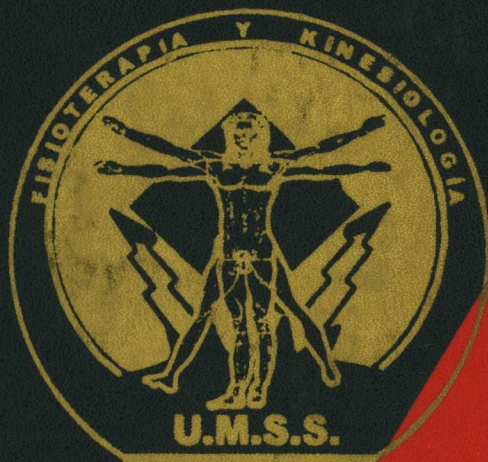




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA



**PROGRAMA DE INTERVENCION DIRIGIDO A LA PREVENCION
DE LESIONES MUSCULOESQUELETICAS EN DEPORTISTAS DE
VOLEIBOL DE LA RAMA FEMENINA, CATEGORIAS CADETES
Y JUVENILES DE LA ASOCIACION DEPARTAMENTAL DE
VOLEIBOL COCHABAMBA EN LA GESTIÓN II/2014**

**TRABAJO DIRIGIDO PARA OPTAR
A LA LICENCIATURA EN
FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA**

Postulante: Rocha Sánchez Paola Carolina

Supervisor Metodológico: Lic. Mgr. Eduardo Jimmy Jiménez Tordoya

Supervisor Institucional: Dr. Elmer Balderrama Guzmán

Cochabamba – Bolivia
2015



**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA Y KINESIOLOGÍA**



**PROGRAMA DE INTERVENCION DIRIGIDO A LA PREVENCION DE LESIONES
MUSCULOESQUELETICAS EN DEPORTISTAS DE VOLEIBOL DE LA RAMA
FEMENINA, CATEGORIAS CADETES Y JUVENIL DE LA ASOCIACION
DEPARTAMENTAL DE VOLEIBOL COCHABAMBA EN LA GESTION II/2014**

**Trabajo Dirigido para optar a la Licenciatura en
Fisioterapia y Kinesiología**

Postulante: Rocha Sánchez Paola Carolina.

Supervisor Metodológico: Lic. Mgr. Eduardo Jimmy Jiménez Tordoya

Supervisor Institucional: Dr. Elmer Balderrama Guzmán

Cochabamba – Bolivia

INDICE GENERAL

INTRODUCCION.....	1
CAPITULO I: ANTECEDENTES DEL TRABAJO DIRIGIDO.....	2
1.1. Antecedentes Generales.....	3
1.2. Caracterización Institucional.....	5
1.2.1. Entrenadores.....	6
1.2.2. Proyectos y Objetivos: Actualidad.....	6
1.3. Diagnóstico referido al Área de Intervención.....	8
1.3.1. Resultados del Diagnóstico.....	9
1.3.2. Categoría Cadetes.....	15
1.3.3. Categoría Juvenil.....	20
1.3.4. Entrenadores.....	26
1.3.5. Priorización de Necesidades y/o Problemáticas.....	29
1.4. Formulación del Problema.....	30
1.5. Objetivos.....	30
1.5.1. Objetivo General.....	30
1.5.2. Objetivos Específicos.....	30
1.6. Justificación.....	31
CAPITULO II: MARCO TEORICO CONCEPTUAL.....	33
2.1. Lesiones Musculoesqueleticas en el Voleibol.....	34
2.1.1. Definición.....	34
2.1.2. Factores Desencadenantes.....	34
2.1.3. Incidencia de las Lesiones Musculoesqueleticas en Voleibol.....	35
2.1.4. Tipos de Lesiones según el Tejido Dañado.....	35
2.1.5. Lesiones más frecuentes en la disciplina de Voleibol.....	37
2.2. Fisioterapia Deportiva.....	39
2.2.1. Definición.....	39

2.2.2. Población: Objetos de Actuación.....	39
2.2.3. Competencias de la Fisioterapia Deportiva	40
2.3. Kinesiología Deportiva.....	41
2.3.1. Definición	41
2.3.2. Misión del Kinesiólogo Deportivo.....	41
2.3.3. Beneficios de la Kinesiología Deportiva.....	43
2.4. Voleibol	44
2.4.1. Definición	44
2.4.2. Historia	44
2.4.3. Equipo	46
2.4.4. Reglamentos.....	46
CAPITULO III: DISEÑO DE LA PROPUESTA DE INTERVENCION	52
3.1. Presentación del Plan de Trabajo	53
3.2. Propósitos y Metas de la Propuesta de Intervención.....	53
3.3. Beneficiarios.....	54
3.4. Descripción de la Propuesta de Intervención.....	54
3.4.1. Área de Promoción y Prevención	54
3.4.2. Área de Atención Kinesica desde el Ejercicio Físico.....	55
3.4.3. Infraestructura y Materiales para la Propuesta.....	55
3.6. Metodología.....	57
CAPITULO IV: APLICACIÓN Y RESULTADOS DEL PLAN DE TRABAJO.....	58
4.1. Cumplimiento de las Actividades Desarrolladas.....	59
4.2. Descripción de los Resultados Obtenidos.....	60
4.2.1. Atención Terapéutica	60
4.2.2. Prevención: Incidencia de Lesiones Musculoesqueleticas.....	68
4.2.3. Promoción	74
4.3. Experiencia Adquirida en el Trabajo Dirigido	77

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	78
BIBLIOGRAFIA.....	79
ANEXOS.....	80

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Población	9
Gráfico 2. ¿Usted sabe que es la Fisioterapia?.....	9
Gráfico 3. ¿Usted sabe que es la Kinesiología?	10
Gráfico 4. ¿Qué entiendes por Fisioterapeuta?	10
Gráfico 5. ¿Qué es un Fisioterapeuta Deportivo?	11
Gráfico 6. ¿Usted alguna vez se sometió a un Tratamiento Fisioterapéutico?.....	11
Gráfico 7. ¿Usted actualmente presenta algún dolor?.....	12
Gráfico 8. ¿Si tuvieras una lesión a quien acudirías?.....	12
Gráfico 9. ¿Porque motivo irías al Fisioterapeuta?	13
Gráfico 10. ¿Cuál de las siguientes técnicas crees que es la más utilizada por el Fisioterapeuta?	13
Gráfico 11. ¿Indique la zona donde le duele?	14
Gráfico 12. ¿A qué atribuye su dolor?.....	14
Gráfico 13. ¿Usted sabe que es la Fisioterapia?.....	15
Gráfico 14. ¿Usted sabe que es la Kinesiología?	15
Gráfico 15. ¿Qué entiendes por Fisioterapeuta?	16
Gráfico 16. ¿Qué es un Fisioterapeuta Deportivo?	16
Gráfico 17. ¿Usted alguna vez se sometió a un Tratamiento Fisioterapéutico?.....	17
Gráfico 18. ¿Usted actualmente presenta algún dolor?.....	17

Gráfico 19. ¿Si tuvieras una lesión a quien acudirías?.....	18
Gráfico 20. ¿Porque motivo irías al Fisioterapeuta?	18
Gráfico 21. ¿Cuál de las siguientes técnicas crees que es la más utilizada por el Fisioterapeuta?	19
Gráfico 22. ¿Indique la zona donde le duele?	19
Gráfico 23. ¿A qué atribuye su dolor?.....	20
Gráfico 24. ¿Usted sabe que es la Fisioterapia?.....	20
Gráfico 25. ¿Usted sabe que es la Kinesiología?	21
Gráfico 26. ¿Qué entiendes por Fisioterapeuta?	21
Gráfico 27. ¿Qué es un Fisioterapeuta Deportivo?	22
Gráfico 28. ¿Usted alguna vez se sometió a un Tratamiento Fisioterapéutico?.....	22
Gráfico 29. ¿Usted actualmente presenta algún dolor?.....	23
Gráfico 30. ¿Si tuvieras una lesión a quien acudirías?.....	23
Gráfico 31. ¿Porque motivo irías al Fisioterapeuta?	24
Gráfico 32. ¿Cuál de las siguientes técnicas crees que es la más utilizada por el Fisioterapeuta?	24
Gráfico 33. ¿Indique la zona donde le duele?	25
Gráfico 34. ¿A qué atribuye su dolor?	25
Gráfico 35. Población	26
Gráfico 36. ¿Conoce las funciones y campos de acción de la Fisioterapia?.....	26
Gráfico 37. ¿Cree que es importante la presencia de un Fisioterapeuta en el Ámbito Deportivo?.....	27
Gráfico 38. ¿Cuántos Fisioterapeutas hay en su Ámbito Deportivo que trabajen en cancha?.....	27
Gráfico 39. ¿Cree que el Rendimiento Deportivo de sus jugadoras se vería aumentado con el apoyo de un Fisioterapeuta?	28
Gráfico 40. ¿Usted considera los ambientes de la ADVC adecuados?.....	28
Gráfico 41. ¿Podría indicar que le gustaría implementar o mejorar en la ADVC?	29
Gráfico 42. Evaluación: Club EMVS	60

Gráfico 43. Tratamiento: Club EMVS.....	61
Gráfico 44. Evaluación: Club Independiente	61
Gráfico 45. Tratamiento: Club Independiente.....	62
Gráfico 46. Evaluación: Club Nimbles.....	62
Gráfico 47. Tratamiento: Club Nimbles.....	63
Gráfico 48. Evaluación: Club Olimpic.....	63
Gráfico 49. Tratamiento: Club Olimpic.....	64
Gráfico 50. Evaluación: Club Pumas	64
Gráfico 51. Tratamiento: Club Pumas	65
Gráfico 52. Evaluación: Club Ucatec-Chaco.....	65
Gráfico 53. Tratamiento: Club Ucatec-Chaco	66
Gráfico 54. Evaluación: Club UCB.....	66
Gráfico 55. Tratamiento: Club UCB	67
Gráfico 56. Evaluación: Club Universitario	67
Gráfico 57. Tratamiento: Club Universitario.....	68
Gráfico 58. Club EMVS	68
Gráfico 59. Club Independiente	69
Gráfico 60. Club Nimbles.....	69
Gráfico 61. Club Olimpic.....	70
Gráfico 62. Club Pumas	70
Gráfico 63. Club Ucatec-Chaco.....	71
Gráfico 64. Club UCB	71
Gráfico 65. Club Universitario	72
Gráfico 66. ¿Usted actualmente presenta algún dolor?.....	72
Gráfico 67. Categoría Cadetes.....	73

Gráfico 68. Categoría Juvenil.....	73
Gráfico 69. ¿Usted sabe que es la Fisioterapia?	74
Gráfico 70. Categoría Cadetes.....	74
Gráfico 71. Categoría Juvenil.....	75
Gráfico 72. ¿Usted sabe que es la Kinesiología?	75
Gráfico 73. Categoría Cadetes.....	76
Gráfico 74. Categoría Juvenil.....	76

INDICE DE IMÁGENES

Imagen 1. Cancha de Voleibol	47
Imagen 2. Red, postes y varillas	48
Imagen 3. Balón Mikasa y Molten	48
Imagen 4. Equipo	49
Imagen 5. Orden de Rotación.....	49

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Incidencia de Lesiones Musculoesqueleticas.....	35
Tabla 2. Recursos Humanos	55
Tabla 3. Recursos Materiales/Área de Fisioterapia	56
Tabla 4. Recursos Materiales/Área de Kinesiología.....	56