

CURSO 2014-2015

EXPERTO EN SALUD VISUAL Y DEPORTE

CURSO ON-LINE

UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

COSTE TOTAL DEL CURSO 1.540€

saludvisual.deporte@opt.ucm.es

(Información de matrícula)



[DIRECTORA: DRA. CELIA SÁNCHEZ-RAMOS RODA]

El curso está diseñado para exponer las nuevas técnicas de evaluación de habilidades visuales implicadas en las diferentes disciplinas deportivas. Como consecuencia, del estudio pormenorizado del sistema visual del deportista y de la iluminación de su entorno se podrá enseñara diseñar un programa de entrenamiento de los diferentes aspectos de la función visual orientado a conseguir el rendimiento físico óptimodel deportista. La protección visual y la prevención de lesiones serán estudiadas en temas independientes.

OBJETIVOS

- Los conocimientos básicos y las técnicas actuales para evaluar las habilidades visuales implicadas en las diferentes disciplinas deportivas.
- Los nuevos métodos de prevención de lesiones y los avances en protección visual para la práctica del deporte.
- Los conocimientos para diseñar un programa de entrenamiento de los diferentes aspectos de la función visual.
- Las condiciones de iluminación del entorno que afectan a la práctica deportiva.

PERTINENCIA DE LA ACTIVIDAD

La formación continua y la actualización de conocimientos, tan necesaria en todas las profesiones, se hace imprescindible en el área sanitario-deportiva.

Este curso viene a suplir una deficiencia que afecta en nuestro país que afecta a la visión deportiva. Mientras que en otros países europeos y americanos la visión deportiva está desarrollada y se ejerce como una especialidad dentro de la visión, en nuestro país no existe ningún curso que permita a los Ópticos-Optometristas poder dedicarse a esta actividad. De ahí, el interés que posee y la demanda que estamos seguros tendrá el curso propuesto en esta memoria.

Esta actividad tiene **diseño on-line** y permite:

- 1.- **Actualizar los conocimientos** imprescindibles para el correcto desarrollo profesional de especialistas que viven alejados de los lugares de enseñanza.
- 2.- **Ofrecer la posibilidad de formación continua a profesionales sanitarios y expertos en deporte** que disponen de **tiempo muy limitado** para su formación.
- 3.- **Estudiar y analizar** pormenorizadamente los avances del tratamiento de la visión en el ámbito deportivo.
- 4.- **Aplicar los conocimientos** adquiridos a través de **casos prácticos** que se proporcionarán trimestralmente. Una vez resueltos, se remitirán a cada tutor, en los plazos establecidos, para su evaluación.
- 5.- Permitir la **consultar de dudas al profesor tutor** en tiempo real a través del correo electrónico.
- 6.- Permitir la **elaboración de un trabajo de revisión/investigación** que ponga en práctica todos los conocimientos adquiridos durante el curso académico.

METODOLOGÍA DOCENTE

El Curso se ha diseñado utilizando los siguientes recursos docentes:

- **Estudios on-line.** Se desarrollará el programa teórico dividido en bloques claramente diferenciados. En el cronograma se exponen, de forma pormenorizada la secuencia y distribución y de los temas.
- La presentación de los contenidos se realizará con ayuda del **Campus Virtual de la Universidad Complutense de Madrid.**
- **La docencia tutorial** consistirá en una continua y fluida relación por correo electrónico, entre alumno y el profesor-tutor que le haya sido asignado. Cada profesor atenderá a un máximo de 5 alumnos.
- **Foros de discusión** Cada bloque temático tendrá un foro de debate, donde profesores y alumnos discutirán sobre los contenidos del programa.

PROGRAMA DOCENTE

- 1.- Visión y deporte: áreas de actuación, historia y situación actual.
- 2.- Bases fisiológicas del sistema visual implicadas en la práctica del deporte.
- 3.- Cambios fisiológicos de la visión producidos por la práctica del deporte.
- 4.- Influencia de las condiciones de iluminación en la práctica deportiva.
 - Consideraciones generales en la iluminación deportiva.
 - Niveles de iluminancia.
- 5.- Evaluación de habilidades visuales requeridas para la práctica deportiva.
 - Estudio del campo visual central y periférico.
 - Resolución espacial estática y dinámica.
 - Motilidad ocular y percepción del movimiento.
 - Estudio del mecanismo de acomodación y vergencias en la visión deportiva.
 - Estudio de la visión binocular y estereopsis en deportistas.
 - Tiempo de reacción visual y deporte.
 - Función de sensibilidad al contraste humana. Efecto del desenfoque y de la iluminación.
 - Efecto del deslumbramiento en la visión de deportistas.

6.- Neurología de la Visión

Introducción a la Neurología. Examen Neurológico.

Aporte vascular asociado a la visión.

Neurooftalmología

Patologías

7.- Requerimientos visuales para cada tipo de deporte.

8.- Compensación y corrección óptica en la práctica deportiva.

Gafas de protección. Filtros solares: Grados de absorción.

9.- Lesiones oculares en el deporte.

Clasificación de deportes según el riesgo de sufrir lesiones oculares.

Tipos de lesiones más comunes en deportistas.

Protección y prevención de lesiones en el deporte.

10.- Nociones básicas del entrenamiento de las habilidades visuales requeridas en la práctica deportiva.

Importancia de las habilidades visuales en la práctica deportiva.

Repercusión de las disfunciones de las habilidades visuales en el rendimiento deportivo.

Bases del Entrenamiento visual deportivo.

Entrenamiento de las habilidades visuales básicas.

11.- Iluminación en instalaciones deportivas.

Normas UNE.

Deslumbramiento originado por los proyectores.

Cálculos de la iluminancia deportiva.

Equipo de alumbrado.

Iluminación de áreas deportivas específicas:

Iluminación para retransmisiones deportivas por televisión en color.

Niveles de iluminación en deportes diversos, en interiores y en exteriores (aeróbic, artes marciales, atletismo, bádminton, béisbol, baloncesto, balonmano, billar, bolos, boxeo, ciclismo en pista, equitación, esgrima, esquí, fútbol, fútbol americano, gimnasia, golf, jockey, judo, lucha libre, natación, patinaje, ping pong, petanca, squash, rugby, tenis, tiro, voleibol).