



Universitat de Lleida

GUIA DOCENT
**PATOLOGIES CRÒNIQUES I
EXERCICI FÍSIC**

Coordinació: MAS ALOS, SEBASTIA

Any acadèmic 2016-17

Informació general de l'assignatura

Denominació	PATOLOGIES CRÒNIQUES I EXERCICI FÍSIC			
Codi	102734			
Semestre d'impartició	1R Q(SEMESTRE) AVALUACIÓ CONTINUADA			
Caràcter	Grau/Màster	Curs	Caràcter	Modalitat
	Grau en Fisioteràpia	4	OPTATIVA	Presencial
Nombre de crèdits ECTS	6			
Grups	1GG			
Crèdits teòrics	5			
Crèdits pràctics	1			
Coordinació	MAS ALOS, SEBASTIA			
Departament/s	INFERMERIA I FISIOTERÀPIA			
Distribució càrrega docent entre la classe presencial i el treball autònom de l'estudiant	60% Classe presencial 40% Treball autònom de l'estudiant			
Informació important sobre tractament de dades	Consulteu aquest enllaç per a més informació.			
Idioma/es d'impartició	Català i anglès.			
Horari de tutoria/lloc	Despatx 1.11. Horari a convenir.			

Professor/a (s/es)	Adreça electrònica professor/a (s/es)	Crèdits	Horari de tutoria/lloc
FARRENY JUSTRIBÓ, DIVINA	divina.farreny@infermeria.udl.cat	3	A concretar amb la professora.
MAS ALOS, SEBASTIA	smas@infermeria.udl.cat	3	A concretar amb el professor.

Informació complementària de l'assignatura

Aquesta assignatura s'enllaça amb d'altres que treballen competències transversals que poden incloure activitat física, com poden ser: Fonaments en Fisioteràpia Esportiva; Legislació, Salut Pública i Administració Sanitària; o Cinesiteràpia.

L'objectiu general d'aquesta assignatura de 6 ECTS és conèixer i aprendre a utilitzar l'activitat física com a eina terapèutica i com un recurs més per algunes patologies cròniques.

A destacar:

És necessari portar ordinador o similar que permeti treballar documents electrònics a l'aula.

La docència s'impartirà a les instal·lacions del Campus de Ciències de la Salut. Tot i així hi haurà activitats complementàries a dur a terme fora dels espais de la Facultat (com pugui ser al INEFC-Lleida), algunes d'elles seran eminentment pràctiques amb la qual cosa caldrà portar roba i calçat adequats. S'avisarà a l'alumnat amb temps suficient per a poder organitzar-se.

Objectius acadèmics de l'assignatura

- O1. Interpretar els elements, efectes i riscos que condicionen la pràctica de l'activitat física en diferents àmbits professionals.
- O2. Comprendre i avaluar els processos i programes d'activitat física en la millora de patologies cròniques.
- O3. Desenvolupar habilitats d'adaptació a les noves situacions, resolució de problemes i treball autònom.
- O4. Establir una comunicació eficaç amb pacients, família, grups socials i companys i fomentar l'educació per a la salut.
- O5. Conèixer la funció del fisioterapeuta i d'altres professionals que treballen en la prescripció de l'exercici físic.
- O6. Saber utilitzar les noves tecnologies de la informació i la comunicació.
- O7. Desenvolupar habilitats de relació interpersonal i de comunicació.

Competències

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.

1.4 Identificar i descriure la fisiologia general dels elements que constitueixen l'ésser humà.

1.7 Comprendre les funcions psíquiques, les seves alteracions i la seva evolució al llarg del cicle vital.

1.8 Identificar els factors psicosocials i mediambientals que influeixen en el procés de recuperació de les persones

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.

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

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.

3.4 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, en 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.

4.3 Demostrar, a través de l'experiència clínica, els valors ètics i professionals així com els coneixements i habilitats característiques de la fisioteràpia en un àmbit hospitalari i extrahospitalari i en atenció primària i comunitària.

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:

5.1 Aplicar els procediments de valoració i recollida sistemàtica de la informació rellevant relacionada amb les necessitats dels pacients, considerant des d'una visió global i objectiva, els aspectes físics, psicològics i socials.

5.2 Tractar i rebre al pacient, recollint i valorant les dades subjectives manifestades pel mateix i/o persones significatives del seu entorn.

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 encontrades.

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

5.5 Realitzar una valoració de l'estat funcional del pacient des del punt de vista de la neurologia, uroginecologia, cardiologia o fisioteràpia respiratòria.

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.

7.7 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.

8.2 Saber aplicar altres teràpies manuals específiques, alternatives o complementàries afins al camp de competència de la fisioteràpia.

CE9 Avaluat 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.

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 fisioterapèutic.

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:

14.2 Integrar-se i col·laborar amb els diferents equips professionals interdisciplinaris.

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

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 i altre personal de les organitzacions assistencials professionals com unitat bàsica en què s'estructuren de forma uni o multidisciplinària i interdisciplinària.

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.

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 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:

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

Unitat de programació 1. La condició física

1. Conceptes
2. Les capacitats físiques
3. Conceptes bàsics de l'entrenament
4. Mètodes per a mesurar l'activitat física i la condició física

Unitat de programació 2. Activitat física saludable

5. Beneficis de l'activitat física i exercici físic
6. Consells generals per a la pràctica saludable d'exercici físic
7. Recursos existents en activitat física saludable

Unitat de programació 3. Condicionants per a la pràctica d'exercici físic i/o esport

8. Precaucions a tenir en compte en la pràctica d'exercici físic i/o esport
9. Valoracions funcionals medicoesportives (VFME)

Unitat de programació 4. Programa d'exercici físic

10. Disseny del programa d'exercici físic
11. Programes d'exercici físic per la salut
12. Programa de exercici físic individualitzat (PEFI)

Unitat de programació 5. Equip multidisciplinari

13. Professionals de la prescripció de l'exercici físic.

Unitat de programació 6. Prescripció d'exercici físic en funció de diferents condicionants

14. Patologies cròniques
15. Grups amb necessitats especials

Eixos metodològics de l'assignatura

Classes magistrals, classes participatives, debats i fòrums virtuals, treballs, lectures, sessions pràctiques, participació a jornades científiques.

Descripció:	Activitat	Hores de treball presencial	Hores de treball no presencial
Presentació de la assignatura. UdP1	Classes magistrals, classes participatives, debats i fòrums virtuals, treballs, lectures.	6 hores	4 hores
UdP2	Classes magistrals, classes participatives, debats i fòrums virtuals, treballs, lectures.	6 hores	4 hores
UdP3	Classes magistrals, classes participatives, debats i fòrums virtuals, treballs, lectures.	6 hores	4 hores

UdP4	Classes magistrals, classes participatives, debats i fòrums virtuals, treballs, lectures.	6 hores	4 hores
UdP5	Classes magistrals, classes participatives, debats i fòrums virtuals, treballs, lectures.	6 hores	4 hores
UdP6	Classes magistrals, classes participatives, debats i fòrums virtuals, treballs, lectures.	30 hores	20 hores
Continguts transversals a totes les UdP	Sessions pràctiques, participació a jornades científiques.		

Pla de desenvolupament de l'assignatura

Com a norma general, les 6h de docència a la sessió presencial s'estructuraran amb una part de classe magistral o de classe més participativa, a continuació es desenvoluparan diferents dinàmiques: debats, treballs a fer a classe, lectures de documents científics, pràctica d'activitat física o d'altres. Per a les sessions que calgui portar roba i calçat adient per a la pràctica d'activitat física moderada s'avisarà amb la suficient antelació.

Sistema d'avaluació

Objectius	Activitats d'Avaluació	Criteris	%	O/V ¹	I/G ²	Observacions
O1 a O5	Bloc teòric	Prova escrita de preguntes tipus test i/o de resposta curta.	50	O	I	La convocatòria es publicarà al campus virtual
O1 a O7	Bloc de treballs	A lliurar dins del termini establert.	25	O	I / G	Les bases es trobaran al campus virtual
O1 a O7	Bloc de participació	Intervencions que incloguin aportacions rellevants, fonamentades i originals als continguts que s'estiguin treballant.	25	O	I	Les bases es trobaran al campus virtual

¹ Obligatòria / Voluntària

² Individual / Grupal

Aquesta assignatura segueix la [normativa d'avaluació de la UdL](#).

AVALUACIÓ CONTINUADA

La informació fins aquí exposada fa referència a l'avaluació continuada.

El bloc teòric s'avaluarà en acabar el quadrimestre amb un examen de tipus test i/o de pregunta curta per comprovar l'assoliment del contingut treballat durant el curs. Les característiques de la prova es descriuran prèviament en la convocatòria. Per aprovar aquest bloc caldrà tenir una puntuació de 5.

El bloc de treballs inclourà tasques encomanades a classe i publicades al campus virtual, com l'anàlisi d'articles científics. Per aprovar aquest bloc caldrà tenir una mitjana de 5 de totes les tasques.

El bloc de participació inclou intervencions durant les sessions presencials i a fòrums del campus virtual. Per aprovar aquest bloc caldrà obtenir un mínim de 5 punts (sobre 10) al llarg del curs.

AVALUACIÓ ALTERNATIVA

L'avaluació alternativa consisteix en la realització d'una prova escrita de tot el contingut de l'assignatura mostrat en aquesta Guia Docent (85%) i l'assistència a dos esdeveniments de formació continuada prèviament acceptats pel coordinador de l'assignatura amb la corresponent justificació (15%). La convocatòria es publicarà amb suficient antelació al campus virtual.

AVALUACIÓ EXTRAORDINÀRIA

L'avaluació extraordinària consisteix en la realització d'una prova escrita de tot el contingut de l'assignatura mostrat en aquesta Guia Docent (85%) i l'anàlisi de dos documents d'especial rellevància científica (15%). La convocatòria es publicarà amb suficient antelació al campus virtual.

Bibliografia i recursos d'informació

1. American College of Sports Medicine. ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 9th ed. Thompson WR, Gordon NF, Pescatello LS, editors. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2014.
2. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya. Guia de prescripció de l'exercici físic per a la salut (PEFS). Barcelona: Direcció General de Salut Pública, Secretaria General de l'Esport; 2007.
3. Ministerio de Educación Cultura y Deporte, Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte. Actividad física y prevalencia de patologías en la población española. Madrid: Subdirección General de Documentación y Publicaciones; 2016. 29 p.
4. Ministerio de Sanidad Servicios Sociales e Igualdad. Actividad Física para la Salud y Reducción del Sedentarismo. Recomendaciones para la población. Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS. Madrid: 2015.
5. World Health Organization. Global Recommendations on Physical Activity for Health. Geneva: WHO; 2010.
6. Physical Activity Readiness Questionnaire <http://eparmedx.com/>
7. Pla d'activitat física, esport i salut <http://www.pafes.cat/>