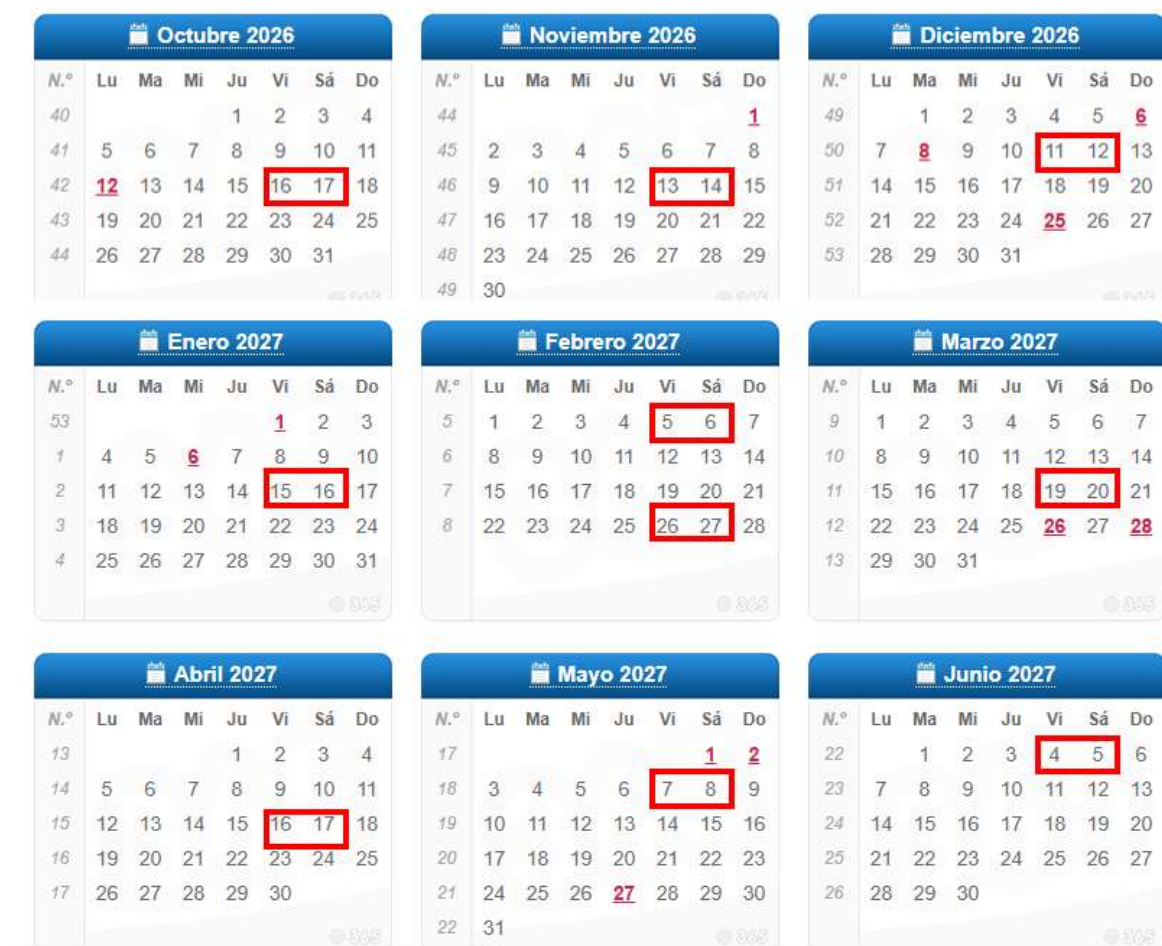
Toda la información académica del curso y acceso (preinscripción) es llevada a cabo por el Coordinador Académico Francisco Gallardo ([francisco.gallardo@upm.es](mailto:francisco.gallardo@upm.es)).

### 3.4. DÍAS DE CELEBRACIÓN Y HORARIO DE LAS SESIONES PRESENCIALES

Las sesiones presenciales se impartirán **viernes de 16-21 h. y sábados de 9-21 h.**, el **sábado con un descanso de 1,5h. para la comida con una carga lectiva de 15 horas por fin de semana** destinadas al desarrollo de las sesiones presenciales teórico-prácticas, mesas redondas, talleres y trabajos colaborativos, visitas y otras actividades de interés.

	<b>VIERNES</b>	<b>SABADO MAÑANA</b>	<b>SABADO TARDE</b>
<b>HORARIO</b>	<b>16-21 H.</b>	<b>9-14 H.</b>	<b>15:30-21:00 H.</b>

La celebración de los seminarios presenciales para este curso será:



(\*): Fines de semana presenciales en rojo.

## 4. PROGRAMA ACADÉMICO

### 4.1. CARACTERÍSTICAS DEL CURSO

El Curso de Especialista forma parte del catálogo de estudios de postgrados propios de la UPM. Son estudios de postgrado, denominados de especialización, **de una duración de 30 créditos ECTS** (previstos en el art. 17 del R.D. 185/1985), dirigido a profundizar teórica y prácticamente en las actividades propias de la prevención, tratamiento y recuperación funcional de lesiones. **(Título propio: Código E.11.1115.03).**

La calificación de la carga lectiva del Curso de Especialista se determinará mediante el sistema de créditos **ECTS** (*European Credits Transfer System*). Esta unidad no es una medida de duración temporal de las clases impartidas por el profesor, sino un elemento de valoración del volumen de trabajo del alumno expresado en horas, que incluyen tanto las clases, teóricas y prácticas, además del esfuerzo dedicado al estudio y a la preparación y realización de otras actividades, así como un periodo de formación práctica opcional incluida dentro del programa del curso.

El Curso de Especialista supone una carga lectiva total de **750 horas (30 créditos ECTS)** distribuidos en la estructura arriba citada.

Los/las docentes del Curso enfocarán los aspectos fundamentales del temario, desde una perspectiva libre y orientada a dirigir la experiencia y trabajo del estudiante. Los contenidos se desarrollan desde una perspectiva teórica y aplicación práctica, mientras que se complementarán dichas exposiciones con propuestas de trabajo a través de la plataforma Moodle que sirve de enlace entre alumnos/as y profesores/as (plataforma de Teleeducación GATE UPM).

Los/las estudiantes podrán tener acceso a una **documentación específica y actualizada y renovada continuamente a través de las aportaciones de profesores y alumnos.**

El número de sesiones **presenciales será de 10 fines de semana** a lo largo del curso, siendo obligatoria la asistencia al 80% de las mismas para que el/la estudiante sea evaluado/a y poder optar a la obtención del título correspondiente.

ESTRUCTURA DEL CURSO		
<b>HORAS DE DOCENCIA SEMIPRESENCIALES:</b>		<b>300 H.      12 ECTS</b>
<b>Contenido presencial:</b>	<b>150 h.</b> (15 h. / fin de semana)	<b>6 ECTS</b>
<b>Contenido On-line:</b>	<b>150 h:</b>	<b>6 ECTS</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aplicaciones prácticas no presenciales (Plataforma Moodle UPM).</b></li> <li>• <b>Programa complementario online (Plataforma Moodle UPM).</b></li> </ul>	<b>2 ECTS</b>
		<b>4 ECTS</b>
		<b>6 ECTS</b>
<b>HORAS DE DOCENCIA PRÁCTICA:</b>		<b>150 H.      6 ECTS</b>
<b>Formación en prácticas:</b>	Formación práctica en relación con una estructura deportiva. (Equipos de ARD y polideportivos e instalaciones deportivas).	<b>100 H.</b>
<b>OPCIONALES Y CONVALIDABLES</b>	Memoria del módulo de formación práctica.	<b>50 H.</b>
<b>HORAS DE TRABAJO DEL ESTUDIANTE:</b>		<b>300 H.      12 ECTS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Módulo on-line semipresencial metodología investigación: 100 h.</b></li> <li>○ <b>Trabajo final: 200 h.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recopilación bibliográfica y diseño teórico trabajo: 50 h.</b></li> <li>• <b>Elaboración y seguimiento del trabajo final: 50 h.</b></li> <li>• <b>Preparación, diseño y presentación: 100 h.</b></li> </ul> </li> </ul>		
<b>TOTAL:</b>		<b>750 H.      30 ECTS</b>



## 4. 2. PROGRAMA ACADÉMICO ESPECÍFICO

(\*): En formato **negrita** contenidos presenciales (\*\*): En formato *cursiva* contenidos online

### MÓDULO 0.

- *Bases anatómo-fisiológicas para la prevención, intervención y recuperación funcional de las Lesiones en la Actividad Física y en el Deporte.*

### MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LAS LESIONES DEPORTIVAS.

- **Concepto de lesión deportiva. Terminología relacionada con el proceso.**
  - **Fases del proceso de lesión. Tolerancia lesional en el ARD.**
- *Epidemiología de las lesiones deportivas:*
  - *Tipos de lesiones según mecanismo de producción:*
    - *Traumáticas.*
    - *No traumáticas.*
    - *Sobrecarga.*
  - *Tipos de lesiones según localización o región anatómica.*
  - *Tipos de lesiones o incidencia en cada actividad deportiva.*
  - *Tipos de lesiones según el tejido lesionado.*

## **MÓDULO 2: PREVENCIÓN DE LESIONES EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE.**

### 2.1. Aspectos generales de la prevención de lesiones:

- **Biomecánica del gesto deportivo. Equipamiento deportivo: instalaciones, calzado e indumentaria y material de uso adecuado a la práctica.**
- **La termografía como medio de prevención y seguimiento de lesiones deportivas.**
- Alimentación y actividad deportiva: conceptos básicos de nutrición. La hidratación, minerales y vitaminas.
- Suplementación deportiva en la prevención de lesiones.
- Fatiga deportiva y sobreentrenamiento: indicadores de alarma.
- **Valoración artromuscular: valoración de la postura y el movimiento para la prescripción de ejercicio.**
- **Nuevas tecnologías orientadas a la valoración del deportista.**

### 2.2. Monitorización y control de la carga y la fatiga:

- Planificación del entrenamiento deportivo: medidas de la carga de entrenamiento. Control de entrenamiento y competición.
- **Estrategias globales de prevención de lesiones.**
- Intervenciones y adaptaciones del entrenamiento en relación con la competición. Estrategias de recovery.
- **Aspectos psicológicos relacionados con las lesiones: Ansiedad y estrés.**

### 2.3. La importancia de la condición física en la prevención de lesiones:

- **La fuerza como principal herramienta para disminuir el riesgo de lesión.**
- **Estrategias específicas de fuerza en la prevención.**
- Entrenamiento de la fuerza con ejercicios seguros y eficaces. Análisis de los ejercicios contraindicados.
- **Fuerza excéntrica.**

- Bases biomecánicas y adaptaciones del entrenamiento de fuerza.
- Importancia de la flexibilidad y ROM en la prevención de lesiones: diferentes enfoques del trabajo de flexibilidad.
- Importancia de la propiocepción articular y la coordinación en la prevención de lesiones: técnicas propioceptivas.
- CORE TRAINING y suelo pélvico: Concepto de estabilización osteoarticular.
- Técnicas acuáticas y protocolos para disminuir la fatiga y mejorar la recuperación.
- Inestabilidad y entrenamiento en suspensión.
- Programa de prevención específica en balonmano. PROTBALL.
- Fundamentos del entrenamiento funcional.
- Prevención específica de la musculatura isquiosural.
- Prevención específica del LCA.

### **MÓDULO 3: VALORACIÓN DEL DEPORTISTA EN LA PREVENCIÓN DE LESIONES Y RECUPERACIÓN FUNCIONAL**

- Exámenes médicos: pruebas funcionales y complementarias en el deporte.
- Fatiga deportiva y sobreentrenamiento: indicadores de alarma.
- Nuevas tecnologías orientadas a la valoración del deportista.
- Control postural y mecanismos implicados. Valoración artromuscular: valoración de la postura y el movimiento para la prescripción de ejercicio.
- Análisis biomecánico aplicado a la readaptación de lesiones: valoración y manejo de lesiones a través de fotogrametría, electromiografía de superficie y dinamometría.
- Valoración funcional del deportista en el proceso de readaptación.
- Valoración de la fuerza en readaptación.

## MÓDULO 3: EL PROCESO DE RECUPERACIÓN Y READAPTACIÓN DE LAS LESIONES DEPORTIVAS.

- 3.1. Intervención en el momento lesional.
  - *Primeros auxilios ante una lesión y manejo de deportistas accidentados.*
  - *Medios necesarios para el diagnóstico de la lesión.*
- 3.2. Intervención en fase aguda.
  - **Planificación de técnicas fisioterapia. Indicaciones y contraindicaciones.**
  - Analgesia, inflamación y ejercicio activo.
  - **Entrenamiento en medio acuático.**
  - **Entrenamiento miembro contralateral (cross-education) y/o regiones anatómicas no afectadas por la lesión.**
- 3.3. Fase de recuperación funcional.
  - **Re-establecimiento y optimización de la condición física.**
    - **Diseño de programas para el entrenamiento de la fuerza, resistencia, ROM y movilidad. resistencia.**
    - **Coordinación neuromuscular específica.**
    - **CORE TRAINING.**
  - **Entrenamiento acuático precoz y rehabilitación motriz en el agua.**
  - **Re-establecimiento y optimización de los patrones motores básicos.**
  - **Carreras, aceleraciones, deceleraciones, giros, pivotajes, saltos, sprints, cambios de dirección, etc.**
  - **Re-establecimiento y optimización de los patrones motores específicos de algunas modalidades deportivas. Readaptación táctica.**
  - **Criterios de progresión en el proceso de readaptación.**
  - **Recuperación de lesiones tendinosas**
  - **Recuperación de lesiones musculares**
  - **Neurobiomecánica y realidad virtual:**

### 3.4. Fase de resolución de la lesión.

- Criterios biológicos y funcionales para *Return to Play* y *Return to performance*.
- **Programas de prevención secundaria para minimizar recidivas.**
- **Aspectos psicológicos a lo largo del proceso lesional: etapas o fases de adaptación psicológica a la lesión e intervenciones específicas en lesionados.**

## **MÓDULO 4: LESIONES ESPECÍFICAS EN DIFERENTES MODALIDADES DEPORTIVAS.**

- Lesiones y recuperación en deportes colectivos.
- Lesiones y recuperación en deportes individuales.
- Lesiones y recuperación en deportes de combate y de raqueta.
- Lesiones y recuperación de lesiones en deporte amateur.
- Lesiones y recuperación más comunes en la mujer.

## **MÓDULO 5: TRABAJO FINAL DE POSTGRADO.**



## 5. PROFESORADO DEL CURSO

El profesorado que interviene en el curso comprende gran número de ponentes de diversas procedencias y orientaciones profesionales. El gran número de participantes aporta diversidad y un gran abanico de opiniones y planteamientos.

### Profesorado FCAYFD-INEF UPM:

- **Alejandro San Juan Ferrer:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Diplomado en Fisioterapia. Departamento de Salud y Rendimiento Humano. Profesor Titular de Universidad. Master en ARD (COE).
- **Jesús Rivilla García:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Departamento de Deportes. Profesor Contratado Doctor.
- **Manuel Sillero Quintana:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Departamento de Deportes. Profesor Titular Universidad.
- **Carlos García Sánchez:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Departamento de Deportes. Profesor Ayudante.
- **Diego Muriarte Solana:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Departamento de Deportes. Profesor Ayudante Doctor.
- **Javier Rueda Ojeda:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Departamento de Salud y Rendimiento Humano. Profesor ayudante. Laboratorio de Biomecánica INEF Madrid.

### Profesorado Externo FCAYFD UPM: (\* en orden alfabético)

- **Angel Aceña Rodríguez.** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Ex recuperador del Sevilla F.C. y selección de Costa Rica en Rusia 2018. Fitness Coach at Johor Darul Ta'zim Football Club (JDT).
- **Carlos Balsalobre Fernández:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Profesor de la UAM y exprofesor de la UEM. Colaborador con corredores de mediofondo en la RFEA.
- **Mónica de la Cueva Reguera.** Doctora en Fisioterapia y directora del Master de Suelo Pélvico de la UEM.

- **Jose Luis Estévez Rodríguez:** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. ExRecuperador del Fuenlabrada SAD y categorías inferiores del Real Madrid C.F. Performance Specialist for A-National Team and U-Teams. In Swiss Football Association
- **Fernando García Sanz:** Diplomado en Fisioterapia. Jefe de Fisioterapia de la Clínica CEMTRO y fisioterapeuta de la cantera del Real Madrid de fútbol.
- **Ignacio Gonzalez Zas:** Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y recuperador de las secciones inferiores del Deportivo de la Coruña.
- **Carlos Enrique Lopez Nuevo:** Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Graduado en Fisioterapia. Profesor de la UEM. Coordinador del Área de Recuperación de categorías inferiores del Getafe C.F.
- **Paulo Maccari:** Lic. Kinesiología y Fisiatria / Fisioterapeuta/ Osteópata de Fuenlabrada C.F, San Antonio Spurs y Selección Argentina Baloncesto. Director Clinica de Fisioterapia Maccari Sports (Madrid).
- **Sergio Martos Varela:** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Recuperador del CD Leganés 1º equipo.
- **Víctor Paredes Hernández:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Recuperador del Real Madrid Castilla. Profesor UCJC.
- **Raul Ráez Sánchez:** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Diplomado en Fisioterapia. Preparador físico especialista de Pádel.
- **Blanca Romero Moraleda:** Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Diplomada en fisioterapia. Profesora UAM. Responsable área de rendimiento de las selecciones femeninas y preparadora física selecciones femeninas inferiores at Selección Española de Fútbol.
- **Eduardo Serrano Ginés:** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Especialista en recuperación de jugadores de golf y snowboard en España.
- **Alain Sola Vicente:** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Diplomado en Fisioterapia. Excoordinador del Departamento de Hidroterapia de Aspire (Qatar) y Departamento de Rendimiento Real Madrid Castilla.
- **Ricardo de la Vega Marcos:** Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Licenciado en Psicología. Profesor Titular de la UAM. Responsable del área de psicología del deporte de la FEB.

- **Sebastián Truyols Dominguez:** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Doctor en Fisioterapia. Profesor en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y de Fisioterapia de la Universidad Camilo José Cela.



## 6. GESTIÓN ADMINISTRATIVA DEL CURSO DE ESPECIALISTA

La gestión administrativa y económica del curso es llevada a cabo por:

- **Carlos Monedero Pérez:** Personal de Administración y Servicios de la Universidad Politécnica de Madrid (UPM). Licenciado en Derecho por la Universidad Antonio de Nebrija. Especialista Universitario en Práctica Jurídica por la Universidad Complutense de Madrid. Especialista Universitario en Gestión de Administraciones Públicas por la UPM. ([admin.lesiones.inef@upm.es](mailto:admin.lesiones.inef@upm.es))

## 7.- ADMISIÓN DE ALUMNOS

El Curso de Especialista va **dirigido preferentemente a:**

- Graduados/as (Licenciados/as) en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Medicina y Cirugía, Psicología, y Graduados/as (Diplomados/as) en Fisioterapia, Enfermería o Magisterio de Educación Física.

El número de estudiantes oscilará entre **un mínimo de 25 y un máximo de 40**. El proceso de admisión al Curso se realizará por riguroso orden de preinscripción en la plataforma ATENEA de los cursos de postgrado de la UPM, (<https://www.upm.es/atenea>) donde el alumno debe preparar la siguiente documentación para subir:

- Expediente académico de la carrera.
- DNI.
- Título Superior o Justificante de su solicitud:
  - Se permite acceder a los estudios de Máster y Especialidad a los alumnos de **Grado de la UPM** que les falten un máximo de 30 ECTS incluido el TFG (Título 6º -Artículo 22 punto nº6).
- Currículum Vitae actualizado (se necesitará tener en pdf los siguientes documentos (*tamaño del archivo máximo 1 Mb cada archivo*):

En todo caso, deberán acreditarse de manera oportuna todos los méritos alegados, cuando sean requeridos por parte de la organización.

## 8. IMPORTE-MODALIDAD DE PAGO DEL CURSO DE ESPECIALISTA

El curso tiene los siguientes precios:

- **Normal:** 2400 €.
- **Descuentos:**
  - 400 € antiguos estudiantes de la UPM (INEF Madrid) o entidades colaboradoras.
  - 2 medias becas del 50% de la matrícula en función de los méritos en el curso (**1200 en caso de matrícula completa y 1000 euros en caso de descuentos anteriores**).

- 1 media beca en el curso semipresencial del 50% del precio de la matrícula del curso para alumnos que hayan cursado las asignaturas de “Lesiones en la actividad física y el deporte” y “Recuperación funcional y reentrenamiento al esfuerzo” de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte – INEF (UPM) (**1000 euros**).

**Las becas serán otorgadas por los méritos contraídos en el curso por lo que se devolverá el importe a los premiados al finalizar dicho curso.**

El precio incluye la matrícula (con una evaluación), todas las certificaciones adjuntas que se dan con el mismo (en caso de superar las pruebas correspondientes), acceso a la plataforma de aprendizaje online y carpetas con la información facilitada por los profesores del curso, así como un regalo de aplicación al curso y pago de las tasas para la obtención del título de Especialista Universitario, así como la defensa del TFM.

En ningún caso, están incluidos transportes para realización de visitas didácticas que corren a cargo del alumno.

### **8.1. FORMAS Y FECHAS DE PAGO:**

La preinscripción se realizará desde el 7 de mayo al 15 de octubre de 2026 a través del programa de preinscripción de la UPM, ATENEA: <https://www.upm.es/atenea>.

Una vez acabado el plazo, se comunicará vía e-mail a los estudiantes aceptados (y los no incluidos) para iniciar el proceso de matriculación que se realizará del 1 al 30 de septiembre de 2026, aunque existe un periodo de pre-reserva del curso del 1-15 de septiembre del 2026 donde la administración del curso se pondrá en contacto con los estudiantes para agilizar los trámites de matriculación.

**El pago del Curso se realizará a través de las cartas de pago emitidas por el Departamento de Salud y Rendimiento Humano y sólo mediante ese medio.**

El pago del curso podrá realizarse en una sola carta de pago o en modalidad de pago fraccionado a través del siguiente formato:

**Plazos pago fraccionado:**

- **1er Pago 10% y seguro obligatorio:** en el momento de la inscripción y hasta el 1 de octubre de 2026.
- **2º Pago 50%:** antes del 15 noviembre 2026.
- **3º Pago 40%:** antes del 15 febrero 2027.

Las instrucciones para el pago de matrícula serán enviadas a los/las estudiantes una vez hayan sido aceptados/as en el Curso.

**9. METODOLOGÍA**

Las sesiones presenciales no se plantean como una mera transmisión de conocimiento desde el profesor al estudiante, sino como el aprendizaje por parte del alumno/a a través de escenarios que permitan su interacción directa con el problema analizado, todo ello dentro de un contexto simulado que intente reproducir la realidad del deporte.

Esta intención metodológica no sólo supone fomentar la adquisición de conocimientos, sino también el desarrollo de competencias y actitudes favorables para la solución de los problemas que surgen en estos contextos deportivos.

El proceso en el curso tiene dos vertientes importantes:

- Asistencia a clases presenciales
- Participación y seguimiento ONLINE
- Proceso de estructura, configuración y elaboración del trabajo final.

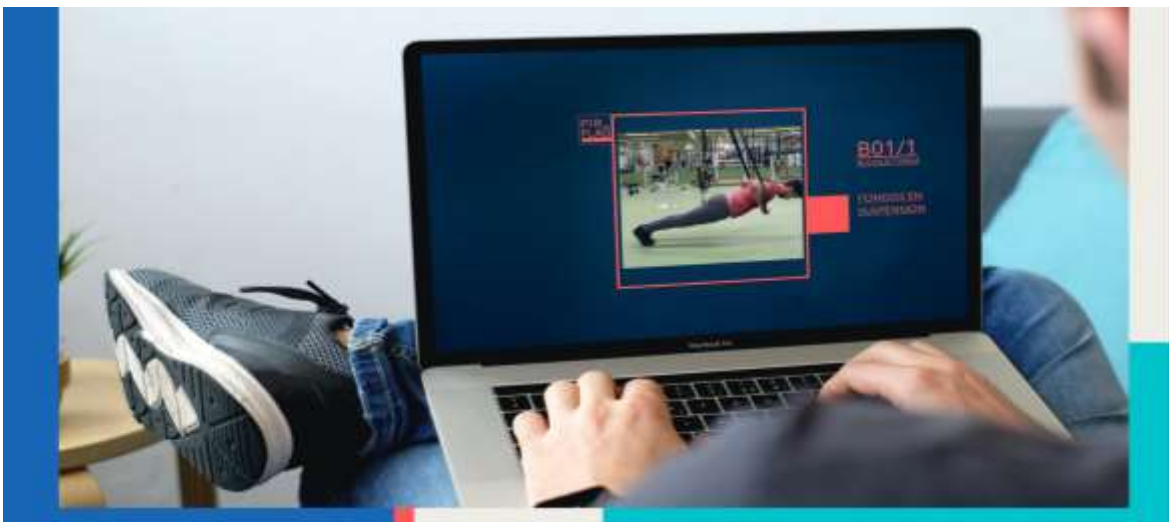
**9.1. CLASES PRESENCIALES**

Se impartirán sesiones teórico-prácticas en las que se desarrollarán secuencialmente los contenidos pertenecientes a cada uno de los módulos, la duración de las sesiones será de **90-120 minutos**, con 30 minutos de discusión sobre el tema de interés o para la resolución de dudas en relación con los contenidos desarrollados.

Las sesiones teórico-prácticas supondrán la exposición e intervención por parte de uno o varios ponentes y se combinarán con actividades de docencia no presencial para la resolución individual y en grupo de **supuestos prácticos** relacionados con los contenidos y los procedimientos expuestos.

Los/las estudiantes deberán realizar actividades relacionadas con la metodología de la sesión presencial y con eminente carácter práctico al finalizar el fin de semana.

La aproximación a los objetivos y contenidos de cada bloque temático se realizará en base a los principios metodológicos de aprendizaje participativo, reflexión-comprensión, descubrimiento y significación.



## 9.2. PARTICIPACIÓN Y SEGUIMIENTO ONLINE A TRAVÉS DE LA PLATAFORMA VIRTUAL

El/la estudiante deberá realizar dos tipos de actividades a través de la plataforma ONLINE gestionada por el departamento GATE de la UPM:

- Aplicación práctica de uno de los contenidos vistos el fin de semana.
- Superación de cuestionarios relacionados en función de contenidos complementarios (una vez proporcionada información de referencia).
- Asistencia a webinars de ampliación del contenido.

A través de una plataforma de teleeducación, por medio de la cual, los alumnos tendrán acceso a los documentos didácticos y científicos de las distintas materias, así como los cuestionarios de resolución de problemas, casos clínicos, foros, etc.

Ello permitirá una mayor interactividad entre profesores/as y alumnos/as, y facilitará los ritmos de adquisición de los objetivos propuestos para cumplir los objetivos académicos de manera gradual a través de los trabajos y cuestionarios mencionados.

El/La estudiante recibirá información sobre las actividades planteadas y corregidas, así como la publicación de los mejores trabajos en una base de datos.

### 9.3. ELABORACIÓN DEL TRABAJO FINAL

Al finalizar el curso, los/las estudiantes deberán presentar un **Proyecto Final de Curso coordinado por los tutores del TFE**, en el plazo establecido para ello, y en el que se refleje alguna temática específica desarrollada en el curso con una orientación teórico-práctica y siempre supervisado por el tutor específico.

La elaboración de este trabajo se diseña en fases progresivas y siempre debe darse la aprobación por parte del tutor para abordar la temática elegida por el/la estudiante.

El trabajo debe realizarse individualmente y deberá entregarse bajo el formato específico del curso. La superación del trabajo requiere la valoración y examen detallado de los componentes de la comisión de evaluación y la defensa de 15' del resumen más importante a través de videoconferencia.

Los miembros de la comisión podrán realizar las cuestiones que consideren oportunas a través de correo electrónico previamente y después a través de la defensa.

## 10. DOCUMENTACIÓN

Se desarrollará un material didáctico específico propio del curso que contiene:

- Documentación básica sobre generalidades de lesiones, tipos y abordaje básico.
- Documentación aportada por los profesores en relación con los contenidos específicos de la ponencia.

- Documentación prácticos específicos de asimilación de trabajos prácticos y propuestas y actividades de transferencia de los contenidos prácticos.
- Referencias bibliográficas en relación con los contenidos planteados.



## 11. PRÁCTICAS

El formato de prácticas del curso siempre es **OPCIONAL**; las prácticas facilitarán el contacto del estudiante con algún club o institución. No tienen una duración mínima ni máxima (es un acuerdo personal con el club o institución donde se realizan), pudiendo durar semanas o todo el año.

Si un estudiante por falta de tiempo decide realizarlas una vez acabado el curso, deberá renovar el seguro de accidentes personalmente, abonando la tasa correspondiente (30 euros aprox.).

En Madrid, el curso cuenta con algunos clubes de referencia donde realizarlas, pero fuera de Madrid, deberá ser un contacto proporcionado por el estudiante donde el coordinador académico mediará en estas prácticas o repetir las experiencias de otros cursos. Las prácticas pueden comenzar a partir de enero de 2025 hasta la finalización del curso.

Hasta el momento, los estudiantes han realizado prácticas en Atlético de Madrid S.A.D., Getafe S.A.D., Rayo Vallecano S.A.D., Celta de Vigo S.A.D., Sporting de Gijón S.A.D., Real Sociedad S.A.D., CD Leganés S.A.D., Valencia S.A.D., UD Las Palmas S.A.D., Albacete S.A.D., San Sebastian de los Reyes S.A.D., entre otros, en el ámbito de fútbol y Valencia Basket y CB Estudiantes en Baloncesto, NaturHouse La Rioja en Balonmano, IKASA

balonmano, CAR Sant Cugat y en centros o empresas líderes en el sector como I3Sports en Valencia o 98 Gravity Madrid o en el PMD de Alcobendas en el sector público y como novedad se incluye la **unidad de control de rendimiento del Consejo Superior de Deportes**.

## 12. CALIFICACIÓN DEL CURSO

La evaluación del Curso consistirá en el cumplimiento de la **asistencia, cumplimentar las actividades** relacionadas con cada módulo y la presentación y superación de un **Trabajo Final de Curso** tutorizado.

Para que el/la estudiante, pueda ser evaluado/a será necesaria la asistencia a un mínimo de un **80%** de las sesiones totales, para lo cual se establecerá el correspondiente sistema de control. Si la asistencia es **inferior al 60%** el Trabajo Final del Curso y las actividades complementarias no serán suficientes para obtener el Título, en cuyo caso, únicamente se le expedirá al alumno/a un certificado de asistencia al curso.

La calificación final para todos los/las estudiantes que hayan superado los requisitos será de **APTO** obteniendo así la titulación descrita; si el/la estudiante no completa una de las partes tendrá un certificado de asistencia, pero no la titulación. La calificación a efectos académicos y de concesión de becas y nota final, corresponderá a los siguientes criterios:

1. **Actividades abiertas de aplicación práctica** al final de cada módulo: 50% de la nota.
2. **Trabajo final:** 50%

Cada actividad tendrá un periodo ordinario establecido para realizarla. La entrega fuera de plazo de cualquiera de los trabajos solicitados supondrá que dicha nota no computa para el sumatorio final a efectos de la beca del curso.

El/la estudiante que opte por entregar el trabajo final en convocatoria extraordinaria **NO COMPUTARÁ SU NOTA** a efectos de concesión de las becas. El/la estudiante para superar el curso deberá tener un sumatorio de las notas calificadas ponderadas de un 5.

### 13. COMUNICACIONES, DUDAS Y SUGERENCIAS

Cada estudiante debe familiarizarse lo antes posible con la plataforma ya que la mayoría de las comunicaciones se realizarán a través de los foros del curso o a través de la mensajería interna de Moodle que se vuelca al email propio del curso.

Todas las citaciones para las clases presenciales y consultas se realizarán a través de la plataforma y vía mail.

Cada estudiante tiene como referencia un mentor o tutor personal que se presentará antes de iniciar el curso para ayudar o informar de todas las dudas surgidas, y esa es la primera vía de comunicación. El tutor se pondrá en contacto con el Coordinador o derivará el problema a la persona indicada en su momento.



Las instrucciones para el pago de matrícula serán enviadas a los estudiantes una vez hayan sido aceptados en el Curso.

Síguenos en: <https://www.inef.upm.es/LesionesINEF>



@lesiones\_inef



@lesiones\_inef