



| Guía Docente | | | | |
|-----------------------|---|--------------------|---|-----------|
| Datos Identificativos | | | | 2018/19 |
| Asignatura (*) | CINESITERAPIA: BASES DO EXERCICIO TERAPÉUTICO | | Código | 651G01013 |
| Titulación | Grao en Fisioterapia | | | |
| Descritores | | | | |
| 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 Rodríguez, Olalla | Correo electrónico | olalla.bello@udc.es | |
| Profesorado | Bello Rodríguez, Olalla Naia Entonado, Zeltia | Correo electrónico | olalla.bello@udc.es zeltia.naia@udc.es | |
| Web | | | | |
| Descrición 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 avaliación do movemento humano, as adaptacións xerais e específicas do organismo á actividade física, así como a prescrición do exercicio como ferramenta terapéutica en todos os seus ámbitos. | | | |

| Competencias / Resultados do título | |
|-------------------------------------|---|
| Código | Competencias / Resultados 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 / Resultados 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 | |
| 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 fisiolóxicas do Exercicio Terapéutico | A2 A3 | | C1 |
| Coñecer e relacionar os efectos fisiolóxicos 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. Introducción 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 tratamento 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 / Resultados | Horas lectivas (presenciais e virtuais) | Horas 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 | Descrición |
| Sesión maxistral | <p>Efectuarase a exposición oral do temario da materia, complementándose a mesma co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgunhas preguntas dirixidas aos estudantes.</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 prescrición 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 sesións tamén se poderán propoñer 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 tratamento e valoración así como o deseño de exercicios/programas no eido do exercicio terapéutico. |
| Proba mixta | Proba escrita utilizada para a avaliación da aprendizaxe que pode conter distintos tipos de preguntas: preguntas test, de resposta breve e de desenvolvemento. |

| Atención personalizada | |
|--|--|
| Metodoloxías | Descrición |
| Prácticas de laboratorio Sesión maxistral | Tanto nas sesións maxistras, como nas prácticas de laboratorio, fomentárase 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). |

| Avaliación | | | |
|----------------|---------------------------|---|---------------|
| Metodoloxías | Competencias / Resultados | Descrición | 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 o 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 o varias 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 razoada, 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 contidos tratados nestas sesións 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 calificación máis 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 sesións 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 avaliados 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 |
| 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 Kinetics Boyle, 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 |

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

ANATOMÍA I E HISTOLOXÍA/651G01001
 ANATOMÍA II/651G01002
 FISIOLOXÍA/651G01003
 CINESITERAPIA XERAL/651G01005
 VALORACIÓN FUNCIONAL E PSICOSOCIAL/651G01007

Materias que se recomenda 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

Observacións

Para axudar a conseguir unha contorna inmediata sustentable e cumprir 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 recomendacións xerais:- Non se utilizarán plásticos.- Realizaranse impresións a dobre cara.- Empregarase papel reciclado.- Evitarase 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