

Taller *online*

Actividad física y deporte en la infancia y adolescencia

PROGRAMA DEL CURSO

Título:

ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA

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 las mismas como pilares en la prevención en salud y en el desarrollo integral en la infancia y la adolescencia. 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

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

3.2. Objetivos específicos

Se pretende que los participantes logren:

1. Diferenciar actividad física, de ejercicio y deporte
2. Determinar qué paciente es "deportista" y necesita un Examen Médico PreParticipativo (EMPP) además del Control en Salud habitual
3. Indicar los controles adecuados en calidad y frecuencia, a los niños deportistas
4. Prescribir actividad física a los pacientes de acuerdo a su edad y capacidades
5. Comprender e informar el ECG del deportista en la infancia y adolescencia y detectar trastornos que necesitan derivación al especialista
6. Realizar recomendaciones para la prevención de las lesiones deportivas
7. Conocer las lesiones deportivas del aparato locomotor, más frecuentes y cómo tratarlas, y detectar trastornos que necesitan derivación al especialista
8. Realizar recomendaciones básicas en nutrición deportiva y detectar trastornos que necesitan derivación al especialista
9. 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.

El curso se dividirá en 4 módulos, uno por semana; cada uno tendrá disponible presentaciones teóricas, en modalidad mini-conferencia, 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 pre test (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 posttest 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 activa 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

1. DRA. MERCEDES BREGANTE: Coordinadora taller, Pediatra, Profesora Educación Física, Diploma en Medicina Deportiva, Deportista Master (natación y taekwondo ITF)
2. DRA. GISEL PÉREZ: Docente del taller, Pediatra, Deportóloga
3. DRA. MARIA ELENA PEREZ: Docente del taller, Profesora Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR
4. DRA. CECILIA MENDEZ: Docente del taller, Asistente Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR
5. DR.IGNACIO PAGANO: Docente del taller, Profesor Adjunto Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR
6. DRA VIVIANA TESKE: Docente del taller, Profesora Agregada Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR
7. DR. GERMAN MARRERO: Docente del taller, Profesor Adjunto Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR
8. DR MARCOS RODRÍGUEZ: Docente del taller, Asistente Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR
9. Dr Juan P Filippini. Docente del taller, Clínica de Traumatología y Ortopedia Pediátrica UdelaR - CHPR
10. DRA. MACARENA RODRÍGUEZ: Docente del taller, Pediatra, Especialista en Adolescentes, Prof. Danza
11. DR. PEDRO CHIESA: Docente del taller, Cardiólogo Pediatra
12. DR. TULIO PERALTA: Docente del taller, Deportólogo
13. DRA. ANTONELLA PALERMO: Docente del taller. Residente de Pediatría. Clínica Pediátrica C UdelaR - HCFFAA
14. DRA. ANTONELLA MIGUES: Docente del taller. Residente de Pediatría. Clínica Pediátrica C UdelaR - HCFFAA
15. LIC. MARTIN DE LEÓN: Docente del taller, Psicólogo Deportivo
16. LIC. CAROLINA FUENTES: Docente del taller, Nutricionista
17. LIC. GABRIELLA PRAVIA, Nutricionista, Técnica en Educación Inicial

7. Cronograma y Contenidos

Fecha de inicio	5 abril
Fecha de finalización	10 mayo
Carga horaria total	25 horas

ACTIVIDAD ASINCRÓNICA		
Fecha	Módulo	Docentes/ Tutores
Semana 1 12 al 19 abril	PRIMER MÓDULO: Prescripción del ejercicio	Dra. G. Perez Dra. M Bregante Dr. T. Peralta Dra. A. Palermo Dra. A. Migue Dra. M. Rodriguez
Semana 2 19 al 26 abril	SEGUNDO MÓDULO: Exámen médico preparticipativo cardiovascular y ECG	Dr. P. Chiesa Dr. T. Peralta
Semana 3 26 abril al 3 mayo	TERCER MÓDULO: Lesiones deportivas del aparato locomotor	Dra. María E. Pérez Dra Viviana Teske Dra Cecilia Mendez Dr. German Marrero Dr Marcos Rodriguez Dr Ignacio Pagano Dr Juan P Filippini
Semana 4 3 al 10 mayo	CUARTO MÓDULO: Conceptos básicos en nutrición y psicología deportiva	Lic. C. Fuentes Lic. G. Pravia Lic. M. De León

ACTIVIDADES SINCRÓNICAS	
Actividad	Fecha
1er encuentro por videoconferencia	Jueves 27 de abril, 19 horas – <i>online</i>
2do encuentro por videoconferencia	Miércoles 10 de mayo, 19 horas – <i>online</i>

8. Niveles de participación, evaluación y acreditación¹

La duración mínima de la actividad on-line será de 4 horas. En todos los casos el organizador precisará o informará sobre el tiempo total estimado para el cumplimiento del curso y la metodología utilizada para su cálculo. Al igual que en las actividades presenciales dicho tiempo de actividad participativa no será menor al 60% - 80 % del total de la misma. Es un taller de 25 horas totales con un diseño de actividades que implica una participación activa en al menos el 30 % del total de horas disponibles. Se evaluará con la asistencia a las 2 clases sincrónicas y con la participación de 60 % de los foros. Se realizará un pre-test y post- test on line en plataforma Moodle.

Constancia de Asistencia: duración total del curso 25 horas.

Certificado de Aprobación: duración total del curso 20 horas, consiste en asistencia, interacción y realización de las tareas propuestas durante el curso.

Se consideran todas las actividades a los efectos de la evaluación y deberán aprobar al menos un 80%.

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 asentar en la utilización de esos medios audiovisuales para Docencia e Investigación. Ninguno de los coordinadores o docentes de la actividad tiene conflictos de intereses.

¹ Debe contemplarse que la propuesta de acreditación corresponde al curso, para ser acreditado en las Maestrías u otros estudios el participante debe realizar las gestiones pertinentes al posgrado correspondiente.

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.%20PREVENCI%C3%93N.%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]