



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI
Fundació URV

Diploma d'especialització en Fisioteràpia de l'Esport i Readaptació de Lesions



Fitxa Tècnica

Adreçat a:

Diplomats i graduats en Fisioteràpia

Criteris de selecció:

Carta de Motivació

Currículum Vitae

Titulació Prèvia

Codi:

DEFERELES-I1-2026-2

Títol al que dóna dret:

Diploma d'especialització

Objectius:

Aquest diploma permet desenvolupar en els fisioterapeutes competències en l'avaluació, tractament i readaptació de lesions esportives, integrant els coneixements més actuals de la fisiologia de l'exercici, la biomecànica i les tècniques terapèutiques, amb l'objectiu de millorar el rendiment esportiu, accelerar la recuperació dels esportistes i prevenir futures lesions, a través d'enfocaments individualitzats, basats en l'evidència científica i en el treball col·laboratiu amb altres professionals de la salut i de l'esport. Aquest objectiu formatiu busca assegurar que els estudiants adquireixin un domini integral i actualitzat de les competències necessàries per a gestionar totes les etapes del procés de readaptació esportiva, des de la lesió fins al retorn segur i optimitzat a l'activitat esportiva.

Formar professionals capaços de desenvolupar la seva tasca professional d'una manera actualitzada amb la ciència actual, que puguin avaluar, detectar, identificar i reconèixer els dèficits i asimetries en el moviment a partir d'eines de valoració funcional validades científicament i també possibles factors de risc de lesions associats a la pràctica esportiva, per a crear i dissenyar i planificar una programació adequada a les necessitats del pacient i adaptar la càrrega segons els resultats obtinguts en la valoració, interpretar informes mèdics i elaborar informes d'evolució de la lesió, així com aplicar i desenvolupar protocols de recuperació individualitzats segons l'esportista i la seva disciplina esportiva. D'aquesta manera es podran complir els objectius de la rehabilitació i readaptació de qualsevol persona amb un raonament clínic basat en l'evidència científica i clínica actual.

Itinerari formatiu:

El programa és modular i està estructurat mitjançant un **màster de formació continua** i un **diploma d'especialització**. Per més informació podeu visitar els següents enllaços:

- [Màster de formació permanent en Fisioteràpia de l'Esport, Readaptació i Athletic Training](#)
- [Diploma d'especialització en Fisioteràpia de l'Esport i Readaptació de Lesions](#)

Direcció:

Cristina Adillón Camón

Docents:

Isabel Arbonés Segador

Rubén Cabanillas Reig
Bernat De Pablo Márquez
Montse Gallegos Manzanares
Beatriz García Hernando
Tania López Hernández
Sandra Mechó Meca
Jordi Puigdemívol Grifell
Albert Quilez Cuadros
Albert Torner Ballesteros
Silvia Treviño Monjas

Durada:
30 ECTS

Impartició:
híbrida

Idiomes en que s'imparteix:
Anglès, Castellà, Català

Dates:
del 01/10/2026 al 31/10/2027

Calendari del curs:
calendari-master-i-diploma-fisioteràpia-2026-27.pdf

Horari:
Seminars presencials segons calendari. Dijous i divendres de 10 a 19 h, i dissabtes de 9 a 13 h

Ubicació:
Hospital Sant Joan de Reus
Av. del Dr. Josep Laporte, 1 - Reus

Eurecat
Av. de la Universitat, 1 - Reus

Complex Esportiu Municipal La Pobla de Mafumet
Camí del Clos - La Pobla de Mafumet

Preu:
1980

Beques i facilitats de pagament:

- **Possibilitat de fraccionament:** 10% per la reserva de plaça al moment de fer la inscripció + 50% abans de l'inici del programa + 40% a meitat del programa.
- **Bonificació:** aquest programa pot ser bonificat mitjançant la Fundació Estatal per a la Formació en l'Ocupació (FUNDAE). Més informació a [Bonificació FUNDAE](#).

Contacte:

Gemma Papio - gemma.papio@fundacio.urv.cat

Telèfon de contacte:

[977 779 951](tel:977779951)

Programa

Mòdul: Detecció, abordatge, readaptació i prevenció de lesions traumàtiques i àlgies

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Introducció a les lesions traumàtiques en l'esport

- Definició i classificació de les lesions traumàtiques en l'esport: lesions agudes vs. cròniques.
- Factors predisposants a lesions esportives traumàtiques.
- Lesions més comunes en esports de contacte, esports d'equip i esports individuals.
- El paper del fisioterapeuta en la detecció, abordatge i prevenció de lesions traumàtiques.

2. Maneig immediat de lesions traumàtiques

- Maneig de lesions greus: fractures, luxacions.
- Maneig de lesions articulars: lesions de lligaments, meniscos, cartílag i òssies.

3. Tractament fisioterapèutic de les lesions traumàtiques.

- Desenvolupament d'un pla de tractament individualitzat basat en la fase de la lesió i les necessitats de l'esportista.

4. Altres àlgies relacionades amb l'esport

- Patologia cervical, sistema estomatognàtic i ATM.
- Patologia cervical, dorsal i lumbar.

Mòdul: Detecció, abordatge, readaptació i prevenció de lesions lligamentoses

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Introducció a les lesions lligamentoses

- Classificació de les lesions lligamentoses: esquinços, trencaments parcials i complets.
- Factors de risc intrínsecs i extrínsecs en les lesions lligamentoses.
- Epidemiologia de les lesions lligamentoses en diferents esports.

2. Aspectes biomecànics de les lesions lligamentoses

- Mecanismes de lesió que predisposen a lesions lligamentoses.
- Factors biomecànics que afecten a la cicatrització i recuperació dels lligaments.
- Anàlisi biomecànic dels gestos esportius associats a lesions lligamentoses.

3. Avaluació i diagnòstic de lesions lligamentoses

- Història clínica de lesions lligamentoses.
- Exploració física i proves específiques per a la detecció de lesions lligamentoses: proves d'estabilitat i funció.
- Proves d'imatge en el diagnòstic de lesions lligamentoses: ecografia, ressonància magnètica i artroscòpia.

4. Tractament conservador i quirúrgic de lesions lligamentoses

- Abordatge inicial de les lesions lligamentoses.
- Indicacions i procediments quirúrgics en la reparació de lligaments.
- Comparació entre tractament conservador i quirúrgic: criteris d'elecció.

5. Fisioteràpia i readaptació funcional de lesions lligamentoses

- Principis de la rehabilitació i readaptació de lesions lligamentoses: fases de recuperació.
- Programes de rehabilitació i readaptació específics per a les lesions més freqüents.
- Exercici terapèutic en les lesions de lligament.

Mòdul: Detecció, abordatge, readaptació i prevenció de lesions musculars

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Introducció a les lesions musculars

- Classificació de les lesions musculars.
- Factors de risc intrínsecs i extrínsecs en les lesions musculars.
- Epidemiologia de les lesions musculars en diferents esports.

2. Mecanismes de lesió i processos de cicatrització

- Mecanismes biomecànics de les lesions musculars: forces externes i contraccions musculars excèntriques.
- Processos biològics de cicatrització del teixit muscular.
- Influència de la biomecànica i l'estrès repetitiu en la regeneració muscular.
- Factors que alteren el procés de cicatrització.

3. Avaluació i diagnòstic de lesions musculars

- Avaluació clínica inicial: anamnesi i exploració física.
- Proves específiques per a lesions musculars.
- Tècniques avançades d'imatge: ressonància magnètica i el seu rol en les lesions musculars.

4. Fisioteràpia i readaptació funcional de lesions musculars

- Principis de la rehabilitació i readaptació de lesions musculars: fases de recuperació.
- Disseny de programes adaptats a lesions musculars específiques.
- Programes de rehabilitació i readaptació específics per a les lesions més freqüents.
- Exercici terapèutic en les lesions de lligament.

Mòdul: Detecció, abordatge, readaptació i prevenció de lesions tendinoses

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Anatomia i fisiologia dels tendons

- Estructura del tendó: composició cel·lular, matriu extracel·lular i vascularització.
- Funció biomecànica dels tendons en el moviment i l'estabilització articular.
- Adaptacions tendinoses a l'entrenament i sobre ús.

2. Tipologia i mecanismes de lesions tendinoses

- Classificació de les lesions tendinoses.
- Factors de risc per a les lesions tendinoses.
- Mecanismes de lesió tendinosa i patomecànica de les lesions cròniques.

3. Avaluació i diagnòstic de lesions tendinoses

- Història clínica i avaluació subjectiva.
- Exploració física i proves funcionals.

4. Fisioteràpia i readaptació funcional de lesions tendinoses

- Principis de la rehabilitació i readaptació de lesions tendinoses: fases de recuperació.
- Progressió de la càrrega en la readaptació tendinosa.
- Disseny de programes adaptats a lesions tendinoses específiques.
- Programes de rehabilitació i readaptació específics per a les lesions més freqüents.
- Exercici terapèutic en les lesions tendinoses.

Mòdul: Eines de valoració funcional, planificació, programació i readaptació

ECTS: 6

Durada: 60 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Eines de valoració funcional en fisioteràpia de l'esport

- Valoració de la força i resistència muscular
- Valoració de la resistència cardiorrespiratòria
- Anàlisi del rang de moviment: goniometria, inclinometria i sistemes

de captura de moviment.

- Anàlisi biomecànic: plataformes de força i altres
- Avaluació neuromuscular: dèficits neuromusculars i asimetries en el moviment
- Eines de valoració específiques en l'esport.

2. Planificació i programació de les sessions de rehabilitació/readaptació

- Teoria i principis de l'entrenament
- Bases del disseny de programes
- Estratègies de programació per a la rehabilitació/readaptació de lesions
- Programació de la càrrega de treball: gestió del volum i intensitat
- Planificació del retorn a l'esport: progressió des de la lesió fins a l'alta esportiva

3. Estratègies de recuperació i readaptació funcional

- Rehabilitació i readaptació aquàtica

4. Monitorització i avaluació continua de l'esportista lesionat

- Tècniques de monitoratge de la càrrega interna i externa.
- Mètodes per al seguiment del progrés de l'esportista lesionat: tests funcionals recurrents.
- Ajust de la planificació en funció dels resultats del monitoratge.
- Eines digitals per a la gestió de dades i seguiment de l'esportista lesionat.

Mòdul: Patologies en l'esport: impacte en el rendiment i estratègies d'intervenció

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:
1. Patologia infecciosa en l'esport

- Introducció a les malalties infeccioses en esportistes.
- Infeccions comunes: transmissió, prevenció i tractament.
- Impacte d'infeccions virals i bacterianes en el rendiment esportiu.
- Estratègies de prevenció i control en entorns esportius.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

2. Patologia psicològica/psiquiàtrica en l'esport

- Trastorns d'ansietat i depressió en esportistes.
- Trastorns alimentaris i la seva relació amb l'esport.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

3. Patologia sistèmica en l'esport

- Malalties autoimmunes: lupus, artritis reumàtica i altres.
- Diabetis mellitus en l'esportista: maneig i control.
- Patologies hepàtiques i renals: implicacions per a l'entrenament i la competició.
- Adaptacions per a esportistes amb malalties sistèmiques.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

4. Patologia ginecològica en l'esport

- Salut menstrual i el seu impacte en el rendiment esportiu.
- Síndrome de la tríada de la dona atleta: prevenció i tractament.
- Embaràs i postpart en esportistes: adaptacions.
- Problemes ginecològics comuns i la seva intervenció en l'esport
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

5. Patologia respiratòria en l'esport

- Asma induïda per l'exercici: detecció i maneig.
- Malalties pulmonars cròniques i el seu impacte en el rendiment.
- Infeccions respiratòries agudes i cròniques en esportistes.
- Intervencions terapèutiques i estratègies d'adaptació de l'entrenament.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

6. Patologia cardíaca en l'esport

- Cardiopaties congènites i adquirides en esportistes.
- Mort sobtada en l'esport: prevenció i protocols d'actuació.
- Consideracions en fisioteràpia de l'esport.

7. Patologia dermatològica en l'esport

- Lesions cutànies comunes.
- Infeccions de la pell: prevenció i tractament en contextos esportius.
- Efectes de l'ambient (sol, fred, humitat) en la salut de la pell de

l'esportista.

- Estratègies de cura dermatològica per a esportistes.

Mòdul: Psicologia de l'esport: optimització mental per al rendiment i la recuperació

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1.Fonaments de la psicologia de l'esport

- Introducció a la psicologia de l'esport: conceptes clau i evolució.
- Teories del rendiment esportiu des de la perspectiva psicològica.
- Factors psicològics que influeixen en el rendiment esportiu.
- Personalitat i esport.

2. Estratègies de motivació i adherència al tractament de fisioteràpia

- Tècniques per a augmentar la motivació intrínseca i extrínseca.
- Desenvolupament de la resiliència en esportistes.
- Programes d'adherència a mig i llarg termini en la rehabilitació i readaptació.

3. Maneig de l'estrès i l'ansietat en l'esport

- Estrès i ansietat en contextos esportius: causes i conseqüències.
- Tècniques de control de l'estrès i maneig de l'ansietat competitiva.

4. Psicologia de la rehabilitació esportiva: estratègies d'aplicació diària

- Impacte psicològic de les lesions esportives: el context i el procés.
- Gestió de les emocions durant una lesió: com funcionen i com afecten.
- Tècniques per a fomentar l'adherència a la rehabilitació.
- Detecció bàsica d'alteracions psicoemocionals, com i quan derivar.

Mòdul: Esport adaptat i fisioteràpia esportiva

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut:

1. Introducció a l'esport adaptat i la fisioteràpia esportiva

- Conceptes i fonaments de l'esport adaptat: definició, història i evolució.
- Diferències i similituds entre l'esport convencional i l'esport adaptat.
- Importància de l'enfocament interdisciplinari en l'atenció a atletes amb discapacitats.

2. Tipus de discapacitat i el seu impacte en el rendiment esportiu

- Discapacitat física: paràlisi cerebral, amputacions, lesions medul·lars.
- Discapacitat sensorial: sordesa, ceguesa i les seves implicacions en la pràctica esportiva.
- Discapacitat intel·lectual: trastorns del desenvolupament i el seu impacte en el rendiment esportiu.

3. Adaptacions en la fisioteràpia esportiva per a atletes amb discapacitat

- Adaptacions en l'exercici i entrenament físic per a esportistes amb discapacitat.
- Estratègies de prevenció de lesions adaptades a les necessitats específiques de cada tipus de discapacitat.
- Readaptació esportiva i retorn a l'activitat per a esportistes amb discapacitats.
- Integració de tecnologies de suport i dispositius ortopèdics en l'entrenament i la rehabilitació.

4. Anàlisi de casos reals d'esportistes amb diferents tipus de discapacitat.

Mòdul: Treball de fi de Diploma

ECTS: 3

Durada: 30 h.

Idiomes: Català - Castellà - Anglès

Contingut: .

Fundació URV. Centre de Formació Permanent
Av Onze de Setembre, 112. 43203 REUS
(+34) 977 779 950
formacio@fundacio.urv.cat

www.fundacio.urv.cat/formacio
[Linkedin](#) | [Twitter](#) | [Facebook](#) | [Instagram](#)