

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

ASIGNATURA: Readaptación al Ejercicio Físico
PLAN DE ESTUDIOS: Grado en Fisioterapia
GRUPO: 1718-T
CENTRO: Facultad de Ciencias de la Salud
CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: Optativo
ECTS: 6,0
CURSO: 3º
SEMESTRE: 2º Semestre
IDIOMA EN QUE SE IMPARTE: Castellano, excepto las asignaturas de idiomas que se impartirán en el idioma correspondiente

DATOS DEL PROFESOR

NOMBRE Y APELLIDOS: Raúl Zarzuela Martín
EMAIL: rzarzuela@uemc.es
TELÉFONO: 983 00 10 00
HORARIO DE TUTORÍAS: Jueves a las 14:00 horas
BREVE CV: <u>Dr. Raúl Zarzuela Martín</u> Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Master en prevención y Readaptación de lesiones deportivas. Readaptador Físico-Deportivo del Real Valladolid S.A.D. Experiencia en la UEMC: >10 años.

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA: El aumento que ha experimentado la práctica de las actividades físicas y deportivas en las sociedades actuales junto con los altos niveles de exigencia, han provocado un incremento de la incidencia en el número de lesiones en el aparato locomotor. El ejercicio físico se convierte en uno de los grandes aliados del fisioterapeuta para el tratamiento y recuperación de esas lesiones junto con otras técnicas más pasivas. La readaptación físico-deportiva durante la lesión, representa el modelo de acción para el restablecimiento y/o mejora de la “salud deportiva” (física, psíquica y social) y del rendimiento funcional del deportista una vez que se haya manifestado la patología. Y sin duda la fuerza se convierte durante este proceso en una de las cualidades relevantes a la hora de trabajar con el deportista lesionado. En esta asignatura, encuadrada dentro del 3º curso de grado como materia optativa, se continuará con la aportación de conocimientos iniciados en otras asignaturas del grado de fisioterapia y tratará principalmente de la aplicación de diferentes protocolos de readaptación de lesiones mediante el ejercicio físico fundamentalmente aplicables dentro del ámbito del deporte y de la actividad física. Para ello es necesario tener conocimientos previos en patología de lesiones y fisioterapia deportiva.
CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA: Tema 1.- Introducción al concepto de readaptación físico-deportiva.

Tema 2.- Consecuencias de la lesión y el desentrenamiento.

Tema 3.- Planificación del proceso de readaptación. Modelos y fases.

Tema 4.- Bases del entrenamiento de la condición física durante el proceso de lesión.

Tema 5.- Prescripción de ejercicio físicos en personas lesionadas.

Tema 6.- Readaptación en el medio acuático.

RECURSOS DE APRENDIZAJE:

Apoyo al alumno mediante material ofimático y audiovisual para el desarrollo de las clases teóricas y prácticas, además de la utilización de material de entrenamiento de la fuerza (gomas, poleas, material isoinercial, kettebell....), estabilidad central (materiales inestables) y resistencia (cinta, ergómetros, elípticas....).

COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

COMPETENCIAS BÁSICAS:

- CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio
- CB2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio
- CB3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética
- CB4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado
- CB5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

COMPETENCIAS GENERALES:

- CG03. Conocer y comprender los métodos, procedimientos y actuaciones fisioterapéuticas, encaminados tanto a la terapéutica propiamente dicha a aplicar en la clínica para la reeducación o recuperación funcional, como a la realización de actividades dirigidas a la promoción y mantenimiento de la salud.
- CG05. Valorar el estado funcional del paciente, considerando los aspectos físicos, psicológicos y sociales.
- CG07. Diseñar el plan de intervención de fisioterapia atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficiencia.
- CG08. Ejecutar, dirigir y coordinar el plan de intervención de fisioterapia, utilizando las herramientas terapéuticas propias y atendiendo a la individualidad del usuario.
- CG09. Evaluar la evolución de los resultados obtenidos con el tratamiento en relación con los objetivos marcados. Para desarrollar esta competencia de forma adecuada será necesario: Definir y establecer los criterios de resultados, realizar la valoración de la evolución del paciente/usuario, rediseñar los objetivos según la valoración, si es preciso, y adecuar el plan de intervención o tratamiento a los nuevos objetivos
- CG17. Comprender la importancia de actualizar los conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que integran las competencias profesionales del fisioterapeuta

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

- CE09. Conocer los cambios fisiológicos y estructurales que se pueden producir como consecuencia de la aplicación de la fisioterapia
- CE27. Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica, promoviendo la participación del paciente/usuario en su proceso
- CE36. Incorporar la investigación científica y la práctica basada en la evidencia como cultura profesional.

Todo ello incluye: Establecer líneas de investigación en el ámbito de las competencias de la profesión y difundirlas en el grupo de investigación, Participar en el grupo de investigación del entorno, Difundir los trabajos de investigación y sus conclusiones en la comunidad científica y profesional, Establecer protocolos asistenciales de Fisioterapia basados en la práctica por evidencia científica, Fomentar todas aquellas actividades profesionales que comporten la dinamización de la investigación en Fisioterapia

- CE50. Valorar al paciente, establecer los objetivos terapéuticos, diseñar y ejecutar el Plan de Intervención de Fisioterapia así como, evaluar los resultados, todo ello atendiendo al principio de la individualidad del usuario y utilizando las herramientas terapéuticas propias de la Fisioterapia
- CE53. Conocer y comprender los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte

COMPETENCIAS TRANSVERSALES:

- CT01. Adquirir información científica, analizarla críticamente y elaborar síntesis de su contenido
- CT03. Conocer y saber utilizar los fundamentos científicos y sociales de la investigación, de la enfermedad y de las estrategias diagnósticas y terapéuticas, y de la salud
- CT05. Manejar instrumentos informáticos y científicos
- CT07. Razonar de manera crítica y autocrítica
- CT11. Saber aplicar los conocimientos en la práctica, así como trasladar los datos experimentales a la clínica
- CT14. Capacidad de adaptarse a nuevas situaciones y ámbitos profesionales y de investigación
- CT18. Capacidad para trabajar de forma autónoma
- CT20. Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional

RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

El alumno será capaz de:

- Valorar el estado funcional del paciente, considerando los aspectos físicos, psicológicos y sociales.
- Diseñar el plan de intervención de fisioterapia en relación a la readaptación al ejercicio físico, atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficacia.
- Evaluar la evolución de los resultados obtenidos con el tratamiento pautado en relación con los objetivos marcados.
- Dirigir varias sesiones del programa de readaptación elaborado para un sujeto específico.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- American College of Sports Medicine. Manual ACSM para la valoración y la prescripción del ejercicio. Barcelona: Paidotribo; 2005.
- Ejercicio terapéutico: fundamentos y técnicas. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana; 2010.
- Entrenamiento deportivo: teoría y prácticas. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana; 2014.

WEBS DE REFERENCIA:

Web / Descripción

<http://www.nata.org/>

Asociación de athletic trainers.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>

Búsqueda de artículos científicos en el ámbito de la salud.

OTRAS FUENTES DE REFERENCIA:

Bibliotecas públicas y universitarias.

PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

METODOLOGÍAS:

MÉTODO DIDÁCTICO:

Se plantean temas relacionados con la readaptación de lesiones buscando establecer debates promoviendo el espíritu crítico de los alumnos.

MÉTODO DIALÉCTICO:

Se desarrollarán sesiones teóricas donde el profesor se encarga de transmitir información al alumno.

MÉTODO HEURÍSTICO:

El protagonista de su propia formación es el estudiante, que debe buscar, preparar y asimilar los conocimientos, buscando un rol activo en el proceso de enseñanza. Para ello se plantearán actividades en la práctica, donde el profesor tendrá un papel mas pasivo dando el rol más activo al estudiante que deberá resolver el problema.

CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:

Semanas:

1. Presentación y temas 1 y 2. Actividades formativas: clase presencial.
2. Temas 2 y 3 . Actividades formativas: clase presencial.
3. Tema 4. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo.
4. Tema 4. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo. Tutoría grupal.
5. Temas 4 Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo.
6. Temas 5. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo.
7. Temas 5. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo. Tutoría grupal.
8. Temas 5. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo.
9. Examen test
10. Temas 5. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, problem based learning.
11. Temas 5. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo. Tutoría grupal.
12. Temas 6 Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo.
13. Tema 6. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, trabajo en grupo. Tutoría grupal.
14. Tema 6. Actividades formativas: clase presencial, clase práctica, problem based learning.
15. Presentación y entrega de trabajos

Esta planificación puede verse modificada por causas ajenas a la organización académica primeramente presentada. El profesor informará convenientemente a los alumnos de las nuevas modificaciones puntuales.

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES Y EVALUACIONES:

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES:

Actividad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	¿Se evalúa?	EO	EE
Exámen Parcial									X							X	X	X
Presentación y entrega de trabajos															X	X	X	X
Tutoría grupal				X			X				X		X					

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN:

Los contenidos y competencias necesarios para superar la asignatura serán evaluados de la siguiente forma en la evaluación ordinaria y extraordinaria:

Convocatoria ordinaria

- Prueba parcial (20%). Prueba tipo test sobre los contenidos teórico-prácticos desarrollados en las clases teóricas. Se realizará la semana 9 y la nota obtenida (en caso de aprobar) se guardará tanto para la evaluación final como para la convocatoria extraordinaria de Julio.

- Prueba Final (40%). Prueba objetiva tipo test. Evaluación final de la materia que engloba contenidos teórico-prácticos de la asignatura (menos los temas que ya fueron evaluados en la semana 9 en el caso de que fueran aprobados por el alumno). Se realizará en las semanas 17 o 18 según el calendario establecido por decanato. El valor de esta prueba será del 40% para los alumnos que únicamente se examinan del segundo bloque de la materia.

Los alumnos que suspendieron el parcial, realizarán dos exámenes tipo test con un valor del 20% (contenidos del primer bloque) y del 40% (contenidos del segundo bloque).

- Trabajos y proyectos (40%). Presentación y entrega de un trabajo a propuesta del profesor cuya información se detallará en Moodle. Semana 15.

En el caso de que el alumno no se presentará a alguna de la pruebas descritas anteriormente, esta se incluirá en la siguiente convocatoria.

En todas las pruebas anteriormente descritas, será necesario obtener un 5 sobre 10 para superar la asignatura. Podría darse el caso de que un alumno obtuviese una nota media, ponderada entre todas las pruebas de evaluación, superior a los 5 puntos sobre 10, pero con una de las pruebas de evaluación suspensas. Dado caso, la calificación que figurará en el expediente de evaluación será la de la prueba suspensa.

Convocatoria Extraordinaria

En la convocatoria extraordinaria se evaluará solamente la parte suspensa de la convocatoria ordinaria y con los mismos porcentajes de valoración para la nota final.

La realización fraudulenta de cualquiera de las pruebas de evaluación, así como la extracción de información de las pruebas de evaluación, será sancionada según lo descrito en el Reglamento 7/2015, de 20 de noviembre, de Régimen Disciplinario de los estudiantes, Arts. 4, 5 y 7 y derivarán en la pérdida de la convocatoria correspondiente, así como en el reflejo de la falta y de su motivo en el expediente académico del alumno.

Los sistemas de evaluación descritos en esta guía docente son sensibles tanto a la evaluación de las competencias como de los contenidos de la asignatura.

SISTEMAS DE EVALUACIÓN:

SISTEMA DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE (%)
Pruebas escritas	60%
Pruebas orales	40%

EVALUACIÓN EXCEPCIONAL:

Los estudiantes que por razones excepcionales no puedan seguir los procedimientos habituales de evaluación continua exigidos por el profesor podrán solicitar no ser incluidos en la misma y optar por una «evaluación excepcional». El estudiante podrá justificar la existencia de estas razones excepcionales mediante la cumplimentación y entrega del modelo de solicitud y documentación requerida para tal fin en la Secretaría de la Universidad Europea Miguel de Cervantes en los siguientes plazos: con carácter general, desde la formalización de la matrícula hasta el viernes de la segunda semana lectiva del curso académico para el caso de alumnos de la Universidad, y hasta el viernes de la cuarta semana lectiva del curso académico para el caso de alumnos de nuevo ingreso. En los siete días hábiles siguientes al momento en que surja esa situación excepcional si sobreviene con posterioridad a la finalización del plazo anterior.