Guía Docente				
Datos Identificativos				2019/20
Asignatura (*)	CINESITERAPIA: BASES DO EXERCICIO TERAPÉUTICO		Código	651G01013
Titulación	Grao en Fisioterapia			
Descriptores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	1º cuadrimestre	Segundo	Obrigatoria	6
Idioma	Castelán			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Ciencias Biomédicas, Medicina e FisioterapiaFisioterapia, Medicina e Ciencias Biomédicas			
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				
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 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.
B1	CB1 - Que os estudantes demostrasen posuír e comprender coñecementos nunha área de estudo que parte da base da educación secundaria xeral, e adóitase atopar a un nivel que, aínda que se apoia en libros de texto avanzados, inclúe tamén algúns aspectos que implican coñecementos procedentes da vangarda do seu campo de estudo
B2	CB2 - Que os estudantes saiban aplicar os seus coñecementos ao seu traballo ou vocación dunha forma profesional e posúan as competencias que adoitan demostrarse por medio da elaboración e defensa de argumentos e a resolución de problemas dentro da súa área de estudo
B3	CB3 - Que os estudantes teñan a capacidade de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro da súa área de estudo) para emitir xuízos que inclúan unha reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica ou ética
B4	CB4 - Que os estudantes poidan transmitir información, ideas, problemas e solucións a un público tanto especializado como non especializado
B5	CB5 - Que os estudantes desenvolvesen aquelas habilidades de aprendizaxe necesarias para emprender estudos posteriores cun alto grao de autonomía
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.
C6	Adquirir habilidades para a vida e hábitos, rutinas e estilos de vida saudables.
C9	Ter a capacidade de xestionar tempos e recursos: desenvolver plans, priorizar actividades, identificar as críticas, establecer prazos e cumprilos.

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	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. 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 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	Horas presenciais	Horas non presenciais / traballo autónomo	Horas totais
Sesión maxistral	A1 A2 A3 A6 A7 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9	28	60	88
Prácticas de laboratorio	A6 A7 A8 B3 B4 B5 C1 C6 C9	29	28	57
Proba práctica	A6 A7 A8 B4 C1 C9	1	0	1
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	Efectuarase a exposición oral do temario da materia, complementándose a mesma co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgunhas preguntas dirixidas aos estudantes. 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.
Prácticas de laboratorio	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. Durante estas sesions tamén se poderán propoñer tarefas nas que os alumnos teñan que deseñar e executar distintas técnicas de exercicio terapéutico.
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 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). 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 presenciais e/ou virtuais.

Avaliación			
Metodoloxías	**Competencias**	**Descrición**	**Cualificación**
Proba práctica	A6 A7 A8 B4 C1 C9	Exame práctico de todos os contidos da materia. Superar esta proba será requisito indispensable para aprobar a materia. 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.	20
Proba mixta	A1 A2 A3 A6 A7 B1 B4 B5 C1 C9	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. Superar esta proba será requisito indispensable para aprobar a materia. 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.	50
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 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.	10
Sesión maxistral	A1 A2 A3 A6 A7 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9	Os contenidos tratados nestas sesions serán obxecto de avaliación mediante a proba práctica e/ou a proba mixta. Se valorará tamén a asistencia e a realización de traballos propostos, de forma continuada durante o curso. Esta avaliación suporá un 20% da nota final, no caso de superar a proba práctica e a proba mixta.	20

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 máis elevada.
O profesor da materia poderá decidir libremente o número de Matrículas de Honor a otorgar entre as máximas estabrecidas 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, dispensa académica de exención de asistencia 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	- 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	- 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. 2006 Bandy, 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