ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Afrontamiento Psicológico de las Lesiones Deportivas: Reacción Emocional, Adherencia a la Rehabilitación y Retorno a la Competición

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Especialízate con el Curso de Formación Permanente en Afrontamiento Psicológico de las Lesiones Deportivas de ICUFOR y adquiere una visión integral sobre uno de los desafíos más complejos en el ámbito deportivo. Las lesiones no solo representan un obstáculo físico, sino que generan un impacto emocional profundo que puede condicionar la recuperación y el futuro competitivo del atleta. Este programa te prepara para intervenir de manera efectiva en cada etapa del proceso, desde la reacción inicial hasta la reincorporación plena a la actividad deportiva.

A lo largo de la formación, profundizarás en los modelos teóricos que explican las respuestas psicológicas ante las lesiones, los factores de riesgo implicados y las técnicas de intervención más eficaces.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Fundamentar la comprensión de la lesión deportiva aplicando el marco biopsicosocial y las principales corrientes teóricas de la psicología del deporte.

Identificar los factores de riesgo y protección psicológicos analizando su papel en la vulnerabilidad lesiva del deportista.

Conocer los modelos teóricos de respuesta psicológica a la lesión diferenciando sus componentes cognitivos, emocionales y conductuales.

Describir las reacciones emocionales y repercusiones psicológicas derivadas de la lesión distinguiendo las variables moduladoras y los trastornos clínicos asociados.

Dominar los instrumentos de evaluación psicológica del deportista lesionado aplicando criterios de detección de respuestas desadaptativas a lo largo de la rehabilitación.

Diseñar intervenciones psicológicas durante el proceso rehabilitador integrando técnicas cognitivas, de regulación emocional, visualización y terapias de tercera generación.

Desarrollar estrategias de promoción de la adherencia terapéutica y de preparación para el retorno competitivo incorporando la gestión del miedo a la re-lesión.

Implementar protocolos interdisciplinares de atención psicológica integral adaptando la intervención a poblaciones específicas y contextos deportivos particulares.

Temario

01 Fundamentos de la psicología del deporte aplicada al contexto de las lesiones deportivas

1.1. Evolución histórica de la psicología del deporte y su progresiva vinculación con el estudio de las lesiones
1.2. Marco conceptual de la lesión deportiva desde una perspectiva biopsicosocial
1.3. Principales corrientes teóricas en psicología del deporte aplicables a la comprensión de la lesión
1.4. Competencias profesionales y marco ético-deontológico de la intervención psicológica con deportistas lesionados

02 Epidemiología de las lesiones deportivas y factores de riesgo psicológico

2.1. Clasificación y tipología de las lesiones deportivas más frecuentes en el deporte competitivo
2.2. Incidencia y prevalencia de lesiones según disciplina deportiva y nivel de rendimiento
2.3. Factores de riesgo psicológicos implicados en la aparición de lesiones deportivas
2.4. El modelo de estrés y lesión deportiva de Williams y Andersen
2.5. Factores psicológicos protectores frente a la vulnerabilidad lesiva
2.6. Estrategias de prevención psicológica orientadas a la reducción del riesgo de lesión

Temario

03 Modelos teóricos de la respuesta psicológica a la lesión deportiva

3.1. Evolución histórica de los modelos explicativos de la respuesta psicológica a la lesión
3.2. Modelos basados en las etapas del duelo aplicados a la lesión deportiva
3.3. El modelo cognitivo de valoración de Brewer y su aplicación a la lesión deportiva
3.4. El modelo integrado de respuesta psicológica a la lesión de Wiese-Bjornstal
3.5. El modelo biopsicosocial aplicado a la rehabilitación deportiva
3.6. Modelos de afrontamiento aplicados específicamente a la lesión deportiva
3.7. Integración de modelos para la comprensión global del proceso de respuesta a la lesión

Temario

04 Reacciones emocionales y repercusiones psicológicas de la lesión deportiva

4.1. Respuestas emocionales predominantes tras la aparición de una lesión deportiva
4.2. Impacto de la lesión sobre la identidad deportiva y el autoconcepto del atleta
4.3. Aislamiento social y alteración de la dinámica relacional del deportista lesionado
4.4. Trastornos psicológicos clínicos asociados a las lesiones deportivas
4.5. Variables moduladoras de la intensidad y duración de la respuesta emocional
4.6. Diferencias individuales en la respuesta emocional a la lesión deportiva

05 Evaluación psicológica del deportista lesionado a lo largo del proceso de rehabilitación

5.1. Objetivos y principios rectores de la evaluación psicológica en el contexto de la lesión deportiva
5.2. La entrevista clínica y semiestructurada con el deportista lesionado
5.3. Instrumentos psicométricos específicos para la evaluación del deportista lesionado
5.4. Indicadores de alerta y detección de respuestas psicológicas desadaptativas
5.5. Evaluación continuada y seguimiento psicológico longitudinal a lo largo de la rehabilitación

Temario

06 Estrategias de intervención psicológica durante la rehabilitación de lesiones deportivas

6.1. Principios generales y objetivos de la intervención psicológica en el proceso rehabilitador
6.2. Establecimiento de objetivos como herramienta de motivación y estructuración del proceso
6.3. Técnicas cognitivas aplicadas a la gestión del pensamiento del deportista lesionado
6.4. Técnicas de regulación emocional y manejo del estrés durante la rehabilitación
6.5. Visualización e imaginería como herramientas psicológicas de apoyo a la rehabilitación
6.6. Intervención psicológica en la gestión del dolor asociado a la lesión y la rehabilitación
6.7. Fortalecimiento y optimización de la red de apoyo social del deportista lesionado
6.8. Intervenciones fundamentadas en terapias de tercera generación aplicadas a deportistas lesionados

Temario

07 Adherencia a los programas de rehabilitación: determinantes psicológicos y estrategias de promoción

7.1. Concepto, dimensiones y relevancia clínica de la adherencia terapéutica en el contexto deportivo
7.2. Modelos teóricos explicativos de la adherencia a la rehabilitación deportiva
7.3. Factores personales que condicionan el nivel de adherencia a la rehabilitación
7.4. Factores contextuales y relacionales que influyen en la adherencia del deportista
7.5. Indicadores conductuales y actitudinales de adherencia y de no adherencia al programa
7.6. Estrategias psicológicas para la mejora y el mantenimiento de la adherencia terapéutica
7.7. Gestión psicológica de las recaídas, los estancamientos y los retrocesos durante la rehabilitación

Temario

08 Preparación psicológica para el retorno a la actividad deportiva y la competición

8.1. Conceptualización del retorno a la competición como un proceso psicológico complejo y multifactorial
8.2. Criterios psicológicos de preparación y disposición para el retorno deportivo
8.3. El miedo a la re-lesión como principal barrera psicológica para el retorno a la competición
8.4. Diseño de programas de reincorporación progresiva al entrenamiento y la competición
8.5. Gestión de las expectativas del deportista, el cuerpo técnico y el entorno social
8.6. Recuperación de la confianza deportiva y reconstrucción del rendimiento competitivo

Temario

09 Poblaciones específicas y contextos particulares en el afrontamiento psicológico de lesiones deportivas

9.1. Afrontamiento de lesiones deportivas en deportistas jóvenes y en etapas de formación
9.2. Lesiones deportivas en deportistas de élite y alto rendimiento
9.3. Afrontamiento psicológico de lesiones en deportistas veteranos y en la fase final de su carrera
9.4. Perspectiva de género en las reacciones emocionales y las estrategias de afrontamiento ante lesiones
9.5. Lesiones crónicas, recurrentes y de larga duración: particularidades psicológicas de la intervención

10 Trabajo interdisciplinar y práctica profesional en la atención psicológica integral al deportista lesionado

10.1. El equipo multidisciplinar en la rehabilitación de lesiones deportivas
10.2. Integración del psicólogo del deporte en los servicios médicos y de rendimiento deportivo
10.3. Diseño y aplicación de protocolos integrales de intervención psicológica ante lesiones deportivas
10.4. Investigación actual y líneas de avance en la psicología de las lesiones deportivas

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06

Contenidos actualizados

Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07

El curso, por escrito

Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08

Autónomo, pero acompañado

Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09

Enseñanza adaptada

Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10

Estudio sencillo e intuitivo

Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

