ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Lesiones Musculotendinosas por Actividad Física: Prevención y Tratamiento para Fisioterapeutas

4 ECTS | 100 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 este programa diseñado específicamente para fisioterapeutas que desean profundizar en el abordaje integral de las lesiones musculotendinosas derivadas de la práctica deportiva y el ejercicio físico. En ICUFOR te ofrecemos una formación rigurosa y actualizada que responde a la creciente demanda de profesionales capacitados para atender tanto a deportistas de élite como a personas físicamente activas que sufren este tipo de patologías, cada vez más frecuentes en nuestra sociedad.

A lo largo del programa, adquirirás conocimientos sólidos en anatomía funcional, biomecánica y fisiopatología del sistema musculotendinoso, así como competencias avanzadas en evaluación, diagnóstico diferencial y razonamiento clínico.

Duración
100 horas

Créditos
4 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Dominar los fundamentos anatómicos y biomecánicos del sistema musculotendinoso, identificando las estructuras y los mecanismos implicados en la respuesta tisular ante la carga derivada de la actividad física.

Aplicar un proceso estructurado de evaluación y diagnóstico fisioterapéutico, integrando los hallazgos de la anamnesis, la exploración física, las pruebas de imagen y la valoración funcional mediante un razonamiento clínico fundamentado.

Elaborar planes de tratamiento fisioterapéutico para las lesiones musculares, seleccionando las modalidades terapéuticas —ejercicio, terapia manual, agentes físicos y técnicas invasivas— más adecuadas según la fase de reparación y los objetivos clínicos.

Comprender los mecanismos fisiopatológicos de las lesiones musculares y tendinosas, diferenciando los procesos lesionales según su etiología, los factores de riesgo asociados y las fases biológicas de reparación tisular.

Diseñar estrategias de prevención de lesiones musculotendinosas basadas en la evidencia, incorporando modelos teóricos, programas de ejercicio preventivo y acciones interdisciplinares adaptadas al perfil del deportista.

Desarrollar intervenciones fisioterapéuticas específicas para las tendinopatías más prevalentes, fundamentando la gestión de la carga mecánica y la progresión del ejercicio terapéutico en el modelo del continuum de la patología tendinosa.

Objetivos del curso

Implementar programas de readaptación funcional y retorno a la actividad física tras lesión musculotendinosa, estableciendo criterios de progresión clínicos, funcionales y psicológicos que garanticen una reintegración deportiva segura.

Justificar la toma de decisiones clínicas a lo largo de todo el proceso asistencial, relacionando la evidencia científica con la valoración individualizada del paciente y la coordinación con el equipo multidisciplinar.

Temario

01 Fundamentos anatómicos y biomecánicos del sistema musculotendinoso aplicados a la práctica fisioterapéutica

1.1. Anatomía funcional del tejido muscular esquelético en el contexto de la actividad física
1.2. Anatomía funcional del tendón y de la unión miotendinosa
1.3. Biomecánica del complejo musculotendinoso durante el ejercicio y la actividad deportiva
1.4. Respuestas adaptativas del sistema musculotendinoso al ejercicio y a la carga progresiva

02 Fisiopatología de las lesiones musculotendinosas asociadas a la actividad física

2.1. Mecanismos lesionales del tejido muscular en el contexto de la actividad física y el deporte
2.2. Mecanismos lesionales del tejido tendinoso asociados al ejercicio físico
2.3. Procesos biológicos de reparación y regeneración del tejido muscular y tendinoso lesionado
2.4. Sistemas de clasificación de las lesiones musculotendinosas con aplicación clínica
2.5. Factores de riesgo para las lesiones musculotendinosas en deportistas y personas físicamente activas
2.6. Epidemiología de las lesiones musculotendinosas según el tipo de actividad física y el perfil del deportista

Temario

03 Evaluación y diagnóstico fisioterapéutico de las lesiones musculotendinosas

3.1. Anamnesis y entrevista clínica orientada a la identificación de la lesión musculotendinosa
3.2. Exploración física del tejido muscular lesionado
3.3. Exploración física del tejido tendinoso y de las estructuras peritendinosas
3.4. Pruebas complementarias de imagen aplicadas a las lesiones musculotendinosas
3.5. Herramientas de valoración funcional y del rendimiento físico en el contexto de la lesión
3.6. Diagnóstico diferencial de las principales lesiones musculotendinosas frente a otras entidades clínicas
3.7. Razonamiento clínico y toma de decisiones en el proceso diagnóstico fisioterapéutico

Temario

04 Estrategias de prevención de lesiones musculotendinosas en la actividad física y el deporte

4.1. Modelos teóricos de prevención de lesiones deportivas y su aplicación práctica
4.2. Evaluación de factores de riesgo y monitorización de la carga en el deportista
4.3. Programas de ejercicio preventivo orientados a la protección del sistema musculotendinoso
4.4. Estrategias complementarias de prevención: calentamiento, nutrición, descanso y factores sistémicos
4.5. Comunicación interdisciplinar y educación del deportista para la adherencia a programas preventivos

Temario

05 Tratamiento fisioterapéutico de las lesiones musculares derivadas de la actividad física

5.1. Principios generales del abordaje fisioterapéutico de las lesiones del tejido muscular
5.2. Manejo fisioterapéutico en la fase aguda e inflamatoria de la lesión muscular
5.3. Ejercicio terapéutico en la rehabilitación de las lesiones musculares
5.4. Terapia manual y técnicas de movilización de tejidos blandos en las lesiones musculares
5.5. Electroterapia y agentes físicos aplicados a la recuperación de las lesiones musculares
5.6. Técnicas invasivas de fisioterapia en el tratamiento de las lesiones musculares
5.7. Abordaje de las complicaciones y secuelas derivadas de las lesiones musculares

Temario

06 Tratamiento fisioterapéutico de las lesiones tendinosas asociadas a la actividad física

6.1. Principios generales del abordaje fisioterapéutico de las tendinopatías
6.2. Ejercicio terapéutico como pilar fundamental en la rehabilitación de las tendinopatías
6.3. Terapia manual y técnicas miofasciales aplicadas al tratamiento de las tendinopatías y las estructuras adyacentes
6.4. Electroterapia y agentes físicos en el abordaje de las tendinopatías
6.5. Técnicas invasivas de fisioterapia en el tratamiento de las tendinopatías
6.6. Interacción entre el tratamiento fisioterapéutico conservador y las opciones médico-quirúrgicas en las tendinopatías
6.7. Abordaje fisioterapéutico específico de las tendinopatías más prevalentes en la actividad física
6.8. Criterios de alta fisioterapéutica y transición al programa de readaptación funcional en las tendinopatías

Temario

07 Readaptación funcional y retorno a la actividad física tras lesión musculotendinosa

7.1. Fundamentos, marco conceptual y rol del fisioterapeuta en la readaptación funcional tras lesión musculotendinosa
7.2. Criterios de progresión y toma de decisiones clínicas para el retorno a la actividad física
7.3. Programación del ejercicio en las fases de readaptación funcional tras lesión musculotendinosa
7.4. Aspectos psicológicos y conductuales del deportista en el proceso de retorno a la actividad física tras lesión
7.5. Estrategias de prevención de recidivas y gestión integral del retorno deportivo

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 4 créditos ECTS y 100 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

