



Guía Docente				
Datos Identificativos				2018/19
Asignatura (*)	CINESITERAPIA: BASES DO EXERCICIO TERAPÉUTICO		Código	651G01013
Titulación	Grao en Fisioterapia			
Descriptores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	1º cuatrimestre	Segundo	Obrigatoria	6
Idioma	Castelán			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Ciencias Biomédicas, Medicina e Fisioterapia			
Coordinación	Bello Rodriguez, Olalla	Correo electrónico	olalla.bello@udc.es	
Profesorado	Bello Rodriguez, Olalla Naia Entonado, Zeltia	Correo electrónico	olalla.bello@udc.es zeltia.naia@udc.es	
Web				
Descripción xeral	Tendo en conta a importancia do Movemento no ámbito da Fisioterapia como alicerce fundamental tanto na avaliación como na terapéutica, esta materia pretende servir de base para o desenvolvemento curricular do alumno/a en todos os aspectos relacionados coa terapia a través do exercicio físico. Deste xeito, abordaranse temáticas que van desde os métodos e sistemas de avaliação do movemento humano, as adaptacións xerais e específicas do organismo á actividade física, así como a prescripción do exercicio como ferramenta terapéutica en todos os seus ámbitos.			

Competencias do título	
Código	Competencias do título
A1	Coñecer e comprender a morfoloxía, a fisioloxía, a patoloxía e a conduta das persoas, tanto sas como enfermas, no medio natural e social.
A2	Coñecer e comprender as ciencias, os modelos, as técnicas e os instrumentos sobre os que se fundamenta, articula e desenvolve a fisioterapia.
A3	Coñecer e comprender os métodos, procedementos e actuacións fisioterapéuticas, encamiñados tanto á terapéutica propiamente dita a aplicar na clínica para a reeducación ou recuperación funcional, como á realización de actividades dirixidas á promoción e mantemento da saúde.
A6	Valoración diagnóstica de coidados de fisioterapia segundo as normas e cos instrumentos de validación recoñecidos internacionalmente.
A7	Deseñar o plan de intervención de fisioterapia atendendo a criterios de adecuación, validez e eficiencia.
A8	Executar, dirixir e coordinar o plan de intervención de fisioterapia, utilizando as ferramentas terapéuticas propias e atendendo á individualidade do usuario.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.

Resultados da aprendizaxe		
Resultados de aprendizaxe	Competencias do título	
Coñecer e comprender as bases científicas, os modelos, as técnicas e os instrumentos sobre os que se fundamenta, articula e desenvolve o Exercicio terapéutico	A2 A3	C1
Elaborar un Plan de Exercicio Terapéutico atendendo a criterios de adecuación, validez e eficiencia.	A2 A3 A6 A7	C1
Definir as bases anatómicas, biomecánicas e fisiológicas do Exercicio Terapéutico	A2 A3	C1
Coñecer e relacionar os efectos fisiológicos e terapéuticos do exercicio sobre os diferentes sistemas e tecidos orgánicos	A1 A2 A3	C1



Coñecer o concepto de Exercicio Terapéutico así como os seus obxectivos, indicacións e modalidades de avaliación e aplicación/execución	A2 A3 A6		C1
Saber executar as distintas modalidades e técnicas de exercicio terapéutico e avaliar os resultados.	A2 A3 A7 A8		C1

Contidos	
Temas	Subtemas
1. Introdución ao exercicio terapéutico en Fisioterapia	Concepto de Exercicio terapéutico Efectos e beneficios xerais do exercicio Consideracións xerais sobre a estrutura do movemento.
2. Adaptación e exercicio físico.	Adaptación. Tipos de adaptación Fatiga Carga: concepto e tipos Principios xerais do adestramento e aplicación no eido terapéutico
3. Respostas e adaptacións dos sistemas e tecidos orgánicos ao exercicio terapéutico	Adaptacións do aparello locomotor ao exercicio terapéutico Adaptacións cardiovasculares ao exercicio Adaptacións respiratorias e exercicio terapéutico Outras adaptación e exercicio terapéutico
4. Capacidades físicas e metodoloxía de desenvolvemento no ámbito terapéutico.	Capacidades Físicas. Xeneralidades Forza Velocidade Resistencia Flexibilidade Coordinación Equilibrio
5. Deseño de un programa de exercicio terapéutico	Modelo de intervención con exercicio terapéutico Partes da sesión Sinais de alarma Principios de tratamiento e ensinanza de exercicios
6. Métodos de intervención con exercicio terapéutico en fisioterapia.	Introducción aos métodos de intervención con exercicio terapéutico Adestramento funcional Fisioterapia acuática Métodos de relaxación Outros métodos
7. Sistemas de avaliación e rexistro en exercicio terapéutico	Probas antropométricas Probas cardiorrespiratorias Probas neuromusculares Probas biomecánicas Outras probas

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias	Horas presenciais	Horas non presenciais / traballo autónomo	Horas totais
Sesión maxistral	A1 A2 A3 A6 A7 C1	28	35	63
Prácticas de laboratorio	A6 A7 A8 C1	29	15	44
Proba práctica	A6 A7 A8 C1	1	13	14



Proba mixta	A1 A2 A3 A6 A7 C1	2	25	27
Atención personalizada		2	0	2

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descripción
Sesión maxistral	<p>Efectuarase a exposición oral do temario da materia, complementándose a mesma co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgúns preguntas dirixidas aos estudiantes.</p> <p>Durante estas sesións tamén se poderá realizar unha docencia máis interactiva na que o alumnado resolverá tarefas e/ou realizará traballos propostos polo profesor, ben de xeito individual ou en pequenos grupos, asistidos polo profesor e co fin de acadar unha mellor comprensión da materia.</p>
Prácticas de laboratorio	<p>Estas sesións servirán para por en práctica os contidos teóricos impartidos mostrando ao alumno a execución, os procedementos e as técnicas de prescripción do exercicio terapéutico en fisioterapia así como distintos sistemas de avaliación/rexistro. Así mesmo se afondará na execución práctica e o control das distintas modalidades de exercicio terapéutico.</p> <p>Durante estas sesiones tamén se poderán proponer tarefas nas que os alumnos teñan que deseñar e executar distintas técnicas de exercicio terapéutico.</p>
Proba práctica	Proba de carácter manipulativo e oral na que se valorará fundamentalmente a a execución das distintas técnicas de tratamiento e valoración así como o deseño de exercicios/programas no eido do exercicio terapéutico.
Proba mixta	Proba escrita utilizada para a avaliação da aprendizaxe que pode conter distintos tipos de preguntas: preguntas test, de resposta breve e de desenvolvemento.

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descripción
Prácticas de laboratorio	Tanto nas sesións maxistrais, como nas prácticas de laboratorio, fomentarase a participación activa do alumno, estimulando a formulación de dúbidas e a intervención do alumnado. En todas e cada unha das metodoloxías, o alumno terá acceso a unha atención personalizada a través das tutorías presenciais e/ou virtuais (a través da plataforma moodle e/ou do correo electrónico).
Sesión maxistral	

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias	Descripción	Cualificación
Proba práctica	A6 A7 A8 C1	<p>Exame práctico de todos os contidos da materia.</p> <p>Superar esta proba será requisito indispensable para aprobar a materia.</p> <p>Se o profesor e a maioría simple do alumnado así o acorda ao comezo curso, poderán realizarse unha ou varias probas prácticas da materia durante o curso, de forma que no caso de superalas, o alumnado poida liberar parte ou toda a materia da proba práctica nas convocatorias oficiais.</p>	20



Proba mixta	A1 A2 A3 A6 A7 C1	<p>Exame de todos os contidos da materia, que inclúe os tratados nas sesións maxistrais, prácticas, sesións de aprendizaxe colaborativo e lecturas recomendadas. O tipo de exame será de exposición escrita podendo incluír preguntas tipo test e/ou preguntas de resposta breve e/ou para desenvolver.</p> <p>Superar esta proba será requisito indispensable para aprobar a materia.</p> <p>Se o profesor e a maioría simple do alumnado así o acorda ao comezo curso, poderán realizarse unha ou várias probas teóricas da materia durante o curso, de forma que no caso de superalas, o alumnado poida liberar parte ou toda a materia da proba mixta nas convocatorias oficiais.</p>	60
Prácticas de laboratorio	A6 A7 A8 C1	<p>Os contidos tratados nestas prácticas serán obxecto de avaliación mediante a proba práctica e/ou proba mixta.</p> <p>Valorarase tamén a asistencia, puntualidade, actitude e participación razonada, de forma continuada durante todo o curso. A avaliación continuada das prácticas suporá un 10 % da nota final en caso de superar a proba práctica e a proba mixta.</p>	10
Sesión maxistral	A1 A2 A3 A6 A7 C1	<p>Os contenidos tratados nestas sesions serán obxecto de avaliación mediante a proba práctica e/ou a proba mixta.</p> <p>Se valorará tamén a asistencia e a realización de traballos propostos, de forma continuada durante o curso. Esta avaliación suporá un 10% da nota final, no caso de superar a proba práctica e a proba mixta.</p>	10

Observacións avaliación

A calificación de Non Presentado otorgarase a todos aqueles alumnos que non se presenten á proba práctica e á proba mixta en cada unha das convocatorias oficiais. No caso de presentarse a unha de ditas probas, o alumno non poderá obter esta calificación.

No caso de non superar a proba mixta e/o a proba práctica, a calificación que aparecerá nas actas será a da proba non superada coa la calificación más elevada.

O profesor da materia poderá decidir libremente o número de Matrículas de Honor a otorgar entre as máximas establecidas anualmente. Estas se podrán conceder entre aqueles alumnos que teñan a calificación de sobresaínte, adxudicándose por orden de calificación según a media entre a nota da avaliación continuada da sesión maxistral e a das prácticas de laboratorio.

Os porcentaxes asignados aos elementos da avaliación poden sufrir pequenas modificacións de un curso a outro en función das necesidades da materia. No obstante, o valor dos exames (proba práctica + proba mixta) non será inferior ao 60% e o valor da avaliación continuada das prácticas, das sesions teóricas e os traballos, non será superior ao 40%.

Os alumnos que xa cursasen a materia en anos anteriores, os alumnos con matrícula a tempo parcial e os alumnos que se estén presentando á oportunidade de xullo, poderán ser evaluados mediante a proba mixta; a proba práctica; e un traballo có mesmo valor da avaliación continuada. Os prazos de entrega, a temática e normas deste traballo serán publicados no moodle da materia.



Fontes de información

Bibliografía básica	<ul style="list-style-type: none">- Hall CM, Brody LT. (2006). Ejercicio Terapéutico. Recuperación funcional.. Barcelona: Paidotribo- Kisner C, Colby LA (2010). Ejercicio terapéutico fundamentos y técnicas. Barcelona: Paidotribo- García Manso JM, Navarro M, Ruiz JA (1998). Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Madrid: Gymnos- López Chicharro, J, Fernández Vaquero, A (2007). Fisiología del Ejercicio. Madrid: Panamericana- Lesmes, D (2007). Evaluación clínico-funcional del movimiento corporal humano. Bogota: Panamericana- Sharman, S (2006). Diagnóstico y tratamiento de las alteraciones del movimiento. Barcelona: Paidotribo <p>
</p>
Bibliografía complementaria	<ul style="list-style-type: none">- Cook, G. (2010). Movement : functional movement systems : screening, assessment, and corrective strategies. Aptos : On Target Publications- Cook, G. (2003). Athletic body in balance. Champaign : Human Kinetics- Boyle, M. (). Functional Training for Sports. United States: Human KineticsBoyle, M. Functional Training for Sports. United States: Human Kinetics; 2004Reiman, M.P., Manske, R.C. Functional Testing in Human Performance. United States: Human Kinetics; 2009Heyward, V.H. Evaluación de la aptitud física y Prescripción del ejercicio. Madrid: Panamericana. 2008Hall, C.M., Brody, L.T. Therapeutic Exercise: Moving Toward Function. Baltimore: Lippincott Williams & Williams. 2005Ellenbecker, T.S., Davies, G.J. Closed Kinetic Chain Exercise: A Comprehensive Guide to Multiple-Joint Exercises. United States: Human Kinetics. 2001Huber, F.E., Wells, C.L. Therapeutic Exercise: Treatment Planning for Progression. United States: Elsevier. 2006Bandy, W.D., Sanders, B. Therapeutic Exercise for Physical Therapist Assistants: Techniques for Intervention. United States: Lippincott Williams & Williams. 2008Lesmes, D. Evaluación clínico-funcional del movimiento corporal humano. Bogota: Panamericana. 2007

Recomendacions

Materias que se recomienda cursar previamente

ANATOMÍA I E HISTOLOXÍA/651G01001

ANATOMÍA II/651G01002

FISIOLOXÍA/651G01003

CINESITERAPIA XERAL/651G01005

VALORACIÓN FUNCIONAL E PSICOSOCIAL/651G01007

Materias que se recomienda cursar simultaneamente

BIOMECÁNICA/651G01009

FISIOTERAPIA NEUROLÓXICA E PSICOMOTRIZ/651G01016

Materias que continúan o temario

FISIOTERAPIA NAS ALTERACIÓNS ESTÁTICAS E DINÁMICAS DO RAQUIS/651G01015

REHABILITACIÓN CARDIO-RESPIRATORIA E VASCULAR/651G01020

FISIOTERAPIA NAS DISFUNCIÓNS DO APARELLO LOCOMOTOR/651G01024

FISIOTERAPIA DA ACTIVIDADE FÍSICA E DEPORTIVA/651G01025

ESTANCIAS CLÍNICAS I/651G01035

ESTANCIAS CLÍNICAS II/651G01036

Observacions

Para

axudar a conseguir unha contorna inmediata sustentable e cumplir o

obxectivo estratéxico 11 do Plan Green Campus da Facultade de

Fisioterapia, os traballos documentais

que se realicen nesta materia poderanse solicitar tanto en formato

papel como virtual ou soporte informático. De realizarse en papel,

seguiranse na medida do posible as seguintes recomendacions xerais:- Non se utilizarán plásticos.- Realizaranse impresións a

dobre cara.- Empregarase papel reciclado.- Evitarse a realización de borradores.

(*)A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías