



Universitat de Lleida

GUIA DOCENT **CINESITERAPIA**

Coordinació: VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO
JOSE

Any acadèmic 2022-23

Informació general de l'assignatura

Denominació	CINESITERÀPIA			
Codi	102717			
Semestre d'impartició	1R Q(SEMESTRE) AVALUACIÓ CONTINUADA			
Caràcter	Grau/Màster	Curs	Caràcter	Modalitat
	Doble titulació: Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport i Grau en Fisioteràpia	4	OBLIGATÒRIA	Presencial
	Doble titulació: Grau en Infermeria i Grau en Fisioteràpia	3	OBLIGATÒRIA	Presencial
	Doble titulació: Grau en Nutrició Humana i Dietètica i Grau en Fisioteràpia	3	OBLIGATÒRIA	Presencial
	Grau en Fisioteràpia	3	OBLIGATÒRIA	Presencial
Nombre de crèdits assignatura (ECTS)	6			
Tipus d'activitat, crèdits i grups	Tipus d'activitat	PRAULA		
	Nombre de crèdits	6		
	Nombre de grups	4		
Coordinació	VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO JOSE			
Departament/s	INFERMERIA I FISIOTERÀPIA			
Informació important sobre tractament de dades	Consulteu aquest enllaç per a més informació.			
Idioma/es d'impartició	Català - Castellà.			

Professor/a (s/es)	Adreça electrònica professor/a (s/es)	Crèdits impartits pel professorat	Horari de tutoria/lloc
MASBERNAT ALMENARA, MARIA	maria.masbernat@udl.cat	,8	A concretar amb la professora
MOURE ROMERO, LOURDES	lurdes.moure@udl.cat	6	A concretar amb la professora
ROCA CARBONELL, MARÇAL	marcal.roca@udl.cat	6	
TICO CAMI, JORDI	jtico@inefc.udl.cat	3	A concretar amb el professor
VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO JOSE	xisco.verdejo@udl.cat	8,2	A concretar amb el professor

Informació complementària de l'assignatura

Recomanació del professorat:

Es recomanen coneixements d'anglès.

És recomana portar la matèria al dia per tal d'aprofitar-la al màxim.

Objectius acadèmics de l'assignatura

- Establir les bases teòriques per a la comprensió de l'exercici terapèutic en l'àmbit de la professió del fisioterapeuta.
- Conèixer les adaptacions i respostes fisiològiques provocades per l'exercici terapèutic.
- Establir un procés de raonament clínic en cinesiteràpia activa.
- Determinar, a partir del raonament clínic, quin tipus i dosificació d'exercici aplicar en cada etapa de la rehabilitació i patologia.
- Conèixer i poder establir relacions entre cadascuna de les capacitats físiques.
- Ser capaç de portar els coneixements teòrics a l'àmbit pràctic.
- Promoure una actitud reflexiva de l'alumnat en relació a l'evidència científica actual, en el camp de l'exercici terapèutic i l'impacte en aquest àmbit clínic.

Competències

- Dissenyar el pla d'intervenció de fisioteràpia atenent a criteris d'adequació, validesa i eficiència.
- Dissenyar un programa d'exercicis personalitzat i adequat a cada patologia i/o etapa de rehabilitació.

Resultats d'aprenentatge:

1. Definir els objectius generals i específics per a l'aplicació del tractament fisioterapèutic.
2. Dissenyar exercicis terapèutics per al tractament de patologies i lesions ortopèdiques, traumatològiques, reumatològiques i esportives.
3. Escollir els procediments i tècniques pròpies de la fisioteràpia que siguin més adequats segons la patologia presentada.
4. Analitzar críticament les situacions clíniques per desenvolupar un bon pla d'intervenció atenent a criteris d'adequació, validesa i eficiència.
5. Preparar l'entorn en què es duran a terme les sessions de Fisioteràpia perquè s'adapti a les necessitats del pacient.
6. Adquirir coneixements i habilitats per a la correcta prescripció i realització de l'exercici terapèutic.

Competències generals de la Titulació:

- Comunicar-se de manera efectiva i clara, tant de forma oral com escrita, amb els usuaris del sistema sanitari així com amb altres professionals.

- Saber treballar en equips professionals com a unitat bàsica en què s'estructuren de forma uni o multidisciplinària i interdisciplinària els professionals i altre personal de les organitzacions assistencials.

- Incorporar els principis ètics i legals de la professió a la pràctica professional, així com integrar els aspectes socials i comunitaris en la presa de decisions.

Competències transversals de la Titulació:

- Correcció en l'expressió oral i escrita.
- Domini d'una llengua estrangera.
- Capacitat d'aplicar els coneixements en la pràctica.
- Capacitat d'anàlisi i síntesi.
- Planificació i gestió del temps.
- Habilitats de gestió de la informació.
- Capacitat de crítica i d'autocrítica.
- Capacitat per generar noves idees.

Continguts fonamentals de l'assignatura

BLOC 1. Introducció: Exercici terapèutic en Fisioteràpia

1. Conceptualització. Activitat física i exercici terapèutic relacionat amb la salut.
2. Cinesiteràpia activa.
3. Introducció a l'exercici terapèutic en Fisioteràpia
4. Concepte de càrrega i els seus components
5. Adaptació i tipus d'adaptació
6. Principis generals de l'entrenament i l'aplicació en l'àmbit terapèutic
7. Les capacitats físiques

BLOC 2. Aplicació i valoració de l'exercici terapèutic.

1. Disseny d'un programa i mètodes d'intervenció
2. Sistemes de valoració i registre del seguiment
3. Anàlisi i aplicació d'intervencions integratives: Patocinemàtica d'extremitat inferior

BLOC 3. Respostes i adaptacions dels sistemes i teixits a l'exercici terapèutic

1. Exercici terapèutic en les adaptacions de l'aparell locomotor i patologies múscul-esquelètiques
 1. Facilitació Neuromuscular propioceptiva Extremitat superior
 2. Facilitació Neuromuscular propioceptiva Extremitat inferior
2. Exercici terapèutic en patologia cardiovascular
3. Exercici terapèutic en patologia metabòlica
4. Exercici terapèutic en patologies respiratòries i les seves adaptacions
5. Exercici terapèutic en altres contextos

BLOC 4. L'ús dels equipaments d'acondicionament físic. Pràctica a instal·lacions esportives

1. L'exercici actiu
 1. Denominació
 2. Propietats. Variacions.
 3. Tipus de Resistència i ús del material
 4. Pautes en l'execució de l'exercici actiu
2. Aplicacions de l'exercici actiu
 1. Tronc: Zona cervical i cintura abdominal
 2. Extremitats superiors
 3. Extremitats inferior

Eixos metodològics de l'assignatura

Descripció:	Activitat (1)	HTP (2) (Hores Minuts)	HTNP (3) (Hores Minuts)
BLOC 1: Introducció: Exercici terapèutic en Fisioteràpia	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	3 Hores	5 Hores
BLOC 2. Aplicació i valoració de l'exercici terapèutic	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	27 Hores	41 Hores
BLOC 3. Respostes i adaptacions dels sistemes i teixits a l'exercici terapèutic	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	20 Hores	30 Hores
BLOC 4. L'ús dels equipaments d'acondicionament físic	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques instal·lacions esportives	10 Hores	15 Hores

(1) Metodologies docents

- Lliçó magistral
- Aprenentatge basat en problemes
- Aula inversa
- Debats estudi i pensament crític
- Estudi de casos clínics
- Lectures
- Pràctiques d'aula i exposició d'esdeveniments
- Seminari Treballs
- Altres

(2) **HTP** = Hores de Treball Presencial

(3) **HTNP** = Hores de Treball No Presencial

Pla de desenvolupament de l'assignatura

Activitats formatives

- Classe magistral (60%)
- Pràctiques d'aula (20%)
- Seminaris (20%)

Comunicació alumnat-professorat

El campus virtual de l'assignatura és l'espai bàsic de comunicació entre professorat i alumnat i cal saber-ne fer bon ús. La UdL us té assignats un correu d'alumne a cada un/a de vosaltres sota el domini udl.cat. És el correu que s'emprarà per posar-se en contacte amb vosaltres ja sigui a través del campus virtual o redirigit a la vostra safata personal (cal modificar-ho manualment, i us ho recomanem), per aquest motiu és necessari obrir-lo regularment. Recordeu que en les relacions amb la universitat i l'alumnat es farà servir sempre el correu corporatiu i no s'acceptaran els correus personals.

Sistema d'avaluació

Objectius	Activitats d'Avaluació	Criteris	%	O/V (1)	I/G (2)	Observacions
MÒDULS 1-4	Exàmen Teòric	Domina els continguts de l'assignatura (Test 40 preguntes + 4 curtes)	50	O	I	Rescuperable
MÒDULS 1-4	Treball en grup	Domina i sap aplicar els continguts	25	O/V	I/G	
MÒDULS 1-4	Activitats d'aula i participació activa	Domina i sap aplicar els continguts	15	O/V	I	
MÒDUL 4	Assistència	Assistència als seminaris pràctics i participació activa	10	O/V	I	(>80%)
Objectius	Activitats d'Avaluació	Criteris	%	O/V (1)	I/G (2)	Observacions
Temes	Exàmen Teòric de recuperació	Test 50 + 4 preguntes curtes	100	O	I	

L'avaluació d'aquesta assignatura serà continuada i per tant si la mitjana ponderada de totes les notes dona aprovat (5), llavors l'assignatura s'haurà superat. El càlcul d'aquesta mitjana només es farà en el cas que s'arribi al 5 de nota **en cadascuna** de les diferents avaluacions que es facin.

En el cas que algú no opti o no pugui optar a l'avaluació continuada per motius justificats i, per aquells/es alumnes que no superin l'assignatura segons els criteris establerts s'haurà de realitzar un examen final de tots els blocs. Superant-se positivament amb una nota mínima de 5. Per poder optar a aquest tipus d'avaluació, l'alumne s'haurà de regir per la normativa UdL vigent sobre l'avaluació única ([Més informació](#)).

L'**examen teòric** que es realitzarà al final de l'assignatura constarà de 40 preguntes tipus test (amb 4 possibles respostes, de les quals sols una sera la correcta, amb una penalització de 0'25 per error) i quatre preguntes curtes de redactar. Les 40 preguntes tipus test equivaldran al 60% de la nota d'aquest examen; les 4 preguntes curtes equivaldran al 40% restant. L'**examen teòric de recuperació** constarà de 50 preguntes tipus test (de 4 possibles respostes, de les quals sols una sera la correcta, amb una penalització de 0'25 per error) i quatre preguntes curtes de redactar. Les 50 preguntes tipus test equivaldran al 60% de la nota d'aquest examen; les 4 preguntes curtes equivaldran al 40% restant.

Pel que respecta a l'**assistència**, el/la professor/a portarà un registre anecdòtic de l'alumnat i/o comptabilitzat amb diferents entregues de pràctiques a l'aula. Aquest registre farà referència als coneixements tant teòrics com pràctics de l'alumnat en tots els seminaris o classes pràctiques que es vagin realitzant i la qualificació dels treballs (individuals / parelles o grups) que puguin sorgir realitzats durant el curs, ja siguin test o qüestionaris, debats, fitxes de sessió. Aquesta assistència serà obligatòria durant els seminaris pràctics del mòdul 4 en un 80%, per a ser considerada apte dins de l'avaluació continuada.

En quan al **treball grupal**, cada grup realitzarà un treball que s'haurà d'entregar com a data límit el 8 de gener del 2022. La finalitat del treball és la de dissenyar i portar a terme una intervenció d'exercici terapèutic en un supòsit pràctic contextualitzat en una patologia o lesió musculoesquelètica. El treball consistirà en una primera entrega escrita on es contextualitzarà per part de l'alumnat la patologia corresponent, es realitzarà un procés de difusió a través de les noves tecnologies (*podcasts*, infografies, vídeos divulgatius) o bé realitzar un pòster científic, i finalment realitzar una planificació terapèutica.

En relació a la **justificació de les absències**, els motius pels quals es considera que la falta és justificada, seran els mateixos que els enunciats a la *Normativa de l'Avaluació i la qualificació de la docència als graus i màsters a la UdL* per no assistir a les proves d'avaluació programades a la guia docent o a la web de la titulació.

Per a la resta de situacions derivades de problemes de salut, personals o familiars, es permetrà a l'estudiant canviar de dia i recuperar el seminari durant la setmana, si és possible.

Les sol·licituds de justificació d'absències que comportin la incompareixença a una prova d'avaluació hauran de ser presentades el mateix dia de l'absència. La justificació de la resta d'absències haurà de ser presentada com a molt tard en els 10 dies següents.

De forma general a l'estudiant únicament se li justificarà l'absència, però no la manca de compliment dels seus compromisos acadèmics.

Sistemes d'avaluació

1. Examen teòric (50%)
2. Treball en grup (25%)
3. Activitats d'aula i participació activa (15%)
4. Assistència als seminaris pràctics (10%)

Bibliografia i recursos d'informació

General:

Kisner C & Colby LA. Ejercicio terapéutico: Fundamentos y técnicas. Primera edición. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2005.

Hall MC & Brody LT. Ejercicio terapéutico: Recuperación funcional. Primera edición. Barcelona Editorial

Paidotribo. 2006.

Freese J. Fitness Terapéutico: Criterios para la recuperación de lesiones. Primera edición. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2006.

Riebe D, Ehrman JK, Liguori G, Magal M. American College of Sports Medicine: Guidelines for Exercise Testing and Prescription. Tenth Edition. Philadelphia, PA. Wolters Kluwer Health. 2018.