

UNIVERSIDAD INTERAMERICANA DE PUERTO RICO  
RECINTO METROPOLITANO  
FACULTAD DE EDUCACIÓN Y PROFESIONES DE LA CONDUCTA  
ESCUELA DE EDUCACIÓN

PRONTUARIO

## I. INFORMACIÓN GENERAL

<b>Título del Curso</b>	: Introducción a la Prevención y al Manejo de Lesiones
<b>Código y Número</b>	: HPER 3050
<b>Créditos</b>	: Tres (3)
<b>Término Académico</b>	: Trimestre III: Febrero 2014 - Mayo 2014 (2014-33)
<b>Profesor</b>	: Edgar Lopategui Corsino
<b>Horas de Oficina</b>	: MWF: Comunicación vía correo electrónico o celular; TR: 8:00 a.m. - 10:00 p.m., 4:00 p. m. – 5:00 p.m.
<b>Teléfono de la Oficina</b>	: 787-250-1912, X2286, 2245, 2410
<b>Correo Electrónico</b>	: elopategui@intermetro.edu

## II. DESCRIPCIÓN

Componentes de un programa preventivo de lesiones atléticas. Incluye reconocimiento de equipo de protección, vendajes y seguridad en el ambiente deportivo.

## III. OBJETIVOS

Al terminar el curso, los estudiantes estarán capacitados para:

1. **Desarrollar** el conocimiento científico, anatómico de las diferentes partes del cuerpo y los movimientos pertinentes de cada uno de ellos.
2. **Desarrollar** en los estudiantes la identificación de los problemas y lesiones más comunes de lo que ocurre en las competencias atléticas y cómo prevenir y tratar esos problemas musculo-esqueléticos.
3. **Desarrollar** consciencias en las responsabilidades del terapeuta atlético y que pueda reconocer las instalaciones físicas, los equipos, y materiales para poder suministrar la atención de primeros auxilios a los atletas.
4. **Desarrollar** las habilidades de utilizar estrategias reconocidas para tratar el aspecto psicológico de los atletas lesionados.
5. **Guiar** el atleta en un desarrollo físico y mental por medio de los principios de entrenamiento científico.
6. **Detectar** las lesiones más comunes que ocurren en el atletismo.

7. **Identificar** los materiales y equipos más efectivos para los atletas.
8. **Aplicar** los pasos a seguir en la rehabilitación de los atletas que han sufrido lesiones.
9. **Aplicar** las técnicas de vendajes para la prevención y tratamiento de lesiones deportivas.

#### IV. CONTENIDO TEMÁTICO

##### A. Introducción

1. El concepto de medicina del deporte.
2. Objetivos de la medicina del deporte.
3. Áreas y ramas disciplinarias relacionadas con la medicina del deporte.
4. El personal de medicina del deporte
5. Organización del programa de medicina del deporte.
6. Entrenamiento atlético.
7. El centro o clínica de medicina del deporte

##### B. El Terapeuta Atlético (Athletic Trainer)

1. Consideraciones generales: *Concepto, desarrollo profesional e implicaciones legales.*
2. Calificaciones del terapeuta atlético: *Preparación académica.*
3. Cualidades personales.
4. Deberes y responsabilidades del terapeuta atlético.
5. Relaciones profesionales.

##### C. Aspectos administrativos: *Instalaciones Físicas, Documentación y Seguridad.*

1. Introducción.
2. Los registros del atleta
3. Medidas de seguridad.

##### D. Introducción al Cuidado y Prevención de Lesiones Deportivas

1. Principios generales
2. Manejo de la lesión.
3. Clasificación de las lesiones deportivas.
4. Prevalencia de lesiones en el deporte
5. Plan de acción de emergencia.
6. Clasificación de las lesiones tisulares

- E. Evaluación del Atleta Lesionado
  - 1. Evaluación primaria.
  - 2. Evaluación secundaria.
  - 3. Plan
  
- F. Mecanismos y Características de la Traumatología Atlética
  - 1. Consideraciones preliminares.
  - 2. Variables biomecánicas.
  - 3. Causas internas.
  - 4. Factores del entrenamiento deportivo.
  
- G. Lesiones Musculo-Tendinosas y Ligamentosas
  - 1. Definiciones.
  - 2. Grados de severidad de un: *"Sprain" o "Strain"*.
  - 3. Medidas de prevención.
  - 4. Factores de riesgo para que predisponen a lesiones.
  - 5. Signos y síntomas de la traumatología atlética.
  - 6. Tratamiento agudo del atleta lesionado: PRICE.
  - 7. Tratamiento crónico: *Rehabilitación de atleta lesionado*.
  - 8. Traumas a nivel de los músculos esqueléticos.
  - 9. Lesiones en los tendones.
  - 10. Lesiones en los ligamentos y articulación.
  - 11. Lesiones en los nervios.
  
- H. Prevención y Cuidado General de las Lesiones Deportivas
  - 1. El Examen Médico Pre-Participación.
  - 2. El Protocolo de Emergencias Médicas.
  - 3. Equipo Protectivo General y Deportivo.
  - 4. Vendaje Atlético, "Wrapping" y "Bracing".
  - 5. Kinesio Taping.
  
- I. Lesiones Atléticas por Región Anatómica Específica
  - 1. Traumas en la extremidad inferior: *Pies, tobillo, pierna inferior, rodilla, muslo y cintura pélvica*.
  - 2. Traumas en la extremidad Superior: *manos, muñeca, codo, y cintura escapular*.
  - 3. Traumas en la: *cabeza y región facial*.
  - 4. Traumas en la columna vertebral: *Cervical (cuello), torácica y lumbar*.
  - 5. Traumas en la región del tronco: *Caja torácica, región abdomino-pélvica y genitales*.

## J. Consideraciones Importantes Vinculados con la Terapéutica Atlética

1. Lesiones en la población pediátrica
2. Problemas dermatológicos en el deporte
3. Afecciones clínicas comunes entre los atletas
- 4; Cuidado psicológico del atleta.
5. Factores ambientales y choque por calor.
6. Farmacología, drogas y deportes.

## V. ACTIVIDADES

### A. Experiencias de Laboratorio

1. Experiencia #1 : Pruebas Funcionales.
2. Experiencia # 2 : Evaluación del Arco de Movimiento mediante el Goniómetro.

### B. Actividades Prácticas en la Clase

1. Evaluación del atleta lesionado.

### C. Técnicas y Métodos de Enseñanza

1. Conferencias, dinámicas e interactivas, centradas en los estudiantes.
2. Actividades para la exploración/descubrimiento de conceptos.
3. Explicación de macroconceptos claves mediante mapas conceptuales.
4. Aprendizaje recíproco y el uso de cadenas de respuestas.
5. Aprendizaje cooperativo, colaborativo y solución de problemas.
6. Juegos académicos, preguntas abiertas y tobollino de ideas.
7. Discusiones dinámicas grupales, debates y controversias amigables.
8. Análisis de los tópicos según el contexto vigente y su relación práctica con la vida cotidiana y ocupacional de los estudiantes.
9. El uso de ilustraciones/dibujos o símbolos para representar diferentes cantidades de datos (pictographs).
11. Búsqueda relevante de Información en la Internet/Web.

### F. Medios de Enseñanza

1. Alta tecnología:
  - a. Computadora o "notebook". Esta se utilizará para las presentaciones electrónicas multimedios, aplicaciones en DVD/CD-ROM, acceso a direcciones en la Internet/Web, entre otras funciones.
  - b. Proyector de video digital, empleado para las presentaciones computadorizadas.
  - c. Uso de páginas WWW del curso y Blackboard.

2. Tecnología tradicional:
  - a. Afiches y fotos.
  - b. La pizarra.

## VI. EVALUACIÓN

### A. Evaluación

1. Se ofrecerán 4 exámenes parciales (50% de la nota total).
2. El examen final incluirá solo el último material discutido en la clase (15% de la nota final).
3. Habrá una sexta nota parcial (15% de la nota total). Esta consiste de de varias pruebas cortas llevarán a cabo durante el transcurso del trimestre.
4. Por último, se requiere realizar un Diseño de un Programa de Rehabilitación Física para una Lesión Atlética Específica (20% de la nota total). El proyecto deberá entregarse una semana antes de terminar las clases.
  - a. Los detalles de este trabajo están en Saludmed:  
  
[http://www.saludmed.com/Cinesiol/Requisitos/AnalisisA\\_RegionC.html](http://www.saludmed.com/Cinesiol/Requisitos/AnalisisA_RegionC.html)
  - b. La rúbrica general del trabajo se encuentra en la siguiente página del Web:  
  
[http://www.saludmed.com/Cinesiol/Requisitos/Rubrica\\_General\\_Analisis\\_Region-Anat.pdf](http://www.saludmed.com/Cinesiol/Requisitos/Rubrica_General_Analisis_Region-Anat.pdf)
  - c. La plantilla del trabajo del proyecto se halla en:  
  
[http://www.saludmed.com/Cinesiol/Requisitos/Analisis\\_Region\\_Anatomica\\_EJEMPLO.doc](http://www.saludmed.com/Cinesiol/Requisitos/Analisis_Region_Anatomica_EJEMPLO.doc)
6. No se eliminarán notas.
7. El curso requiere el uso de un sistema de computadora que posea un procesador de palabras, preferiblemente MS Word. Este sistema puede ser uno personal o el que se encuentra en esta universidad (Ej., el Centro de Informática y Telecomunicaciones [CIT]).
8. Todas las asignaciones serán evaluadas por plagio.

## B. Determinación de las Calificaciones

1. A continuación el valor de los exámenes y proyectos especiales:

<b>Criterios:</b>	<b>Peso:</b>	<b>Valor:</b>
4 Exámenes Parciales:		
1er Examen Parcial	: 12 %	100 puntos
2do Examen Parcial	: 12 %	100 puntos
3er Examen Parcial	: 13 %	100 puntos
4to Examen Parcial	: 13 %	100 puntos
1 Examen Final	: 15 %	100 puntos
Pruebas Cortas	: 15 %	100 puntos
Diseño de un Programa de Rehabilitación Física	: 20 %	100 puntos
<b>Total</b>	<b>= 100%</b>	<b>700 puntos</b>

2. La nota final será determinada mediante la escala **subgraduada redondeo** (curva estándar) que tiene integrada el registro electrónico de **Inter-Web**. Tal escala de notas equivale a sumar el total de las puntuaciones que obtiene el estudiante al finalizar el curso y luego dividirla entre seis (6). Las notas se distribuyen como sigue:

A	=	100 - 89.5
B	=	89.4 - 79.5
C	=	79.4 - 69.5
D	=	69.4 - 59.5
F	=	59.4 - 0

## C. Estrategias de "Assessment" y Evaluación

El seguimiento del progreso de la ejecución de los estudiantes con relación al logro de los objetivos del curso serán monitoreados mediante una diversidad de estrategias de "assessment" (avalúo) y evaluación. Algunas técnicas de "assessment" se presentan a continuación:

1. Diario reflexivo, ensayo breve (minute paper), reacción escrita inmediata (REI o writing prompt) y lista focalizada.
2. Organizador gráfico, mapa de conceptos y tirillas cómicas.
3. Portafolio digital y rúbricas (matriz de valoración o baremo).
4. Clase demostrativa.

## VII. NOTAS ESPECIALES

### A. Requisitos del Curso

1. Completar satisfactoriamente los exámenes y trabajos especiales del curso.
2. Asistencia puntual al salón de clase.
3. Participación activa durante las discusiones y actividades de los temas del curso.
4. Evitar ausencias exageradas.
5. Vestimenta adecuada.
6. Trabajos/proyectos:
  - a. Completar los laboratorios de anatomía.
  - b. Realización de las actividades de aprendizaje en la clase.
  - c. Análisis anatómico y cinesiológico de una región del cuerpo humano.

### B. Políticas del Curso e Institucionales

1. Proyectos y fechas límites:
  - a. Todos los trabajos (asignaciones, laboratorios, proyecto de análisis de un región anatómica) deben ser entregados en la fecha establecida. Tales proyectos escritos se deben entregar durante los primeros 10 minutos luego de haber comenzado la clase. De esto no ser así, por cada día de retraso se le restarán 10% al trabajo escrito.
  - b. Los proyectos escritos se debe preparar, y entregar, en formato electrónico, es decir, mediante el uso de un procesador de palabras. Se prefiere que se emplee el programa de **Microsoft Word** o el equivalente en "**OpenOffice.org**" (**Text Document**). También, se puede utilizar el procesador de palabras, gratuito, que dispone en el Web la compañía Zoho (<http://www.zoho.com>), conocido con el nombre de **Zoho Writer**. Otra alternativa es utilizar el programa de **WordPad** que incluye el sistema operativo de Windows. Los trabajos escritos deben estar limpios y leíbles. De no ser así, el trabajo puede ser devuelto o restado puntos.
  - c. El trabajo preparado en MS Word, "Text Document" de "OpenOffice.org" o "Zoho Writer" de Zoho.com, debe entregarse impreso y adjunto con un CD-ROM que contenga una versión digital del mismo.

2. Los trabajos se habrán de corregir empleando una rúbrica general, disponible en la página de **saludmed** ([http://www.saludmed.com/Cinesiol/Requisitos/Rubrica\\_General\\_Analisis\\_Region-Anat.pdf](http://www.saludmed.com/Cinesiol/Requisitos/Rubrica_General_Analisis_Region-Anat.pdf)). Al evaluar los proyectos, se tomarán en consideración los siguientes criterios:
  - a. Contenido y organización de trabajo.
  - b. Claridad y síntesis de las ideas.
  - c. Redacción correcta de las referencias.
  - d. Las destrezas de redacción en los trabajos asignados, esto incluye: gramática y ortografía.
  
3. Siga las siguientes recomendaciones generales de redacción:
  - a. Se recomienda que se emplee una fuente (“font” o tipo de letra) **serif** (con rabos/colas), tal como “**Times New Roman**”, entre otras. Este tipo de letra debe estar formateada a un tamaño de 12 puntos.
  - b. Emplear papel tamaño carta (8½ x 11), blanco y sin líneas.
  - c. Los márgenes en los lados del papel deben de ser 1½ pulgadas en el margen izquierdo y 1 pulgada en el margen superior, en el inferior y el derecho.
  - d. Se requiere que se enumeren todas las páginas, comenzando con la página de título, escribiendo el número a 1 pulgada de distancia del borde derecho del papel, centraliza entre el borde superior del papel y la primera línea escrita.
  - e. No divida las palabras al final de las líneas.
  - f. Todo el texto debe estar formateado a doble espacio, con excepción de las citas en bloque, las cuales se escriben a espacio sencillo.
  - g. Para más información:
    - 1) Consulte al manual de estilo de publicaciones de la American Psychological Association (APA):

American Psychological Association [APA], (2009). *Publication Manual of the American Psychological Association* (6ta. ed). Washington, DC: American Psychological Association.

American Psychological Association [APA], (2001). *Manual de Estilo de Publicaciones de la American Psychological Association* (2da. ed.). México: Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V.

American Psychological Association [APA], (2006). *Manual de Estilo de Publicaciones de la APA: Versión Abreviada*. México: Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V. (<http://www.apa.org/books/4210001.html>).

2) Puede, también, visitar los siguientes sitios Web:

- APA: <http://www.saludmed.com/APA/APA.html>
- APA Style.org: <http://apastyle.apa.org/>

3) Por último, puede visitar al Centro de Redacción Multidisciplinario, localizado en el primer piso, junto a la cafetería:

**Horario:**

lunes a jueves	:	8:00 A.M. - 8:30 P.M.
viernes	:	8:00 A.M. - 5:00 P.M.
sábado	:	8:00 A.M. - 12:00 M.

**Teléfono:** 787-250-1912, ext. 2408

4. El profesor mantiene una copia del trabajo hecho en formato electrónico, de manera que pueda ser comparado con otros proyectos de estudiantes matriculados en semestres previos al actual.
5. Reposición de trabajos y exámenes:
  - a. En caso de una enfermedad prolongada, favor de comunicarse con su maestro o compañeros de clase para las asignaciones y/o exámenes.
  - b. Se repondrán exámenes solo a estudiantes con una excusa aceptable; el examen repuesto será diferente y con preguntas de discusión adicionales.
  - c. No hay reposición para las asignaciones.
  - d. Copiarse un trabajo escrito o examen se considera fraude (véanse **Reglamento General de Estudiantes**, 2006, pág. 49), lo cual puede resultar en alguna sanción menor (**Reglamento General de Estudiantes**, 2006, pp. 51-52). Una versión digital del Reglamento General del Estudiante se encuentra en la página Web del recinto (<http://www.metro.inter.edu/servicios/documentos/reglamentoeestudiantes2006.pdf>). De copiarse en alguna evaluación del curso, el alumno podrá ser penalizado con un cero ("0") o "F".

## 6. Normas de asistencia y tardanzas:

- a. No se dará nota por asistencia pero es considerada si le faltan pocos puntos para subir una nota.
- b. Tres (3) tardanzas será equivalente a una (1) ausencia.
- c. Se le cargará una tardanza en una clase a todo estudiante que llegue diez (10) minutos después de la hora que comienza la clase, sin excusa.

## 7. Normas de Éticas:

- a. Se promueve la participación activa de los estudiantes durante la discusión de los temas del curso. No obstante, está prohibido hablar palabras soeces (malas) u obscenas, emplear un lenguaje exclusivo y realizar comentarios innecesarios (Ej: sexista, xenofóbicos y homofóbicos) en el salón de clase.
- b. El profesor siempre respetará a los estudiantes, de manera que también se espera que los estudiantes respeten a su profesor y a sus compañeros de estudio.
- c. Por último, se espera que los estudiantes den su esfuerzo máximo en la clase. De igual manera el profesor dará “la milla extra” para que los estudiantes aprendan los conceptos básicos del curso.

## C. Servicios Auxiliares o Asistencia Especial

1. En cumplimiento con la Sección 504 de la Ley de Rehabilitación, la Ley ADA (American with Disabilities Act) y la Carta Circular G-145-92:
  - a. La Universidad Interamericana de Puerto Rico realizará los esfuerzos que estén a su alcance para proveer los acomodos razonables necesarios para que el estudiante con impedimentos pueda participar de la vida académica en igualdad de condiciones con el estudiante sin impedimento.
  - b. Todo estudiante que requiera servicios auxiliares o necesidades especiales deberá solicitar los mismos al inicio del curso, preferiblemente durante la primera semana de clases, o tan pronto como adquiera conocimiento de que los necesita. El alumno que necesita tal acomodo deberá visitar y registrarse en la oficina del Consejero Profesional José Rodríguez, Coordinador de la **Oficina de Servicios a los Estudiantes con Impedimentos (OCSEI)**, ubicada en el Programa de Orientación Universitaria. El profesor y la institución aseguran la confidencialidad del estudiante.

#### D. Honestidad Académica

1. Advertencia de honradez, fraude y plagio, según se dispone en el Capítulo V, Artículo 1 del Reglamento General de Estudiantes (<http://www.metro.inter.edu/servicios/documentos/reglamentoestudiantes2006.pdf>):
  - a. El plagio, la falta de honradez, el fraude, la manipulación o falsificación de datos y cualquier otro comportamiento inapropiado relacionado con la labor académica son contrarios a los principios y normas institucionales y están sujetos a sanciones disciplinarias, según establece el Capítulo V, Artículo 1, Sección B.2 del **Reglamento General de Estudiantes**.
  - b. Se considera que se ha cometido plagio si el estudiante ha robado "ideas o palabras de otra persona sin el debido reconocimiento" (**Reglamento General de Estudiantes**, 2006, pags. 50). También es plagio si se hurtan datos u organización de otra persona sin haber indicado el crédito correspondiente. Además, ocurre plagio cuando se parafrasea un texto sin haber colocado su referencia, citar sin poner comillas, si se insertan figuras o tablas sin su correspondiente referencia, entre otros (**Reglamento General de Estudiantes**, 2006, pág. 50). Todo estudiante que incurra en el delito de plagio será penalizado con una sanción menor o mayor, según sea el caso (véanse **Reglamento General de Estudiantes**, 2006, págs. 50-52).

#### E. Uso de Dispositivos Electrónicos

1. Advertencia sobre la activación de celulares o algún otro tipo de dispositivo de naturaleza electrónica:
  - a. Se desactivarán los teléfonos celulares y cualquier otro dispositivo electrónico que pudiese interrumpir los procesos de enseñanza y aprendizaje o alterar el ambiente conducente a la excelencia académica. Las situaciones apremiantes serán atendidas, según corresponda.
  - b. Se prohíbe el manejo de dispositivos electrónicos que permitan acceder, almacenar o enviar datos durante evaluaciones o exámenes.

## VIII. RECURSOS EDUCATIVOS

### A. Libro de Texto

Prentice, W. E. (2013). ***Arnheim's Principles of Athletic Training: A Competency-Based Approach*** (15th. ed.). New York: The McGraw-Hill Companies. 928 pp.

### B. Lecturas Suplementarias

El siguiente material suplementario se encuentra disponible en la base de datos que provee el **Centro de Accesos a la Información (CAI)**, **Listado de Base de Datos** ([http://www.cai.inter.edu/listado\\_db.htm](http://www.cai.inter.edu/listado_db.htm)):

### C. Recursos Audiovisuales

#### 1. Películas en DVD o video (VHS):

- s. a. (Escritor). (2002). *The Myths and Realities of Stretching* [VHS]. New York, NY: Insight Media.
- s. a. (Escritor). (2002). *Flex Don't Stretch* [VHS]. New York, NY: Insight Media.
- s. a. (Escritor). (2002). *Assisted Clinical Flexibility* [VHS]. New York, NY: Insight Media.

#### 2. Películas en línea:

- s. a. (Escritor). (2010). *Sports Injuries - Clasification and Management*. Item Number: 44671. Films on Demand: Digital Educational Video. Recuperado de <http://sirsiaut.inter.edu:8008/login?url=http://digital.films.com/sirsiaut.inter.edu:8008/PortalPlaylists.aspx?aid=11183&xtid=44671&loid=117347>

#### 2. Recursos electrónicos multimedios:

##### a. Presentaciones electrónicas/computadorizadas:

Las presentaciones electrónicas para cada tópico de este curso se prepararon en el formato de MS PowerPoint 2013.

##### b. Aplicaciones multimedios interactivas en CD-ROM:

##### c. Lecturas en el Web de páginas preparadas localmente para el curso.

### ***Aptitud Músculo Esquelético y Tendinosa:***

- Strength Training: [http://www.gsu.edu/~hprjad/kh\\_755/weights.html](http://www.gsu.edu/~hprjad/kh_755/weights.html)
- Appleton, B. (1993-1998). Stretching and Flexibility: Everything you never wanted to know: [http://www.enteract.com/~bradapp/docs/rec/stretching/stretching\\_toc.html](http://www.enteract.com/~bradapp/docs/rec/stretching/stretching_toc.html)

## **IX. BIBLIOGRAFÍA**

### A. Libros

- Abell, B. A. (2010). ***Taping and Wrapping Made Simple***. Philadelphia, PA: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins. 139 pp.
- Anderson, M. K., & Parr, G. P. (2012). ***Foundations of Athletic Training: Prevention, Assessment, and Management***. Philadelphia, PA: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins. 1024 pp.
- Anderson, M. K., & Parr, G. P. (2011). ***Fundamentals of Sports Injury Management*** (3ra. ed.). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins. 376 pp.
- Beam, J. W. (2011). ***Orthopedic Taping, Wrapping, Bracing, and Padding*** (2da. ed.). Philadelphia, PA: F.A. Davis Company. 512 pp.
- Gorse, K. M. (2010). ***Emergency Care in Athletic Training***. Philadelphia, PA: F.A. Davis Co. Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (eBook Collection).
- Konin, J. G., Kaltenborn, J. M., & Thompson, M. F. (2011). ***Documentation for Athletic Training*** (2da. ed.). Slack Incorporated. 320 pp.
- Miller, M., & Berry, D. (2010). ***Emergency Response Management for Athletic Trainers***. Philadelphia, PA: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins. 656pp.
- Pfeiffer, R. P., & Mangus, B. C. (2007). ***Concepts of Athletic Training*** (5ta ed.). Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- Perrin, D. (2012). ***Athletic Taping and Bracing*** (3ra. ed.). Champaign, IL: Human Kinetics. 152 pp.
- Starkey, C. (Ed.). (2012). ***Athletic Training And Sports Medicine: An Integrated Approach*** (5ta. ed.). Sudbury, MA: Jones & Bartlett Learning. 680 pp.
- Starkey, C., & Brown, S. D. (2009). ***Examination of Orthopedic and Athletic Injuries***. Philadelphia, PA: F.A. Davis Company. 966 pp.

## B. Revistas

### 1. Artículos/investigaciones de revistas profesionales:

Donnelly, C. J. (2014). *Injury Prevention. Modern Athlete & Coach*, **52**(1), 21-27. Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text.).

Genevois, C. (2013). Benefits of single-leg exercises for the prevention of injuries in young tennis players. *Coaching & Sport Science Review*, (61), 9-11. Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text).

Pritchard, K. A., & Saliba, S. A. (2014). Should Athletes Return to Activity After Cryotherapy?. *Journal Of Athletic Training*, **49**(1), 95-96. Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text).

Strough, H., Wimer, J., & Wapola, J. (2014). Health Literacy: Implications for Athletic Trainers and Therapists. *International Journal ff Athletic Therapy & Training*, **19**(1), 32-35. Recuperado de la base de datos de EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text).