



Universidad de Chile

Prevención de Lesiones en el Deporte

ESCUELA DE KINESIOLOGÍA
FACULTAD DE MEDICINA
UNIVERSIDAD DE CHILE



Prevención de Lesiones en el Deporte



Universidad de Chile

El Kigo. Deportivo evalúa el riesgo de lesiones asociadas con la participación de un atleta en un deporte específico o en el contexto de una actividad física. Debe informar y entrenar al atleta y a otros profesionales para disminuir la ocurrencia y recurrencia de lesiones



Contexto de la prevención de lesiones

- Se pueden realizar en la consulta, campo de entrenamiento o en una competencia.
- Se trabaja en un contexto multi-disciplinario, donde la información del K. colabora con el desarrollo de un perfil completo del atleta.

Conocimiento de base



Universidad de Chile

- Analizar los efectos del entrenamiento específico para el deporte en lo referente a la anatomía, biomecánica y fisiología del ejercicio en diferentes contextos.

- Integrar el conocimiento científico y deportivo para describir los mecanismos de producción de lesiones y la probable severidad de éstas en diferentes contextos.

- Discutir los diferentes riesgos de lesiones, tanto intrínsecos como extrínsecos, asociados a diferentes grupos de edades y géneros.

Conocimiento de base



Universidad de Chile

- Discutir la epidemiología de lesiones específicas del deporte en relación a diferentes grupos de edades y géneros en diferentes contextos.
- Analizar el impacto potencial de las reglas y del equipamiento específico del deporte en el riesgo de lesiones en diferentes contextos.
- Describir los efectos probables de agentes farmacológicos y el estado nutricional en el riesgo de lesiones.

Conocimiento de base



Universidad de Chile

- Estar atento de los efectos, riesgos y relación con la regulación antidopaje de los fármacos y sustancias nutricionales empleadas.
- Identificar técnicas de evaluación específicas o protocolos, para establecer perfiles de desempeño y riesgos potenciales de lesiones.

Conocimiento de base



Universidad de Chile

- Identificar estrategias de intervención disponible para minimizar los riesgos específicos del deporte, en diferentes contextos (ej: vendaje funcional).
- Discutir el impacto social de la práctica del deporte (y la eventual ocurrencia de una lesión) en el deportista y su entorno.
- Identificar los riesgos de la adicción y del sobreentrenamiento.

Seminario de Grupo



Universidad de Chile

- Separarse en grupos

- Identifique para el deporte que le será asignado, ejemplos de los aspectos que fueron consignados en la clase. Usted dispone de 30 minutos para esta actividad.
- Plantee los ejemplos que planteó su grupo frente a sus compañeros.



DEPORTES Y GRUPOS

1. Basquetbol. Verónica Bosch

2. Voleibol. Pamela Aguirre

3. Natación. Rocío Navarro

4. Handbol. Pamela Villena

5. Halterofilia. Ricardo Silva.

6. Esgrima (florete). Paulina Garrido

Subir a Aula digital, en “Material alumnos”.
Si hay alguna dificultad enviar a mi correo
(mcano@med.uchile.cl)

