



Guía Docente				
Datos Identificativos				2024/25
Asignatura (*)	CINESITERAPIA: BASES DO EXERCICIO TERAPÉUTICO		Código	651G01013
Titulación				
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	1º cuatrimestre	Segundo	Obrigatoria	6
Idioma	Castelán			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Fisioterapia, Medicina e Ciencias Biomédicas			
Coordinación	Bello Rodriguez, Olalla	Correo electrónico	olalla.bello@udc.es	
Profesorado	Bello Rodriguez, Olalla Martinez Rodriguez, Alicia	Correo electrónico	olalla.bello@udc.es alicia.martinez@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

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	B3 B5	C1
Elaborar un Plan de Exercicio Terapéutico atendendo a criterios de adecuación, validez e eficiencia	A2 A3 A6 A7	B3 B4 B5	C1 C6 C9
Definir as bases anatómicas, biomecánicas e fisiolóxicas do Exercicio Terapéutico	A2 A3	B1 B5	C1
Coñecer e relacionar os efectos fisiolóxicos e terapéuticos do exercicio sobre os diferentes sistemas e tecidos orgánicos	A1 A2 A3	B5	C1 C6
Coñecer o concepto de Exercicio Terapéutico así como os seus obxectivos, indicacións e modalidades de avaliación e aplicación/execución	A2 A3 A6	B5	C1 C6
Saber executar as distintas modalidades e técnicas de exercicio terapéutico e avaliar os resultados.	A2 A3 A7 A8	B2 B4 B5	C1 C6 C9

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 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9	20	50	70
Prácticas de laboratorio	A6 A7 A8 B3 B4 B5 C1 C6 C9	29	20	49
Traballos tutelados	A1 A2 A3 A6 A7 A8 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9	8.5	18	26.5
Proba práctica	A6 A7 A8 B4 C1 C9	0.5	0	0.5
Proba mixta	A1 A2 A3 A6 A7 B1 B4 B5 C1 C9	2	0	2
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 a os/as 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 profesorado, ben de xeito individual ou en pequenos grupos, asistidos polo profesorado 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 alumnado 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 o alumnado teña que deseñar e executar distintas técnicas de exercicio terapéutico.</p>
Traballos tutelados	Realización de un ou varios traballos de temática relacionada coa materia. O profesorado tutorizará os mesmos segundo as necesidades do alumnado e promoverá que o seu desenvolvemento, entrega e exposición sea consensuada co alumnado.
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 Traballos tutelados	<p>Tanto nas sesións maxistrais, como nas prácticas de laboratorio, fomentárase a participación activa do alumnado, estimulando a formulación de dúbidas e intervención deste. En todas e cada unha das metodoloxías, o alumnado terá acceso a unha atención personalizada a través das tutorías presenciais e/ou virtuais (a través das plataformas institucionais).</p> <p>Para o alumnado con recoñecemento de dedicación a tempo parcial e dispensa académica de exención de asistencia potenciarase o emprego da atención personalizada a través das tutorías virtuais e/ou presenciais.</p>

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Proba práctica	A6 A7 A8 B4 C1 C9	<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 profesorado e a maioría simple do alumnado así o acorda ao comezo curso, poderá 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 B1 B4 B5 C1 C9	Exame de todos os contidos da materia. O tipo de exame poderá incluír preguntas tipo test e/ou preguntas de resposta breve e/ou para desenvolver.  Superar esta proba será requisito indispensable para aprobar a materia.  Se o profesorado e a maioría simple do alumnado así o acorda ao comezo curso, poderá 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.	40
Prácticas de laboratorio	A6 A7 A8 B3 B4 B5 C1 C6 C9	Os contidos tratados nestas prácticas serán obxecto de avaliación mediante a proba práctica e/ou proba mixta.  Valorarase tamén a asistencia, puntualidade, actitude, participación razoada e realización de traballos propostos, 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.	10
Sesión maxistral	A1 A2 A3 A6 A7 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9	Os contidos tratados nestas sesións serán obxecto de avaliación mediante a proba práctica e/ou a proba mixta.  Se valorará tamén a asistencia, puntualidade, participación razoada 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.	10
Traballos tutelados	A1 A2 A3 A6 A7 A8 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9	Valorarase a realización e exposición dos traballos propostos	20

### Observacións avaliación

A calificación de Non Presentado otorgarase a todo o alumnado que non se presente á proba práctica e á proba mixta en cada unha das oportunidades oficiais. No caso de presentarse a unha de ditas probas, o alumnado 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 profesorado da materia poderá decidir libremente o número de Matrículas de Honra a otorgar entre as máximas establecidas anualmente. Estas poderán concederse entre o alumnado que teña 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.

O alumnado con dispensa académica de exención de asistencia e o alumnado que se presente á oportunidade de xullo; poderá ser evaluado mediante a proba mixta; a proba práctica; os traballos tutelados; e un traballo có mesmo valor da avaliación continuada das sesións maxistras e das prácticas. Os prazos de entrega, a temática e normas deste traballo serán publicados no moodle da materia.

O alumnado que cursara a materia no curso anterior, poderá manter, se así o solicita, a calificación correspondente á avaliación continuada de ese curso (sesión maxistral e prácticas de laboratorio).

Todos os aspectos relacionados con "dispensa académica", dedicación ao estudo", "permanencia e "fraude académica" rexeranse de acordo coa normativa académica vixente da UDC.

### Fontes de información



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

## 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