



**ASIGNATURA DE HIGIENE Y EDUCACION MEDICA PARA LA SALUD.**

**CURSO 2017-2018.**

**ALUMNOS DE LA ESPECIALIDAD 3°.**

**Dra. M<sup>a</sup> del Pilar Martín Escudero.**

**TEMARIO:**

TEMA 1.- Introducción. Historia de la higiene.

TEMA 2.- Higiene en los niños, medio escolar.

TEMA 3.- Higiene en las mujeres, medio universitario

TEMA 4.- Higiene en los deportistas amateur, alta competición.

TEMA 5.- Normas higiénicas genéricas para realizar ejercicio.

TEMA 6.- Higiene del sueño.

TEMA 7.- Higiene al realizar ejercicio en altas temperaturas.

TEMA 8.- Higiene al realizar ejercicio con contaminación.

TEMA 9.- Problemas médicos en los desplazamientos.

TEMA 10.- Viajes internacionales, Vacunaciones, Cuidados contra enfermedades infecciosas.

TEMA 11.- Problemas intestinales en competiciones.

TEMA 12.- Medicación en competiciones; suplementación y Dopaje.

TEMA 13.- Prevención de enfermedades infecciosas, brotes epidémicos.

TEMA 13.- Evaluación escrita.

## **ORGANIZACIÓN**

30 horas lectivas distribuidas en:

- . 30 horas teóricas: una hora por tema.
- . Evaluación por escrito: 5 preguntas cortas, sin apuntes.

## **EVALUACIÓN:**

5 preguntas cortas con sus subpreguntas, valorado de 0 a 10. 90% examen.  
Talleres: se realizarán talleres de diferentes aspectos del temario: 10% total  
Se valorará asistencia

## **OBJETIVOS DOCENTES**

- 1.- Subrayar la interdependencia del conocimiento poniendo énfasis en la conexión entre la investigación, desarrollo y aplicación práctica.
- 2.- Conseguir aumentar la capacidad operativa en todos los niveles para la resolución de casos clínicos y aplicación de los conceptos teóricos sobre la Higiene en la Medicina Deportiva.
- 3.- Reconocer y valorar las aportaciones de la Higiene y las condiciones adversas para el control y la mejora de las condiciones del entrenamiento. Optimización del rendimiento deportivo en deportistas de base y de élite. Conocimiento de las circunstancias adversas en competiciones y su manera de afrontarlas.
- 4.- Apreciar la importancia de la formación científica para adoptar una actitud crítica sobre los problemas que plantea el hombre que realiza esfuerzo físico.
- 5.- Valorar el conocimiento científico como un proceso de continuo cambio que se adapta a las necesidades del deporte de alta competición, de base y de ocio.

## **BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA:**

1. Christopher A. McGrew, "Acute infections." In Douglas B. McKeag and James L. Moeller, Eds., ACSM's Primary Care Sports Medicine. Wolters Kluwer, 2007, pp. 251-60.
2. Jason Koebler, "High School Sports Participation Increases for 22nd Straight Year," U.S. News & World Report, Sept. 2, 2011.
3. Luke A, d'Hemecourt P., "Prevention of Infectious Diseases in Athletes." Clin Sports Med 2007, pp. 321-344.
4. Bilukha OO, Rosenstein N., "Prevention and Control of Meningococcal Disease: Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP)." MMWR Recomm Rep, 2005;54(RR-7): 1-21.
5. Prevention and Control of Influenza with Vaccines: Recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), MMWR 2010 Aug 6;59(RR08):1-62
- 6.- Piédrola Gil et al. MEDICINA PREVENTIVA Y SALUD PÚBLICA; 12ª Ed. 2016 Elsevier España, Barcelona.
- 7.- Bibliografía de página web. [www.pilarmartinescudero.es](http://www.pilarmartinescudero.es)  
<http://pilarmartinescudero.es/medicos.htm>

**Distribución y Organización de Temas y fechas de las clases correspondientes a temario de asignatura de HIGIENE DEPORTIVA.**

<b>TEMAS</b>	<b>FECHAS</b>
TEMA 1.- Introducción. Historia de la higiene.	2-9 de Octubre 2017
TEMA 2.- Higiene en los niños, medio escolar.	16-30 de Octubre 2017
TEMA 3.- Higiene en las mujeres, medio universitario	6-20 de Octubre 2017
TEMA 5.- Normas higiénicas genéricas para realizar ejercicio.	4-18 Diciembre 2017
TEMA 4.- Higiene en los deportistas amateur, alta competición.	8-22 Enero 2018
TEMA 6.- Higiene del sueño.	29 enero; 5 feb 2018
TEMA 7.- Higiene al realizar ejercicio en altas temperaturas.	12-19 feb 2018
TEMA 8.- Higiene al realizar ejercicio con contaminación.	26 feb; 5 Marzo 2018
TEMA 9.- Problemas médicos en los desplazamientos.	12-19 Marzo 2018
TEMA 10.- Viajes internaciones, Vacunaciones, Cuidados contra enfermedades infecciosas.	
TEMA 11.- Problemas intestinales en competiciones.	26 marzo; 2 de Abril
TEMA 13.- Prevención de enfermedades infecciosas, brotes epidémicos.	
TEMA 12.- Medicación en competiciones. Suplementación y Dopaje.	9-23 Abril
Repaso y Talleres	30 abril y 7 Mayo
TEMA 13.- Evaluación escrita.	21 de Mayo