Universitat de Lleida

GUÍA DOCENTE

CINESITERAPIA

Coordinación: VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO JOSÉ

Año académico 2023-24

CINESITERAPIA 2023-24

Información general de la asignatura

Denominación	CINESITERAPIA
Código	102717
Semestre de impartición	1R Q(SEMESTRE) EVALUACIÓN CONTINUADA
Carácter	

Grado/Máster	Curso	Carácter	Modalidad
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

Número de créditos de la asignatura (ECTS)	6
Tipo de actividad, créditos y grupos	

Tipo de actividad	PRAULA
Número de créditos	6
Número de grupos	3

Coordinación	VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO JOSÉ
Departamento/s	ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA
Información importante sobre tratamiento de datos	Consulte este enlace para obtener más información.
Idioma/es de impartición	Catalán - Castellano

Profesor/a (es/as)	Dirección electrónica\nprofesor/a (es/as)	Créditos impartidos por el profesorado	Horario de tutoría/lugar
MASBERNAT ALMENARA, MARIA	maria.masbernat@udl.cat	6,8	A concretar con la profesora
TICÓ CAMÍ, JORDI	jtico@inefc.udl.cat	3	A concretar con el profesor
VERDEJO AMENGUAL, FRANCISCO JOSÉ	xisco.verdejo@udl.cat	8,2	A concretar con el profesor

Información complementaria de la asignatura

Recomendaciones del profesorado:

Se recomiendan conocimientos de inglés para poder desarrollar las actividades de lectura crítica de los artículos científicos y/o software específico

Es recomienda seguir las indicaciones del profesorado hacia el aula invertida con el fin de llevar la materia en el día, aprovecharla al máximo y poder desarrollar las sesiones presenciales de forma autónoma y enriquecedora

Se recomiendan conocimientos de inglés para poder desarrollar las actividades de lectura crítica de los artículos científicos y/o software específico

Es recomienda seguir las indicaciones del profesorado hacia el aula invertida con el fin de llevar la materia en el día, aprovecharla al máximo y poder desarrollar las sesiones presenciales de forma autónoma y enriquecedora

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 y en cada patología
- Ser capaz de llevar los conocimientos teóricos al ámbito práctico.
- Promover una actitud reflexiva del alumnado en relación a la evidencia científica actual, en el campo del ejercicio terapéutico y el impacto en este ámbito clínico.

Competencias

- Diseñar el plan de intervención de fisioterapia atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficiencia.
- Diseñar un programa de ejercicios personalizado y adecuado a cada patología y/o etapa de rehabilitación.

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.

● Diseñar el plan de intervención de fisioterapia atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficiencia.
● Diseñar un programa de ejercicios personalizado y adecuado a cada patología y/o etapa de rehabilitación.

Contenidos fundamentales de la asignatura

BLOQUE 1. Introducción: Ejercicio terapéutico en Fisioterapia

1. Conceptualización. Actividad física y ejercicio terapéutico relacionado con la salud.

2. Cinesiteràpia activa.

3. Introducción al ejercicio terapéutico en Fisioterapia.

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.

7. Las capacidades físicas

BLOQUE 2. Aplicación y valoración del ejercicio terapéutico

1. Diseño de un programa de ejercicio terapéutico y métodos de intervención

2. Sistemas de valoración y registro del seguimient

3. Análisis y aplicación de intervenciones integrativas: Patocinemática de extremidad inferior.

BLOQUE 3. Respuestas y adaptaciones de los sistemas y tejidos al ejercicio terapéutico

1. Ejercicio terapéutico en las adaptaciones del aparato locomotor y patologías músculo-esqueléticas

   1. Facilitación Neuromuscular propioceptiva Extremidad superior

   2. Facilitación Neuromuscular propioceptiva Extremidad inferior

   3. Anàlisis de la marxa

2. Ejercicio terapéutico en patología cardiovascular

3. Ejercicio terapéutico en patología metabòlica

4. Ejercicio terapéutico en patologías respiratorias y sus adaptacions

5. Ejercicio terapéutico en otros contextos

BLOQUE 4. El uso de los equipamientos de acondicionamiento físico. Práctica en la instalación deportiva

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

Descripción:	**Actividad (1)**	**HTP (2) (Horas|Minutos)**	**HTNP (3) (Horas|Minutos)**
BLOQUE 1. Introducción: Ejercicio terapéutico en Fisioterapia	Clases magistrales y participativas Prácticas en el aula	3 Horas	5 Horas

BLOQUE 2. Aplicación y valoración del ejercicio terapéutico	Clases magistrales y participativas Prácticas en el aula	27 Horas	41 Horas
BLOQUE 3. Respuestas y adaptaciones de los sistemas y tejidos al ejercicio terapéutico	Clases magistrales y participativas Prácticas en el aula	20 Horas	30 Horas
BLOQUE 4. El uso de los equipamientos de acondicionamiento físico.	Clases magistrales y participativas Prácticas en instalaciones deportivas	10 Horas	15 Horas

1. **Metodologías docentes**
    - Lección magistral
    - Aprendizaje basado en problemas
    - Aula inversa
    - Debates estudio y pensamiento crítico
    - Estudio de casos clínicos
    - Lecturas
    - Prácticas de aula y exposicioón de eventos
    - Seminario de Trabajos
    - Otros

(2) HTP = Horas de Trabajo Presencial

(3) HTNP = Horas de Trabajo No Presencial

Clases magistrales y participativas Prácticas en el aula

Plan de desarrollo de la asignatura

Actividades formativas

- Clase magistral (60 %)
- Prácticas de aula (20%)
- Seminarios (20%)

Comunicación alumnado-profesorado

El campus virtual de la asignatura es el espacio básico de comunicación entre profesorado y alumnado y hay que saber hacer buen uso. La UdL os tiene asignados un correo de alumno/a a cada uno/a de vosotros bajo el dominio udl.cat. Es el correo que se utilizará para ponerse en contacto con vosotros/as ya sea a través del campus virtual o redirigido a vuestra bandeja personal (hay que modificarlo manualmente, y os lo recomendamos), por este motivo es necesario abrirlo regularmente. Recordad que en las relaciones con la universidad y el alumnado se usará siempre el correo corporativo y **no se aceptarán los correos personales**.

Las sesiones podrían ser grabadas, por este motivo la Universitat de Lleida (UdL) informa que, con fines docentes,

grabará imágenes que identifiquen el estudiantado y otras personas que participan en las actividades académicas. El responsable del tratamiento de estas imágenes es la UdL (datos de contacto del representante: Secretaría General. Plaza de Víctor Siurana, 1, 25003 Lleida, sg@udl.cat; datos de contacto del delegado de protección de datos: dpd@udl.cat). Estas imágenes solo se utilizan para impartir docencia, evaluar los conocimientos de la asignatura y para proyectos de mejora docente. El uso de las imágenes responde a la obligación legal de la UdL de impartir y mejorar la docencia universitaria, de acuerdo con la Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de universidades. Las imágenes, una vez grabadas, se conservan como mínimo mientras no prescriban las correspondientes acciones y reclamaciones contra la evaluación aprobada por el profesorado. Se destruyen en los términos y condiciones previstas en la normativa sobre conservación y eliminación de los documentos administrativos de la UdL, y las tablas de evaluación documental aprobadas por la Generalitat de Cataluña (http://www.udl.cat/ca/serveis/arxiu/). La UdL no comunicará nunca estos datos a terceros, quitados de los casos estrictamente previstos en la Ley. Las personas interesadas pueden acceder a sus imágenes; solicitar la rectificación, supresión o portabilidad; oponerse al tratamiento y solicitar la limitación, mediante escrito enviado a la dirección dpd@udl.cat. También pueden presentar una reclamación dirigida a la Autoridad Catalana de Protección de Datos, mediante la sede electrónica de la Autoridad (https://seu.apd.cat) o por medios no electrónicos.

Sistema de evaluación

Objetivos	Actividades de Evaluación	Criterios	%	O/V (1)	I/G (2)	Observaciones
MÓDULOS 1-4	Examen Teórico	Domina los contenidos de la asignatura (Test 40 preguntas test + 4 preguntas cortas)	50	O	I	Recuperable
MÓDULOS 1-4	Trabajo en grupo	Domina y sable aplicar los contenidos	40* (25+15)	O	G/I	Recuperable máximo con un 5
MÓDULOS 1-4	Actividades de aula y participación activa	Domina y sable aplicar los contenidos	10	V	I	N
Objetivos	**Actividades de Evaluación**	**Criterios**	**%**	**O/V (1)**	**I/G (2)**	**Observaciones**
Temario	Examen Teórico de recuperación	Test 40 + 4 preguntas cortas	100	O	I	
Temario	Examen Teórico Evaluación Alternativa	Test 50 + 4 preguntas cortas	100	O	I	

40%: De los cuales un 25% corresponde al trabajo teórico y un 15% a la presentación y defensa práctica.*

La **evaluación** de esta asignatura será continuada y por tanto si la media ponderada de todas las notas da aprobado (5), entonces la asignatura se habrá superado. El cálculo de esta media solo es hará en el supuesto caso de que se llegue al valor numérico de "5.00" en la nota del **examen teórico** y en la nota final del **trabajo grupal** (media de las partes correspondientes).

En el supuesto de que alguien no opte o no pueda optar a la evaluación continuada por **motivos justificados** y, por aquellos/as alumnos/as que no superen la asignatura según los criterios establecidos se tendrá que realizar un examen final de todos los bloques. Superándose positivamente con una nota mínima de 5. Para poder optar a este tipo de evaluación, el alumno se tendrá que regir por la normativa UdL vigente sobre la **evaluación única** (Más información).

El **examen teórico** que se realizará al final de la asignatura constará de 40 preguntas tipo test (de 4 posibles

respuestas, de las cuales solo habrá una verdadera, con una penalización de 0,25 por error) y cuatro preguntas cortas de redactar. Las 40 preguntes tipo test equivaldrán al 60% de la nota de este examen; las 4 preguntas cortas equivaldrán al 40% restante. Por lo que respecta al **examen de teórico de recuperación** constará de 40 preguntas tipo test (de 4 posibles respuestas, de las cuales solo habrá una verdadera, con una penalización de 0,25 por error) y cuatro preguntas cortas de redactar. Las 5 preguntas tipo test equivaldrán al 60% de la nota de este examen; las 4 preguntas cortas equivaldrán al 40% restante. Aquellos/as alumnos que opten por la evaluación alternativa realizarán un examen de 50 preguntes tipo maceta y 4 preguntas cortas, que equivaldrán a los mismos porcentajes enmendados anteriormente.

Por lo que respecta a la **asistencia**, esta asignatura no contabilitzarà la asistencia en el aula, apostando por la autonomía e independencia del alumnado.

En cuanto al **trabajo grupal**, cada grupo realizará un trabajo que se tendrá que entregar como fecha límite el 7 de enero del 2022. La finalidad del trabajo es la de diseñar y llevar a cabo una intervención de ejercicio terapéutico en un supuesto práctico contextualizado en una patología o lesión musculoesquelética que se concretarà en clase. El trabajo consistirá en una **primera entrega escrita** donde se contextualizará por parte del alumnado la patología correspondiente mediante una de las siguientes opciones: 1, Realizar un proceso de difusión a través de nuevas tecnologías (podcasts, infografías, videos divulgativos) o, 2. Realizar un póster científico, y una planificación planificación terapéutica aplicando todos los contenidos aprendidos durante la asignatura. La **segunda parte del trabajo**, se realizará de manera **presencial, práctica y obligatoria**, donde un miembro de cada grupo del trabajo, deberá defender el caso práctico en una simulación de paciente real.

Por cualquier tipo de ausencia, en un periode evaluativo o que requiera presencialidad, tendrá que estar **correctamente justificada**. Los motivos por los cuales se considera que la falta es justificada, serán los mismos que los enunciados a la *Normativa de la Evaluación y la calificación de la docencia a los grados y másteres a la UdL* por no asistir a las pruebas de evaluación programadas a la guía docente o en la web de la titulación. En las situaciones derivadas de problemas de salud graves, personales o familiares (correctamente justificadas siguiendo la normativa), se permitirá al/la estudiante cambiar de día y recuperar la actividad o prueba evaluativa durante la semana, **siempre que sea posible**. Las solicitudes de justificación de ausencias que comporten la incomparecencia a una prueba de evaluación tendrán que ser presentadas el mismo día de la ausencia. De forma general al/la estudiante únicamente se le justificará la ausencia, pero no la carencia de cumplimiento de sus compromisos académicos.

Sistemas de evaluación

1. Examen teórico (50%)
2. Trabajo en grupo (40%)
3. Actividades de aula y participación activa (1

Bibliografía y recursos de información

General:

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

Hall MC & Brody LT. Ejercicio terapéutico: Recuperación funcional. Primera edición. Barcelona Editorial Paidotribo. 2006

Kapandji IA. Cuadernos de fisiología articular. Tomo 1. Miembro superior. Barcelona. Masson. Masson

Kapandji IA. Cuadernos de fisiología articular. Tomo 2. Miembro inferior. Barcelona. Masson. Masson

Kapandji IA. Cuadernos de fisiología articular. Tomo 3. Tronco y raquis. Barcelona. Masson. Masson

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

Editorial Paidotribo. 2005

Leal L, Martínez D, Sieso E. Fundamentos de la mecánica del ejercicio. Primera edición. Barcelona. Resistance Institute. 2012

McAtee R, Charland J. Estiramientos Facilitados. Estiramientos y fortalecimiento con facilitación neuromuscular propioceptiva. Barcelona. Editorial Paidotribo. 2000

Neumann D. Cinesiología del sistema musculoesquelético. Fundamentos para la rehabilitación. 3ª edición. Padova, Piccin. 2022

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