

7ª Edición

[www.esyde.eu](http://www.esyde.eu)  
[www.ip-ceua.es](http://www.ip-ceua.es)



Máster propio

# Actividad Física, Salud y Patologías



CEU

*Instituto de Posgrado*  
*Fundación San Pablo Andalucía*

# Presentación

Debido a la alta demanda de la sociedad y poca formación por parte de profesionales en torno a la salud y prescripción de ejercicio físico en personas con requerimientos específicos, nace la idea de un Máster que prepare a profesionales que sean capaces de trabajar adecuadamente con personas con diferentes patologías, tales como cáncer, diabetes, obesidad, etc... El presente Máster pretende formar a personas que pretendan trabajar en centros de salud o entrenamiento orientados a este tipo de población. Para ello usaremos un modelo formativo basado en la investigación y adquisición de conocimientos y competencias específicas que lo cualifiquen para poder desempeñar con éxito labores de entrenamiento individualizado en ámbitos de fitness, wellness, el deporte y centros de salud y rehabilitación. Este Máster proporcionará al alumnado una formación eminentemente práctica para lo cual se cuenta con un profesorado especializado de reconocimiento y prestigio nacional e internacional que aportará una visión realista e innovadora del sector profesional.

” *El secreto del éxito es persistencia por la meta*

## Dirección académica



**Lamberto Conde Fernández**  
lconde@esyde.es



**Manuel Reyes Sánchez**  
mreyes@esyde.es



**Francisco Javier Muñoz Cintado**  
fcintado@esyde.es



# Objetivos del máster

01

Lograr los conocimientos científicos y recursos metodológicos más actuales para la prevención y mejora de patologías y factores de riesgo para la salud que son susceptibles de mejora mediante el ejercicio físico

02

Conocer los aspectos básicos sobre anatomía funcional, biomecánica, bioenergética y nutrición humana.

03

Conocer y aplicar los diferentes métodos de evaluación y entrenamiento de los componentes de la condición física saludable.

04

Conocer los aspectos fundamentales y prescripción de ejercicio en cada patología.

05

Saber las consecuencias de cada patología en las respuestas fisiológicas agudas al ejercicio y en las adaptaciones crónicas al entrenamiento.

06

Aprender a realizar las evaluaciones previas que requiera cada patología.

07

Facilitar la adherencia de los pacientes a la práctica regular de ejercicio físico

08

Aprender a desarrollar un trabajo de condición física en salas de cinesiterapia.

09

Utilizar el agua como instrumento de mejora de las diferentes cualidades físicas en el paciente.



# Plan de estudios

## Bloque 1

### ***Presentación, contextualización, recursos electrónicos y conocimiento científico*** 2 Créditos ECTS.

1. Búsqueda y gestión de la información a través de recursos electrónicos. Contextualización de la figura de un Educador Físico en entornos hospitalarios. Aplicaciones informáticas básicas para el desempeño de un profesional del entrenamiento. Uso y aplicación de la psicología inversa en procesos de mejora. Sports management. Big data y salud articular. Uso y aplicación de la metodología de los sistemas dinámicos complejos.

## Bloque 2

### ***Biología molecular: Efectos del ejercicio físico*** 5 Créditos ECTS.

1. Envejecimiento celular, aspectos fisiológicos, alteraciones orgánicas inducidas por la edad, factores biológicos que contrarrestan los efectos del envejecimiento.
2. Valoración e interpretación de las respuestas fisiopatológicas.
3. Adaptaciones musculares, hormonales, endocrinas y del tejido adiposo.
4. Abordaje y control del dolor. Neurodinamia activa.
5. Biomecánica articular, anatomía y ejercicio correctivo en tobillo y rodilla.

## Bloque 3

### ***Evaluación de la actividad física, condición física y salud*** 6 Créditos ECTS.

1. Evaluación estática y dinámica del paciente. Ergonomía y control postural.
2. La importancia de la cineantropometría en el mundo de la salud.
3. Evaluación del estado de salud relacionada con la calidad de vida y el bienestar.
4. Métodos de evaluación y entrenamiento del componente muscular: Fuerza, resistencia y velocidad de contracción.
5. Composición corporal. Masa magra y masa grasa. ¿Realmente existe una pandemia infantil?

## Bloque 4

### ***Actividad física para la salud en el medio acuático*** 2 Créditos ECTS.

1. Entrenamiento en el medio acuático como mejora de la condición física en adultos y mayores. Elásticos y materiales de resistencia progresiva.

## Bloque 5

### ***Fisioterapia y rehabilitación en sala de cinesioterapia*** 12 Créditos ECTS.

1. Patomecánica del pie y ejercicio correctivo.
2. Reeduación neuromuscular.
3. Movilidad y control postural.
4. Entrenamiento funcional orientado a la fuerza en mayores.
5. Kinesiología geriátrica.
6. Respiración diafragmática y cadenas musculares.
7. Entrenamiento isoinercial (EPTE) y sistemas de entrenamiento interválicos (HIIT, Tabata, etc...).
8. Neurología del movimiento. 3D Movility y flossing.
9. Entrenamiento visual-motor y metodología SVVT.
10. Disfunciones del sistema miofascial y kinesiotaping. Metodología Kinstrech.
11. Control neuromuscular cervical: Ejercicio terapéutico.
12. Pilates y salud.

# Plan de estudios

## Bloque 6

### *Prescripción de ejercicio físico en patologías*

15 Créditos ECTS.

1. Patologías cardiovasculares:
  - A) Síndrome metabólico y celulitis.
  - B) Diabetes y salud digital.
  - C) Educación diabetológica.
  - D) Cardiopatía e hipertensión.
2. Enfermedades respiratorias:
  - A) Asma.
  - B) EPOC (Enfermedad pulmonar obstructiva crónica).
3. Enfermedades Neuromusculares:
  - A) Lesión medular.
  - B) Enfermedad de párkinson.
  - C) Alzheimer.
  - D) Esclerosis múltiple y esclerosis lateral amiotrófica (ELA)
  - E) Daño cerebral e ictus.
4. Patologías músculo-esqueléticas:
  - A) Raquis. Uso del core como elemento de control del tronco.
  - B) Osteoartrosis (OA).
  - C) Osteoporosis y riesgo de caídas.
5. Entrenamiento adaptado a otras patologías:
  - A) Insuficiencia renal crónica.
  - B) Fibromialgia y síndrome de fatiga crónica.
  - C) Deterioro cognitivo.
  - D) Cáncer. Oncología pediátrica.
  - E) Anorexia (TCA).
  - F) Enfermedad intestinal inflamatoria (Crohn y colitis ulcerosa).
6. Poblaciones con requerimientos específicos:
  - A) Entrenamiento personal en adultos y mayores. Dosis y planificación.
  - B) Discapacidad y deterioro motor.
  - C) Entrenamiento en la mujer. Embarazo y post-parto.
  - D) Prescripción de ejercicio físico en edades tempranas (metodología FisrtGym).
  - E) Variabilidad de la frecuencia cardiaca: Intervención clínica.
  - F) Neoplasias Mieloproliferativas. Ejercicio y trombosis.
  - G) Enfermedades raras y de base genética.

## Bloque 7

### *Procesos afectivos. Autoestima y calidad de vida en personas adultas y mayores*

5 Créditos ECTS.

1. Intervención clínica en ansiedad y estrés.
2. Técnicas de control de la activación: Relajación y respiración (Schultz-Jacobson).
3. Técnicas de Soporte Vital Básico.
4. Estrategias psicológicas de adherencia a la actividad física.
5. Habilidades comunicativas.
6. Ejercicio físico, sistema inmune y Covid-19 (SARS-Cov-2).



# Plan de estudios

## Bloque 7

### Optimización de la alimentación para la salud

3 Créditos ECTS.

1. La nutrición orientada a la salud: Fundamentación teórica.
2. Nutrición en obesidad.
3. Nutrición en patologías con requerimientos especiales.

## Bloque 7

### Trabajo Final de Máster (TFM).

10 Créditos ECTS.

1. Estructura y criterios de evaluación del TFM.
2. Control y seguimiento del TFM.
3. Recursos electrónicos y lecturas recomendadas.
4. Exposición y evaluación del TFM.

El formato de docencia será presencial salvo que las autoridades competentes lo impidan y se pasará, en ese contexto, a docencia telemática.



## Temporalización

La carga lectiva del máster es de 1.500 horas (60 créditos ECTS), de las cuales 300 horas son presenciales y las restantes tendrán un carácter no presencial destinado a otras actividades de formación.

La docencia se distribuirá en sesiones teóricas y teórico-prácticas, sin perjuicio de que la orientación del curso deberá tender, fundamentalmente, al desarrollo de propuestas de aplicación tanto de los fundamentos como de los procedimientos para adquirir adecuadamente los contenidos propuestos.

El número de sesiones presenciales será de 20 durante el curso académico, siendo obligatoria la asistencia al 80% de las mismas para que el alumnado sea evaluado y poder optar a la obtención del título correspondiente.

Las clases presenciales se celebrarán los viernes y sábados (podría existir alguna excepción), en horario de 16:00 a 21:00 (viernes) y 9:00-14:00 // 16:00-21:00 (sábado).

Durante el curso académico facilitaremos al alumnado 100 horas de prácticas en empresas relacionadas con el ámbito del entrenamiento y la salud.

# Temporalización

SEMINARIO 1 Octubre	SEMINARIO 2 Noviembre	SEMINARIO 3 Noviembre	SEMINARIO 4 Diciembre	SEMINARIO 5 Diciembre
SEMINARIO 6 Enero	SEMINARIO 7 Enero	SEMINARIO 8 Febrero	SEMINARIO 9 Febrero	SEMINARIO 10 Marzo
SEMINARIO 11 Marzo	SEMINARIO 12 Marzo	SEMINARIO 13 Abril	SEMINARIO 14 Abril	SEMINARIO 15 Mayo
SEMINARIO 16 Mayo	SEMINARIO 17 Mayo	SEMINARIO 18 Junio	SEMINARIO 19 Evaluación TFM Junio	

La temporalización puede sufrir pequeñas modificaciones ante circunstancias imprevistas y por motivos propiamente académicos.

## Requisitos de Acceso

Al máster Propio en Actividad Física, Salud y Patologías, se puede acceder cumpliendo una de las siguientes condiciones (por orden de preferencias).

- Ser licenciado universitario o titulación equivalente.
- Ser maestro especialidad Educación Física
- Ser diplomado o graduado en fisioterapia o nutrición, o en otra área relacionada con las ciencias biológicas.
- Estar matriculado en el último curso de carrera de la Licenciatura o grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte u otra titulación a fin con Ciencias Biológicas.

***El número máximo de plazas disponibles es de 40 personas***

# Metodología

Para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado se han considerado diversos aspectos. El Máster se impartirá de acuerdo a la metodología basada en créditos ECTS siguiendo el criterio de la participación activa del alumno en el proceso de aprendizaje.

Las sesiones no se plantean como una mera transmisión de conocimiento desde el profesor al alumno, sino como el aprendizaje por parte del alumno 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 profesional. 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 sociales.

Durante el curso académico, de forma intercalada, se impartirán sesiones teóricas y prácticas con la idea de afianzar el contenido aplicado en el alumnado y que éstos adquieran técnicas y herramientas reales para su puesta en práctica con el paciente.

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 significatividad.

Al finalizar el curso, los alumnos deberán presentar un proyecto de Final de Máster en el que se refleje la capacidad científica y profesional adquirida en el diseño y desarrollo de un programa con requerimientos específicos explicando las técnicas y estímulos utilizados durante su programa de intervención. Igualmente, deberán ser capaces de defenderlo ante un tribunal académico (formado por miembros del comité académico y profesores del máster) demostrando de este modo su habilidad para resolver un caso de intervención en defensa oral.





# Evaluación

La evaluación del Máster se realizará de acuerdo al siguiente procedimiento:

## 01 Asistencia

Debiendo asistir al 80% del total de las sesiones anuales.

## 02 Lectura y trabajos online

El alumnado deberá de entregar una serie de trabajos por cada bloque / módulo de contenidos impartidos durante el curso académico. Herramienta de evaluación: Excel.

## 03 Trabajo final de Máster (TFM)

Los alumnos deberán plasmar de manera escrita los conocimientos adquiridos, ejemplificándolos en un caso profesional, lo más cercano posible a la realidad. Posteriormente será defendido ante un tribunal (formado por miembros del comité académico, profesional externo especialista en la materia o personal docente dentro del Máster).

Para conseguir el título denominado Máster Propio en Actividad Física, salud y Patologías, el alumnado deberá de aprobar con apto, todos los trabajos pertinentes, la asistencia, el TFM y la herramienta de evaluación. Para una vez tener todo superado, poder solicitar la expedición del título (tasas aparte).

La persona tiene la posibilidad de entregar todo, incluido la defensa del TFM durante el año académico (Junio-Septiembre).

En caso de no superar ese año el TFM y trabajos pertinentes (sea el motivo que fuese) deberán de entregarlo al siguiente año académico, para ello deberán de abonar las tasas pertinentes en base a los créditos del módulo (siendo el TFM 10 créditos ECTS). La evaluación del TFM se distribuye de la siguiente manera (40% nota del tutor y 60% nota del tribunal).



# Instalaciones

El Máster Propio en “Actividad Física, Salud y Patologías” tendrá lugar en la Fundación Universitaria CEU San Pablo Andalucía, que se encuentra en la calle Maimónides, 41930 (Bormujos-Sevilla).



El curso del Máster tiene un coste de 3.700€ para inscripciones antes del 31 de Julio y de 3.950€ para inscripciones a partir del 1 de agosto. 3.680€ solo para colegiados. El precio del máster incluye material didáctico y ropa deportiva.

\*Aquellos estudiantes que deseen obtener el título de Máster deberán abonar las tasas correspondientes a los derechos de expedición del mismo, que serán fijadas para curso académico por el consejo social.



CEU

*Instituto de Posgrado*

*Fundación San Pablo Andalucía*

# Inscripción

Para formalizar la matrícula e inscripción, deben de ponerse en contacto con [www.ceu-andalucia.es](http://www.ceu-andalucia.es) o [www.esyde.eu](http://www.esyde.eu) y adjuntar la siguiente documentación:  
Para formalizar la matrícula e inscripción, deben de ponerse en contacto con [www.ceu-andalucia.es](http://www.ceu-andalucia.es) o [www.esyde.eu](http://www.esyde.eu) y adjuntar la siguiente documentación:

- Copia de resguardo de pago.
- Matrícula.
- Fotocopia DNI.
- Requisitos de acceso (Titulación, expediente académico, otros méritos).

Teléfono de matriculación e información 954488000/01

Fundación Universitaria CEU San pablo Andalucía

ESYDE (Grupo Dogesport)

687317641 // 654451800 // 659788185

[www.esyde.eu](http://www.esyde.eu) // [www.ceuandalucia.es](http://www.ceuandalucia.es)

[info@esyde.eu](mailto:info@esyde.eu)

ESYDE y la Fundación Universitaria CEU San Pablo Andalucía se reservan el derecho de no celebrar el presente curso si no se alcanzara el número mínimo de alumnos necesarios para su adecuado desarrollo. Así mismo, se podrán modificar las fechas y el horario de celebración, parte del profesorado y el lugar de impartición en el caso de que sucedieran circunstancias no previstas y que imposibilitarán el cumplimiento de las condiciones de celebración.