



Universitat de Lleida

# GUÍA DOCENTE **CINESITERAPIA**

Coordinación: VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO  
JOSÉ

Año académico 2021-22

## Información general de la asignatura

<b>Denominación</b>	CINESITERAPIA			
<b>Código</b>	102717			
<b>Semestre de impartición</b>	1R Q(SEMESTRE) EVALUACIÓN CONTINUADA			
<b>Carácter</b>	<b>Grado/Máster</b>	<b>Curso</b>	<b>Carácter</b>	<b>Modalidad</b>
	Doble titulación: Grado en Enfermería y Grado en Fisioterapia	3	OBLIGATORIA	Presencial
	Doble titulación: Grado en Fisioterapia y Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	4	OBLIGATORIA	Presencial
	Doble titulación: Grado en Nutrición Humana y Dietética y Grado en Fisioterapia	3	OBLIGATORIA	Presencial
	Grado en Fisioterapia	3	OBLIGATORIA	Presencial
<b>Número de créditos de la asignatura (ECTS)</b>	6			
<b>Tipo de actividad, créditos y grupos</b>	<b>Tipo de actividad</b>	PRAULA		
	<b>Número de créditos</b>	6		
	<b>Número de grupos</b>	4		
<b>Coordinación</b>	VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO JOSÉ			
<b>Departamento/s</b>	ENFERMERIA			
<b>Información importante sobre tratamiento de datos</b>	Consulte <a href="#">este enlace</a> para obtener más información.			
<b>Idioma/es de impartición</b>	Catalán - Castellano			

Profesor/a (es/as)	Dirección electrónica\profesor/a (es/as)	Créditos impartidos por el profesorado	Horario de tutoría/lugar
MASBERNAT ALMENARA, MARIA	maria.masbernat@udl.cat	6,8	
MOURE ROMERO, LOURDES	lurdes.moure@udl.cat	6	
ROPERO TENA, ERIC	eric.ropero@udl.cat	2,5	
TICO CAMI, JORDI	jtico@inefc.udl.cat	3	
VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO JOSÉ	franciscojose.verdejo@udl.cat	5,7	

## Información complementaria de la asignatura

### Recomendaciones del profesorado:

Se recomiendan conocimientos de inglés.

Se recomienda llevar la materia al día con el fin de aprovecharla al máximo.

## Objetivos académicos de la asignatura

- Establecer las bases teóricas para la comprensión del ejercicio terapéutico en el ámbito de la profesión del fisioterapeuta.
- Conocer las adaptaciones y respuestas fisiológicas provocadas por el ejercicio terapéutico.
- Establecer un proceso de razonamiento clínico en cinesiterapia activa.
- Determinar, a partir del razonamiento clínico, qué tipo y dosificación de ejercicio aplicar en cada etapa de la rehabilitación.
- Conocer y poder establecer relaciones entre cada una de las capacidades físicas.
- Ser capaz de llevar los conocimientos teórico al ámbito práctico.
- Promover una actitud reflexiva del alumnado en relación a la evidencia

## Competencias

- Diseñar el plan de intervención de fisioterapia atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficiencia.

### Resultados de aprendizaje:

1. Definir los objetivos generales y específicos para la aplicación del tratamiento fisioterapéutico.
2. Diseñar ejercicios terapéuticos para el tratamiento de patologías y lesiones ortopédicas, traumatológicas, reumatológicas y deportivas.
3. Elegir los procedimientos y técnicas propias de la fisioterapia que sean más adecuados según la patología presentada.
4. Analizar críticamente las situaciones clínicas para desarrollar un buen plan de intervención atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficiencia.
5. Preparar el entorno en que se llevarán a cabo las sesiones de Fisioterapia para que se adapte a las necesidades del paciente.
6. Adquirir conocimientos y habilidades para la correcta prescripción y realización del ejercicio terapéutico.

## **Competencias generales de la Titulación:**

- Comunicarse de modo efectivo y claro, tanto de forma oral como escrita, con los usuarios del sistema sanitario así como con otros profesionales.

- Saber trabajar en equipos profesionales como unidad básica en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal de las organizaciones asistenciales.

- Incorporar los principios éticos y legales de la profesión a la práctica profesional, así como integrar los aspectos sociales y comunitarios en la toma de decisiones.

## **• Competencias transversales de la Titulación:**

- Corrección en la expresión oral y escrita.
- Dominio de una lengua extranjera.
- Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica.
- Capacidad de análisis y síntesis.
- Planificación y gestión del tiempo.
- Habilidades de gestión de la información.
- Capacidad de crítica y de autocrítica.
- Capacidad para generar nuevas ideas.

## **Contenidos fundamentales de la asignatura**

### **BLOQUE 1. Conceptualización: Ejercicio terapéutico en Fisioterapia**

1. Cinesiterapia activa (cinesiterapia activa, tipo de fibras y músculos, competencias como Fisioterapeuta).
2. Actividad física y ejercicio terapéutico relacionada con la Salud.
3. Introducción al ejercicio terapéutico en Fisioterapia. (Beneficios, efectos ...)
4. Concepto de carga y sus componentes
5. Adaptación y tipo de adaptación
6. Principios generales del entrenamiento y la aplicación en el ámbito terapéutico

### **BLOQUE 2. Respuestas y adaptaciones de los sistemas y tejidos al ejercicio terapéutico**

1. Adaptaciones del aparato locomotor al ejercicio terapéutico
2. Adaptaciones cardiovascular al ejercicio terapéutico
3. Adaptaciones respiratorias al ejercicio terapéutico
4. Otras adaptaciones
5. Marcha

## **BLOQUE 3. Capacidades físicas**

1. La fuerza
2. La resistencia
3. La flexibilidad y movilidad
4. La velocidad
5. Capacidades coordinativas

## **BLOQUE 4. Aplicación y valoración del ejercicio terapéutico**

1. Diseño de un programa (Estructura de una sesión, establecimiento de objetivos, consideraciones, principios de tratamiento, señales de alarma y enseñanza de los contenidos...)
2. Métodos de intervención del ejercicio terapéutico en fisioterapia (tipo de intervención, medios, métodos ...)
3. Sistemas de valoración y registro del seguimiento (pruebas antropométricas, cardiorrespiratorias, neuromusculares, biomecánicas, nuevas tecnologías ...)

## **Bloque 5. Práctica en instalaciones deportivas**

1. El ejercicio activo
  - a. Denominación
  - b. Propiedades. Variaciones.
  - c. Tipo de Resistencia y uso del material
  - d. Pautas en la ejecución del ejercicio activo
2. Aplicaciones del ejercicio activo
  - Tronco: Zona cervical y cintura abdominal
  - Extremidades superiores
  - Extremidades inferiores

## **Ejes metodológicos de la asignatura**

<b>Descripción:</b>	<b>Actividad (1)</b>	<b>HTP (2) (Horas Minutos)</b>	<b>HTNP (3) (Horas Minutos)</b>

<b>BLOQUE 1. Conceptualización: Ejercicio terapéutico en Fisioterapia</b>	Clases magistral y participativas Prácticas en el aula	28 Horas	40 Horas
<b>BLOQUE 2. Respuestas y adaptaciones de los sistemas y tejidos al ejercicio terapéutico</b>	Clases magistral y participativas Prácticas en el aula	40 Horas	53 Horas
<b>BLOQUE 3. Capacidades físicas</b>	Clases magistral y participativas Prácticas en el aula	25 Horas	35 Horas
<b>BLOQUE 4. Aplicación y valoración del ejercicio terapéutico</b>	Clases magistral y participativas Prácticas en el aula i en el exterior	57 Horas	77 Horas
<b>Bloque 5. Práctica en instalaciones deportivas</b>	Prácticas instalaciones deportivas	30 Horas	40 Horas

## 1. Metodologías docentes

- Lección magistral
- Aprendizaje basado en problemas
- Evaluación
- Debates
- Estudio
- Estudio de caso
- Exposición de eventos
- Lecturas
- Prácticas de aula
- Seminario
- Trabajos
- Tutoría
- Otros

(2) HTP = Horas de Trabajo Presencial

(3) HTNP = Horas de Trabajo No Presencial

## Plan de desarrollo de la asignatura

### Actividades formativas

- Clase magistral (50%)
- Prácticas de aula (25%)
- Seminarios (25%)

## Sistema de evaluación

Objetivos	Actividades de Evaluación	Criterios	%	O/V (1)	I/G (2)	Observaciones
MÓDULOS 1-5	Examen Teórico	Test 50 preguntas test + 4 preguntas curtes	50	O/V	I	
MÓDULOS 1-5	Valoración en el aula a través de cuestionarios y prácticas	Resolución práctica de casos clínicos, cuestionarios, etc..	25	O/V	I/G	
MÓDULOS 1-5	Trabajo en grupo	Resolución de un caso clínico y aplicación del ejercicio terapéutico correspondiente	25	O/V	G	
Objetivos	Actividades de Evaluación	Criterios	%	O/V (1)	I/G (2)	Observaciones
Temas	Examen Teórico de recuperación	Test 50 + 4 preguntas cortas	100	O	I	

La evaluación de esta asignatura será continuada y por lo tanto si la media ponderada de todas las notas queda aprobada (5), entonces la asignatura se habrá superado. El cálculo de esta media sólo se hará en caso de que se llegue al 5 en cada una de las diferentes evaluaciones que se hagan. En el caso de que la media quede suspendida, sólo se deberá recuperar la actividad de evaluación suspendida.

En el caso de que alguien no opte por la evaluación continuada y para aquellos alumnos que no superen la asignatura según los criterios establecidos se deberá realizar un examen final todos los bloques.

Tanto el examen teórico que se realizará al final de la asignatura como el examen de recuperación constarán de 50 preguntas tipo test (de 4 posibles respuestas, de las que sólo habrá una verdadera, con un descuento de 0,25 por error) y cuatro preguntas cortas. Las 50 preguntas tipo test equivaldrán al 60% de la nota del examen; las 4 preguntas cortas equivaldrán al otro 40%.

En cuando a la evaluación en el aula, hará referencia a los conocimientos tanto teóricos como prácticos del alumnado en los seminarios o clases prácticas y la calificación de los trabajos y pruebas realizados durante los seminarios.

En cuanto al trabajo grupal, cada grupo realizará un trabajo que deberá entregar como fecha límite el 4 de diciembre de 2020. El trabajo será la resolución de un caso clínico. Lo importante será establecer un buen razonamiento clínico donde se integre el concepto ejercicio terapéutico.

Dado que esta es una asignatura que combina continuamente la teoría con la práctica la asistencia es obligatoria en un 80% para poder aprobar la asignatura.

(1) Obligatoria / Voluntaria

(2) Individual / Grupal

Sistemas de evaluación

1. Examen teórico (50%) - 11 de enero 2021
2. Trabajo en grupo (25%) - 4 de diciembre 2020
3. Valoración de las prácticas de aula (25%)

## Bibliografía y recursos de información

### 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.**