

DESTINATARIOS

Médicos y Enfermeras/os de Atención Primaria

DURACIÓN: 20 horas.

Persona de Contacto: Servicio de Formación y Evaluación de Especialidades Sanitarias.

Correo electrónico: angarciama@saludcastillayleon.es

Teléfono: 983328000 Ext. 89315

Taller cerrado y dirigido

TALLER DE PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO PARA EQUIPOS DE ATENCIÓN PRIMARIA



LUGAR: Campus Virtual

FECHA:

1ª Edición

00:01 h del 06/02/2023 a 23:59 h del 26/02/2023

2ª Edición

00:01 h del 27/02/2023 a 23:59 h del 19/03/2023

3ª Edición

00:01 h del 20/03/2023 a 23:59 h del 04/04/2023

4ª Edición

00:01 h del 10/04/2023 a 23:59 h del 30/04/2023

5ª Edición

00:01 h del 01/05/2023 a 23:59 h del 21/05/2023





Objetivo General:

Formar a los profesionales de los equipos de Atención Primaria de la Comunidad en los principios básicos de la Fisiología del Esfuerzo y en la utilización de la PEF como una herramienta terapéutica en el tratamiento del paciente crónico.

Objetivos Específicos:

- Conocer las bases de la fisiología del ejercicio físico y del entrenamiento.
- Definir la metodología utilizada para la valoración de la condición física.
- Diseñar y desarrollar protocolos de prescripción de ejercicio físico en el ámbito asistencial.

Ponentes:

J. Antonio González Cabrero. Médico esp. en Medicina de la Educación Física y el Deporte. CEREMEDE.

Santiago Capa Espejo. Médico esp. en Medicina de la Educación Física y el Deporte. CEREMEDE.

Raquel Blasco Redondo. Médico esp. en Medicina Interna. CEREMEDE.

Marina Severina Gómez Martínez. Enfermera. CEREMEDE.

M. Victoria Arias Ruiz. Enfermera. CEREMEDE

Esther Diego Santos. Enfermera. CEREMEDE.

PROGRAMA:

Introducción.

Tema 1 Principios energéticos.

Tema 2. Adaptaciones de nuestro organismo al ejercicio.

Tema 3. Principios del entrenamiento.

Tema 4. Diagnóstico y evaluación.

Tema 5. Prescripción de ejercicio físico.

Tema 6. Protocolo PEF.

Taller 1. Receta de ejercicio físico 1.

Taller 2. Pruebas de valoración de la condición física.

Taller 3. Receta de ejercicio físico 2.

Taller 4. Técnicas de trabajo.

Taller 5. Casos clínicos.