



HPER - 3380: Diagnóstico de Lesiones y Prescripción de Deportes Edgar Lopategui Corsino

EF1 U1-U4-FINAL: Programa de Rehabilitación Atleta Lesionado(100 puntos, 2 punto c/u)

Nombre: _____ Núm. Est.: _____ Fecha: _____

Sección: _____ Hora de la Clase: _____ Días: _____

- C F 1. El proceso de rehabilitación del atleta se ***inicia*** con los **ejercicios funcionales** administrados al accidentado.
- C F 2. La ***agudización del edema*** indica que la intensidad del programa de rehabilitación **supera los límites del proceso de sanación**.
- C F 3. Según el atleta lesionado ***progresa*** en el proceso de recuperación del trauma, el terapeuta atlético deberá **reducir la intensidad y la frecuencia diaria** de los ejercicios, que forman parte del programa de rehabilitación.
- C F 4. Una ***sobrecarga del tejido*** puede ser el resultado de una **compensación** de algún sistema en la **cadena cinética** del organismo humano.
- C F 5. El ***objetivo a largo plazo*** para un programa de rehabilitación de un trauma atlético, consiste en que el competidor pueda ***reintegrarse a sus actividades*** regulares deportivas, **lo más rápido y seguro posible**.
- C F 6. Un programa de ***entrenamiento físico-deportivo*** efectivo es crucial para la **prevención de lesiones** atléticas.
- C F 7. Es de suma importancia que el deportista ***participe activamente*** en la **planificación de la rehabilitación** de su lesión.
- C F 8. Durante la rehabilitación del atleta lesionado, es crucial plantearle una serie de ***desafíos*** que impliquen una **mejora de la destreza y capacidad funcional**.
- C F 9. La ***hinchazón*** del trauma puede ser evidente durante las **primeras 92 horas** de haber ocurrido la lesión.
- C F 10. Es posible controlar con eficacia el ***dolor agudo*** aplicando con regularidad técnicas de **diatermia** y baños de parafina **térmicas**.
- C F 11. Los ejercicios de ***cadena cinética ABIERTA***, son esenciales para restablecer el **control neuromuscular**.
- C F 12. A raíz de una lesión, incluyendo el reposo y la ***inmovilización***, se afectan adversamente la función de los **mecanorreceptores y la aferencia cutánea, visual y vestibular**.
- C F 13. Un programa de ejercicios para el desarrollo del fortalecimiento muscular de naturaleza ***funcional***, es crucial para el **restablecimiento del control neuromuscular**.
- C F 14. En la percepción de la ***posición de una articulación en el espacio***, median los **nociceptores**, presentes en la **aferencia vicereceptora**.
- C F 15. Con el fin mejorar la ***movilidad fisiológica***, es imperante aplicar técnicas de ***tracción y movilización articulares***.

