



Universitat de Lleida

GUIA DOCENT
**MÈTODES ESPECÍFICS
D'INTERVENCIÓ EN
FISIOTERÀPIA 1**

Coordinació: Sr. Francesc Rubí Carnacea

Any acadèmic 2015-16

Informació general de l'assignatura

Denominació	MÈTODES ESPECÍFICS D'INTERVENCIÓ EN FISIOTERÀPIA 1
Codi	102718
Semestre d'impartició	S5 Avaluació Continuada
Caràcter	Obligatòria
Nombre de crèdits ECTS	12
Grups	Classes teòriques en gran grup i seminaris pràctics en dos grups mitjans
Crèdits teòrics	6
Crèdits pràctics	6
Coordinació	Sr. Francesc Rubí Carnacea
Horari de tutoria/lloc	<p>Sr. Francesc Rubí Carnacea 973 702 450 Despatx 2.08 Horari a convenir</p> <p>Dra. Silvia Solé Cases 973 702 282 Despatx 1.06 Horari a convenir</p> <p>Sra. Maria Bedoya Ribó 973 702 282 Despatx 1.06 Horari a convenir</p>
Departament/s	Infermeria
Distribució càrrega docent entre la classe presencial i el treball autònom de l'estudiant	Es requereix un treball autònom d'un 40% més enllà de les hores de classe presencials
Modalitat	Presencial
Informació important sobre tractament de dades	Consulteu aquest enllaç per a més informació.
Idioma/es d'impartició	Català Castellà
Grau/Màster	Grau en Fisioteràpia
Distribució de crèdits	Crèdits teòrics i pràctics al 50%

Horari de tutoria/lloc	<p>Sr. Francesc Rubí Carnacea 973 702 450 Despatx 2.08 Horari a convenir</p> <p>Dra. Silvia Solé Cases 973 702 282 Despatx 1.06 Horari a convenir</p> <p>Sra. Maria Bedoya Ribó 973 702 282 Despatx 1.06 Horari a convenir</p>
Adreça electrònica professor/a (s/es)	<p>frubi@infermeria.udl.cat silviasole@infermeria.udl.cat mariabedoya@infermeria.udl.cat</p>

Sr.Francesc Rubí Carnacea
Dra.Silvia Solé Cases
Sra. Maria Bedoya Ribó

Informació complementària de l'assignatura

L'objectiu del grau en fisioteràpia és preparar un futur professional amb un perfil clarament generalista amb les competències necessàries per valorar, diagnosticar i tractar problemes de salut mitjançant l'aplicació d'un conjunt de tècniques i mètodes específics de la fisioteràpia, amb la finalitat de curar, prevenir o readaptar-los.

Assignatura en el conjunt del pla d'estudis:

Aquesta és una matèria de formació específica, conformada per dos assignatures de 12 i 6 ECTS respectivament amb l'objectiu de realitzar un abordatge profund, a nivell teoricopràctic, del mètodes específics, procediments i actuacions més freqüents utilitzats per la fisioteràpia en el tractament de la patologia ortopèdica, traumatològica i reumatològica de l'aparell locomotor.

En aquesta assignatura s'estudiaran les tècniques propioceptives, els estiraments, els embenats funcionals, una introducció al mètode Mckenzie en columna lumbar i les tècniques de relaxació i de conscienciació corporal com a tècniques específiques de la Fisioteràpia tot relacionant-les amb casos clínics habituals dins la praxis professional de la Fisioteràpia.

Es relaciona directament dins del pla d'estudis amb les assignatures d'anatomia, valoració i procediments generals, coneixements longitudinals que es consideren imprescindibles per aprovar l'assignatura.

Recomanació del professorat:

Es recomanen coneixements mínims d'anglès.

És recomanable portar la matèria al dia.

És recomanable tenir superades les següents assignatures per poder afrontar amb garanties el contingut i aprenentatge d'aquesta assignatura:

- Fonaments de Fisioteràpia
- Estructura del cos humà
- Física i Biomecànica
- Funció del cos humà
- Fisiopatologia
- Valoració en fisioteràpia

Objectius acadèmics de l'assignatura

1. Conèixer els mètodes, procediments i actuacions fisioterapèutiques, encaminades a la terapèutica clínica.
2. Identificar els canvis fisiològics i estructurals que es poden produir com a conseqüència de la intervenció de fisioteràpia en les alteracions de l'aparell locomotor.
3. Aplicar mètodes específics d'intervenció de fisioteràpia per promoure hàbits de vida saludable en relació a l'aparell locomotor, mitjançant la educació per la salut.
4. Integrar, a través de la experiència clínica, els valors ètics i professionals, els coneixements i habilitats i actituds pròpies de la fisioteràpia, per resoldre casos clínics concrets, en l'àmbit hospitalari, extrahospitalari i de l'atenció primària i comunitària.
5. Resoldre casos clínics susceptibles de tractament fisioterapèutic en l'àmbit de les afeccions del sistema músculo esquelètic.
6. Valorar l'estat funcional del pacient, considerant els aspectes físics, psicològics i socials.
7. Descriure i aplicar els procediments adequats de valoració de fisioteràpia, amb l'objectiu de determinar el grau d'afectació del aparell locomotor i la seva possible repercussió funcional.
8. Determinar el diagnòstic de fisioteràpia segons les normes i amb els instruments de validació reconeguts internacionalment.

9. Establir hipòtesis diagnòstiques de fisioteràpia a través de casos clínics amb alteracions del sistema músculo esquelètic.
10. Dissenyar el pla d'intervenció de fisioteràpia atenent a criteris d'adequació, validesa i eficiència.
11. Dissenyar exercicis terapèutics per les malalties i lesions ortopèdiques, traumatològiques, reumatològiques i esportives.
12. Definir els objectius generals i específics per a la aplicació del tractament fisioterapèutic en alteracions de l'aparell locomotor.
13. Participar en la elaboració de protocols assistencials de fisioteràpia basada en la evidència científica, fomentant activitats professionals que dinamitzin la investigació en fisioteràpia.
14. Aplicar els mecanismes de garantia de qualitat en la pràctica de la fisioteràpia, segons criteris reconeguts i validats.
15. Desenvolupar un pensament i un raonament crític i saber comunicar-lo de manera efectiva, tant en les llengües pròpies com en una tercera llengua.
16. Desenvolupar estratègies d'aprenentatge autònom.
17. Comprendre i realitzar els mètodes i tècniques específics referits a l'aparell locomotor en el tractament de la patologia neuromusculoesquelètica.
18. Comprendre i realitzar els mètodes i tècniques específiques que tinguin en compte les implicacions de la ortopèdia, de la traumatologia i de la reumatologia en la fisioteràpia, tècniques terapèutiques reflexes, així com altres mètodes i tècniques alternatives i/o complementàries amb seguretat i eficàcia demostrada segons l'estat de desenvolupament de la ciència.
19. Comprendre el comportament interactiu de la persona en funció del gènere, grup o comunitat, dintre del seu context social i multicultural.
20. Comprendre sense prejudicis a les persones, considerant els seus aspectes físics, psicològics i socials, com individus autònoms i independents, assegurant el respecte a les seves opinions, creences i valors, garantint el dret a la intimitat, a través de la confidencialitat i el secret professional.
21. Establir una comunicació eficaç amb pacients, família, grups socials i companys i fomentar l'educació per a la salut.
22. Treballar amb l'equip de professionals com unitat bàsica en la qual s'estructuren de forma uni o multidisciplinària i interdisciplinària els professionals i altre personal de les organitzacions assistencials.
23. Realitzar les tasques de fisioteràpia basant-se en l'atenció integral de salut, que suposa la cooperació multiprofessional, la integració dels processos i la continuïtat assistencial.

Competències

Competències específiques de la Titulació:

CE1 Conèixer i comprendre la morfologia, la fisiologia, la patologia i la conducta de les persones, tant sanes com malaltes, en el medi natural i social.

Resultats d'aprenentatge:

- 1.1 Identificar i descriure els elements que constitueixen la morfologia de l'ésser humà.
- 1.2 Diferenciar cada un dels components de l'ésser humà des del seu nivell bioquímic al seu nivell sistèmic, i les seves possibles alteracions.
- 1.3 Reconèixer els elements que constitueixen la morfologia de l'ésser humà mitjançant la palpació pràctica de subjectes vius.
- 1.4 Identificar i descriure la fisiologia general dels elements que constitueixen l'ésser humà.

CE2 Conèixer i comprendre les ciències, els models, les tècniques i els instruments sobre els quals es fonamenta, articula i desenvolupa la fisioteràpia.

Resultats d'aprenentatge:

- 2.1 Comprendre les teories generals, bàsiques i pròpies de la Fisioteràpia.
- 2.3 Citar les aptituds bàsiques que caracteritzen la figura del fisioterapeuta.

2.5 Saber utilitzar la terminologia sanitària més comuna entre els professionals de la salut, aplicada al model de fisioteràpia.

2.6 Descriure els principis, teories i bases físiques dels agents físics en l'activitat professional de la fisioteràpia.

2.7 Identificar, descriure i conèixer les teories i principis generals del funcionament, de la discapacitat, de la salut i de la valoració.

2.8 Explicar i descriure els factors que influeixen en l'aplicació dels agents físics propis de la fisioteràpia.

2.12 Utilitzar les tècniques bàsiques d'investigació científica en fisioteràpia.

CE3 Conèixer i comprendre els mètodes, procediments i actuacions fisioterapèutiques, encaminats tant a la terapèutica pròpiament dita a aplicar a la clínica per a la preeducació o recuperació funcional, com a la realització d'activitats dirigides a la promoció i manteniment de la salut.

Resultats d'aprenentatge:

3.1 Exposar els fonaments teòrics sobre els quals es basen els diferents mètodes i procediments fisioterapèutics.

3.2 Reconèixer els procediments generals i específics propis de la Fisioteràpia.

3.3 Comprendre i aplicar els agents físics com a base de la terapèutica en fisioteràpia.

3.4 Definir les bases de la relació terapèutica i tractar les diferents tècniques d'intervenció psicosocial que són d'utilitat en les Ciències de la Salut.

3.5 Citar els mitjans per afavorir la participació de l'usuari i la família en el procés de recuperació.

3.7 Identificar els canvis fisiològics i estructurals que es poden produir com a conseqüència de la intervenció de fisioteràpia.

CE4 Adquirir l'experiència clínica adequada que proporcioni habilitats intel·lectuals i destreses tècniques i manuals; que faciliti la incorporació de valors ètics i professionals; i que desenvolupi la capacitat d'integració dels coneixements adquirits; de manera que, a l'acabar els estudis, els estudiants sàpiguen aplicar-los tant a casos clínics concrets en el medi hospitalari i extrahospitalari, com a actuacions en l'atenció primària i comunitària.

Resultats d'aprenentatge:

4.1 Executar el pla d'intervenció de Fisioteràpia, utilitzant les eines terapèutiques pròpies, atenent la individualitat de l'usuari i incorporant els principis ètics, deontològics i legals a la pràctica professional.

4.2 Resoldre casos clínics emprant les tècniques i actuacions pròpies de la fisioteràpia.

4.4 Consultar i aplicar els principis que permeten el raonament clínic per afavorir la resolució de problemes.

CE5 Valorar l'estat funcional del pacient, considerant els aspectes físics, psicològics i socials.

Resultats d'aprenentatge:

5.3 Identificar els conceptes de funcionament i discapacitat en relació al procés d'intervenció en Fisioteràpia i descriure les alteracions, limitacions funcionals i discapacitats reals i potencials trobades.

5.4 Realitzar una valoració de l'estat funcional del pacient des del punt de vista de la traumatologia.

CE6 Valoració diagnòstica de cures de fisioteràpia segons les normes i amb els instruments de validació reconeguts internacionalment.

Resultats d'aprenentatge:

6.1 Realitzar un diagnòstic funcional de Fisioteràpia basat en l'anàlisi i interpretació crítica de la informació

recollida i relacionada amb la valoració de Fisioteràpia i amb la informació complementària.

6.2 Distingir les diferents tècniques diagnòstiques en les patologies dels diferents aparells i sistemes.

6.3 Aplicar els procediments i instruments de valoració en Fisioteràpia interpretant proves elèctriques i manuals per determinar resultats en les diferents especialitats de la fisioteràpia.

6.4 Identificar i utilitzar els instruments de valoració reconeguts i validats internacionalment.

CE7 Dissenyar el pla d'intervenció de fisioteràpia atenent a criteris d'adequació, validesa i eficiència.

Resultats d'aprenentatge:

7.1 Definir els objectius generals i específics per a l'aplicació del tractament fisioterapèutic.

7.2 Dissenyar exercicis terapèutics per al tractament de patologies i lesions ortopèdiques, traumatològiques, reumatològiques i esportives.

7.3 Escollir els procediments de cinesiteràpia, mobilització, manipulació, massoteràpia o altres tècniques pròpies de la fisioteràpia que siguin més adequats segons la patologia presentada.

7.7 Analitzar críticament les situacions clíniques per desenvolupar un bon pla d'intervenció atenent a criteris d'adequació, validesa i eficiència.

7.8 Preparar l'entorn en què es duran a terme les sessions de Fisioteràpia perquè s'adapti a les necessitats del pacient.

CE8 Executar, dirigir i coordinar el pla d'intervenció de fisioteràpia, utilitzant les eines terapèutiques pròpies i atenent a la individualitat de l'usuari.

Resultats d'aprenentatge:

8.1 Realitzar les tècniques específiques de tractament fisioteràpic en el pacient, segons les diferents patologies, i aplicar els procediments d'intervenció sobre el mateix i sobre el seu entorn.

CE9 Avaluar l'evolució dels resultats obtinguts amb el tractament en relació amb els objectius marcats.

Resultats d'aprenentatge:

9.1 Identificar i descriure els principals canvis produïts com a conseqüència dels diferents tractaments aplicats.

9.3 Identificar la necessitat de replantejar el pla d'intervenció en funció dels resultats d'evolució obtinguts.

CE11 Proporcionar una atenció de fisioteràpia eficaç, atorgant una assistència integral als pacients.

Resultats d'aprenentatge:

11.1 Utilitzar i incorporar els principis ètics i legals de la professió en l'atenció fisioteràpica.

11.2 Aplicar els mecanismes de garantia de qualitat en la pràctica de la fisioteràpia, segons criteris reconeguts i validats.

11.3 Explicar al pacient de forma adequada i adaptada a les seves possibilitats interpretatives, els objectius de cada actuació, demanant la seva col·laboració en tot moment.

11.7 Demostrar habilitat en un context professional, ètic i legal del professional, reconeixent i responent a dilemes i temes ètics en la pràctica diària.

CE12 Intervenir en els àmbits de promoció, prevenció, protecció i recuperació de la salut.

Resultats d'aprenentatge:

12.2 Seleccionar i executar els procediments fisioterapèutics generals que s'apliquen a les diferents patologies del cos humà en els períodes de promoció i conservació de la salut, així com en la prevenció de la malaltia.

12.4 Prevenir i evitar els possibles riscos derivats de l'aplicació del tractament fisioteràpic.

CE14 Dur a terme les intervencions fisioterapèutiques basant-se en l'atenció integral de la salut que suposa la cooperació multiprofessional, la integració dels processos i la continuïtat assistencial.

Resultats d'aprenentatge:

14.3 Oferir una atenció en Fisioteràpia eficient, atorgant una assistència integral, continuada i de qualitat als pacients, mostrant respecte per la diversitat i pluralitat d'idees, persones i situacions.

CE15 Comprendre la importància d'actualitzar els coneixements, habilitats, destreses i actituds que integren les competències professionals del fisioterapeuta.

Resultats d'aprenentatge:

15.1 Fomentar l'actualització i reciclatge dels coneixements, habilitats i actituds fonamentals de les competències professionals, mitjançant un procés de formació permanent.

15.2 Entendre, seleccionar i defensar nous dissenys d'investigació i mètodes apropiats per a la fisioteràpia.

15.3 Interpretar, analitzar, sintetitzar i criticar les troballes d'investigació relacionades amb la fisioteràpia i futures línies d'expansió.

15.4 Valorar la necessitat d'investigar i buscar publicacions relacionades amb la fisioteràpia i formular preguntes de recerca rellevants.

15.5 Demostrar habilitats en la pròpia recerca, l'examen crític i la integració de la literatura científica i altra informació rellevant.

Competències generals de la Titulació:

CG1 Comunicar-se de manera efectiva i clara, tant de forma oral com escrita, amb els usuaris del sistema sanitari així com amb altres professionals

CG2 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.

CG3 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:

CT1 Correcció en l'expressió oral escrita.

CT2 Domini d'una llengua estrangera.

CT3 Domini de les TIC.

CT4 Respecte als drets fonamentals d'igualtat entre homes i dones, a la promoció dels Drets Humans i als valors propis d'una cultura de pau i de valors democràtics.

Competències estratègiques de la Universitat:

CEUdL1 Adequada comprensió i expressió oral i escrita del català i del castellà;

CEUdL2 Domini significatiu d'una llengua estrangera, especialment de l'anglès;

CEUdL3 Capacitació en l'ús de les noves tecnologies i de les tecnologies de la informació i la comunicació;

CEUdL4 Coneixements bàsics d'emprenedoria i dels entorns professionals;

CEUdL5 Nocions essencials del pensament científic.

Continguts fonamentals de l'assignatura

BLOC 1. Propiocepció

- Presentació de les Tècniques Propioceptives (Indicacions, contraindicacions i tipus).
- Tècniques aplicades a la patologia de la cama, el turmell i el peu.
- Tècniques aplicades a la patologia del maluc, la cuixa i el genoll.
- Tècniques aplicades a la patologia del braç i la cintura escapular.
- Tècniques aplicades a la patologia del colze, avantbraç, canell i mà.
- Tècniques aplicades a la patologia de la Columna Lumbar i cintura lumbopèlvica.
- Tècniques aplicades a la patologia de la Columna Cervical.

BLOC 2. Estiraments

- Presentació de la tècnica (Indicacions, contraindicacions i tipus).
- Tècniques aplicades a la patologia de la cama, el turmell i el peu.
- Tècniques aplicades a la patologia del maluc, la cuixa i el genoll.
- Tècniques aplicades a la patologia del braç i la cintura escapular.
- Tècniques aplicades a la patologia del colze, avantbraç, canell i mà.
- Tècniques aplicades a la patologia de la Columna Lumbar i cintura lumbopèlvica.
- Tècniques aplicades a la patologia de la Columna Cervical.

BLOC 3. Embenats Funcionals

- Presentació de la tècnica (Indicacions, contraindicacions i tipus).
- Tècniques aplicades a la patologia de la cama, el turmell i el peu.
- Tècniques aplicades a la patologia del maluc, la cuixa i el genoll.
- Tècniques aplicades a la patologia del braç i la cintura escapular.
- Tècniques aplicades a la patologia del colze, avantbraç, canell i mà.
- Tècniques aplicades a la patologia de la Columna Lumbar i cintura lumbopèlvica.
- Tècniques aplicades a la patologia de la Columna Cervical.

BLOC 4. Introducció al mètode Mckenzie en el tractament de les àlgies lumbar

- Presentació de la tècnica (Definició, classificació, Indicacions, contraindicacions...).
- Avaluació.
- Procediments terapèutics.

BLOC 5. Tècniques de relaxació i de conscienciació corporal

- Presentació de les tècniques de relaxació (indicacions, contraindicacions i tipus).
- Aplicacions pràctiques en patologies concretes: dolor crònic, fisioteràpia esportiva, fisioteràpia cardio-respiratoria, auto-cura.
- Estudi dels diferents sistemes d'avaluació: qüestionaris de benestar, qualitat de vida i altres variables relacionades.

BLOC 6. Integració clínica.

- Treball de casos clínics.

Eixos metodològics de l'assignatura

L'assignatura es desenvoluparà principalment amb classes presencials pràctiques per tal de treballar continguts i habilitats referents a aquestes àrees tècniques pròpies de la fisioteràpia. A més, el bloc 5 es treballarà mitjançant casos clínics. L'objectiu és desenvolupar la capacitat d'aplicar allò après per a poder resoldre un problema a partir de definir els objectius terapèutics de cada cas, tenint com a punt d'inici el raonament clínic, les demostracions del professor i la pròpia pràctica entre els alumnes. És així com es comprovarà la capacitat de seleccionar, transferir i usar dades i lleis per resoldre problemes o tasques, d'aplicar les destreses tant manuals com observacionals adquirides, davant de situacions clíniques presentades, sempre fent ús de la informació rebuda.

Per garantir l'aplicabilitat pràctica i clínica d'allò après, en el treball sobre un cas clínic es plantejarà una part de recerca sobre la evidència científica de l'aplicabilitat d'una de les tècniques específiques de fisioteràpia impartides durant l'assignatura en un tipus de patologia o disfunció.

Aquest cas clínic es resoldrà mitjançant aprenentatge col·laboratiu i es desenvoluparà de manera paral·lela a les classes.

La programació docent i els seus continguts poden veure's modificats en el desenvolupament del curs si el professor responsable, sota el criteri de qualitat docent i assimilació de coneixements per part dels estudiants, ho considera oportú.

Descripció	Activitat	HTP (1)	HTNP (2)
<ul style="list-style-type: none"> Presentació de l'assignatura i del professorat Presentació dels casos clínics a desenvolupar al llarg de l'assignatura Propiocepció Presentació de la tècnica : Efectes, objectius, indicacions, contraindicacions... 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	6 Hores	9 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Propiocepció Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Propiocepció Tècniques aplicades a la patologia 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Propiocepció Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Propiocepció Tècniques aplicades a la patologia 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Propiocepció Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Estiraments Presentació de la tècnica : Efectes, objectius, indicacions, contraindicacions... 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	6 Hores	9 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Estiraments Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Estiraments Tècniques aplicades a la patologia 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	6 Hores	9 Hores

MÈTODES ESPECÍFICS D'INTERVENCIÓ EN FIS... 2015-16

<ul style="list-style-type: none"> • Estiraments • Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Estiraments • Tècniques aplicades a la patologia 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	6 Hores	9 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Estiraments • Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Embenats Funcionals • Presentació de la tècnica : Efectes, objectius, indicacions, contraindicacions 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Embenats Funcionals • Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Embenats Funcionals • Tècniques aplicades a la patologia 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Embenats Funcionals • Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Embenats Funcionals • Tècniques aplicades a la patologia 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	6 Hores	9 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Embenats Funcionals • Tècniques aplicades a la patologia 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Mètode Mckenzie • Presentació de la tècnica (Definició, classificació, Indicacions, contraindicacions...). • Avaluació 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Mètode Mckenzie • Procediments terapèutics 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	6 Hores	9 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Integració Clínica • Desenvolupament de casos clínics (12 grups) 	Lliçó magistral i classes participatives Aprentatge basat en problemes	5 Hores	7,5 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Integració Clínica • Presentació de casos clínics 	Seminari i debats Aprentatge basat en problemes	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Integració Clínica • Presentació de casos clínics 	Lliçó magistral i classes participatives Aprentatge basat en problemes	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> • Tècniques de relaxació • Presentació de les tècniques: Efectes, objectius, indicacions, contraindicacions... 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores

<ul style="list-style-type: none"> Tècniques de relaxació Tècniques aplicades a la patologia 	Lliçó magistral i classes participatives Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores
<ul style="list-style-type: none"> Tècniques de relaxació Estudi dels diferents sistemes d'avaluació: qüestionaris de benestar, qualitat de vida i altres 	Seminari i debats Pràctiques d'aula	4 Hores	6 Hores

(1)HTP = Hores de Treball Presencial

(2)HTNP = Hores de Treball No Presencial

Pla de desenvolupament de l'assignatura

L'assignatura es desenvoluparà principalment amb classes presencials teòrico-pràctiques per tal de treballar continguts i habilitats referents a aquestes àrees tècniques pròpies de la fisioteràpia. A més, a l'últim bloc es treballarà mitjançant casos clínics. L'objectiu és desenvolupar la capacitat d'aplicar allò après per a poder resoldre un problema a partir de definir els objectius terapèutics de cada cas, tenint com a punt d'inici el raonament clínic, les demostracions del professor i la pròpia pràctica entre els alumnes. És així com es comprovarà la capacitat de seleccionar, transferir i usar dades i lleis per resoldre problemes o tasques, d'aplicar les destreses tant manuals com observacionals adquirides, davant de situacions clíniques presentades, sempre fent ús de la informació rebuda.

Per garantir l'aplicabilitat pràctica i clínica d'allò après, en el treball sobre un cas clínic es plantejarà una part de recerca sobre la evidència científica de l'aplicabilitat de les tècniques de fisioteràpia impartides durant l'assignatura en un tipus de patologia o disfunció.

Aquest cas clínic es resoldrà mitjançant aprenentatge col·laboratiu i es desenvoluparà de manera paral·lela a les classes.

El treball col·laboratiu és una estratègia d'aprenentatge que necessita de la dedicació coordinada d'un grup d'estudiants, per poder resoldre un problema o activitat en un període de temps determinat i suficient, on els objectius del grup cal que s'articulin més enllà de la dimensió individual. Una dimensió de grup que porti a l'enteniment igualitari de la tasca per part de tots els integrants del mateix i a la responsabilitat mútua. Al final els estudiants han de generar un resultat de tasca, producte de la participació de tots els membres i on cada membre ha de millorar l'aprenentatge propi i el de la resta dels components.

Sistema d'avaluació

Objectius	Activitats d'Avaluació	Criteris	%	O/V (1)	I/G (2)	Observacions
Blocs 1-5	Examen Teòric	40 preguntes test + 4 preguntes curtes	35	O	I	
Blocs 1-6	Examen pràctic per parelles	Resolució pràctica d'un cas clínic	35	O	I	
Blocs 1-4	Avaluació Continua	Registre anecdòtic	10	O	I	
Blocs 1-4	Treball grupal	Resolució d'un cas clínic	10	O	G	
Blocs 1-5	Treball grupal	Revisió bibliogràfica sobre l'evidència d'una de les tècniques	10	O	G	
Objectius	Activitats d'Avaluació Recuperació	Criteris	%	O/V (1)	I/G (2)	Observacions
Blocs 1-5	Examen Teòric de recuperació	40 preguntes test + 4 preguntes curtes	50	O	I	

Objectius	Activitats d'Avaluació	Criteris	%	O/V (1)	I/G (2)	Observacions
Blocs 1-6	Examen pràctic per parelles	Resolució pràctica d'un cas clínic	50	O	I	

(1)Obligatòria / Voluntària

(2)Individual / Grupal

Per aprovar aquesta assignatura s'ha d'obtenir un 5 de nota global. Per poder fer la mitja ponderada de les notes obtingudes en els diferents blocs avaluatius és imprescindible que totes elles estiguin aprovades.

Per aquells alumnes que no superin l'assignatura segons els criteris establerts s'haurà de realitzar un examen final de tots els blocs. En aquest cas la nota final sortirà de fer la mitja ponderada al 50% entre la nota de l'examen pràctic i del teòric.

Tant l'examen teòric que es realitzarà al final de l'assignatura com l'examen de recuperació constaran de 40 preguntes tipus test (de 4 possibles respostes, de les quals només hi haurà una verdadera, amb un descompte de 0,25 per error) i quatre preguntes curtes. La nota final resultarà de la ponderació de la part test i de la part de preguntes curtes al 50%.

Donat que aquesta és una assignatura que combina contínuament la teoria amb la pràctica l'assistència és obligatòria en un 80% per poder aprovar l'assignatura mitjançant l'avaluació continuada.

És obligatori acudir a les classes pràctiques amb el pijama i el llençol de clínica reglamentari de la UdL, cabell recollit, ungles tallades... Recordeu que en aquesta assignatura és necessari despullar-se, cal doncs que vingueu preparats.

Bibliografia i recursos d'informació

EMBENATS FUNCIONALS

- Bové T, "El vendaje funcional" 5 edició. Harcourt. Barcelona 2012
- Bové T. El vendaje funcional. 3ª ed. Harcourt, Madrid, 2000.
- Kazemi A Modificación de la biomecànica a través de los vendajes funcionales. Alireza Kazemi, Guadalajara, 1997.
- MacDonald R. Taping techniques. Butterworth-Heinemann, Oxford, 1993.
- Neiger H. Los vendajesfuncionales. Aplicaciones en traumatología del deporte y en reeducación. Masson, Barcelona, 1990.

ESTIRAMENTS

- Anderson ,B. Le stretching: grâce à la technique américaine de l'etirement, gardez la forme et pratiquez sans risque vos sports favoris. Solar Paris. 1983.
- Esnault M;, Viel E. "Stretching (Estiramientos de las cadenas musculares)" 2ª edició. Masson. 2003
- Esnault M. Estiramientos analíticos en fisioterapia activa. Masson, Barcelona, 1994.
- Esnault M, Viel E. Stretching (estiramientos miotendinosos). Automantenimiento muscular y articular. Masson, Barcelona, 2001.
- Genot- Neiger-Leroy- Pierron- Dufour- Peninou. Kinesioterapia, Tomo I. Principios. Ed. MédicaPanamericana, Madrid, 1998.
- Ledoupe A, Dedee M. Manual práctico de de estiramientos musculares post-isométricos. Masson, Barcelona, 1996.
- Moreau, JP. Le stretching postural. Editions Sand, Paris 1985.
- Moreau, JP. Le stretching ou la gymnastique de l'instinct. EditionsSand, Paris 1985.
- Neiger H, Gosselin P. Estiramientos analíticos manuales. Tècnicas pasivas. Ed. Médica Panamericana, Madrid, 1998.

- Péninou G. Les Levées de tensions. Vidéo. EFOM. Paris.
- Péninou, G. Les chaînes musculaires [Recurs electrònic]. Rennes: Kinemedia, 1999-2001.
- Péninou, G. Tixa, S. Las tensiones musculares. Elsevier-Masson, 2009.
- Sölveborn S.A. Le stretching du sportif, entrainement à la mobilité musculaire. Editions Chiron, Paris, 1983.
- Viel E, Neiger H, Esnault M. Musculation et entrainement musculaire du sportif. Editions Chiron, Paris, 1985.
- Viel E, Esnault M. Lumbalgias y cervicalgias de la posición sentada. Consejos de ergonomía y ejercicios de fisioterapia. Masson, Barcelona, 2001.

PROPIOCEPCIÓ

- Häfelinger U; Schuba V. "La coordinación y el entrenamiento propioceptivo". Paidotribo. 2010.
- AsironYribarren P. J. Propriocepción: bases fisiológicas. Rehabilitación y deporte. Colección de monografías de medicina del deporte FEMEDE. 1991
- Bonnel F. Les ligaments du genou. Noeud de torsion du membre inférieur. Kinesithérapie scientifique 1991; N° 299: 49 – 54
- Bousquet G. Les laxités antérieures chroniques du genou. Résultats du traitement chirurgical. Kinesithérapie scientifique 1991; N° 300: 37 – 41
- Buss d, Min R, Skyhar M, Galiant B, Warren R, Wickiewicz T: Nonoperative treatment of acute ACL injuries in a select group of patients. Am J Sports Med. 23, 2, 160-165, 1995.
- Donatelli R. Fisioterapia del hombro. Barcelona: ed. Jims, 1989; 40 –42 i 225 – 228
- Dubos JL., Messina. Étude électromyographique du couple popliteus semimembranosus et incidences kinésithérapiques. Annales de kinésithérapie 1996; 1 (23); 12 – 19
- Fournier C. Le test des pouces postural ou signe des pouces montants. Annales de kinésithérapie. 1993; 6 (20); 315 – 317.
- Gagey P. – M. La plate-forme de rééducation posturale. Annales de kinésithérapie 1993; 6 (20);331-334
- Gratian Ch. Ballons et reeducation. En milieu de reeducation-readaptation. Kinesithérapie scientifique 1993; N° 329: 23-28 i 37- 45 Hervèu C, Mèssèan I : Technique de rééducation et d'éducation proprioceptive du genou et de la cheville "reprogrammation neuro-motice". Maloine S.A. Editeur. Paris.1981.
- Hodges PW, Richardson CA: Contraction of the abdominal muscles associated with movement of the lower limb. Physical Therapy 77:132-142,1997
- Hodges PW, Richardson CA: Feedforward contraction of transverses abdominis is not influenced by the direction of arm movement. Exp Brain Res 124:362-370,1997
- Hodges PW, Richardson CA: Inefficient muscular stabilization of the lumbar spine associated with low back pain. A motor control evaluation of transverses abdominis. Spine 21:2640-2650,1996
- Izard J.-P. Rééducation précoce après ligamento-plastie prothétique. Kinesithérapie scientifique1991; N° 304: 27 – 29
- Jaeger J. H., Meyer-Fleck D. Protocoles de rééducation des entorses graves du genou opérées. Kinesithérapie scientifique 1991; N° 302: 53 – 55
- Jull GA, Ricahardson CA: Rehabilitation of active stabilisation of the lumbar spine. In: Twomey
- LT, Taylor JR (eds) Physical Therapy of the Lumbar Spine 2nd de. Churchill Livingstone ch 9p251-283,1994
- Laval I, Simon Ch, Ceyrac R. Ballon de rééducation et kinésithérapie du rachis. Kinesithérapiescientifique 1993; N° 324: 5 – 12
- Lephart S, Kocher M, Fu F: Proprioception following anterior cruciate ligament reconstruction. Journal of Sports Rehabilitation 1: 188-196, 1992
- Lorza G: La reeducació propioceptiva en la prevenció y tratamiento de las lesiones en el baloncesto. Archivos de Medicina del Deporte, vol. XV, 68,1998, 517-521.
- Lorza G: Propriocepción. Técnica. Colección de monografías de medicina del deporte FEMEDE. Rehabilitación y deporte. 1991. 57-67.
- Marucchi C. Zamfirescu F. Weber B. L'ophtalmologiste et la posture. Annales de Kinésithérapie1993; 6 (20); 319 – 324
- Mesure S. Organisation des stratégies sensori-motrices, ontogenèse et apprentissage. Annales de kinésithérapie 1996; 1 (23); 28 – 37
- Panjabi M 1992. The stabilizing system of the spine. Part I: Function, dysfunction adaptation and enhancement. Journal of Spinal Disorders 5:383-389,1992
- PellissierJ.,Brun V., Simon L.- La rééducation proprioceptive. Masson, Paris, 1986.
- Philip J. Cognition et rééducation: d'une conception cybernéticienne du mouvement vers une conception cognitiviste. Annales de kinésithérapie 1998; 4 (25); 161 – 168

- Pochole M, Codine PH, Founau H. Reeducation des inestabilites des epaules operees et non operees. Annales de kinesitherapie 1991; 3 (18): 125 – 135
- Pool-Goudzwaard AL, Vleeming A, Stoeckart R, Snijders CJ, Mens JMA: Insufficient Lumbopelvic Stability: a clinical, anatomical and biomechanical approach to “a-specific” low back pain. ManualTherapy 3(1), 12-120,1998
- Richardson C, Toppenberg R, Jull G: An initial evaluation of eight abdominal exercises for their ability to provide stabilisation for the lumbar spine. Australian Journal of Physiotherapy 36(1):6-12,1990. R
- Richardson Ca, Jull GA, Toppenberg R, Comerford M: Techniques for active lumbar stabilisation for spinal protection: a pilot study. Australian Journal of Physiotherapy 38(2):105-122,1992
- Richardson Ca, Jull GA: Muscle control. What exercises would you prescribe? Manual Teraphy 1:2-10,1995
- Scott M. Lephart, Freddie H. Fu. Proprioception and Neuromuscular Control in Joiny Stability. Human Kinetics, 2000
- Solomonow M, Baratta R, D'Ambrosia R : The role of the hamstrings in the rehabilitation of the anterior cruciate ligament deficient knee in athletes. Sports Med. 7: 42-48, 1989.
- Solomonow M, Baratta R, Zhou B : The synergistic action of the ACL and thigh muscles in maintaining joint stability. Sports Med. 15: 207-213, 1987.
- Van Meerwijk G. Curso de postgraduados de fisioterapia. El cinturón escapular. Barcelona, maig1991
- Viel E. Garros J. –C. Rééducation du genou du sportif. Annales de Kinésithérapie 1991; 10 (18);509 – 512
- Viel E. Garros J.-C. Reprogrammation neuromotrice après lésion des ligaments croisés du genou. Annales de Kinésithérapie 1991; 10 (18); 513 – 515

MÈTODE MCKENZIE

- McKenzie R. The Lumbar Spine- Mechanical & Diagnosis Therapy. Vol I & II Ed. Spinal Publications New Zealand LTD. 2003
- McKenzie, R . Trate usted mismo su espalda. Manual para el paciente con dolor de espalda. Ed. Spinal Publications New Zealand LTD. 2008

TÈCNIQUES DE RELAXACIÓ

- Alexander, G. (1983). La eutonía. Un camino hacia la experiencia total del cuerpo.Barcelona: Paidós.
- Bertherat, T. (1998). La guarida del tigre. Antigimnasia para el dolor de espalda y las contracciones musculares. Barcelona: Paidós.
- Brennan, R. (2001). El manual de la técnica Alexander. Barcelona: Paidotribo.
- Busquet, L. (1994). Las cadenas musculares. Tomo I: El tronco y columna. Barcelona:Paidotribo.
- Chiesa, A., Serreti A. (2009). Mindfulness-based stress reduction for stress Management in healthy people: a review and meta-analysis. The journal of alternative and complementary medicine 15(5), 593-600
- Csikszentmihalyi, M. (1997). Fluir. Una psicología de la felicidad. Barcelona: Kairós.
- Dong, L. (2000). Qi Gong. La vía del sosiego. Barcelona: Kairós.
- Kabat-Zinn, J. (2004), Vivir con plenitud las crisis. Como utilizar la sabiduría del cuerpo y de la mente para afrontar el estrés, el dolor y la enfermedad. Barcelona: Kairós
- Kabat-Zinn, J. (2007). La práctica de la atención plena. Barcelona: Kairós
- Lagardera, F. (2007). Ejercicio físico y bienestar. Lleida: Universitat de Lleida.
- Lagardera, F. (2009). Ejercicio físico sostenible: una vía de conocimiento práctico hacia el bienestar y la felicidad. Citius, altius, Fortius, 2(2), 71-100.
- Martín, A. (2008). Con rumbo propio. Responder a situaciones de crisis. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Morone, N., Lynch, Ch., Greco, C., Tindle, H., Weiner, D. (2008). “I felt like a new person” The effects of mindfulness meditation on older adults with chronic pain: qualitative narrative analysis of diary entries. The Journal of Pain, 9, 841-849.
- Morone, N., Lynch, Ch., Greco, C., Tindle, H., Weiner, D. (2009). A mind-body program for older adults with chronic low back pain: results of a pilot study. Pain Medicine, 10(8), 1395-1407.
- Munné, A. (1997). El amanecer del cuerpo. Barcelona: Paidós.
- Munné, A. (1999). La evidencia del cuerpo (2ª edición ed.). Barcelona: Paidós.
- Munné, A. (2002). La microgimnasia. Amar el cuerpo. Barcelona: Paidotribo.
- Plews-ogan, M., Owens, J., Goodman, M., Wolfe, P., Schorling, J. (2005). A pilot study evaluating mindfulness-based stress reduction and massage for the management of chronic pain. Gen Intern Med, 20, 1136-1138.
- Pradhan, E., Baumgarten, M., Langeberg, P., Handwerger, B., Kaplan, A., Magyari, T.,Hochberg, M.,

Berman, B. (2007). Effect of mindfulness-based stress reduction in rheumatoid arthritis patients. *Arthritis Care and Research*, 57(7), 1134-1142.

- Simón, V. (2007), Mindfulness y neurobiología. *Revista de Psicoterapia*, 66/67, 5-30.
- Vishnivetz, B. (1994). *Eutonía. Educación del cuerpo hacia el ser*: Paidós.