



GUÍAS Y ESTÁNDARES DE – ORGANIZACIONES: CIENCIAS DEL EJERCICIO Y MEDICINA DEPORTIVA: *Implicaciones para el Profesional en este Campo*



<http://saludmed.com/ejercicio/ejercicio.html>

Prof. Edgar Lopategui Corsino
M.A., Fisiología del Ejercicio

 Web: <http://www.saludmed.com/>

 E-Mail: elopategui@intermetro.edu

 Press PPTX: <http://www.saludmed.com/presbb/ex/guiasejercicioppt.pptx>



Saludmed 2023, por [Edgar Lopategui Corsino](#), se encuentra bajo una licencia "[Creative Commons](#)", de tipo: [Reconocimiento-NoComercial-Sin Obras Derivadas 3.0. Licencia de Puerto Rico](#).

Basado en las páginas publicadas para el sitio Web: www.saludmed.com.



BOSQUEJO: *Parte 1*

- **Declaraciones: *Financieras y conflicto de intereses***
- **Acceso a la: *Presentación***
- **Agradecimientos: *Programa Tecnología Deportiva***
- **Propósito y objetivos de la: *Presentación***
- **Palabras claves: *Definiciones***
- **Guías, Estándares, Posturas y Opiniones Expertos**
- **Prácticas deseables: *Beneficios***
- **Alcance de la: *Práctica***



BOSQUEJO: *Parte 2*

- **Prácticas deseables: *Recomendaciones***
- **Guías/Estándares/Posturas: *Escenarios del campo***
- **Guías: *Diseño de programas de ejercicios***
- **Guías: *Actividad física***
- **Guías: *Rehabilitación de enfermedades***
- **Guías y Estándares: *Instalaciones físicas***
- **Guías: *Pruebas de aptitud física***
- **Guías y Posturas: *Nutrición deportiva***



BOSQUEJO: *Parte 3*

- Guías y Posturas: *Psicología del deporte*
- Guías y Posturas: *Terapéutica atlética*
- Guías: *Concusiones*
- Guías: *Terapia física*
- Guías: *Masaje deportivo o terapéutico*
- Guías: *Kinesio-taping*
- Guías: *Primeros auxilios*
- Guías: *Coaching deportivo*



BOSQUEJO: *Parte 4*

- Documentos de: *Posturas y posiciones*
- Licencias y certificaciones
- Tendencias: *Ciencias del movimiento humano*
- Organizaciones: *Profesionales*
- Referencias: *Consultadas*
- Preguntas: *Dudas de la presentación*
- Como contactar al profesor: *Edgar Lopategui*



DECLARACIONES FINANCIERAS Y CONFLICTO DE INTERESES



DECLARACIONES FINANCIERAS Y CONFLICTO DE INTERESES:

NINGUNA
Relacionada con esta
Presentación



ACCESO A LA PRESENTACIÓN



ACCESO A LA PRESENTACIÓN:

[http://www.saludmed.com/
presbb/ex/
guiasejerciciopdf.pdf](http://www.saludmed.com/presbb/ex/guiasejerciciopdf.pdf)



AGRADECIMIENTOS



AGRADECIMIENTOS



PROGRAMA DE TECNOLOGÍA DEPORTIVA

➤ **Margarita M. Marichal Lugo, Ph. D.**

Decana Interina

Departamento de Educación

➤ **Todos mis Estudiantes, de:**

Tecnología Deportiva y

Gerencia Deportiva



PROPÓSITO Y OBJETIVOS DE APRENDIZAJE de La PONENCIA



ESTÁNDARES – Organizaciones: *CIENCIAS DEL EJERCICIO* EXPECTATIVA

PROPÓSITO DE LA PRESENTACIÓN

Concientizar a los estudiantes de tecnología deportiva de la importancia en cumplir con las guías, estándares y documentos de posturas de las organizaciones profesionales en el campo de las ciencias del movimiento humano y medicina del deporte



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

** Continuación **

- **Describir** las competencias y cualidades de los especialistas del ejercicio, terapeutas atléticos y coaches deportivos
- **Formular** las funciones, deberes y responsabilidades del especialista del ejercicio, terapeuta atlético y coaches deportivos
- **Identificar** los recursos académicos necesarios para la educación del especialista del ejercicio, terapeuta atlético y coaches deportivos



PALABRAS CLAVES

DEFINICIONES:

TERMINOLOGÍA DE LA

PRESENTACIÓN:

CONCEPTOS

BÁSICOS



NOTA. Adaptado de:
“Introduction to
Kinesiology” por D. V.
Knudson y S. J. Hoffman,
2018. En S. J. Hoffman & D.
V. Knudson (Eds.),
*Introduction to kinesiology:
Studying physical activity*
(5ta ed., pp. 19-48).
Champaign, IL: Human
Kinetics. Copyright 2018
por Duane V. Knudson;
*Biomechanical Basis of
Human Movement*,. 4ta ed.;
(pp. 4, 6), por J. Hamill, K.
M. Knutzen, & T. R.
Derrick, 2015, Philadelphia,
PA: Lippincott Williams &
Wilkins, a Wolters Kluwer
business. Copyright 2015
por Cengage Learning.
Copyright 2015, por
Lippincott Williams &
Wilkins, a Wolters Kluwer
business.



MOVIMIENTO HUMANO

Cualquier **cambio en posición** del cuerpo,
como un todo
o de sus segmentos,
relativo a un **marco
de referencia** en el
ambiente o a
las partes del
organismo humano



ACTIVIDAD FÍSICA

Cualquier **movimiento humano** producido por los músculos esqueléticos, lo cual resulta en un **gasto energético**

NOTA. Tomado de: "Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research", por: C. J. Caspersen, K. E. Powell, y G. M. Christensen, 1985, *Public Health Reports*, 100(2), p. 126. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424733/pdf/pubhealthrep00100-0016.pdf>



EJERCICIO

Una forma de **actividad física** previamente **planificada**, con una estructura y de tipo repetitivo, dirigido hacia el mejoramiento de la aptitud física



NOTA. Adaptado de: "Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research", por: C. J. Caspersen, K. E. Powell, y G. M. Christensen, 1985, *Public Health Reports*, 100(2), p. 126. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424733/pdf/pubhealthrep00100-0016.pdf>



**PRÁCTICAS DESEABLES:
GUÍAS,
ESTÁNDARES
DOCUMENTOS DE POSTURAS
OPINIONES DEL COMITÉ
DE LAS ORGANIZACIONES
Y
COMPETENCIAS
EDUCATIVAS**



PRÁCTICAS DESEABLES:

BENEFICIOS:

ORGANIZACIONES

PROFESIONALES:

GUÍAS, ESTÁNDARES

POSTURAS Y

OPINIONES



PROFESIONALES DEL EJERCICIO:

CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO/MEDICINA DEL DEPORTE

GUIAS, ESTANDARES, POSTURAS Y OPINIONES DE LOS EXPERTOS

ESTO ASEGURA:

- **Disponer un servicio de alta calidad**
- **Proveer seguridad al participante**
- **Evitar operar bajo acciones negligentes**
- **Practicar la profesión basada en las evidencias de investigaciones científicas/empíricas**
- **Cumplir con las expectativas de la profesión**



**ALCANCE DE LA
PRÁCTICA:
MAGNITUD
EN QUE SE EXTIENDE
EL CAMPO DE LA
DE LA
PRAXIS**



PROFESIONAL DEL: *EJERCICIO/DEPORTES*
ALCANCE DE LA PRÁCTICA
ASUNTOS PARA: *CONSIDERAR*

- **Conocer los límites de la profesión**
- **Realizar referidos, según sea indicado**
- **Evitar la implementación de prácticas que requieran una licencia o certificación que no se posea**





**GUÍAS Y ESTÁNDARES
DE ORGANIZACIONES
PROFESIONALES:
CIENCIAS DEL EJERCICIO Y
MEDICINA DEL DEPORTE:
RECOMENDACIONES
e
IMPLICACIONES**



ESTÁNDARES – Organizaciones: *CIENCIAS DEL EJERCICIO* RECOMENDACIONES

- **Conocer las organizaciones profesionales**
- **Seguir sus documentos de postura**
- **Seguir las guías y estándares de la profesión**
- **Seguir las competencias educativas**
- **Conocer el alcance de la profesión**
- **Cumplir con las certificaciones profesionales**
- **Referir cuando sea necesario**
- **Seguir las tendencias de la profesión**



ORGANIZACIONES PROFESIONALES

**CIENCIAS DEL
MOVIMIENTO HUMANO Y LA
MEDICINA DEL DEPORTE
GUÍAS, ESTÁNDARES, POSTURAS
Y OPINIONES DEL
COMITÉ DE EXPERTOS**

**ESCENARIOS:
CAMPOS**



ORGANIZACIONES PROFESIONALES:

CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y MEDICINA DEL DEPORTE

GUIAS, ESTANDARES, POSTURAS Y OPINIONES DE LOS EXPERTOS

CONFORMARSE A:

- **Diseño de programas de ejercicios para la: *población general o aparentemente saludable***
- **Diseño de programas de ejercicios para poblaciones especiales: *Embarazadas, grupo pediátrico, grupo geriátrico y otros***
- **Diseño de programas de ejercicio para la: *terapéutica y rehabilitación de enfermedades crónicas-degenerativas e incapacidades***
- **Fisiología clínica del ejercicio**
- **Rehabilitación cardiaca**
- **Rehabilitación pulmonar**





ORGANIZACIONES PROFESIONALES:

CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y MEDICINA DEL DEPORTE

GUIAS, ESTANDARES, POSTURAS Y OPINIONES DE LOS EXPERTOS

CONFORMARSE A:

- Estrategias de actividad física
- Salud y aptitud física corporativa
- Seguridad en instalaciones físicas de ejercicio
- Pruebas de aptitud física, evaluaciones fisiológicas y del rendimiento deportivo





ORGANIZACIONES PROFESIONALES:

CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y MEDICINA DEL DEPORTE

GUIAS, ESTANDARES, POSTURAS Y OPINIONES DE LOS EXPERTOS

CONFORMARSE A:

- **Procedimientos de terapia física**
- **Técnicas apropiadas de masaje deportivo, terapéutico/clínico**
- **Guías y estándares de primeros auxilios y emergencias médicas**
- **Guías y estándares de coaching deportivo**

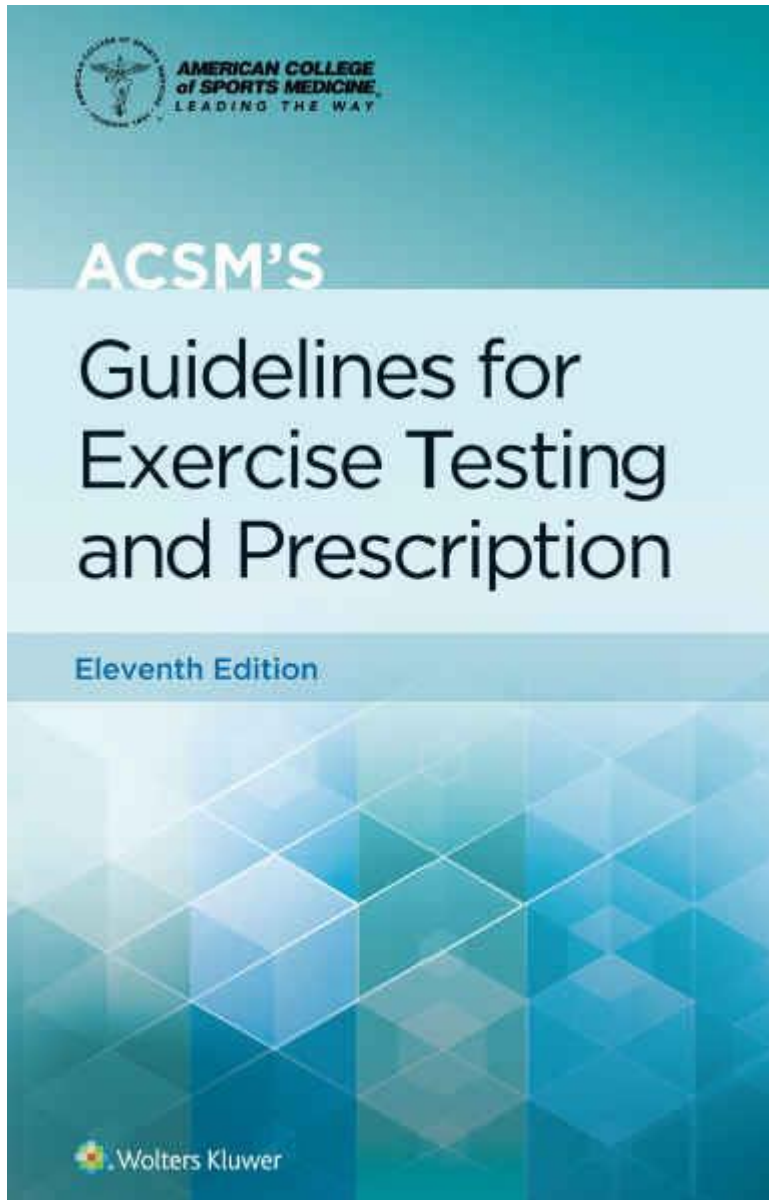




GUÍAS Y POSTURAS DE ORGANIZACIONES PROFESIONALES ACSM, AEA, ACOG: DISEÑO DE PROGRAMAS DE: EJERCICIOS



2021



American College of Sports Medicine (2021). ***Guidelines for exercise testing and prescription*** (11ma ed.). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer. Disponible en: <https://drive.google.com/file/d/1zEhPKmx1h27D3rpk2xS4sBdK-IbiNKKD/view?usp=sharing>



Quantity and Quality of Exercise for Developing and Maintaining Cardiorespiratory, Musculoskeletal, and Neuromotor Fitness in Apparently Healthy Adults: Guidance for Prescribing Exercise



**AMERICAN COLLEGE
of SPORTS MEDICINE®**

POSITION STAND

This pronouncement was written for the American College of Sports Medicine by Carol Ewing Garber, Ph.D., FACSM, (Chair); Bryan Blissmer, Ph.D.; Michael R. Deschenes, Ph.D., FACSM; Barry A. Franklin, Ph.D., FACSM; Michael J. Lamonte, Ph.D., FACSM; I-Min Lee, M.D., Sc.D., FACSM; David C. Nieman, Ph.D., FACSM; and David P. Swain, Ph.D., FACSM.

Garber, C. E., et al. (2011). Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently healthy adults. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 43(7), 1334-1359 doi:10.1249/MSS.0b013e318213febf. Recuperado de https://journals.hww.com/acsm-msse/Fulltext/2011/07000/Quantity_and_Quality_of_Exercise_for_Developing.26.aspx



2018



AEA Aquatic Exercise
Association

Aquatic Fitness Professional Manual

The comprehensive resource for all aquatic fitness instructors
and AEA certification

Seventh Edition

Aquatic Exercise
Association (2018).
*Aquatic fitness
professional
manual* (7ma ed.).
Champaign, IL: Human
Kinetics. Disponible en
<https://drive.google.com/file/d/1HgZ4Xj3Zqb2duD1obManEC2-WWkqmEHd/view?usp=sharing>



<https://www.acog.org/-/media/project/acog/acogorg/clinical/files/committee-opinion/articles/2020/04/physical-activity-and-exercise-during-pregnancy-and-the-postpartum-period.pdf>



ACOG COMMITTEE OPINION

Number 804

(Replaces Committee Opinion Number 650, December 2015)

Committee on Obstetric Practice

This Committee Opinion was developed by the Committee on Obstetric Practice with the assistance of committee members Meredith L. Birsner, MD; and Cynthia Gyamfi-Bannerman, MD, MSc.

Physical Activity and Exercise During Pregnancy and the Postpartum Period

Committee on Obstetric Practice (2020). Physical activity and exercise during pregnancy and the postpartum. *Obstetrics & Gynecology*, 135(4), e178-e188. Recuperado de <https://www.acog.org/-/media/project/acog/acogorg/clinical/files/committee-opinion/articles/2020/04/physical-activity-and-exercise-during-pregnancy-and-the-postpartum-period.pdf>



[***https://health.gov/our-work/nutrition-physical-activity/physical-activity-guidelines/current-guidelines***](https://health.gov/our-work/nutrition-physical-activity/physical-activity-guidelines/current-guidelines)

Current Guidelines

The Physical Activity Guidelines for Americans provides evidence-based guidance to help Americans maintain or improve their health through physical activity.

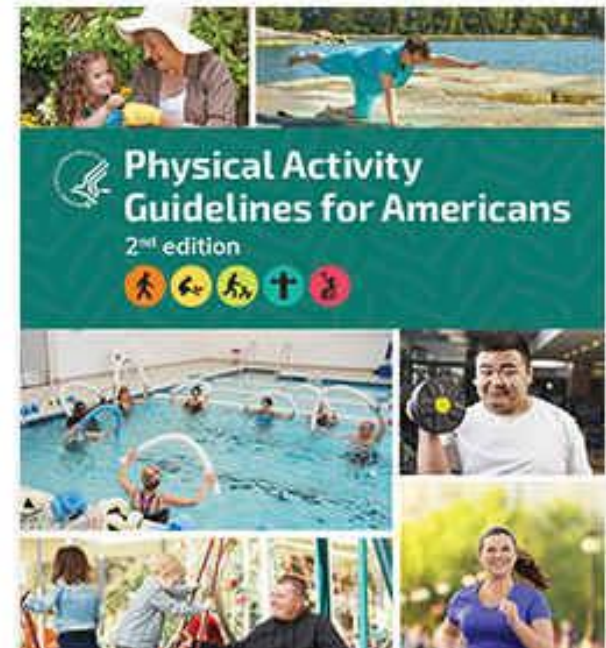
Explore the Guidelines

Download the complete second edition of the Physical Activity Guidelines [PDF - 14.2 MB].

For an overview of what's in the second edition, [check out the Executive Summary \[PDF - 2 MB\]](#).

To learn about key messages in the Physical Activity Guidelines, [read Top 10 Things to Know](#).

To help promote the Guidelines to other professionals, download our PowerPoint Presentation [PPT - 12.9 MB] [PDF - 2.4 MB].



2020

WHO GUIDELINES ON
PHYSICAL ACTIVITY AND
SEDENTARY BEHAVIOUR



World Health Organization (2020). ***WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour.*** Geneva, Switzerland: World Health Organization. Recuperado de <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1315866/retrieve>



https://www.shapeamerica.org/uploads/pdfs/2018/review/2018-US-Report-Card-Full-Version_WEB.pdf

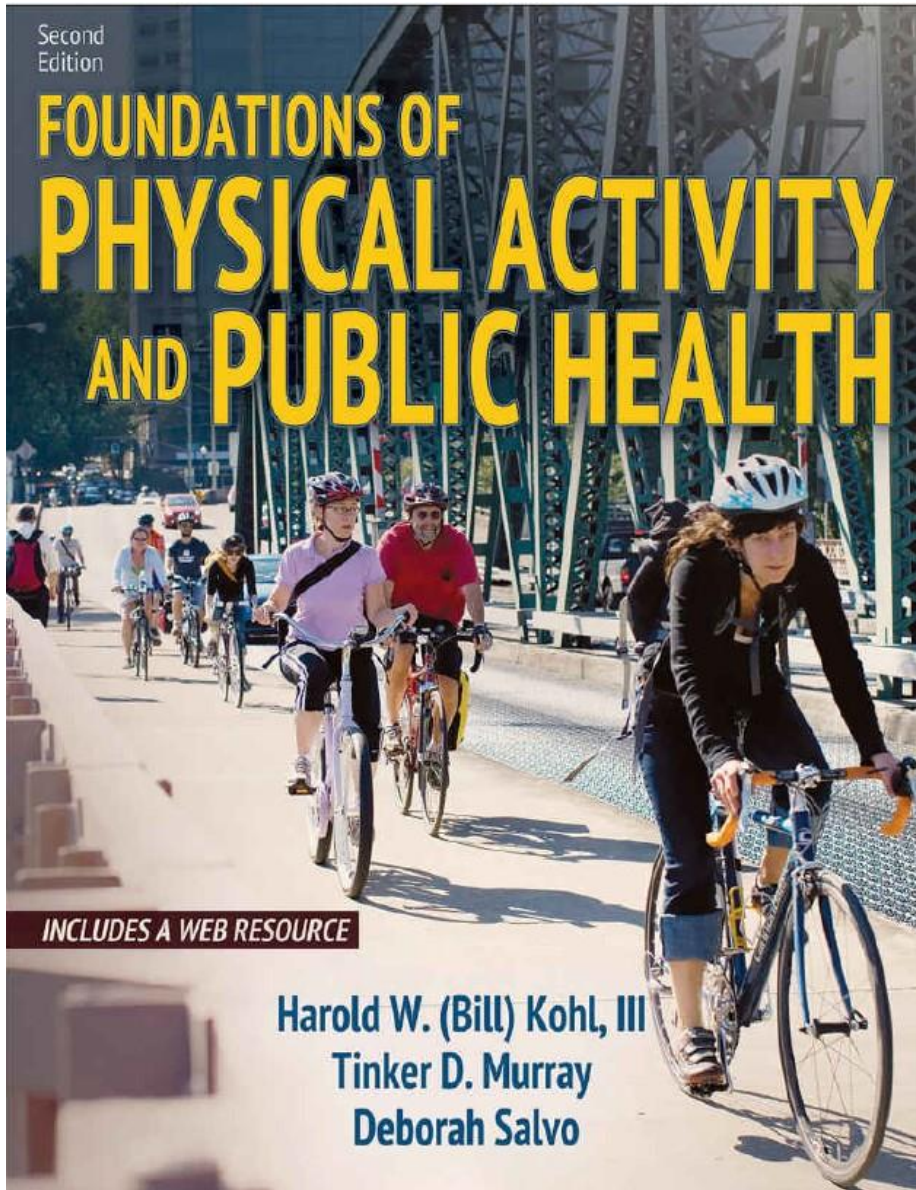
The 2018 United States Report Card on

Physical Activity for Children and Youth





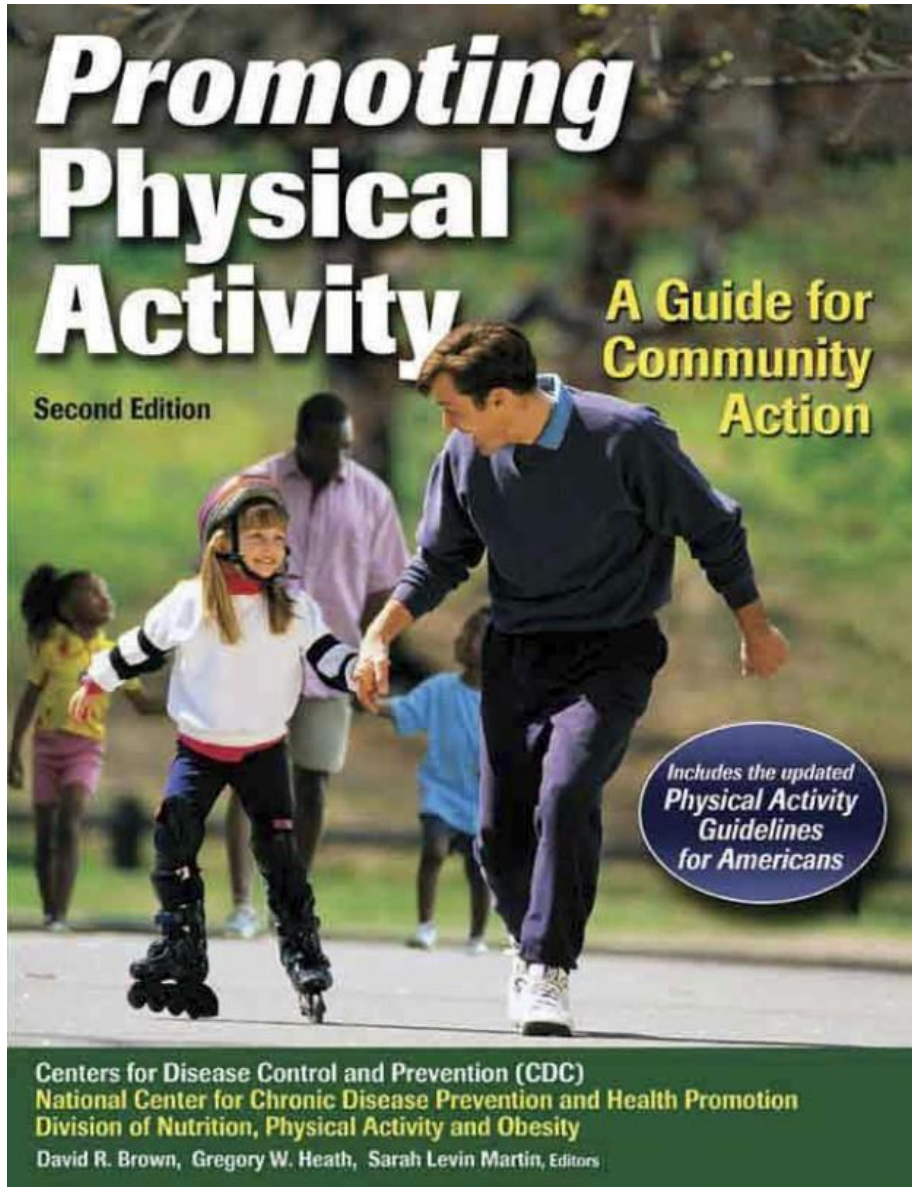
2020



Kohl, H. W. III., Murray, T. D., & Salvo, D. (2020). *Foundations of physical activity and public health* (2da ed.). Champaign, IL: Human Kinetics. Disponible en: <https://drive.google.com/file/d/1tXDz5mceJTXUD1up4NBRLfEojGLYRA6/view?usp=sharing>



2010



Brown, D. R., Heath, G. W., & Martin, S. L. (Eds.) (2010). *Promoting physical activity: A guide for community action*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Disponibile en:

<https://drive.google.com/file/d/1WBU6M4juAZUKL2rNxdmoUpAet6LaofEd/view?usp=sharing>



**GUÍAS Y ESTÁNDARES DE
ORGANIZACIONES
PROFESIONALES
COMPORTAMIENTO SEDENTARIO:
RECOMENDACIONES
PARA REDUCIR EL:
TIEMPO
SENTADO**



<https://www.heartfoundation.org.au/getmedia/88c39659-675e-44b2-9da8-b9b28b5f0c83/PA-Sitting-Less-Adults.pdf>



Sitting less for adults

The arrival of the 'electronic age' has fundamentally changed how much time we spend sitting (also called being 'sedentary') at home, during travel and at work. This change has been directly linked to an increase in health problems, such as poor nutrition, obesity and insulin resistance, which can lead to diabetes. These health problems also increase your risk of developing coronary heart disease.



GUÍAS Y POSTURAS DE ORGANIZACIONES PROFESIONALES REHABILITACIÓN de ENFERMEDADES: CRÓNICO-DEGENERATIVAS E INCAPACIDADES



2016

Fourth Edition

ACSM's
Exercise
Management
for Persons With
Chronic Diseases
and Disabilities

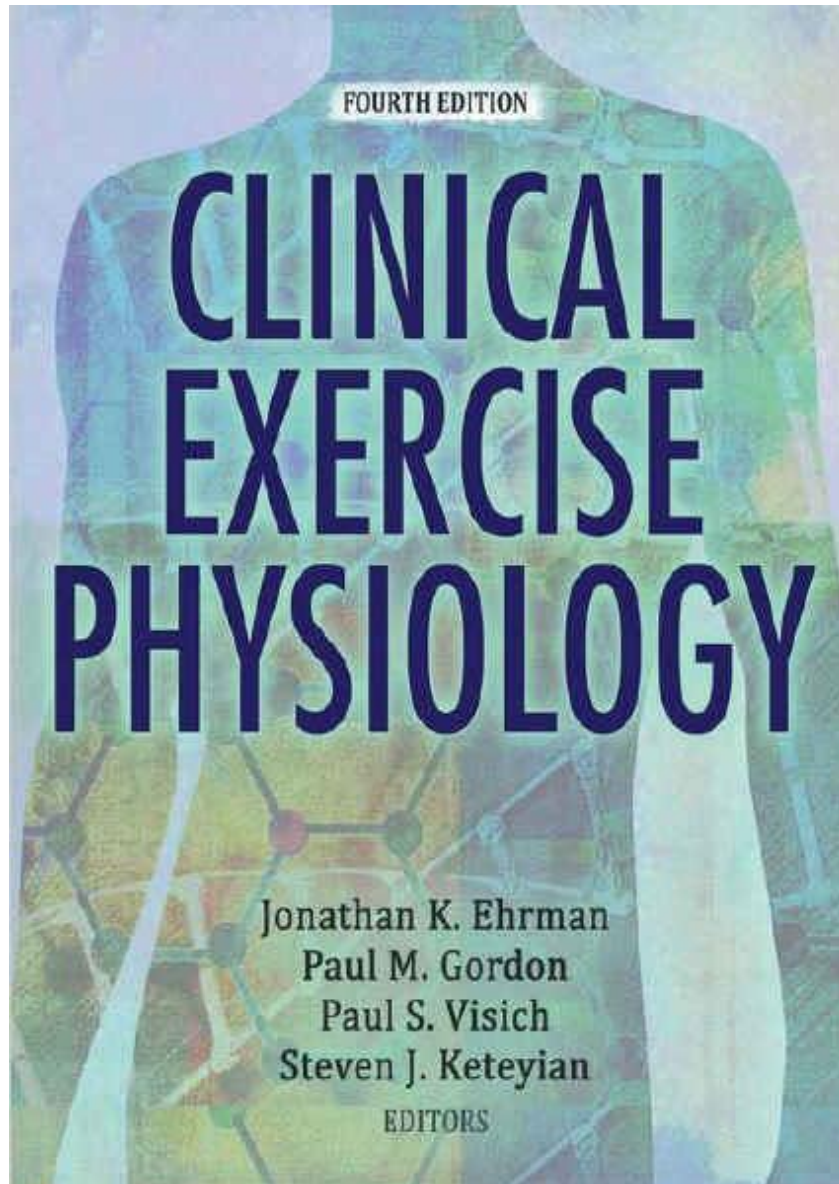


AMERICAN COLLEGE
of SPORTS MEDICINE
LEADING THE WAY

Geoffrey E. Moore
J. Larry Durstine
Patricia L. Painter
Editors

Moore, G. E., Durstine, J. L., & Painter, P. L. (Eds.). (2016). *ACSM's exercise management for persons with chronic diseases and disabilities* (4ta ed.). Champaign, IL: Human Kinetics. Disponible en: [https://www.dropbox.com/s/an9utnjoxphshwc/ACSMs Exercise Chronic 4e Moore 2016.pdf?dl=0](https://www.dropbox.com/s/an9utnjoxphshwc/ACSMs%20Exercise%20Management%20for%20Persons%20with%20Chronic%20Diseases%20and%20Disabilities%204e%20Moore%202016.pdf?dl=0)

2019



Ehrman, J. K., Gordon, P. M., Visich, P. S., & Keteyian, S. J. (Eds.). (2019). *Clinical exercise physiology* (4ta ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Disponible en:

https://www.dropbox.com/s/thleresgg6jd311/Clinical-Exer-Phys_4e_Ehrman_2019.pdf?dl=0

2022



ACSM'S

Resources for the
Exercise Physiologist

A Practical Guide for the Health Fitness Professional

Third Edition



Wolters Kluwer

Gordon, B. T.,
Chambliss, H.,
Durstine, J. L., Jett, D.
M., & Ross, L. M.
(Eds.). (2021). ***ACSM's
resources for the
exercise
physiologist: A
practical guide for
health fitness
professional.*** (3ra
ed.). Philadelphia, PA:
Wolters Kluwer Health.



2020

SIXTH EDITION

Guidelines for Cardiac Rehabilitation Programs

Includes a web resource

AACVPR

American Association of Cardiovascular
and Pulmonary Rehabilitation

Promoting Health & Preventing Disease

American Association of Cardiovascular & Pulmonary Rehabilitation (2020). *Guidelines for cardiac rehabilitation and secondary prevention* programs (6ta ed.). Champaign, IL: Human Kinetics



AHA Scientific Statement

Cardiac Rehabilitation and Secondary Prevention of Coronary Heart Disease

An American Heart Association Scientific Statement From the Council on Clinical Cardiology (Subcommittee on Exercise, Cardiac Rehabilitation, and Prevention) and the Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism (Subcommittee on Physical Activity), in Collaboration With the American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation

Arthur S. Leon, MD, MS, Chair; Barry A. Franklin, PhD; Fernando Costa, MD; Gary J. Balady, MD;
Kathy A. Berra, MSN, ANP; Kerry J. Stewart, EdD; Paul D. Thompson, MD;
Mark A. Williams, PhD; Michael S. Lauer, MD

Abstract—This article updates the 1994 American Heart Association scientific statement on cardiac rehabilitation. It provides a review of recommended components for an effective cardiac rehabilitation/secondary prevention program, alternative ways to deliver these services, recommended future research directions, and the rationale for each component of the rehabilitation/secondary prevention program, with emphasis on the exercise training component. (*Circulation*. 2005;111:369-376.)

Key Words: AHA Scientific Statements ■ rehabilitation ■ exercise ■ coronary disease ■ prevention

Leon et. al (2005). Cardiac rehabilitation and secondary prevention of coronary heart disease: An American Heart Association scientific statement from the Council on Clinical Cardiology (subcommittee on exercise, cardiac rehabilitation, and prevention) and the Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism (subcommittee on physical activity), in collaboration with the American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation. *Circulation*, 111, 369-376.

doi:10.1161/01.CIR.0000151788.08740.5C, Recuperado de

<https://www.ahajournals.org/doi/epdf/10.1161/01.CIR.0000151788.08740.5C>



2019

FIFTH EDITION

Guidelines for Pulmonary Rehabilitation Programs

Includes a web resource
with key forms and checklists

AACVPR

American Association of Cardiovascular
and Pulmonary Rehabilitation

Promoting Health & Preventing Disease

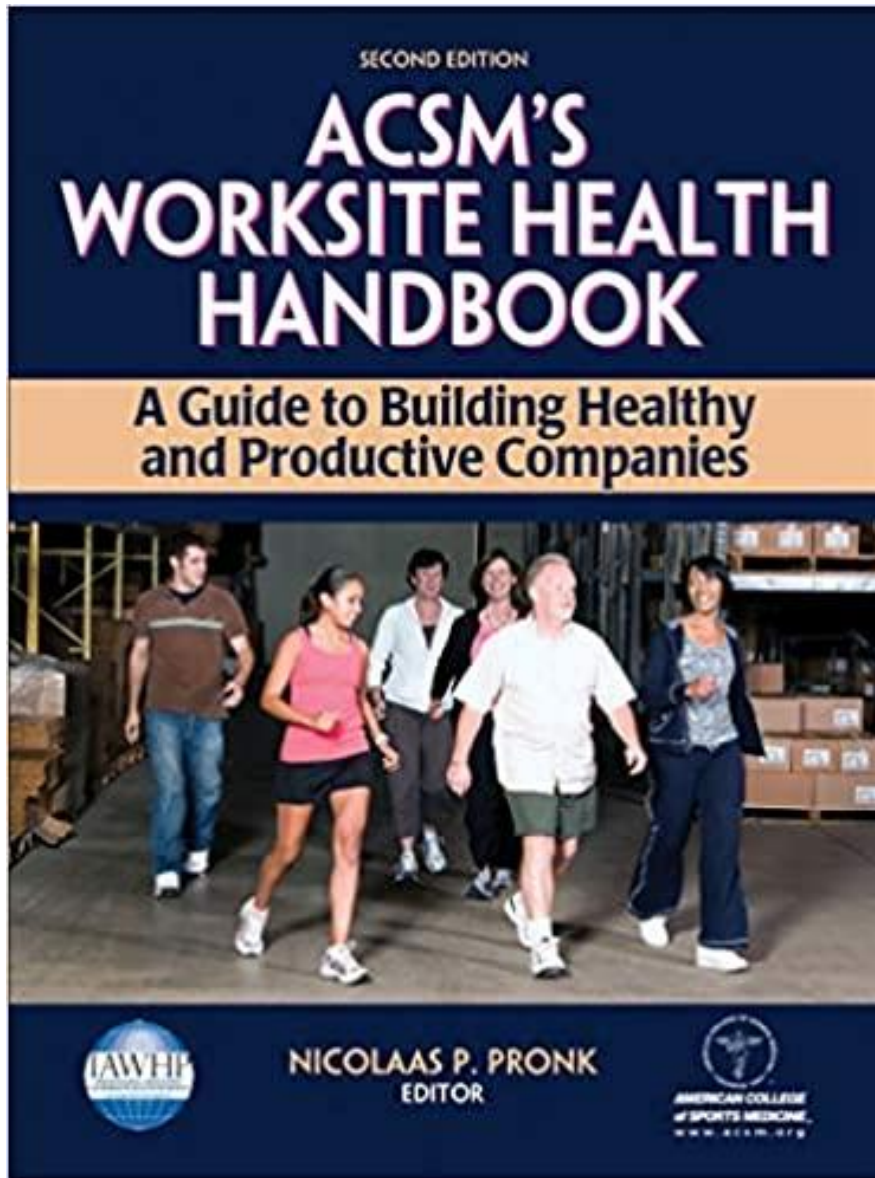
American Association of Cardiovascular & Pulmonary Rehabilitation (2019). ***Guidelines for pulmonary rehabilitation programs*** (5ta ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.



SALUD Y APTITUD FÍSICA CORPORATIVA: GUÍAS Y POSTURAS DE: ORGANIZACIONES PROFESIONALES



2021



Pronk, N. P. (Ed.)
(2009). *ACSM's
worksite health
handbook: A guide
to building healthy
and productive
companies* (2da ed.).
Champaign, IL: Human
Kinetics.



**GUÍAS Y ESTÁNDARES DE
ORGANIZACIONES
PROFESIONALES
ACSM, MFA
INSTALACIONES FÍSICAS:
CENTROS DE
SALUD/MÉDICOS Y DE
APTITUD
FÍSICA**



2019

FIFTH EDITION

ACSM's Health/Fitness Facility Standards and Guidelines



AMERICAN COLLEGE
of SPORTS MEDICINE

Sanders, M. E. (Ed.).
(2019). *ACSM's
health/fitness facility
standards and
guidelines* (5ta ed.).
Champaign, IL: Human
Kinetics. Disponible en:
[https://www.dropbox.com/s/cevw3hneelz24ct/ACSMs Facility-Stand 5e Sanders 2019.pdf?dl=0](https://www.dropbox.com/s/cevw3hneelz24ct/ACSMs%20Facility-Stand%205e%20Sanders%202019.pdf?dl=0)



2013

MEDICAL FITNESS ASSOCIATION'S

SECOND EDITION

Standards & Guidelines for Medical Fitness Center Facilities



MEDICAL
FITNESS
ASSOCIATION



Roy, B. (Ed.) (2013).
Standards & guidelines for medical fitness center facilities. Monterey, CA: Healthy Learning.



AHA/ACSM Scientific Statement

Recommendations for Cardiovascular Screening, Staffing, and Emergency Policies at Health/Fitness Facilities

Writing Group

Gary J. Balady, MD, Chair; Bernard Chaitman, MD; David Driscoll, MD; Carl Foster, PhD; Erika Froelicher, PhD; Neil Gordon, MD; Russell Pate, PhD; James Rippe, MD; Terry Bazzarre, PhD

The message from the nation's scientists is clear, unequivocal, and unified: physical inactivity is a risk factor for cardiovascular disease,^{1,2} and its prevalence is an important public health issue. New scientific knowledge based on epidemiological observational studies, cohort studies, controlled trials, and basic research has led to an unprecedented focus on physical activity and exercise. The promotion of physical activity is at the top of our national public health agenda, as seen in the publication of the 1996 report of the US Surgeon General on physical activity and health.³

adults) before enrollment or participation in activities at health/fitness facilities. Staff qualifications and emergency policies related to cardiovascular safety are also discussed. Health/fitness facilities are defined here as organizations that offer health and fitness programs as their primary or secondary service or that promote high-intensity recreational physical activity (eg, basketball, tennis, racquetball, and swim clubs). Ideally such facilities have a professional staff, but those that provide space and equipment only (eg, unsupervised hotel exercise rooms) are also included. A health/fitness

American Heart Association [AHA], & American College of Sports Medicine [ACSM] (1998). AHA/ACSM Joint Position Statement: Recommendations for Cardiovascular Screening, Staffing, and Emergency Policies at Health/Fitness Facilities. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 30(6), 1009-1018.

Recuperado de Recuperado de https://journals.lww.com/acsm-msse/Fulltext/1998/06000/AHA_ACSM_Joint_Position_Statement_Recommendations.34.aspx



PROGRAMACIÓN DE MEDIDAS DE SEGURIDAD Y EMERGENCIA: EQUIPO Y MATERIALES

Tabla 1: Planes Protocolares de Urgencias Médicas para Programas de Salud y Aptitud Física, a nivel Comunitario, Corporativo o Clínico.

criterio	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
Tipo de Instalación Física o Programa	Salón de ejercicio no supervisado (Ej: aquellos que se encuentran en hoteles, edificios comerciales y condominios)	Un solo líder de ejercicio	Centros de aptitud física para la población general	Centro de aptitud física que ofrece programas especiales para las poblaciones clínicas	Programas de ejercicios clínicos, supervisados médicamente (Ej: rehabilitación cardíaca)
Personal	Ninguno	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Líder de ejercicio ▶ Recomendación: Asociación con un médico 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Administrador general ▶ Instructor de salud/aptitud física ▶ Líder de ejercicio ▶ Recomendación: Asociación con un médico 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Administrador general ▶ Especialista del ejercicio ▶ Instructor de salud/aptitud física ▶ Asociación con un médico 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Administrador general ▶ Especialista del ejercicio ▶ Instructor de salud/aptitud física ▶ Asociación con un médico
Plan de Emergencia	Presente	Presente	Presente	Presente	Presente
Equipo de Emergencia	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Teléfono en cuarto ▶ Signos ▶ Recomendación: Planificar PAD con AED, como parte del plan composicional del PAD en la instalación física que alberga el cuarto de ejercicio (Ej: hotel, edificio comercial, condominio) 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Teléfono ▶ Signos ▶ Recomendado: <ul style="list-style-type: none"> ● Esfignomanómetro ● Estetoscopio ● Planificar PAD con AED 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Teléfono ▶ Signos ▶ Recomendado: <ul style="list-style-type: none"> ● Esfignomanómetro ● Estetoscopio ● Planificar PAD con AED: Esto es altamente recomendado en aquellas instalaciones físicas que poseen >2,500 miembros, y en aquellas en que el tiempo para la respuesta para sistema de emergencias médicas es >5 minutos, desde el momento en que se identifica el paro cardíaco 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Teléfono ▶ Signos ▶ Esfignomanómetro ▶ Estetoscopio ▶ Altamente recomendado: Planificar PAD con AED 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Teléfono ▶ Signos ▶ Esfignomanómetro ▶ Estetoscopio ▶ Tanque de oxígeno ▶ Carro de urgencias ▶ Defibrilador

NOTA. De: "Automated external defibrillators in health/fitness facilities: supplement to the AHA/ACSM Recommendations for Cardiovascular Screening, Staffing, and Emergency Policies at Health/Fitness Facilities," por G. J. Balady, B. Chaitman, C. Foster, E. Froelicher, N. Gordon y S. Van Camp, 2002, *Circulation*, 105(9), p. 1148. Recuperado de <http://circ.ahajournals.org/content/105/9/1147.full.pdf+html>



GUÍAS:

PRUEBAS DE APTIUD FÍSICA

Y

PRUEBAS DE

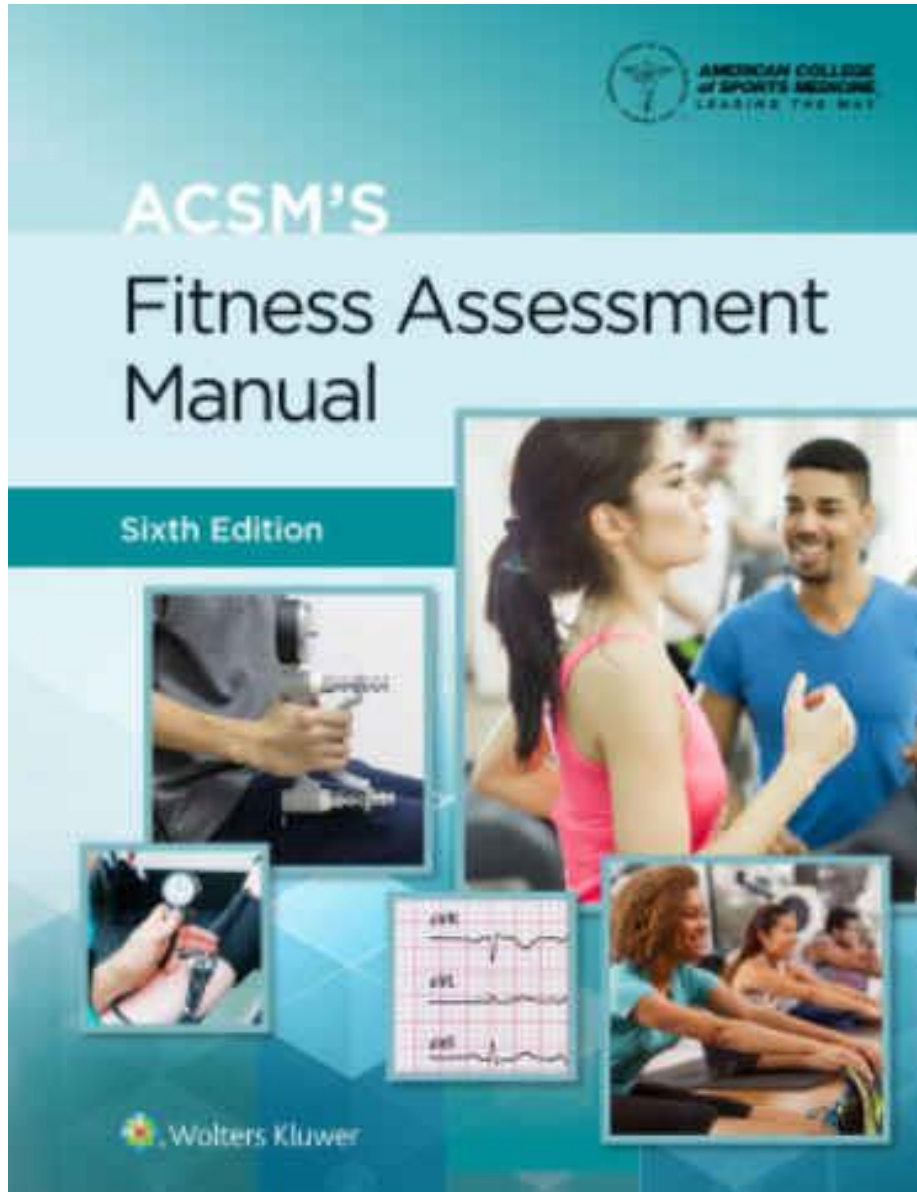
FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

Y

DEPORTIVAS



2022



Feito, Y., & Magal, M.
(Eds) (2022). *ACSM's fitness assessment manual* (6ta ed.).
Philadelphia, PA:
Wolters Kluwer.

2019

Assessments for Sport and Athletic Performance

Features **50** comprehensive tests for athletes and clients



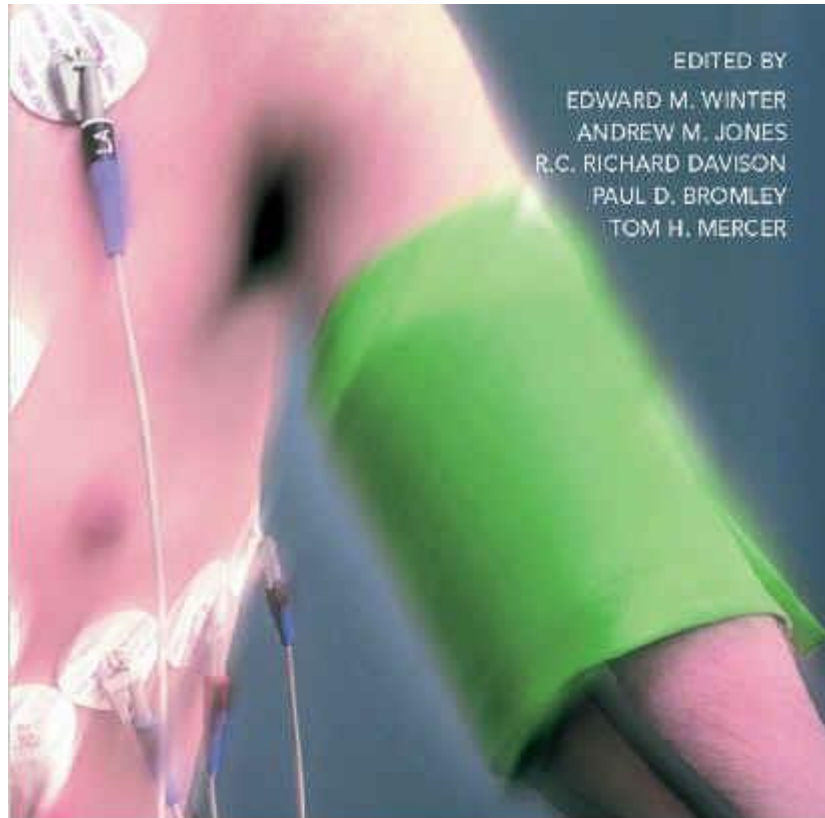
DAVID H. FUKUDA

Fukuda, D. H. (2019).
*Assessments for
sport and athletic
performance.*

Champaign, IL: Human
Kinetics. Disponible en:
<https://drive.google.com/file/d/1R92Vy2FpUD6kvKYTt335OgVK1GVykoHu/view?usp=sharing>



2007



EDITED BY
EDWARD M. WINTER
ANDREW M. JONES
R.C. RICHARD DAVISON
PAUL D. BROMLEY
TOM H. MERCER

SPORT AND EXERCISE
PHYSIOLOGY TESTING

GUIDELINES | The British Association of Sport and Exercise Sciences Guide



VOLUME TWO | EXERCISE AND CLINICAL TESTING

Winter, E. M., Jones, A. M., Davison, R. C. R., Bromley, P. D., & Mercer, T. (Eds.) (2007). ***Sport and exercise physiology testing: Guidelines: the British Association of Sport and Exercise Sciences guide (VII)***. New York, NY: Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business. Disponible en: <https://drive.google.com/file/d/1ekx5CKrtFub51Dcbt3cs9ulygo4RsfDI/view?usp=sharing>



NUTRICIÓN EN EL DEPORTE, EJERCICIO Y ACTIVIDAD FÍSICA: GUÍAS Y POSTURAS DE: ORGANIZACIONES



<https://jissn.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12970-018-0242-y>

Kerksick et al. *Journal of the International Society of Sports Nutrition* (2018) 15:38
<https://doi.org/10.1186/s12970-018-0242-y>


Journal of the International
Society of Sports Nutrition

REVIEW

Open Access



ISSN exercise & sports nutrition review update: research & recommendations

Chad M. Kerksick^{1*} , Colin D. Wilborn², Michael D. Roberts³, Abbie Smith-Ryan⁴, Susan M. Kleiner⁵, Ralf Jäger⁶, Rick Collins⁷, Mathew Cooke⁸, Jaci N. Davis², Elfego Galvan⁹, Mike Greenwood¹⁰, Lonnie M. Lowery¹¹, Robert Wildman¹², Jose Antonio¹³ and Richard B. Kreider^{10*}

Kerksick et al. (2018). ISSN exercise & sports nutrition review update: Research & recommendations. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 15(38), 1-57. <https://doi.org/10.1186/s12970-018-0242-y>. Recuperado de <https://jissn.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s12970-018-0242-y.pdf>



<https://nutricionpr.org/mi-plato-para-un-puerto-rico-saludable/>



MiPlato para un Puerto Rico Saludable



Acumula 30 minutos de actividad física para adultos y 60 minutos para niños todos los días.





<https://www.dietaryguidelines.gov/>



Dietary
Guidelines
for Americans

Home About ▾ Resources ▾ Most Popular Questions

Check out the
2020-2025
Edition!

Make Every Bite Count with
the *Dietary Guidelines!*

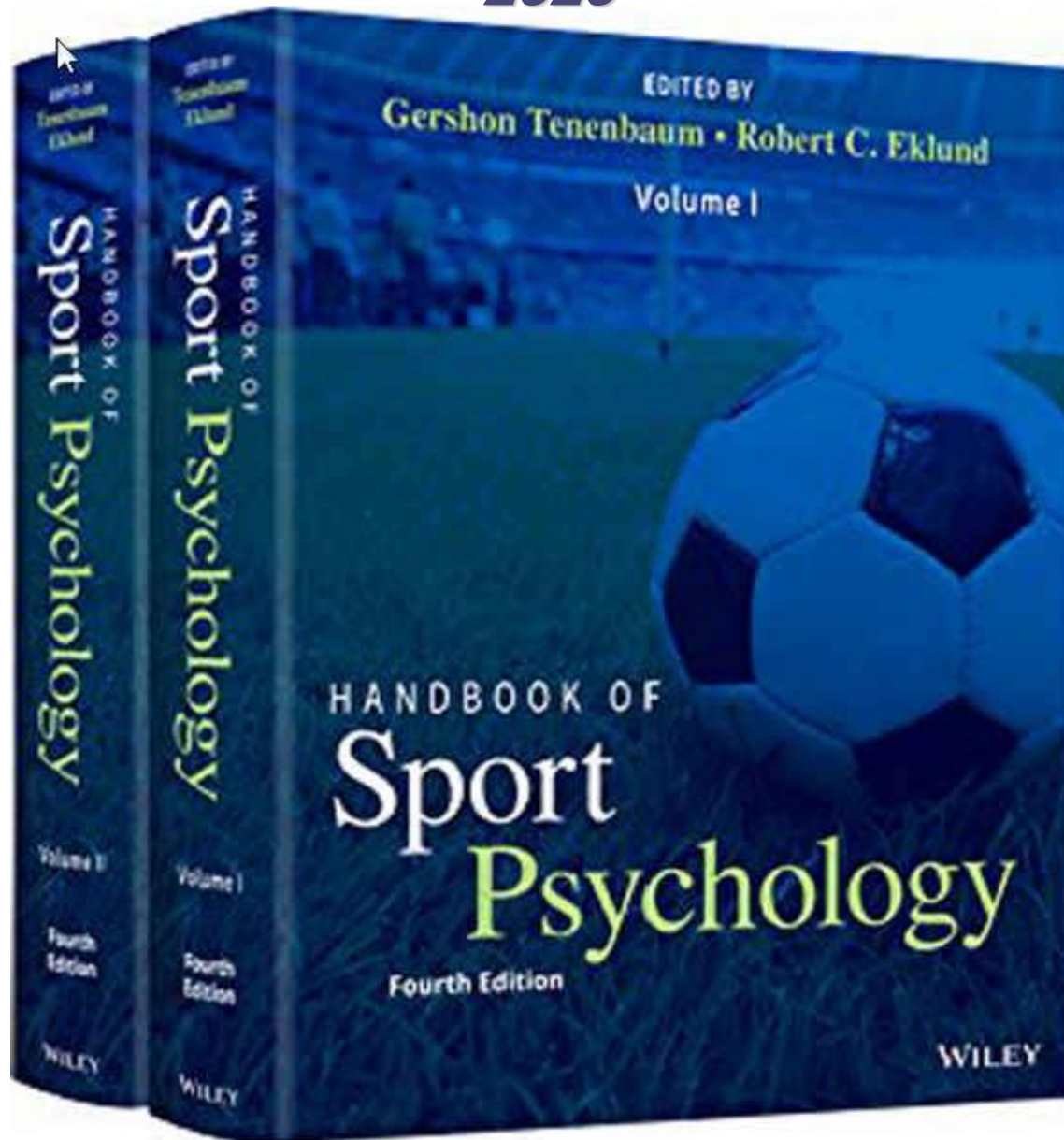
Download PDF





PSICOLOGÍA DEL DEPORTE: GUÍAS Y POSTURAS DE ORGANIZACIONES Y ENTIDADES PROFESIONALES

2020



Tenenbaum, G., & Eklund, R. C. (Eds.) (2020). ***Handbook of sport psychology*** (4ta ed., Vols. I-II). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc. Disponible en: https://drive.google.com/file/d/1KG2Y1M91Jarb4VMndrCTTMw_qk9hKHmH/view?usp=sharing



GUÍAS Y POSTURAS DE ORGANIZACIONES PROFESIONALES NATA: ATHLETIC TRAINING O TERAPÉUTICA ATLÉTICA



https://www.nfhs.org/media/1018446/suggested_guidelines_management_concussion_april_2017.pdf

National Federation of State
High School Associations



SUGGESTED GUIDELINES FOR MANAGEMENT OF CONCUSSION IN SPORTS

**National Federation of State High School Associations (NFHS)
Sports Medicine Advisory Committee (SMAC)**

Introduction

A concussion is a type of traumatic brain injury that impairs normal function of the brain. It occurs when the brain moves within the skull as a result of a blow to the head or body. What may appear to be only a mild jolt or blow to the head or body can result in a concussion.

National Federation of State High School Associations (NFHS), & Sports Medicine Advisory Committee (SMAC) (2017). Suggested guidelines for management of concussion in sports:

Recuperado de

https://www.nfhs.org/media/1018446/suggested_guidelines_management_concussion_april_2017.pdf

2018

SECOND EDITION

Sports-Related Concussion

Diagnosis and Management



Brian Sindelar • Julian E. Bailes



Sindelar, B., & Bailes, J. E. (2018). ***Concussion diagnosis and management*** (2da ed.). Boca Raton, FL: CRC, an imprint of Taylor & Francis Group, an Informa business. Disponible en: https://drive.google.com/file/d/1do9Tpp6YBg_hHGABrJ86xu_jvuyp-DRve/view?usp=sharing



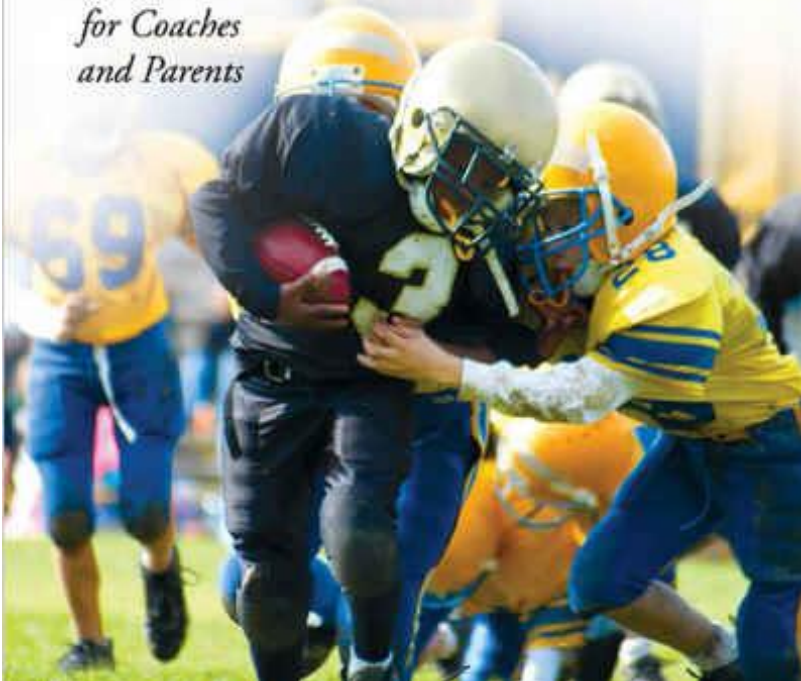
2018

WILLIAM PAUL MEEHAN III, MD

Kids, Sports, and Concussion

SECOND EDITION

*A Guide
for Coaches
and Parents*



Meehan, W. P., III., (2018).
***Kids, sports, and
concussion: A guide for
coaches and parents.***

Santa Barbara, CA: Praeger,
an imprint of ABC-CLIO,
LLC. Disponible en:

<https://drive.google.com/file/d/1Cr8u3hUzR7K8hzKafKNq6CvYjcypjdLU/view?usp=sharing>



<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4004129/pdf/ijspt-04-242.pdf>

IJSPT

CLINICAL COMMENTARY

PEDIATRIC SPORTS SPECIFIC RETURN TO PLAY GUIDELINES FOLLOWING CONCUSSION

Keith H. May, PT, DPT, SCS, ATC, CSCS¹

David L. Marshall, MD¹

Thomas G. Burns, PsyD, ABPP/CN¹

David M. Popoli, MD¹

John A. Polikandriotis, PhD, MBA, MPH, FACHE¹

May et al (2014). Pediatric sports specific return to play guidelines following concussion. *The International Journal of Sports Physical Therapy*, 9(2), 242-255. Recuperado de

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4004129/pdf/ijspt-04-242.pdf>



**GUÍAS Y ESTÁNDARES DE
ORGANIZACIONES
PROFESIONALES
REPASO PARA REVÁLIDAS:
TERAPIA FÍSICA
□
ASISTENTE DE
TERAPIA
FÍSICA**



2018

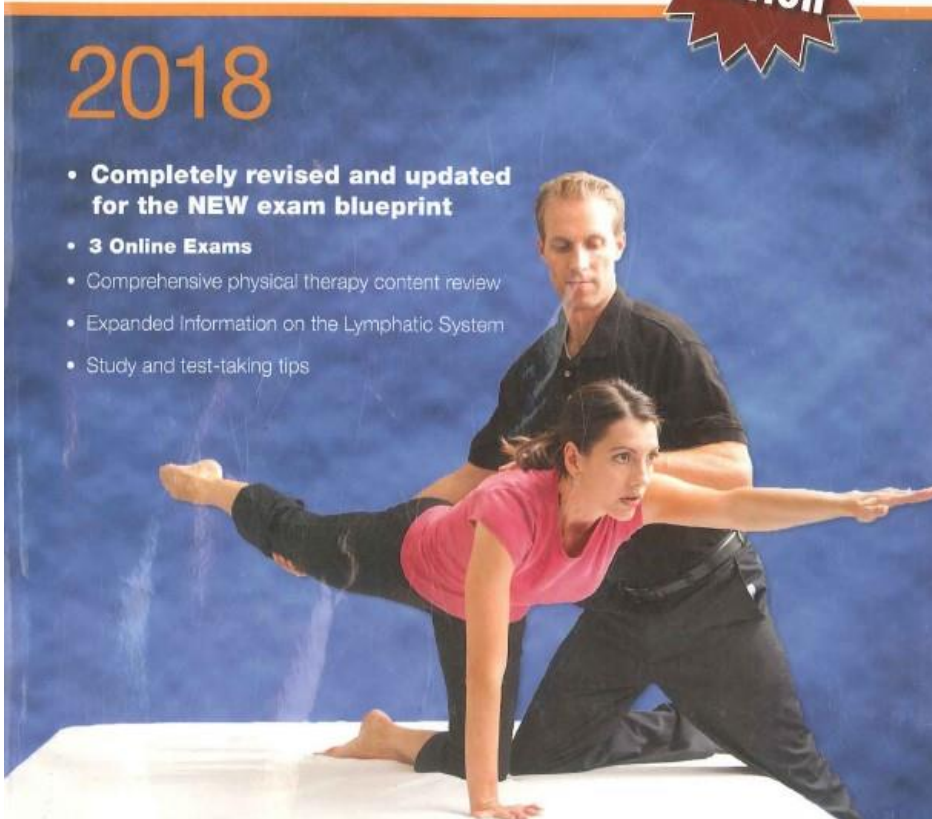


National Physical Therapy Examination
Review & Study Guide
O'Sullivan & Siegelman

21st
Edition

2018

- Completely revised and updated for the NEW exam blueprint
- 3 Online Exams
- Comprehensive physical therapy content review
- Expanded Information on the Lymphatic System
- Study and test-taking tips



O'Sullivan, S. B, &
Raymond P Siegelman,
R. P. (2018). *National
Physical Therapy
Examination review
and study guide*

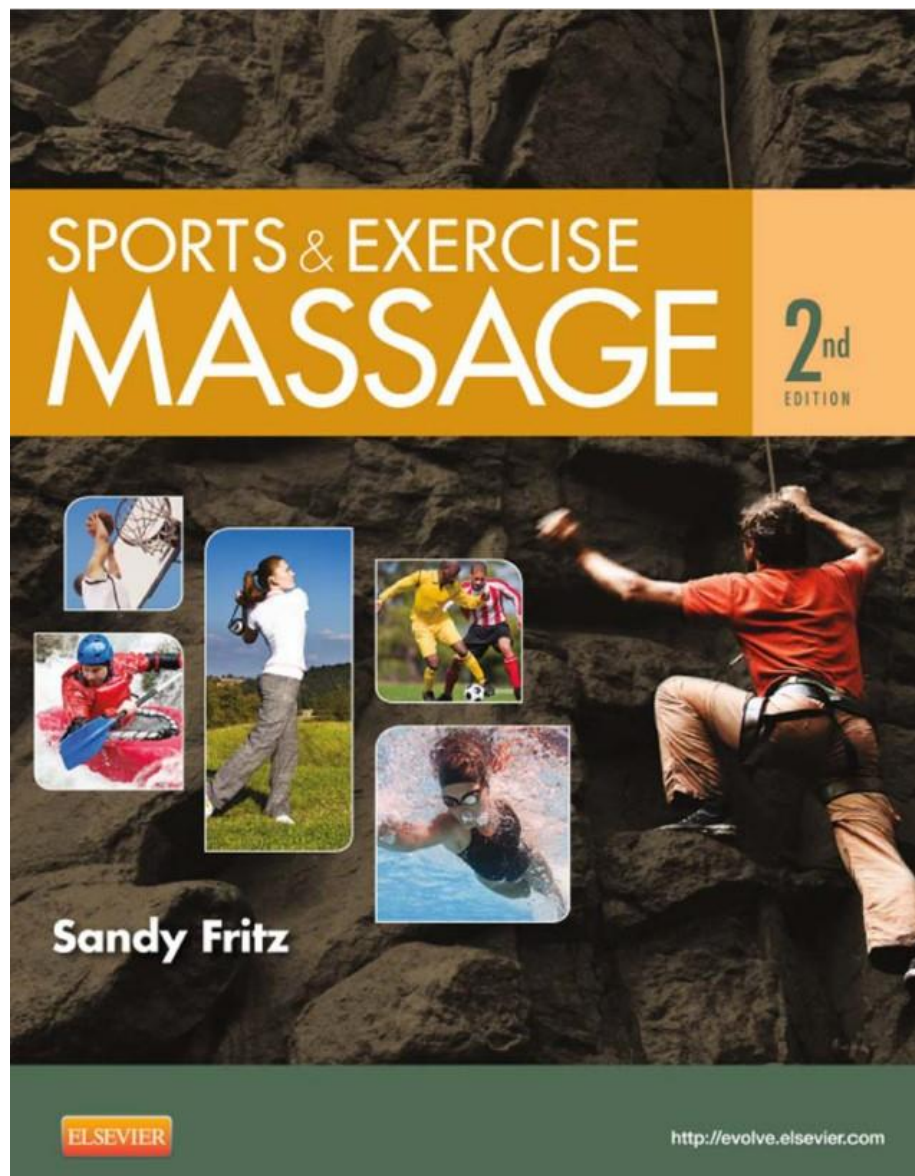
2018. Evanston, IL:
TherapyEd. Disponible
en:

<https://drive.google.com/file/d/1ghcx4uRpPjC47xhmat2bmu29mNOotKUt/view?usp=sharing>



**GUÍAS Y ESTÁNDARES DE
ORGANIZACIONES
PROFESIONALES
LIBROS DE TEXTO:
MASAJE:
DE TIPO:
DEPORTIVO
O
TERAPÉUTICO**

2013



Fritz, S. (2013). *Sports & exercise massage: Comprehensive care in athletics, fitness & rehabilitation* (2da ed.). St. Louis, MO: Mosby, Inc., an affiliate of Elsevier Inc. Disponible en:

<https://drive.google.com/file/d/1Wzcwyz64ITouqmWzTojGdaOPFclumrbY/view?usp=sharing>



KINESIO-TAPING

VENDAJE NEUROMUSCULAR

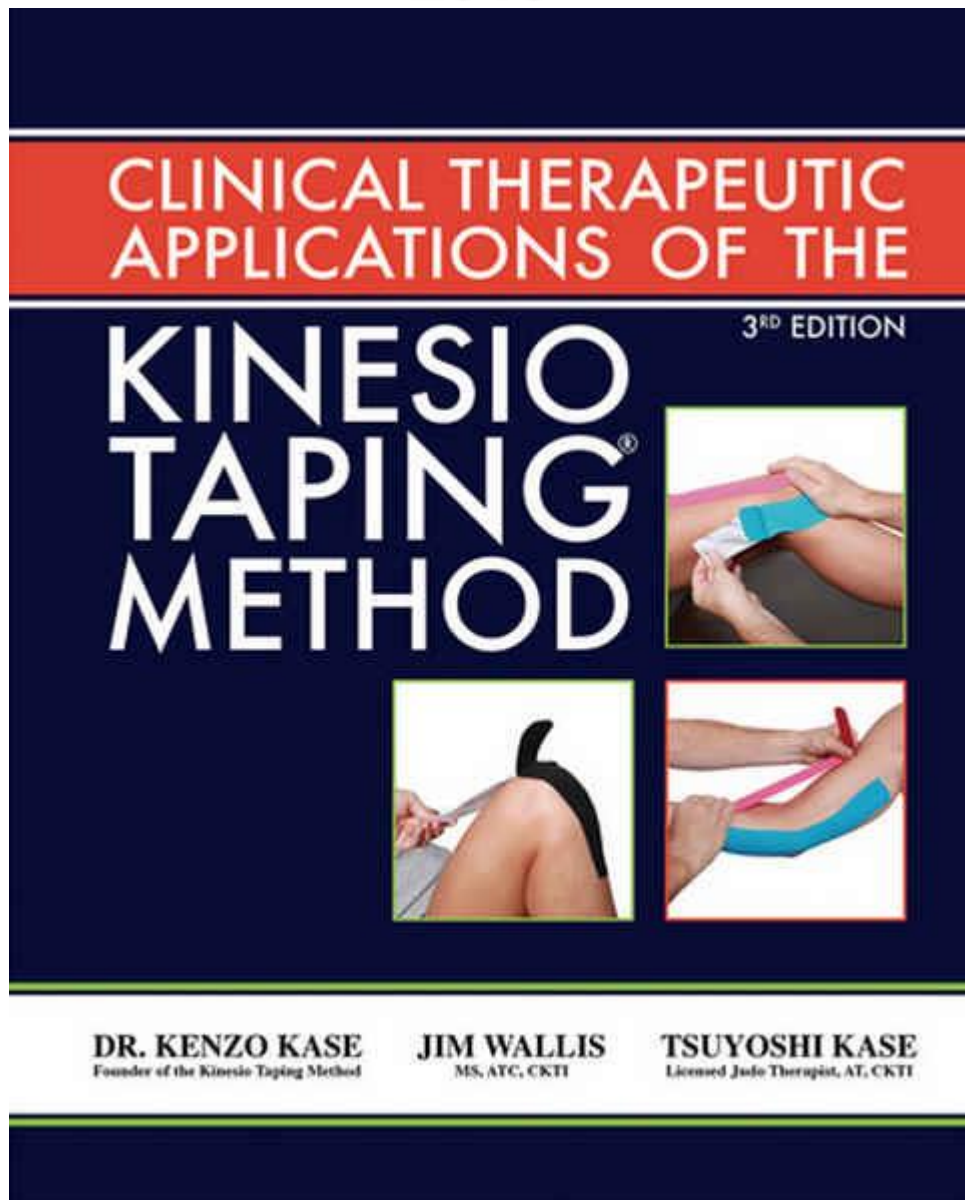
TÉCNICAS APROPIADAS:

ORGANIZACIONES:

GUÍAS

PROFESIONALES

2013



Kase, K., Wallis, J., & Kase, T (2013). ***Clinical therapeutic Applications of the Kinesio Taping® method*** (3ra. ed.). New Mexico: Kinesio Taping Association International. Disponible en: https://drive.google.com/file/d/1Snpu0SnQwTTvS7yNYlZTJ1E_tz7N68nV/view?usp=sharing



2017

LENGTH, STRENGTH
KINESIO TAPE **AND**
Muscle Testing
and Taping Interventions



KINESIO GROUP
KINESIO TAPE

Thuy Bridges & Clint Bridges

ELSEVIER



Activate your eBook at [evolve.elsevier.com](https://www.elsevier.com/evolve)

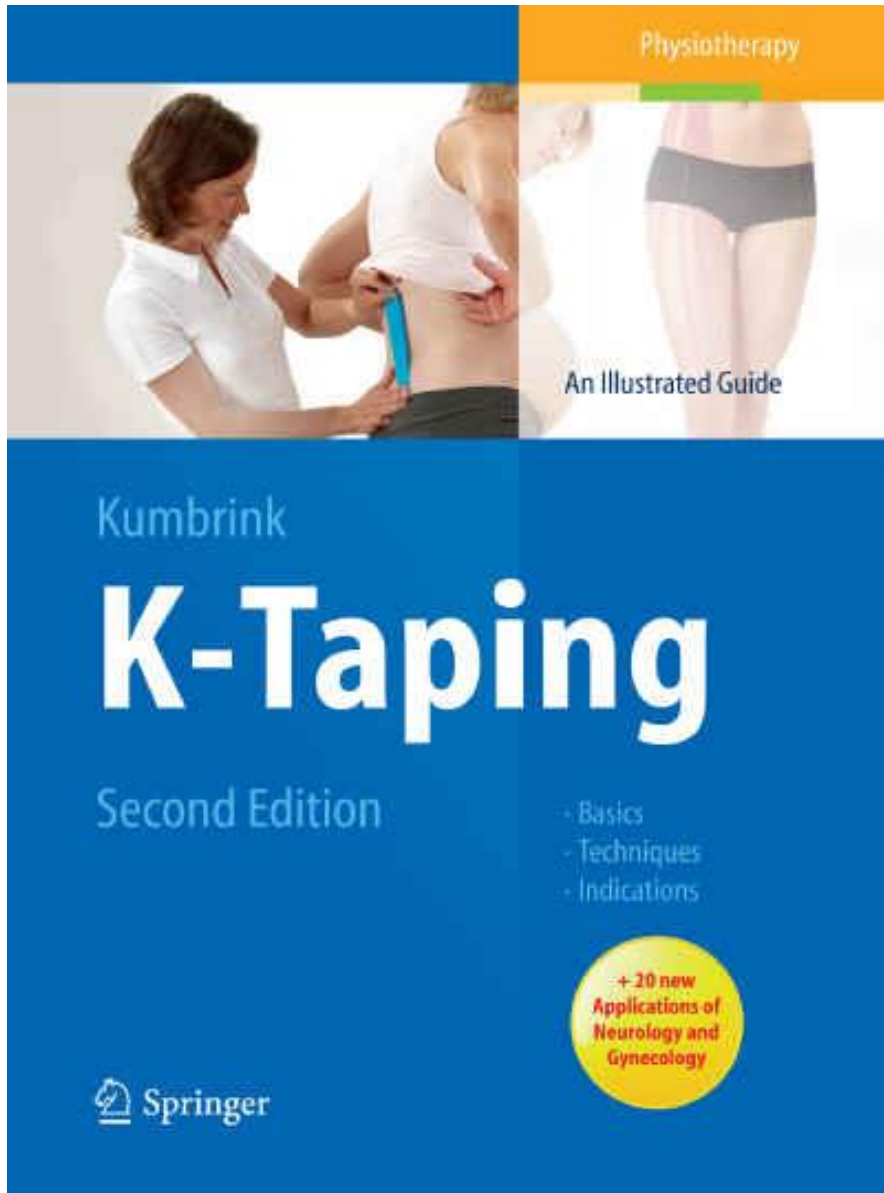
Bridges, T., & Bridges, C. (2017). *Length, strength and kinesio tape: Muscle testing and taping interventions.*

Australia: Elsevier

Australia. Disponible en:
<https://drive.google.com/file/d/1SRmWvPwAnvq5yar7IdhmQ2kpO4g4Y9dm/view?usp=sharing>



2014



Kumbrink, B. (2012).
K-Taping: An Illustrative guide
(2da ed.). New York:
Springer-Verlag Berlin
Heidelberg. Disponible
en:

<https://drive.google.com/file/d/1xD9dLlbo5FPj9rDjPTqLjXgiDEnKhoDo/view?usp=sharing>



COACHING DEPORTIVO

CURRÍCULO Y COMPETENCIAS
EDUCACIÓN SUPERIOR

ORGANIZACIONES:

GUÍAS Y ESTÁNDARES

PROFESIONALES



CREACIÓN DE LA CONCENTRACIÓN MENOR EN COACHING Y ENTRENAMIENTO FÍSICO DEPORTIVO

R29SA-MET-N-1 Descripción de la concentración menor

Que el Catálogo General 2018-2019, revisado en octubre de 2018, en las páginas correspondientes, se incluya la descripción de la concentración menor en Coaching y Entrenamiento Físico Deportivo bajo el Bachillerato en Artes en Tecnología Deportiva, según se indica a continuación:

Descripción de la concentración menor en Coaching y Entrenamiento Físico Deportivo

La concentración menor en Coaching y Entrenamiento Físico Deportivo tiene como propósito capacitar a los estudiantes con las destrezas necesarias para desempeñarse con éxito como director técnico y preparador físico deportivo. Esta concentración menor está adscrita al Bachillerato en Artes en Tecnología Deportiva.

Justificación:

Este menor tiene como propósito capacitar a los estudiantes adscritos al Programa de Tecnología Deportiva en el campo de los procesos inherentes para el coaching deportivo. Esto incluye el desarrollo del peritaje requerido en el coaching deportivo, el diseño de un programa de entrenamiento físico-deportivo de idiosincrasia integrado, el entrenamiento de la aptitud muscular, la comprensión de los procesos cognitivos y motores en el aprendizaje de las destrezas motrices, y la preparación como coach en los deportes de baloncesto, fútbol internacional, béisbol, atletismo (pista y campo) y voleibol.



<https://transicion2016.pr.gov/Agencias/087/Informe%20de%200Reglamento%20y%20Normas/REGLAMENTO%207690%20-%20REGLAMENTO%20PARA%20LA%20LICENCIA%20DE%20ENTRENADORES%20Y%20OFICIALES%20DEPORTIVOS%20EN%20PUERTO%20RICO.PDF>

Reglamento para la Licencia de Entrenadores y Oficiales Deportivos en Puerto Rico



NATIONAL STANDARDS FOR SPORT COACHES (SHAPE)

<https://www.shapeamerica.org/standards/coaching/>



ENHANCED BY Google



[About](#) [Membership](#) [Blog](#) [Career](#) [Shop](#) [Support](#) [Login](#) [Join / Renew](#)

Professional Development

Standards and Guidelines

Grants, Awards and Accreditation

Events and Conferences

Issues and Advocacy

Resources and Publications

health. moves. minds.®

COVID 19 Resources ▶





ICCE STANDARDS FOR HIGHER EDUCATION: SPORT COACHING BACHELOR DEGREES

https://www.icce.ws/_assets/files/icds-draft-4-final-october-16-with-cover.pdf



ICCE

International Council for
Coaching Excellence

ICCE STANDARDS
FOR HIGHER EDUCATION
**SPORT COACHING
BACHELOR DEGREES**



INTERNATIONAL SPORT COACHING FRAMEWORK, VERSION 1.2

https://www.icce.ws/_assets/files/iscf-1.2-10-7-15.pdf

International Sport Coaching Framework

Version 1.2



**PRÍMEROS AUXILIOS,
ATENCIÓN DE URGENCIAS,
EMERGENCIAS MÉDICAS
Y
CUIDADOS PREHOSPITALARIOS
REPUESTAS INMEDIATAS:
GUÍAS:
PROFESIONALES**



https://www.ahajournals.org/toc/circ/142/16_suppl_2?utm_campaign=sciencenews20-21&utm_source=science-news&utm_medium=phd-link&utm_content=phd10-21-20

Circulation

MY ALERTS

SIGN IN

JOIN

OpenAthens/Shibboleth »

Submit your article



AHA
Journals

Journal
Information

All
Issues

Subjects

Features

Resources &
Education

For Authors &
Reviewers

Table of Contents

October 20, 2020 - Volume 142, Issue 16_suppl_2

This Issue

Circulation



Circulation

Part 1: Executive Summary

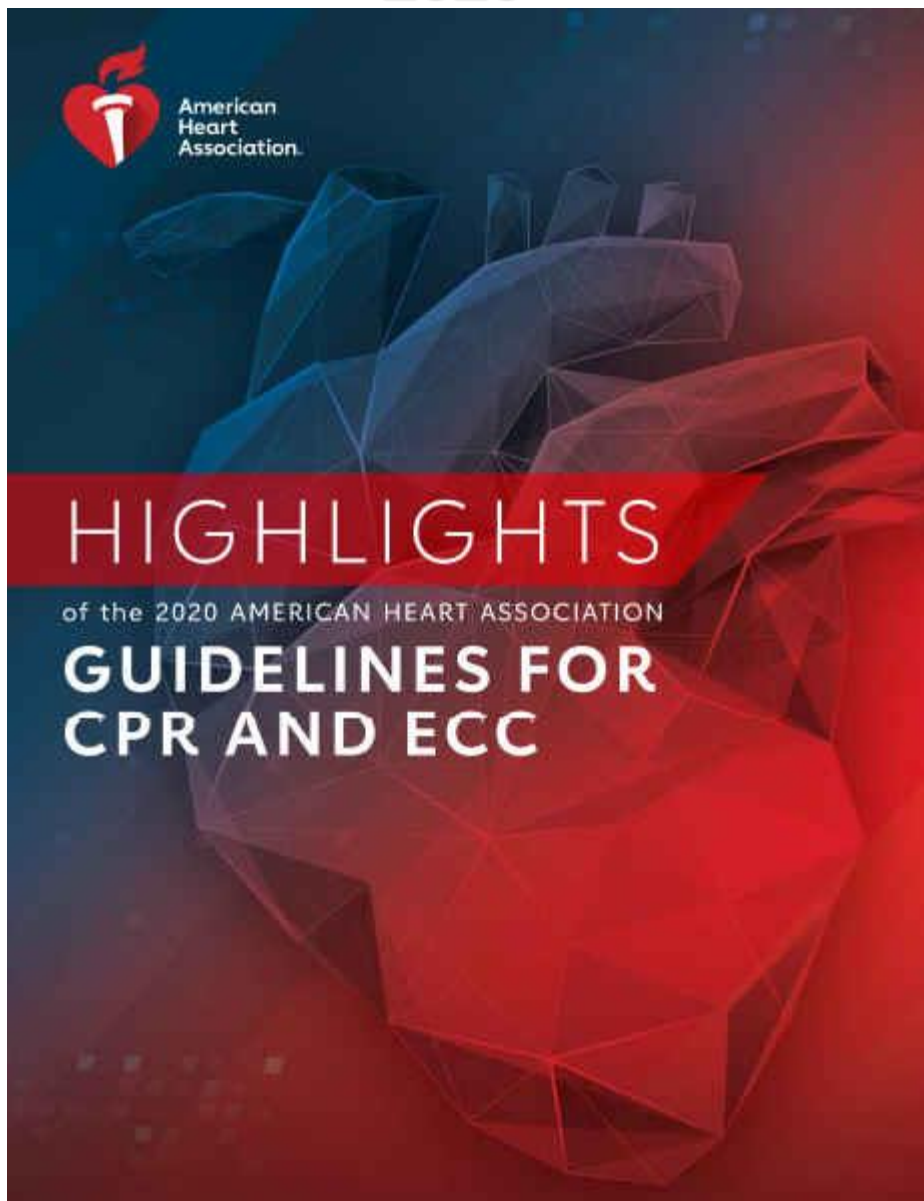
2020 American Heart Association Guidelines for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care

Merchant et al., (2020). Part 1: Executive summary: 2020 American Heart Association guidelines for cardiopulmonary resuscitation and emergency cardiovascular care. *Circulation*, 142(suppl 2), S337–S357.

doi:10.1161/CIR.00000000000000918. Recuperado de

<https://www.ahajournals.org/doi/epub/10.1161/CIR.00000000000000918>

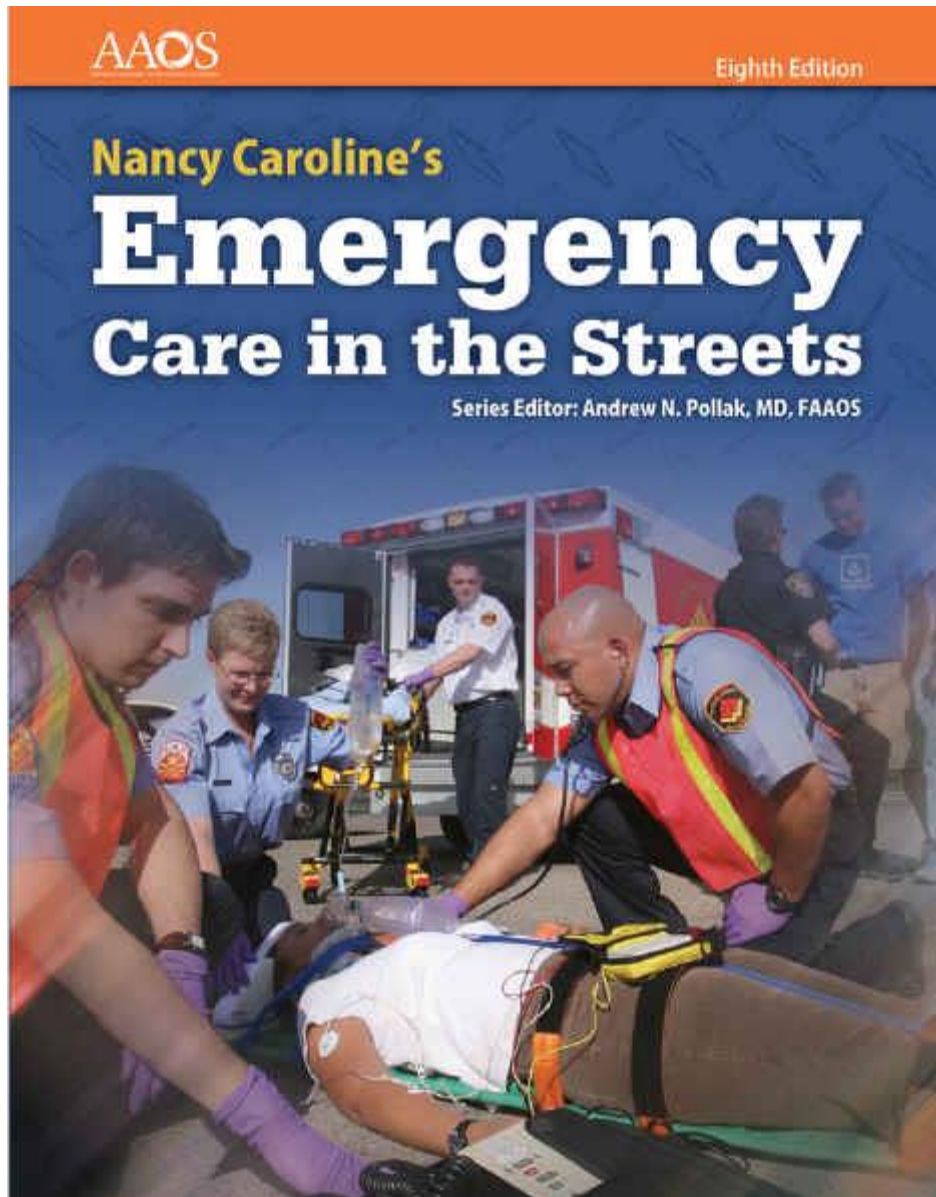
2020



Lavonas et al., (2020).
Highlights of the 2020 American Heart Association (AHA) guidelines for CPR and ECC. Dalla, TX: American Heart Association.
Recuperado de
<https://cpr.heart.org/-/media/cpr-files/cpr-guidelines-files/highlights/hghlgh ts 2020 ecc guideline s english.pdf>



2018



Pollak, A. N., Aehlert, B., & Elling, B. (Eds.) (2018). *Nancy Caroline's emergency care in the streets* (8va ed.). Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.
Disponibile en:
<https://drive.google.com/file/d/1-CQxyMN8dJq8LcHI dFxs0x52N ASxN-3/view?usp=sharing>



**DOCUMENTOS DE:
POSTURAS,
POSICIONES
Y OPINIONES DE:
ORGANIZACIONES
PROFESIONALES**



<https://www.acsm.org/education-resources/pronouncements-scientific-communications/position-stands>

ACSM Position Stands

An ACSM Position Stand is an official pronouncement, developed using a specified evidence-based methodology, on significant societal issues that merit interdisciplinary consideration and consensus within the College. Joint Position Stands are similar to ACSM Position Stands, but are developed in concert with at least one other not-for-profit organization or governmental agency.

ACSM Position Stands, Joint Position Statements and Opinion Statements are published in *Medicine & Science in Sports & Exercise*, the official journal of ACSM. Position Stands are official statements of ACSM on topics related to sports medicine and exercise science. All current ACSM Position Stands and Joint Position Statements are free to the public.

Full List of ACSM Position Stands

- » Physical Activity, Fitness, Cognitive Function and Academic Achievement in Children: A Systematic Review
- » Quantity and Quality of Exercise for Developing and Maintaining Cardiorespiratory, Musculoskeletal, and Neuromotor Fitness in Apparently Healthy Adults: Guidance for Prescribing Exercise
- » Exercise and Type 2 Diabetes: American College of Sports Medicine and the American Diabetes Association: Joint Position Statement
- » Exercise and Physical Activity for Older Adults
- » Nutrition and Athletic Performance



<https://www.issponline.org/index.php/position-stands>

ISSP POSITION STANDS

 [Mental Health Through Occupational Health and Safety in High Performance Sport \(2021\)](#)

 [Career development and transitions of athletes Revisited \(2021\)](#)

 [Sport psychology services to professional athletes working through COVID-19 \(2020\)](#)

 [Physical activity health and well-being in an imposed social distanced world \(2020\)](#)



LICENCIAS Y CERTIFICACIONES: REVÁLIDAS, CURSOS CORTOS, CURRÍCULOS REQUERIDOS



DEPARTAMENTO DE RECREACIÓN Y DEPORTES (DRD)

<https://www.drdpuertorico.com/>

787-721-2800



INICIO

SOBRE EL DRD

INSTITUTO

INCIDENTES

DIRECTORIOS

EL MARCADOR

BASEBALL 2021



DRD Baseball Academies
Tournament 2021



DEPARTAMENTO DE RECREACIÓN Y DEPORTES (DRD)

INSTRUCTOR DE APTITUD FÍSICA MUÉVETE A OBTENER TU LICENCIA PROFESIONAL

Para obtener tu licencia profesional como Instructor de Aptitud Física tienes que seguir dos (2) pasos:

1er Paso:

◆ Solicitar el examen – Cada aspirante interesado debe:

Completar la Solicitud de Examen disponible en el Instituto Puertorriqueño para el Desarrollo del Deporte y la Recreación y presentar los siguientes documentos:

- a. Evidencia ser mayor de edad (Certificado de Nacimiento, Licencia, Pasaporte)
- b. Identificación con foto (debe traerla consigo el día de examen)
- c. Ser Ciudadano Americano o Residente Legal (Pasaporte y/o Visa de Trabajo)
- d. Certificado de Antecedentes Penales (Vigente)
- e. Evidencia de aprobación de Certificación o cursos que incluyan temas en:
 - Fisiología del Ejercicio (mínimo 15 horas contacto)
 - Biomecánica (mínimo 15 horas contacto)
 - Prescripción de Ejercicios (mínimo 15 horas contacto)
 - Nutrición (mínimo 15 horas contacto)
 - Anatomía (mínimo 15 horas contacto)
 - Evaluación y Medición (mínimo 15 horas contacto)
 - Aspectos Administrativos (mínimo 15 horas contacto)
 - Presentar evidencia de Laboratorio Práctico (100 horas) en un centro reconocido por el Departamento de Recreación y Deportes con un Instructor de Aptitud Física licenciado
 - Recibo de Pago de \$75.00
(El mismo se obtiene en la Oficina de Finanzas del DRD)
Dicho pago debe efectuarse en ATH, Giro Postal (a nombre de Secretario de Hacienda) o efectivo

RENOVACIÓN DE LICENCIA

Debe ser renovada 30 días antes de su fecha de vencimiento y presentar la siguiente documentación:

- Ser Mayor de Edad**
*Deberá presentar Certificado de Nacimiento original o Pasaporte
(Sea por edad o emancipación)*
- Ser Ciudadano Americano o Residente Legal**
Evidenciar con Tarjeta de Seguro Social, Pasaporte o Visa de Trabajo
- Ley 226 (Ley 300)**
Expedido por la Policía de PR (Vigente)
- Certificado de Antecedentes Penales**
Expedido por la Policía de PR (Vigente)
- Certificado de Salud**
Expedido por el Departamento de Salud (Vigente)
- Resucitación Cardiopulmonar (CPR) y Primeros Auxilios**
Certificado vigente de una organización reconocida
- Evidencia de haber completado un mínimo de treinta (30) horas (2 créditos) en curso de educación continuada en una universidad acreditada o de una institución adscrita a la "National Commission for Certifying Agencies" (NCCA), "National Board of Fitness Examiners" (NBFE) o reconocida por el Instituto Puertorriqueño para el Desarrollo del Deporte y la Recreación (IPDDER)**



GOBIERNO DE PUERTO RICO

Departamento de Recreación y Deportes

Solicitud de Examen Instructor de Aptitud Física

Instrucciones: Lea cuidadosamente y llene toda la información solicitada en letra de molde. Es muy importante escribir su correo electrónico para mantener comunicación efectiva con usted. Por cada oportunidad debe llenar esta hoja.

Nombre _____ Inicial _____

Apellido Paterno _____ Apellido Materno _____

Fecha Nacimiento _____ Seguro Social XXX-XX-_____

Pueblo de Residencia _____

Núm. Teléfono _____ / _____

ENTRENADOR DEPORTIVO MUÉVETE A OBTENER TU LICENCIA PROFESIONAL

INFORMACIÓN GENERAL SOBRE LA LICENCIA DE ENTRENADOR DEPORTIVO

1. Toda persona aspirante a ejercer como entrenador podrá solicitar una de las siguientes licencias: Básica, Especializada o Alta Competición.
2. La **Licencia Básica** tendrá sólo una vigencia de un año y no podrá ser renovada, por lo que a partir de la culminación de su vigencia se deben completar los requisitos de la licencia especializada.
3. La **Licencia Especializada** y la **Licencia de Alta Competición** tendrán una vigencia de dos (2) años y podrán renovarse.
4. La licencia expedida incluirá un número único de identificación que debe ser utilizado en toda comunicación oficial con el Instituto.
5. La licencia expedida se limitará sólo a la categoría y deporte para el cual fue emitida.

REQUISITOS PARA OBTENER LA LICENCIA BÁSICA – NO RENOVABLE

- Ser Mayor de Edad
Deberá presentar Certificado de Nacimiento original o Pasaporte (Sea por edad o emancipación)
- Ser Ciudadano Americano o Residente Legal
Evidenciar con Tarjeta de Seguro Social, Pasaporte o Visa de Trabajo
- Ley 226 (Ley 300)
Expedido por la Policía de PR (Vigente)
- Certificado de Antecedentes Penales
Expedido por la Policía de PR (Vigente)
- Certificación de ASUME
Expedido por la Oficina de Asume de PR (Vigente)
- Evidencia de Aprobación de un mínimo de ocho (8) horas lectivas en el área técnico deportiva
- Recibo de Pago de \$25.00
*(El mismo se obtiene en la Oficina de Finanzas del DRD)
Dicho pago debe efectuarse en ATH, Giro Postal (a nombre de Secretario de Hacienda) o efectivo*

REQUISITOS PARA OBTENER LA LICENCIA DE ALTA COMPETICIÓN

- Haber completado los cursos educativos establecidos en la Licencia Especializada
- Ser Mayor de Edad
Deberá presentar Certificado de Nacimiento original o Pasaporte (Sea por edad o emancipación)
- Ser Ciudadano Americano o Residente Legal
Evidenciar con Tarjeta de Seguro Social, Pasaporte o Visa de Trabajo
- Ley 226 (Ley 300)
Expedido por la Policía de PR (Vigente)
- Certificado de Antecedentes Penales
Expedido por la Policía de PR (Vigente)
- Certificación de ASUME
Expedido por la Oficina de Asume de PR (Vigente)
- Evidencia de aprobación de:
 - Curso de Ciencias Aplicadas (32 horas lectivas)
 - Componente Metodológico Técnico-Táctico (54 horas lectivas)
- Presentar Carta de Recomendación de la Federación del Deporte para el cuál solicita la Licencia
- Recibo de Pago de \$125.00
(El mismo se obtiene en la Oficina de Finanzas del DRD) Dicho pago debe efectuarse en ATH, Giro Postal (a nombre de Secretario de Hacienda) o efectivo

RENOVACIÓN DE LICENCIA

Debe ser renovada 30 días antes de su fecha de vencimiento y presentar la siguiente documentación:

- Haber completado los cursos educativos establecidos en la Licencia Especializada

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM)

ACSM Certified
Group Exercise Instructor™

ACSM Certified
Personal Trainer*



ACSM Certified
Health Fitness
Specialist™



CANDIDATE PROFILE	College students, professionals new to the field, individuals with or without a health-related degree	College students, professionals new to the field, individuals with or without a health-related degree	College graduates with exercise science-based degrees, experienced health and fitness professionals
WORK SETTING	Health club, university, corporate or community/public health settings	Health club, university, corporate or community/public health settings	Health club, university, corporate or community/public health or hospital/clinical settings
PRIMARY RESPONSIBILITIES	<ul style="list-style-type: none"> • Develops and implements various forms of exercise in a group setting • Modifies exercises based on individual and group needs • Creates a positive exercise environment 	<ul style="list-style-type: none"> • Works with healthy individuals or those with medical clearance to exercise • Performs basic fitness assessments and field tests • Makes appropriate exercise recommendations 	<ul style="list-style-type: none"> • Conducts risk factor stratification • Works with special populations (elderly, obese, etc.) • Works with individuals with controlled disease • Performs exercise testing and develops comprehensive exercise prescriptions • Conducts program administration
ELIGIBILITY	<ul style="list-style-type: none"> • High school diploma or equivalent • Current Adult CPR (with practical skills component) • 18 years of age or older 	<ul style="list-style-type: none"> • High school diploma or equivalent • Current Adult CPR (with practical skills component) • 18 years of age or older 	<ul style="list-style-type: none"> • Exercise-based Associate's degree* • Eligible to sit for exam if in last semester of degree program • Current Adult CPR (with practical skills component)
EXAM SPECS	Duration: 2.5 hours # of Questions: 100 scored/15 unscored†	Duration: 2.5 hours # of Questions: 120 scored/30 unscored†	Duration: 3.5 hours # of Questions: 125 scored/25 unscored†
EXAM COSTS	\$219 ACSM Members \$279 other candidates \$150 re-test	\$219 ACSM Members ² \$279 other candidates \$150 re-test	\$219 ACSM Members ¹ \$279 other candidates \$150 re-test
WORKSHOP DETAILS		1-day \$129 (for experienced professionals) 3-day \$375 (comprehensive review of core content)	2-day \$250



[***https://www.aacvpr.org/Certify***](https://www.aacvpr.org/Certify)

Cardiac and Pulmonary Rehabilitation Program Certification



AACVPR sponsors a Cardiac and Pulmonary Rehabilitation Program Certification process, the only peer-reviewed accreditation process designed to review individual facilities for adherence to standards and guidelines from AACVPR and other leading professional societies.

[LEARN MORE](#)

Certified Cardiac Rehabilitation Professional (CCRP)



Earn the only comprehensive professional certification in cardiac rehabilitation: the Certified Cardiac Rehabilitation Professional (CCRP).

[LEARN MORE](#)

NSCA-Certified Personal Trainers (NSCA-CPT)

Overview

[Format](#)

[Cost](#)

[Exam Content](#)

[Prerequisites](#)

[Prepare](#)

[Study Materials](#)

[Register](#)

[Important Updates to the CSCS and NSCA-CPT Exams](#)

[NSCA-CPT Exam Schedule](#)

Certification Handbooks

[Current](#)

[Computer-Based Exams](#)

[Paper/Pencil Exams](#)

[Effective 7/1/2014](#)

[All Exams](#)

NSCA-Certified Personal Trainers (NSCA-CPT)

NSCA-Certified Personal Trainers (NSCA-CPT) are health/fitness professionals who, using an individualized approach, assess, motivate, educate and train clients regarding their health and fitness needs.

Certified personal trainers design safe and effective exercise programs, provide the guidance to help clients achieve their personal health/fitness goals and respond appropriately in emergency situations.

Recognizing their own area of expertise, personal trainers refer clients to other health care professionals when appropriate.





THE BEST TRAINING MODEL. THE BEST TRAINERS.

Popular Searches

Search Products, Video, & Expert Advice



GET CERTIFIED

GET CREDENTIALLED

CONTINUING EDUCATION

RESOURCES

ATTEND A SCHOOL

SHOP

CALL TO LEARN MORE: 877-201-6076

BECOME A
**PERSONAL
TRAINER**



cpt Certified Personal Trainer

Sign Up for Special Offers

Free CPT 14-Day Trial

Payment Plan Options

Recertification



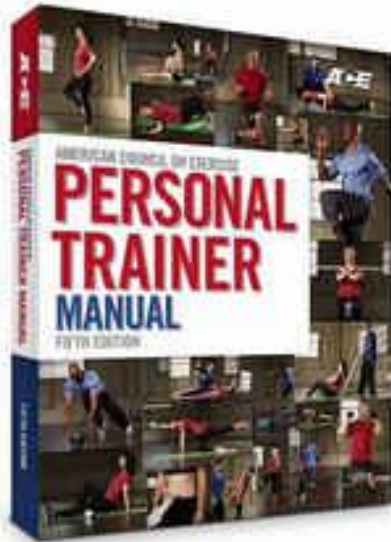
As seen on TV. NASM Certified



We make it easy with our payment



We have the best training model.



NEW ANSWERS TO NEW QUESTIONS

STAY ON THE CUTTING EDGE WITH THE MOST COMPREHENSIVE, UP-TO-DATE PERSONAL TRAINER MANUAL IN THE INDUSTRY.

PERSONAL TRAINER ►

[Compare Study Programs ►](#)

STANDARD = \$599

[Learn More ►](#)

PREMIUM = \$699

[Learn More ►](#)

PREMIUM PLUS = \$799

[Learn More ►](#)

[HOW TO BECOME
A PERSONAL TRAINER](#)

PERSONAL TRAINER CERTIFICATION

There are hundreds of personal trainer certification options on the market, but only one rooted in 30 years of science-based research from ACE, the world's largest nonprofit health and fitness organization. Only one is built on the foundation of our ACE Integrated Fitness Training[®] Model, created to help health and fitness professionals deliver the type of individualized programs people need to adopt long-term, healthy behaviors. Becoming an ACE Certified Personal Trainer will give you a career advantage at thousands of facilities nationwide and the expertise you need to stand out among your peers with a certification accredited by the National Commission for Certifying Agencies (NCCA).

**WE DON'T OFFER
THE FASTEST OR
THE CHEAPEST
CERTIFICATION
ON THE MARKET,
BUT WE CERTAINLY
OFFER THE BEST.**

COMMISSION ON ACCREDITATION OF ATHLETIC TRAINING EDUCATION

[*http://caate.net/*](http://caate.net/)

 SEARCH PROGRAMS

 eACCRED LOGIN

 CURRENT NEWS





Commission on Accreditation of Athletic Training Education

CAATE Upcoming Town Hall: March 10



HOW DOES THE ATCAS SERVICE HELP ATHLETIC TRAINING PROGRAMS?

National Athletic Trainers' Association

2952 Stemmons Freeway

Dallas, TX 75247

phone (800) 879-6282

fax (214) 637-2206

Web site: www.nata.org

Board of Certification

4223 South 143rd Circle

Omaha, NE 68137

phone (402) 559-0091

fax (402) 561-0598

Web site: www.bocatc.org

Journal of Athletic Training

6262 Veterans Parkway

Columbus, GA 31909

phone (706) 494-3345

fax (706) 494-3348

e-mail: jathtr@mindspring.com

Web site: www.nata.org/jat

submit online: <http://jat.msubmit.net>

Entry-Level Athletic Training Education Programs

Alabama

Samford University

Athletic Trainer Prgm
PO Box 292448
800 Lakeshore Drive
Birmingham, AL - 35229 US

Degree: BS

Status: Continuing Accreditation

Program Director: Chris A Gillespie

Phone: (205) 726-2379

Email: cagilles@samford.edu

Troy State University

Athletic Trainer Prgm
27 Eldridge Hall
Troy, AL - 36082 US

Degree: BS

Status: Continuing Accreditation

Program Director: John Anderson

Phone: (334) 670-3722

Email: athtrain@troyst.edu

University of Alabama

Athletic Trainer Prgm
P O Box 870311
Tuscaloosa, AL - 35489-0311 US

Degree: BS

Status: Continuing Accreditation

Program Director: Deidre Leaver-Dunn

Phone: (205) 348-8683

Email: dleaver@bama.ua.edu

University of West Alabama

Athletic Training
UWA Station 14
Livingston, AL - 35470 US

Degree: Baccalaureate

Status: Continuing Accreditation

Program Director: R T Floyd

Phone: (205) 652-3714

Email: rtf@uwa.edu



<https://www.masaje-examen.com/puerto-rico.php>



Masaje
Exámenes de Practica
www.masaje-examen.com

Ingresar

[Página principal](#) • [Preparación MBLEx](#) • [Exámenes de ensayo](#) • [Información MBLEx](#) • [Asistencia](#)

Examen de Reválida en Puerto Rico para Licencia como Terapeuta Profesional del Masaje e información MBLEx

Masaje Noticias: El [FSMTB](#) y el [NCBTMB](#) en los Estados Unidos de Norteamérica han llegado a un acuerdo. El [NCBTMB](#) ya no acepta solicitudes para utilizar sus exámenes de Licenciatura desde 1 de noviembre de 2014 y concluyendo el 1 de febrero del 2015. El [MBLEx](#) será ya el único examen oficial para certificarse en la carrera de Masaje Profesional, este cambio facilita los trámites y la estandarización para los terapeutas del masaje profesional.

[Reglamento General de la Junta Examinadora de Terapeutas de Masaje de Puerto Rico](#)

[Aspectos éticos del Masaje Profesional en Puerto Rico](#)

En Puerto Rico la Junta Examinadora estará adscrita a la Oficina de Reglamentación y Certificación de los Profesionales de la Salud del Departamento de Salud. La Ley Núm. 24 del 12 de marzo de 2010 facultó a la Junta para que forme parte de la Federación Nacional de Juntas Estatales de Terapia de Masajes de Estados Unidos (FSMTB).

Examen de Reválida – Prueba calificadora que mide el nivel de competencias básicas cognoscitiva, aptitud y las destrezas para ejercer la profesión de Terapeutas de Masaje en Puerto Rico. Su aprobación es uno de los requisitos para obtener la Licencia Permanente en Puerto Rico.



KINESIO TAPING® ASOCIACION INTERNACIONAL (KTAI)

DIRECCIÓN WEB: <http://www.kinesiotaping.com>



Dr Kenzo Kase

- HOME
- ABOUT
- EDUCATION
- INTERNATIONAL
- MEMBERSHIP
- RESEARCH
- PRODUCTS
- DATABASE

KINESIO TAPING ASSOCIATION INTERNATIONAL

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="button" value="Log in"/>	<input type="button" value="Register"/>
Email or User Name	Password		



Kinesio Taping® Assessments, Fundamental Concepts & Techniques

Con Ana Varona, MA, LMT, CKTP, Certified Kinesio Taping Instructor

Para profesionales de la
salud:

Médicos

Terapeutas Ocupacionales

Terapeutas Físicos y Asistentes

Quiroprácticos

Athletic Trainers

Tecnólogos Deportivos

Terapeutas de Masaje

Naturópatas

Enfermeros

Etc.



**Descuento
de fin de
año**

Seminario de dos días: 21 y 22 de febrero, 2020, 8 AM – 5:30 PM

*****La matrícula temprana cierra el 11 de enero*****



<https://kinesiotaping.com/education/become-a-certified-kinesio-taping-practitioner-cktp/>



Log In

Sign Up



[Courses](#) ▾ [Education](#) ▾ [Certification](#) ▾ [Shop](#) ▾ [About](#) ▾ [Locator](#) ▾ [Blog](#) ▾ [Animal](#) ▾

Live Different

Search ...



Become a Certified Kinesio Taping Practitioner (CKTP)

What is a Certified Kinesio Taping Practitioner (CKTP):

The letters CKTP stand for Certified Kinesio Taping Practitioner. In earning and maintaining your CKTP status you are demonstrating your commitment to the highest standards of patient care within the only globally recognized modality for health professionals. Those letters "CKTP" after a name ensure confidence that the practitioner has undergone the necessary training to integrate Kinesio Taping in to their practice.



K-TAPING INTERNATIONAL ACADEMY (K-Taping® and K-Tape®) DIRECCIÓN WEB: <http://www2.k-taping.eu/home-en-US>

K-TAPING
International Academy

[Home](#) [Training](#) [Course dates](#) [Partner](#) [Studies](#) [List of therapists](#)

K-Taping International Academy

K-Taping Therapy

K-Tape® for me – For ankle pain

0:00 / 1:31

[more info and videos](#)

K-Taping Training

Specialist training is essential in order to effectively use K-Taping. Only persons who complete the K-Taping therapist training are able to effectively use the complex possibilities of this therapy.

[more info](#)

K-Tape Online Shop

[to K-Tape online shop](#)

FUNDACION J&E BACHMANN

Representante exclusivo de
K-Taping® en Latinoamérica

www.k-taping.com



K-Taping Especialistas del ejercicio

- ACCESO EXCLUSIVO AL FORO K-TAPING.
- INTERCAMBIO TÉCNICO CON INSTRUCTORES AUTORIZADOS EN 40 PAÍSES DEL MUNDO.
- CERTIFICADO EMITIDO POR LA K-TAPING ACADEMY ALEMANIA.
- TAPE PARA LA PRÁCTICA Y PROFUNDIZACIÓN DE LA TÉCNICA.
- INCLUYE MATERIAL DIDÁCTICO.



National Physical Therapy Examination (NPTE®) PARA: 1) Terapeuta Físico o 2) Asistente de TF

<https://www.fsbpt.org/Secondary-Pages/Exam-Candidates/National-Exam-NPTE>



Promoting Safety and Competence

[Exam Candidates](#)

[Licensees](#)

[Members](#)

[Educators](#)

[Volunteers](#)

[The Public](#)

Exam Candidates

National Exam (NPTE)

[NPTE FAQs](#)

[The NPTE in Sixty Seconds](#)

[Dates and Deadlines](#)

[Journey Map](#)

[Eligibility Requirements](#)

National Exam (NPTE®)

All about the NPTE

Taking the National Physical Therapy Examination (NPTE) is an important step toward receiving your physical therapist (PT) or



**CIENCIAS DEL
MOVIMIENTO HUMANO
y la
MEDICINA DEL DEPORTE:
TENDENCIAS:
REQUERIDO
CONOCER**



TENDENCIAS Y CAMPAÑAS

- **El Ejercicio es Medicina[®]**
- **Iniciativa: *Personas Saludables (Healthy People)***
- **Guías de actividad física**
- **Sedentarismo e inactividad física**
- **Comportamiento sentado**
- **Fisiología clínica del ejercicio**
- **Salud y aptitud física corporativa**
- **Entrenamiento funcional**
- **Emprendimiento Deportivo**



**Exercise
is Medicine**

<https://www.exerciseismedicine.org/>



<https://health.gov/healthypeople>



<https://www.juststand.org/>



<https://www.heartfoundation.org.nz/about-us/news/blogs/what-does-it-mean-to-sit-less>



ORGANIZACIONES: ASOCIACIONES, SOCIEDADES, FEDERACIONES Y AGENCIAS



MEDICINA DEL DEPORTE: *CIENCIAS DEL EJERCICIO Y DEPORTES*



AMERICAN COLLEGE
of SPORTS MEDICINE
LEADING THE WAY

<http://www.acsm.org/>



<http://www.fims.org/>



MEDICINA DEL DEPORTE: *CIENCIAS DEL EJERCICIO Y DEPORTES*



<https://www.amssm.org/>



<https://www.bases.org.uk/>



<https://www.essa.org.au/>



MEDICINA DEL DEPORTE: *CIENCIAS DEL EJERCICIO Y DEPORTES*



<http://www.femede.es/>

Sociedad Española de Medicina del Deporte



Federación Mexicana de Medicina del
Deporte y Ciencias Aplicadas al Deporte

<https://www.femmede.com.mx/>

Federación de Medicina Deportiva de Puerto Rico (FEMEDE):
<https://www.facebook.com/groups/400493473367148/about>



MEDICINA DEL DEPORTE: *CIENCIAS DEL EJERCICIO Y DEPORTES*



<https://www.sportsmed.org/aossmimis>



<https://asmi.org/>



<https://www.nasm.org/>



FISIOLOGIA DEL EJERCICIO



CSEP | SCPE
THE GOLD STANDARD IN EXERCISE
SCIENCE AND PERSONAL TRAINING

<http://www.csep.ca/>



AMERICAN SOCIETY
OF EXERCISE PHYSIOLOGISTS

<https://www.asep.org/>



Environmental & Exercise

<https://www.physiology.org/community/aps-communities/sections/Environmental-Exercise?SSO=Y>

AFE_xPR

<https://www.facebook.com/afexpur/>

Asociación de Fisiología del Ejercicio de Puerto Rico



FISIOLOGÍA CLÍNICA DEL EJERCICIO

CEPA

ACSM Affiliate Society

<http://www.acsm-cepa.org/>

AACVPR

American Association of Cardiovascular
and Pulmonary Rehabilitation

<http://www.aacvpr.org/>

SALUD Y APTITUD FÍSICA CORPORATIVA



IAWHP

<https://www.iawhp.org/>



APTITUD FÍSICA Y DISEÑO DE PROGRAMAS DE EJERCICIOS



<https://www.nasca.com/>



<https://www.acefitness.org/>



ATHLETICS & FITNESS ASSOCIATION OF AMERICA

<http://www.afa.com/>





APTITUD FÍSICA Y DISEÑO DE PROGRAMAS DE EJERCICIOS



<https://aeawave.org/>



<https://www.medicalfitness.org/>

MOVIMIENTO: *EJERCICIO Y ACTIVIDAD FÍSICA*



<https://akta.org/>



QUIROPRÁCTICA DEPORTIVA



<https://fics.sport/>

NUTRICIÓN DEPORTIVA



<http://www.pinesnutrition.org/>



<https://www.gssiweb.org/en>

<https://www.gssiweb.org/latam>



NUTRICIÓN



American Society for Nutrition
Excellence in Nutrition Research and Practice

<https://nutrition.org/>



<https://nutricionpr.org/>

SALUD



World Health
Organization

<https://www.who.int/>

TERAPISTA OCUPACIONAL



<https://www.wfot.org/>

QUIROPRÁCTICA



<https://www.acatoday.org/>

KINANTROPOMETRÍA



<https://www.isak.global/>

COACHING DEPORTIVO



ICCE

International Council for
Coaching Excellence

<https://www.icce.ws/>



<https://acasports.net/>



<http://nspa.org/>

COACHING DEPORTIVO

The logo for NAYS (National Alliance for Youth Sports) features the letters 'NAYS' in a bold, sans-serif font. The 'N' is blue, and the 'AYS' are red.

National Alliance
for Youth Sports

<https://www.nays.org/>

The logo for NHSCA (National Health and Sport Conditioning Athletic Association) features the letters 'NHSCA' in a bold, sans-serif font. The 'NH' is blue, and the 'SCA' is red.

<https://nhsca.com/>

EDUCACIÓN FÍSICA

The logo for SHAPE America (Society of Health and Physical Educators) features a stylized blue figure with arms raised, followed by the text 'SHAPE America' in a bold, sans-serif font. 'SHAPE' is blue and 'America' is orange. To the right, the text 'SOCIETY OF HEALTH AND PHYSICAL EDUCATORS®' is written in a smaller, blue, sans-serif font.

<https://www.shapeamerica.org//>



OBSTETRICIA Y GINECOLOGÍA



ACOG

The American College of
Obstetricians and Gynecologists

<https://www.acog.org/>

RECREACIÓN TERAPÉUTICA



<https://www.atra-online.com/>

PRIMEROS AUXILIOS



**American
Heart
Association®**

<https://www.heart.org/>



**American
Red Cross**

<https://www.redcross.org/>



<https://www.facebook.com/Asociacion-de-Tecnico-de-Emergencias-Medicas-Paramedicos-188322378563301/>



EMERGENCIAS MÉDICAS: *TÉCNICOS DE EMERGENCIAS MÉDICAS Y PRIMEROS RESPONDEDORES*



<https://ambulance.org/>



<https://www.amtrauma.org/>



<https://www.naemt.org/>



<https://www.aaos.org/>



EMERGENCIAS MÉDICAS: TÉCNICOS DE EMERGENCIAS MÉDICAS Y PRIMEROS RESPONDEDORES



<https://one.nhtsa.gov/Driving-Safety/Office-of-Emergency-Medical-Services>



<https://nasemso.org/>



<https://firstrespondersfoundation.org/>

EMERGENCIAS MÉDICAS: *MÉDICOS ESPECIALIZADOS - SALAS DE EMERGENCIA*



<https://naemsp.org/>



<https://www.saem.org/>



**GUÍAS, ESTÁNDARES,
POSTURAS Y
OPINIONES DE EXPERTOS
DE ORGANIZACIONES
PROFESIONALES**

**Ciencias del Movimiento Humano
y Medicina del Deporte**

REFERENCIAS



GUIAS, ESTANDARES, POSTURAS Y OPINIONES: CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y MEDICINA DEPORTIVA

REFERENCIAS

American Heart Association [AHA], & American College of Sports Medicine [ACSM] (1998). AHA/ACSM joint position statement: recommendations for cardiovascular screening, staffing, and emergency policies at health/fitness facilities. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 30(6), 1009-1018. Recuperado de

[http://journals.lww.com/acsm-
msse/Fulltext/1998/06000/AHA_ACSM_Joint_Position_Statement_Recommendations.34.aspx](http://journals.lww.com/acsm-msse/Fulltext/1998/06000/AHA_ACSM_Joint_Position_Statement_Recommendations.34.aspx)

May et al (2014). Pediatric sports specific return to play guidelines following concussion. *The International Journal of Sports Physical Therapy*, 9(2), 242-255. Recuperado de

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4004129/pdf/ijsp-04-242.pdf>

:41.49

2693

GRACIAS

AA2



¿PREGUNTAS?



CONTACTO:

➤ **Correo electrónico:**
elopategui@intermetro.edu

➤ **Dirección y Teléfono:**

Universidad Interamericana de Puerto Rico

Recinto Metropolitano

Tel: 787-250-1912, X2286, 2245

➤ **Página Web:**

www.saludmed.com

