



GLOSARIO DE TÉRMINOS

**CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: Acondicionamiento físico
en Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP)**

Código: AFD097_3

NIVEL: 3

Agentes mecánicos, físicos o químicos: Factores del medio que influyen de diversas maneras en una posible situación de peligro por lesión, accidente o enfermedad. Entre los físicos están el calor, el frío y la humedad, en niveles extremos, la radiación, y el ruido, principalmente. Los químicos, que poseen propiedades o no farmacológicas. Los mecánicos, como el objeto punzante o cortante.

Alteraciones orgánicas: Aparentes cambios, disfunciones, y/o incidencias en el aspecto o funcionamiento de los órganos corporales.

Apnea: Falta o suspensión de la respiración.

Apoyo emocional: Capacidad de hacer sentir al usuario que es querido, escuchado, útil y poder proporcionarle cierto bienestar.

Aspiración de vómitos: Situación por la cual el contenido del vómito no es expulsado, pudiendo provocar la asfixia si alcanza las vías respiratorias en cantidad suficiente.

Autoprotección: Medidas que se deben tomar para prevenir riesgos laborales.

Balizamiento: Delimitación de alguna zona con el fin de acotar unos límites que, por cualquier motivo, no interesa que se pasen.

Balón resucitador manual: Dispositivo para proporcionar ventilación a un accidentado con compromiso ventilatorio.

Bioimpedancia: Técnica utilizada para medir la composición corporal del cuerpo humano, según las propiedades eléctricas presentes en los tejidos biológicos, ya que la información que aporta se basa en la oposición que ofrecen tejidos, células y líquidos del cuerpo humano al paso de la corriente eléctrica.

Compromiso circulatorio: Estado de parada cardíaca o riesgo de ella debido a un accidente.

Compromiso ventilatorio: Insuficiencia respiratoria producida cuando el sistema respiratorio está dañado por accidente.

Condiciones biomecánicas: Características de una persona relativas a la estructura anatómica, comportamiento funcional de los segmentos, rendimiento en cuanto a fuerza y amplitud de las palancas, entre otros.

Constantes vitales: Indicadores que dan información sobre el estado de salud de un accidentado.

Control postural: Capacidad del cuerpo de mantenerse alineado en su eje corporal para que todas las partes trabajen de forma eficiente con el objetivo de evitar desequilibrios.

Crisis convulsiva: Movimientos súbitos y descontrolados del cuerpo y cambios en el comportamiento que se presentan por una actividad eléctrica anormal en el cerebro como consecuencia de un accidente.

Cuerpo extraño: Cualquier elemento ajeno al organismo que se introduce en él por causa de accidente.

Desfibrilador semiautomático: Dispositivo capaz de administrar una descarga eléctrica al corazón, utilizado por parte de un tercero, para restaurar el ritmo cardiaco de un accidentado en situación de compromiso circulatorio.

Dinamómetro: Instrumento en el que se mide corriente eléctrica, tensión o potencia mediante la fuerza entre una bobina fija y una móvil.

Elongación muscular: Incremento de longitud del músculo y tendones.

Emergencia: Situación de peligro o desastre que requiere una acción inmediata.

Equipamiento: Maquinaria específica para la ejecución de ejercicio físico, disponible en centros especializados para ello.

Experiencia físico deportiva: Práctica físico deportiva acumulada a lo largo de las diferentes etapas de la vida mediante diferentes prácticas físicas y motrices, la cual genera habilidades y destrezas.

Fidelización: Acción conducente a crear un vínculo entre la entidad u organización y el usuario, con el fin de incrementar y consolidar su práctica o consumo.

Halteras: Barras metálicas con una bola o con discos en cada extremo, de naturaleza pesada, utilizada para la práctica de ejercicio físico.

Hemostasia: Situación que contribuye a mantener la sangre en un estado líquido y fluido que permita la circulación en los vasos sanguíneos evitando la salida de la misma desde el espacio intravascular a través de un vaso lesionado.

Hipoxia: Estado de deficiencia de oxígeno en la sangre.

Kettlebell: (Anglicismo). Pesa tradicional (originalmente llamada Gyrias, cuya traducción es peso), consistente en una bola sólida de hierro fundido, similar a una bala de cañón con un asa y una base plana, utilizada para hacer ejercicio físico.

Maniobra de soporte circulatorio: Actuación de urgencia que se realiza por un tercero con intención de restaurar el funcionamiento del corazón por parte de un accidentado en situación de parada cardiaca.

Maniobra de soporte ventilatorio: Actuación de urgencia que se realiza por un tercero con intención de restaurar el funcionamiento del sistema respiratorio por parte de un accidentado en situación de parada ventilatoria.

Mantenimiento preventivo: Acción de revisar de forma sistemática y con criterios determinados los equipos o aparatos de cualquier tipo (mecánicos, eléctricos, informáticos, etc.), para evitar averías ocasionadas por uso, desgaste o tiempo de vida útil.

Máquinas guiadas: Máquinas cuyo funcionamiento se desarrolla con sistemas que facilitan y/o acompañan el movimiento dando estabilidad al practicante durante su ejecución.

Obstáculo o cuerpo extraño: Partícula de origen biológico o inerte, introducido voluntaria o involuntariamente en un lugar del organismo que no le corresponde.

Patología: Parte de la medicina que estudia las enfermedades. Conjunto de síntomas de una enfermedad.

Percepción de esfuerzo subjetiva: Sensación propia que se posee del esfuerzo, tensión, malestar y/o fatiga que se experimenta durante la ejecución de ejercicio físico.

Permeabilidad de la vía aérea: Ausencia de obstrucción ocasionada por los tejidos blandos del piso de la boca (lengua) o cuerpo extraño.

Posición antishock: (Anglicismo). Posición en la que se debe colocar a un accidentado en caso de shock consistente en elevarle las piernas en decúbito supino (boca arriba) entre 20 y 45 grados para favorecer el retorno venoso a los órganos vitales.

Profesional de referencia: Profesional de alta cualificación vinculado a la sala de entrenamiento polivalente, responsable del proceso de análisis, diagnóstico, planificación, ejecución, control y evaluación del entrenamiento de las capacidades físicas y coordinativas de las personas usuarias.

Protocolo: Conjunto de normas y procedimientos establecidos para el desarrollo de una actuación.

Protocolos de actuación: Conjunto de medidas planificadas y estandarizadas que tienen como propósito establecer las medidas de actuación en situaciones de emergencia minimizando los riesgos y daños de dichas situaciones.

Rango de movimiento: Expresión máxima en grados del recorrido de los segmentos óseos de una articulación respetando los límites anatómicos impuestos por ella, así como de las posibilidades de elongación de la musculatura asociada.

RCP: (Reanimación Cardiopulmonar). Técnica que se pone en práctica cuando una persona deja de respirar súbitamente, con el objetivo de restablecer la capacidad respiratoria y la actividad del corazón del individuo.

Shock hipovolémico: (Anglicismo). Afección en situación de accidente por la cual la pérdida grave de sangre o de otro líquido hace que el corazón sea incapaz de bombear suficiente sangre al cuerpo.

Software: (Anglicismo). Soporte lógico al sistema formal de un sistema informático, que comprende el conjunto de los componentes lógicos necesarios que hace posible la realización de tareas específicas.



Técnicas de inmovilización: Actuación de un tercero sobre un accidentado orientada a bloquear ciertos movimientos corporales que podrían empeorar su estado hasta poder ser valorado por profesionales.

Técnicas de movilización: Actuación de un tercero sobre un accidentado consistente en mover y/o posicionarle hacia un lugar fuera de peligro, cumpliendo criterios de alineación del eje central e inmovilización.

Traumatismo: Lesión de un segmento corporal u órgano, producido como consecuencia de un accidente.

Vía aérea: Parte superior del aparato respiratorio por donde discurre el aire en dirección a los pulmones.