

Taller *online*

Actividad física y deporte en la infancia y adolescencia – 2da. EDICIÓN

PROGRAMA DEL CURSO

Título:

ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA
- 2da Edición -

1. Introducción

Necesidad percibida de formar a los profesionales de la salud pediátrica en el manejo de la actividad física y el deporte, dado la importancia de estas como pilares en la prevención en salud y en el desarrollo integral en la infancia y la adolescencia. Hay que destacar la importancia del EMPP CV y el ECG, en la prevención de la muerte súbita en el deporte.

2. Características de los cursos de la Secretaría de DPMC (Institución organizadora)

La Sociedad Uruguaya de Pediatría a través de su Secretaría de Educación Médica Continua tiene como objetivo la actualización de temas pediátricos ya sea a través de las solicitudes de sus socios o a través de temas prioritarios del país. En este nuevo escenario, adaptándose a las necesidades de la sociedad, se crea la Unidad de Educación Virtual (UEV) para seguir manteniendo este objetivo de trabajo.

3. Objetivos

3.1. Objetivos generales

- Actualizar conocimientos sobre el beneficio de la actividad física, el ejercicio y el deporte.
- Brindar herramientas para prescribir actividad física y asesorar sobre actividades deportivas, según la edad de paciente
- Conocer la valoración general del deportista (Exámen Médico Preparticipativo)
- Conocer la valoración cardiovascular para el paciente deportista y el ECG en estos casos
- Conocer las lesiones deportivas más frecuentes, su prevención y su manejo
- Conocer las bases de la nutrición y de la psicología deportiva

3.2. Objetivos específicos

Se pretende que los participantes logren:

- Diferenciar actividad física, de ejercicio y deporte
- Describir los beneficios de la actividad física en la infancia y la adolescencia
- Determinar qué paciente es "deportista" y necesita un Examen Médico Preparticipativo (EMPP) además del Control en Salud habitual
- Indicar los controles adecuados en calidad y frecuencia, a los niños deportistas
- Prescribir actividad física a los pacientes de acuerdo con su edad y capacidades
- Comprender e informar el ECG del deportista en la infancia y adolescencia y detectar trastornos que necesitan derivación al especialista
- Realizar recomendaciones para la prevención de las lesiones deportivas
- Conocer las lesiones deportivas del aparato locomotor, más frecuentes y cómo tratarlas, y detectar trastornos que necesitan derivación al especialista
- Realizar recomendaciones básicas en nutrición deportiva y detectar trastornos que necesitan derivación al especialista
- Realizar recomendaciones básicas en psicología deportiva y detectar trastornos que necesitan derivación al especialista

4. Metodología

a) Materiales de apoyo:

La lectura y análisis de materiales (trabajos, capítulos de libros, videos u otros), serán considerados en tanto formen parte integral del desarrollo del curso online.

b) El Programa de la actividad:

Se realizará un curso online de 4 semanas de duración con actividades en la plataforma con 1 semana más complementaria.

El curso se dividirá en 4 módulos con un módulo más (5) complementario, uno por semana; cada uno tendrá disponibles presentaciones teóricas, en modalidad mini-conferencias, acompañado de videos complementarios y se propondrán viñetas clínicas con respuesta múltiple opción sobre los diferentes temas. Cada módulo ofrecerá bibliografía específica para profundización, que facilitará la lectura crítica y el intercambio posterior en foros de discusión. La bibliografía incluirá lecturas de sostén y material audiovisual específico. Dichas lecturas y análisis de materiales (trabajos, capítulos de libros, videos u otros), serán seleccionados para formar parte integral del desarrollo del taller.

La secuencia didáctica se inicia con un pretest (como evaluación diagnóstica) que se irá desarrollando en módulos secuenciales que incluirán materiales, actividades, espacios de interacción y autoevaluaciones. Como cierre del taller se presentará un postest para favorecer el reconocimiento de los saberes aprendidos. Además, en cada módulo se realizarán test evaluatorios.

Se contará con dos instancias sincrónicas, durante las cuales se discutirán viñetas clínicas en grupos pequeños, con los facilitadores y que luego serán analizados en plenario conjunto con los docentes. Las instancias de trabajo se realizan en grupos de participantes con un docente tutor.

Es un taller con un diseño de actividades que implica una participación en al menos el 30 % del total de horas disponibles. Se evaluará con la asistencia a la clase sincrónica y con la participación de los foros. Se realizará un pre-test y post- test on line en plataforma Moodle.

5. Público destinatario

Pediatras, deportólogos, fisiatras, traumatólogos, médicos de familia, médicos en actividad que asisten niños, niñas y adolescentes, licenciados en nutrición, licenciados en psicología, profesores de educación física, fisioterapeutas, estudiantes de dichas especialidades.

Pueden participar profesionales uruguayos y extranjeros.

Cupo mínimo: 15 participantes.

Máximo: 200 participantes.

6. Docentes

DRA. MERCEDES BREGANTE: Coordinadora taller, Pediatra, Profesora Educación Física, Diploma en Medicina Deportiva, Deportista Máster (natación y taekwondo ITF)

DRA. GISEL PÉREZ: Docente del taller, Pediatra, Deportóloga

DRA. MA. ELENA PÉREZ: Docente del taller, Profesora de la Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR

DRA. CECILIA MENDEZ: Docente del taller, Asistente Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR

DR. IGNACIO PAGANO: Docente del taller, Profesor Adjunto Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR

DRA VIVIANA TESKE: Docente del taller, Profesora Agregada Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR

DR. GERMAN MARRERO: Docente del taller, Profesor Adjunto Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR

DR. MARCOS RODRÍGUEZ: Docente del taller, Ex-Asistente Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR

DR. JUAN FILIPPINI: Docente del taller, Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR

DRA. MACARENA RODRÍGUEZ: Pediatra con especialización en Adolescencia, Cuidados Paliativos Pediátricos y Rehabilitación Médica en Pediatría, Técnico en Fitness.

DR. PEDRO CHIESA: Docente del taller, Cardiólogo Pediatra

DR. TULLIO PERALTA: Docente del taller, Deportólogo

DRA. ANTONELLA PALERMO: Docente del taller. Residente de Pediatría. Clínica Pediátrica C UdelaR - HCFFAA

DRA. ANTONELLA MIGUES: Docente del taller. Residente de Pediatría. Clínica Pediátrica C UdelaR - HCFFAA

LIC. MARTÍN DE LEÓN: Docente del taller, Psicólogo Deportivo

LIC. CAROLINA FUENTES: Docente del taller, Nutricionista

LIC. GABRIELLA PRAVIA: Nutricionista, Técnica en Educación Inicial

7. Cronograma y Contenidos

Fecha de inicio	26 de julio
Fecha de finalización	4 setiembre
Carga horaria total	30 horas

ACTIVIDAD ASINCRÓNICA		
Fecha	Módulo	Docentes/ Tutores
Semana 0 26 al 30 julio	CERO MÓDULO Presentaciones, actividades docentes, etc, bienvenida. Pretest	Equipo docente
Semana 1 31 julio al 6 agosto	PRIMER MÓDULO: Prescripción del ejercicio	Dra. G. Perez Dra. M Bregante Dr. T. Peralta Dra. A. Palermo Dra. A. Migues Dra. M. Rodríguez
Semana 2 7 al 13 agosto	SEGUNDO MÓDULO: Exámen médico preparticipativo cardiovascular y ECG	Dr. P. Chiesa Dr. T. Peralta
Semana 3 14 al 20 agosto	TERCER MÓDULO: Lesiones deportivas del aparato locomotor	Dra. María E. Pérez Dra. Viviana Teske Dra. Cecilia Mendez Dr. German Marrero Dr. Marcos Rodríguez Dr. Ignacio Pagano Dr. Juan P Filippini
Semana 4 21 al 28 agosto	CUARTO MÓDULO: Conceptos básicos en nutrición y psicología deportiva	Lic. C. Fuentes Lic. G. Pravia Lic. M. De León
COMPLEMENTARIO Semana 5 29 agosto al 4 setiembre	QUINTO MÓDULO COMPLEMENTARIO: Actividad Física en situaciones especiales: Cardiopatías congénitas, obesidad	Dr. P. Chiesa Dra. M. Rodriguez

ACTIVIDADES SINCRÓNICAS	
Actividad	Fecha
1er encuentro por videoconferencia	Viernes 16 de agosto, 9:00 a 11:00 horas
2do encuentro por videoconferencia	Viernes 16 de agosto, 9:00 a 11:00 horas

8. Niveles de participación, evaluación y acreditación

El participante podrá optar por dos niveles de participación: uno de asistencia y otro de aprobación. Esta opción se podrá hacer explícita al finalizar el curso en función de los tiempos dedicados durante el mismo. La resolución final quedará registrada en el acta del curso. A partir de ese momento se entregarán los comprobantes.

Constancia de Asistencia: duración total del curso 30 horas. Comprende lecturas, y algunas interacciones en los distintos módulos.

Certificado de Aprobación: duración total del curso 30 horas, consiste en asistencia, interacción y realización de las tareas propuestas durante el curso.

Para aprobar el curso será indispensable la asistencia de al menos el 80% de las actividades presenciales o sincrónicas, la participación activa en los espacios de interacción y la entrega en forma adecuada de las actividades solicitadas.

9. Aspectos éticos

Tanto la práctica de la enseñanza como la medicina deben ser integrales en el sentido más amplio, incluyendo al paciente, el médico, la relación entre ambos y la sociedad. La enseñanza de la dermatología pediátrica y especialmente los temas elegidos en este curso tienen el propósito de formar a médicos aptos en estos temas en la atención primaria y secundaria, acordes con las necesidades de la sociedad actual, con los recursos existentes y los conocimientos actuales de los temas. Todo esto en el contexto de la atención integrada del paciente, en donde se prioriza al paciente sobre la enfermedad en sí.

Se tendrá en cuenta los aspectos éticos en cuanto a la privacidad de los pacientes y sus datos, así como previamente a la realización de fotografías o videos de los mismos, se entregará y explicará a los padres o tutores un consentimiento informado que deberán firmar para asentir en la utilización de esos medios audiovisuales para Docencia e Investigación. Ninguno de los coordinadores o docentes de la actividad tiene conflictos de intereses.

10. Bibliografía

Material de estudio:

-Villaquirán A, Portilla Dorado E, Vernaza P. Caracterización de la lesión deportiva en atletas caucanos con proyección a Juegos Deportivos Nacionales. Univ. Salud 2016; 18(3):541-9. Disponible en: <https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/2538> [consulta 28 dic 2022]

-Contardi J, Ramos E, Santurio M, Arrieta N, Rivoir S, Pinazzo J, Melman R, Peralta T. Guía Electrocardiograma deportivo. 2017. [Pauta que se les proporciona a equipos en instituciones de salud en Uruguay].

-American Academy of Pediatrics, Healthy Children. El Plan FITT para la actividad física. AAP-HealthyChildren.org. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/healthy-living/fitness/Paginas/The-FITT-Plan-for-Physical-Activity.aspx> [consulta 28 dic 2022]

-Sociedad Uruguaya de Pediatría, Comité de Actividad Física y Deporte de la Infancia y la Adolescencia. Examen médico preparticipativo en niños y adolescentes deportistas. 2020. [Pauta que se les proporciona a equipos en instituciones de salud en Uruguay].

-Chiesa P, Cuesta A, Ceruti B, Gutiérrez C. Muerte súbita de causa cardíaca en pediatría. Análisis de 95 casos en los últimos 20 años. Arch Pediatr Urug 2019; 90(6): 312-20.

-Verdugo F, Gayan A. Evaluación preparticipativa en deportistas jóvenes, ¿cuánto es suficiente? Rev Méd Clin Condes 2012; 23(3): 245-52.

-Deporte en el niño. En: Pinchak C, De Olivera N, Iturralde A, coord. Atención pediátrica: normas nacionales de diagnóstico, tratamiento y prevención. 8 ed. Montevideo: Oficina del Libro-FEFMUR, 2014: 651-73.

-Comité nacional de medicina del deporte infanto juvenil et al. Actualización del consenso sobre la constancia de salud del niño y del adolescente para la realización de actividades físicas y/o deportivas. Arch Argent Pediatr 2014; 112 (4): 383-390. Disponible en: <http://www.scielo.org.ar/pdf/aap/v112n4/v112n4a21.pdf> [consulta 28 dic 2022]

Material recomendado:

1. Peralta T. Fisiología del ejercicio, del laboratorio al campo de juego. Montevideo: Bibliomedica, 2021.
2. Peralta T. Muerte súbita en el deporte: prevención y resucitación en el campo de juego. Montevideo: SN, 2017. Disponible en: <https://www.gub.uy/secretaria-nacional-deporte/sites/secretaria-nacional-deporte/files/documentos/noticias/Libro%20Muerte%20subita%20en%20deporte.%20PREVENCION%203N.%20Dr.%20Tulio%20Peralta.pdf>
3. Brazo J, Del Campo C. ¿Cuánto se mueven nuestros niños y adolescentes? Uruguay: reporte de actividad física en niños y adolescentes 2018. Rivera: SN, 2018. Disponible en: <https://www.activehealthykids.org/wp-content/uploads/2018/11/uruguay-report-card-long-form-2018.pdf>

4. Ministerio de Salud, Secretaria Nacional del Deporte. ¡A moverse! Guía de actividad física. MSP, 2018. Disponible en:
https://www.gub.uy/ministerio-salud-publica/sites/ministerio-salud-publica/files/documentos/campanas/MSP_GUIA_ACTIVIDAD_FISICA.pdf
5. Arasa M. Manual de Nutrición deportiva. Barcelona : Paidotribo, 2005.
6. Vehrs P. Physical activity and strength training in children and adolescents: An overview. En: Chorley J, Grayzel J: UpToDate. Waltham, MA: UpToDate, 2022. Disponible en:
<https://www.uptodate.com/contents/physical-activity-and-strength-training-in-children-and-adolescents-an-overview>. [consulta 28 dic. 2022]
7. Kienstra A, Macias C. Osgood-Schlatter disease (tibial tuberosity avulsion). En: Philips W, Singer J, Wiley JF. UpToDate. Waltham, MA: UpToDate, 2019. Disponible en:
https://www.uptodate.com/contents/osgood-schlatter-disease-tibial-tuberosity-avulsion?search=osgood-schlatter%20disease&source=search_result&selectedTitle=1~143&usage_type=default&display_rank=1 [consulta 28 dic. 2022]
8. Decker J, Hergenroeder A. Evaluation of the child or adolescent athlete with neck pain or injury. En: Chorley J, Bachur R, Wiley JF: UpToDate. Waltham, MA: UpToDate, 2018. Disponible en:
https://www.uptodate.com/contents/evaluation-of-the-child-or-adolescent-athlete-with-neck-pain-or-injury?search=evaluatio%20child%20adolescent%20athlete%20with%20neck%20pain&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1 [consulta 28 dic. 2022]
9. Link M, Pelliccia A. Athletes with arrhythmias: Treatment and returning to athletic participation. En: Manaker S, Zimetbaum P: UpToDate. Waltham, MA: UpToDate, 2020. Disponible en:
https://www.uptodate.com/contents/athletes-with-arrhythmias-treatment-and-returning-to-athletic-participation?search=athletes%20with%20arrhythmias%20link&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1 [consulta 28 dic. 2022]
10. Geggel R. Approach to the infant or child with a cardiac murmur. En: Fulton D, Lorin M. UpToDate. Waltham MA. UpToDate, 2017. Disponible en:
https://www.uptodate.com/contents/approach-to-the-infant-or-child-with-a-cardiac-murmur?search=approach%20to%20the%20infant%20child%20with%20cardiac%20murmur&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1 [consulta 28 dic. 2022]
11. Decker J, Hergenroeder A. Field care and evaluation of the child or adolescent athlete with acute neck injury. En: Chorley J, Bachur R, Wiley JF. UpToDate. Waltham, MA: UpToDate, 2017. Disponible en:
https://www.uptodate.com/contents/field-care-and-evaluation-of-the-child-or-adolescent-athlete-with-acute-neck-injury?search=field%20care%20evaluation%20child%20adolescent%20athlete%20acute%20neck%20injury&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1 [consulta 28 dic. 2022]

12. Rossi S, Burdiat G, Cuesta A, Díaz O, Gambetta JC, Pinchak Catalina, et al. Recomendaciones conjuntas sobre la evaluación cardiovascular para la realización de ejercicio y deporte en personas menores de 35 años. Arch Pediatr Urug 2022; 93(1): e801. <https://doi.org/10.31134/ap.93.1.9>.