

Guía Docente

Modalidad Presencial

CINESITERAPIA I

Curso 2020/21

Grado en **FISIOTERAPIA**



UCAV

www.ucavila.es



Nombre:	CINESITERAPIA I
Carácter:	OBLIGATORIO
Código:	20202 GP
Curso:	2º
Duración (Semestral/Anual):	SEMESTRAL
Nº Créditos ECTS:	6
Prerrequisitos:	NINGUNO
Responsable docente:	JORGE VELÁZQUEZ SAORNIL <i>Diplomado en Fisioterapia. Máster Universitario en Terapia Manual Osteopática. Experto en Fisioterapia Traumatológica y Deportiva. Doctor en Fisioterapia Avanzada.</i>
Email:	jorge.velazquezaornil@ucavila.es
Departamento (Área Departamental):	FISIOTERAPIA
Lengua en la que se imparte:	CASTELLANO
Módulo:	OBLIGATORIAS
Materia:	CINESITERAPIA I.

En el curso 2020/2021, de manera general y como consecuencia de la situación sanitaria actual será de aplicación lo dispuesto en el Anexo I de esta Guía docente, para el escenario “**Nueva normalidad**”.

En caso de que las circunstancias sanitarias lleven a un nuevo confinamiento, será de aplicación lo dispuesto en el Anexo II de esta Guía para el escenario “**Confinamiento**”.



2.1. COMPETENCIAS BÁSICAS Y GENERALES

1CB: Conocer los principios de la electrofisiología, la biomecánica, la cinesiología y la ergonomía aplicables a la fisioterapia.

2CB: Conocer las aplicaciones de los principios ergonómicos y antropométricos.

2.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

3.CE.00: Conocer y comprender los principios y teorías de la física, la biomecánica y la cinesiología aplicables a la cinesiterapia.

4.CE.01: Comprender y aplicarlos principios ergonómicos y antropométricos en la cinesiterapia.

5. CE.02: Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica promoviendo la participación del paciente/ usuario en su proceso.

6. CE.03: Conocer y comprender los procedimientos de cinesiterapia dirigidos al tratamiento, promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

3.1. PROGRAMA

3.1.2. Programa Teórico.

TEMA1: Principios ergonómicos aplicados al proceso de movilización

Contenidos del tema 1:

- Concepto.
- Ergonomía del fisioterapeuta.
- Economía articular y postural del fisioterapeuta.

TEMA 2: Fundamentos de la cinesiterapia

Contenidos del tema 2:

- Recuerdo histórico.
- Concepto, efectos fisiológicos generales del movimiento.
- Clasificación.
- Indicaciones y contraindicaciones.
- Inmovilización. Definición, causas y consecuencias.
- Movilización terapéutica (concepto hiper/hipomovilidad articular).

TEMA 3: Cinesioterapia pasiva y técnicas específicas de cinesioterapia pasiva

Contenidos del tema 3:

- Concepto.
- Clasificación.
- Principios generales y efectos fisiológicos.
- Indicaciones y contraindicaciones.
- Movilización articular: movilizaciones auto- pasivas manual e instrumental.
- Conceptos, efectos fisiológicos, indicaciones y contraindicaciones.

TEMA 4: Técnicas específicas de cinesioterapia pasiva: Estiramientos músculo-tendinoso.

Contenidos del tema 4:

- Estiramientos músculo-tendinoso.
- Concepto. Músculo tónico y fásico.
- Función muscular. Parámetros: Flexibilidad muscular, elongación-extensibilidad. Ley de Hooke.
- Aplicación clínica. Precauciones, indicaciones y contraindicaciones.

TEMA 5: Técnicas específicas de cinesioterapia pasiva: Tracción articular y posturas osteo-articulares.

Contenidos del tema 5:

- Tracciones articulares.
- Concepto, bases, tipología.
- Efectos fisiológicos, principios terapéuticos.
- Indicaciones y contraindicaciones.
- Tracciones instrumentales vertebrales. Concepto, principios y aplicaciones, indicaciones, contraindicaciones.
- Posturas osteo-articulares. Concepto, tipología, procedimientos terapéuticos y modos de acción.

TEMA 6: CADENAS MUSCULARES

6.1. GDS

- Concepto.
- Tipología.
- Efectos fisiológicos, indicaciones y contraindicaciones

6.2. RPG

- Concepto. Principios terapéuticos y efectos fisiológicos.
- Indicaciones y contraindicaciones.
- Conceptos, efectos fisiológicos, indicaciones, precauciones, contraindicaciones.

6.3. Méziers, Busquet, Pilates, Myers...

- Concepto. Principios terapéuticos y efectos fisiológicos.
- Indicaciones y contraindicaciones.
- Conceptos, efectos fisiológicos, indicaciones, precauciones, contraindicaciones.

TEMA 7: Mekanoterapia.

Contenidos del tema 7:

- Concepto, principios terapéuticos, indicaciones y contraindicaciones.
- Suspensoterapia y poleoterapia: concepto, principios terapéuticos, aplicaciones, indicaciones y contraindicaciones.

3.1.3. Programa Práctico.

PRÁCTICA 1: Ergonomía del fisioterapeuta

PRÁCTICA 2: Suspensoterapia y poleoterapia

Contenidos de la práctica 11:

- Principios de aplicación y formas de ejecución de suspensoterapia y poleoterapia.

PRÁCTICA 3: La cintura escapular y la articulación gleno-humeral

Contenidos de la práctica 2:

- Palpación. Cinesiterapia pasiva, activa asistida, activa libre y resistida de la cintura escapular y la articulación gleno-humeral.

PRÁCTICA 4: El codo y antebrazo.

Contenidos de la práctica 4:

- Palpación. Cinesiterapia pasiva, activa asistida, activa libre y resistida del codo y del antebrazo.

PRÁCTICA 5: Muñeca y mano.

Contenidos de la práctica 5:

- Palpación. Cinesiterapia pasiva, activa asistida, activa libre y resistida de la muñeca y de la mano.

PRÁCTICA 6: La cadera.

Contenidos de la práctica 6:

- Palpación. Cinesiterapia pasiva, activa asistida, activa libre y resistida de la cadera.

PRÁCTICA 7: La rodilla.

Contenidos de la práctica 7:

- Palpación. Cinesiterapia pasiva, activa asistida, activa libre y resistida de la rodilla.

PRÁCTICA 8: El tobillo y pie.

Contenidos de la práctica 8:

- Palpación. Cinesiterapia pasiva, activa asistida, activa libre y resistida del tobillo y pie.

PRÁCTICA 9: La columna vertebral.

Contenidos de la práctica 9:

- Palpación. Cinesiterapia pasiva, activa asistida, activa libre y resistida de la columna vertebral.

PRÁCTICA 10: Estiramientos músculo-tendinoso.

Contenidos de la práctica 10:

- Tipos de estiramientos miotendinosos.
- Estiramientos miotendinosos en los grupos musculares más importantes

PRÁCTICA 11: CADENAS MUSCULARES

Diferentes métodos.

Contenidos de la práctica 11:

- RPG

Actividades formativas					
Horas de trabajo del alumno por tema		Presencial		Actividad de seguimiento	No presencial
Tema	Total	GG	SL	TP	EP
1	8	2	2		4
2	6	1	--		5
3	7,5	2	--	0,5	5
4	12,5	2	4	0,5	6
5	7,5	2	--	0,5	5
6.1	5,5	1	--	0,5	4
6.2	6	1	--	1	4
6.3	11	2	2	1	6
7	10,5	2	2	0,5	6
Seminario 1	12,5	2	4	0,5	6
Seminario 2	7	1	2	0,5	3,5
Seminario 4	11,5	2	3	0,5	6
Seminario 5	9,5	2	2	0,5	5
Seminario 6	9,5	1	2	0,5	6
Seminario 7	6	1	1,5	0,5	3
Seminario 8	4,5	1	1		2,5
Seminario 9	4,5	1	1		2,5
Seminario 10	5,5	1	1,5		3
Evaluación del conjunto	5	2	3		
Total	150	30	30	7,5	82,5

GG: Grupo Grande(clase completa).
 SL: Seminario/Laboratorio
 TP: Tutorías Programadas (seguimiento docente, tipo tutorías ECTS).
 EP: Estudio personal, trabajos individuales o en grupo, y lectura de bibliografía.



Para el escenario “Nueva normalidad” consultar Anexo I.

Para el escenario “Confinamiento” consultar Anexo II.

La asignatura se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas generales, que se aplicarán diferencialmente según las características propias de la asignatura:

- **Clase magistral:** exposición de carácter presencial obligatorio en la que el profesor de la asignatura desarrolla a los alumnos los contenidos principales de la asignatura recogidos en el temario, fomentando la participación y la opinión crítica de los alumnos.
- **Prácticas en Sala de Fisioterapia:** realización por parte del alumno de prácticas simuladas en grupo que le permitan adquirir las competencias propias y específicas de la asignatura.
- **Tutorías personalizadas.** Tutoría individual con el profesor de la asignatura con el fin de plantear dudas del programa teórico y/o práctico, facilitando una mejor comprensión de la materia por parte del alumno.

Para el escenario “Nueva normalidad” consultar Anexo I.

Para el escenario “Confinamiento” consultar Anexo II.

Se realizará un examen final que corresponderá al final del semestre, sobre la materia tratada en clase y ampliada por los alumnos en base a la bibliografía recomendada.

Los alumnos que no superen la asignatura en la convocatoria de febrero, no se les reservará la nota para la convocatoria de septiembre. Este examen seguirá los mismos criterios de evaluación que el examen de febrero.

La evaluación global de la asignatura será la correspondiente al examen final y evaluación continua.

El **examen final** consta de 2 partes, examen teórico (correspondiente al 40% de la nota final) y examen práctico (correspondiente al 50% de la nota final):

1) **Examen teórico:** Podrá constar de:

a. Preguntas tipo test, con cuatro respuestas posibles y una sola verdadera. Se penalizará por cada 4 contestadas de forma incorrecta, con una correcta.

No será puntuado con una nota inferior a 2,5 puntos.

b. Preguntas cortas y/o redacción abierta sobre los contenidos teóricos de la asignatura. Esta parte no será puntuada con una nota inferior a 2,5 puntos. No se puntuará esta parte si alguna de las preguntas queda sin contestar o puntúa 0.

Cada parte de este examen teórico (test y preguntas cortas y/o desarrollo) se puntuará de 0 a 5, realizándose posteriormente la media, para obtener la nota final de esta parte teórica, siempre y cuando, se aprueben ambas partes por separado.

2) **Examen Práctico.** El alumno deberá demostrar sus conocimientos y habilidades técnicas alcanzadas en un examen práctico final que corresponderá con el **50%** de la nota final y que consistirá en la resolución de preguntas sobre el temario práctico de la asignatura.

La asistencia a las clases y seminarios prácticos es obligatoria y evaluable. Si se supera el 10% de faltas de estas horas prácticas (independientemente de que sean justificadas o no), la parte de asistencia y participación en clase y el examen práctico no podrá aprobarse y por ello no se superará la evaluación de la asignatura.

La **evaluación continua** corresponde al 10% de la nota final. Esta evaluación sólo será puntuable una vez se hayan aprobado las dos partes anteriores. Esta evaluación continuase desglosa en:

- 5% corresponderá a la puntuación sobre un trabajo obligatorio que los alumnos deberán de realizar en grupo y exponerlo en clase. Se detallará el tema del trabajo una vez comenzado el curso.
- 5% corresponderá al seguimiento del alumno durante las clases teóricas y prácticas: comportamiento, asistencia, participación, tutorías programadas...

CALIFICACIÓN FINAL

La calificación final de la asignatura, será el resultado de la media normal obtenida entre:

- La calificación teórica.** Tendrá un peso del 40 % de la nota final.
- La calificación práctica.** Tendrá un peso del 50% en la nota final.
- Evaluación continuada.** Tendrá un peso del 10% en la nota final.

Nota: Será necesario aprobar todas las partes (examen teórico, examen práctico y evaluación continua) con una nota igual o superior a un 5 para poder aplicar el porcentaje anteriormente citado y proceder al cálculo de la calificación final.

El alumno que no supere la asignatura, aparecerá en el acta como suspenso 4.

Sistema de calificaciones:

El sistema de calificaciones aparece en el RD1125/2003, artículo 5º donde, actualmente, los resultados obtenidos por el alumno en cada una de las materias del plan de estudios se calificarán en función de la siguiente escala numérica de 0 a 10, con expresión de un decimal, a la que podrá añadirse su correspondiente calificación cualitativa:

-0,0 -4,9: Suspenso

-5,0 -6,9: Aprobado

-7,0 -8,9: Notable

-9,0 -10: Sobresaliente

La mención de Matrícula de Honor podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9.0. Su número no podrá exceder del 5% de los alumnos matriculados en una asignatura en el correspondiente curso académico, salvo que el número de alumnos matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola Matrícula de Honor.

6



Apoyo tutorial

Para el apoyo tutorial, el alumno tendrá a su disposición un equipo docente encargado de acompañar al alumno durante toda su andadura en el proceso formativo, prestando una atención personalizada al alumno. Sus funciones están claramente diferenciadas complementándose al mismo tiempo. Las personas principales de este acompañamiento tutorial son:

- **Orientador Académico Personal:** encargado de planificar al alumno el estudio de la asignatura en función del tiempo disponible, incluso realiza nuevas planificaciones ajustándose a nuevos periodos marcados por el alumno según sus circunstancias personales y familiares. Otra de sus funciones es la de realizar un seguimiento del estudio del alumno, así como de dar al alumno información de carácter general necesaria en su proceso formativo.
- **Profesor docente:** encargado de resolver todas las dudas específicas de la asignatura y de informar al alumno de todas las pautas que debe seguir para realizar el estudio de la asignatura.
- **Tutor personal o de grupo:** asignado al alumno al iniciar los estudios de Grado y que orienta al alumno tanto en cuestiones académicas como personales.
- El alumno dispondrá de un horario de tutorías para contactar con estas figuras durante toda su formación académica. La información sobre el horario la encontrará el alumno en la plataforma virtual.

Horario de tutorías de la asignatura: En relación a los horarios de atención en tutorías para consultas, aclaración de dudas, revisiones de trabajos y exámenes, etc., el profesor informará en la plataforma Blackboard de las franjas en las que tenga disponibilidad, pudiendo variar de un cuatrimestre a otro y también durante los meses de verano. Todo ello será informado oportunamente y con suficiente antelación a través del Campus Virtual.

Horario de Tutorías del profesor docente:

Martes de 10:00-13:00 horas.

Herramientas para la atención tutorial: Plataforma Blackboard, atención telefónica.

7

Horario de la asignatura y Calendario de temas

Horario de la asignatura: El alumno deberá consultar los horarios de clases de la asignatura en el apartado correspondiente dentro de la página web de la UCAV: www.ucavila.es. Igualmente, se informará de ellos en la Plataforma Blackboard.

La asignatura se desarrollará en horas teóricas en el aula asignada y horas prácticas simuladas en Sala de Fisioterapia según el desarrollo del temario, distribución grupal y criterio del profesor en acuerdo con los alumnos.

Las sesiones se desarrollarán según la siguiente tabla en la que se recogen el calendario de temas y las actividades de evaluación

CONTENIDOS	ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN
1ª Semana	
Presentación Tema 1 Práctica 1 y Práctica 2	Práctica Ergonomía del fisioterapeuta Práctica Cinesiterapia Pasiva MMSS Petición cuaderno de prácticas
2ª Semana	
Tema 2, Tema 3 Práctica 2	Práctica Cinesiterapia Pasiva Cintura Escapular y Articulación Glenohumeral Petición trabajo grupal estiramientos

3ª Semana	
Tema 5, Tema 6 y Tema 7 Práctica 2	Práctica Cinesiterapia Pasiva Cintura Escapular Práctica Cinesiterapia activa, activa asistida y Resistida Cintura Escapular y Articulación Glenohumeral
4ª Semana	
Tema 8 Práctica 3	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida, Activa libre y activa resistida, Articulación Glenohumeral y Codo Trabajo grupal Cinesiterapia
5ª Semana	
Tema 4 Práctica 4	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida, activa libre y resistida muñeca y mano
6ª Semana	
Práctica 5	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida, activa libre y resistida cadera
7ª Semana	
Práctica 6	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida, activa libre y resistida Rodilla
8ª Semana	
Práctica 7	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida, activa libre y resistida Tobillo y pie

9ª Semana	
Práctica 8	Práctica Cinesiterapia Pasiva Columna Vertebral Práctica Estiramientos musculares
10ª Semana	
Práctica 9	Práctica Estiramientos musculares Presentación Trabajos grupales de Estiramientos Miotendinosos
11ª Semana	
Práctica 10	RPG
12ª Semana	
	Presentación Trabajo Grupal Cinesiterapia
13ª Semana	
Tema 9 Práctica 11	Práctica Suspensoterapia
14ª Semana	
Tema 9 Práctica 11	Práctica Poleoterapia Presentación cuaderno de Prácticas
15ª Semana	
	Evaluación



1. Desviat M. Rehabilitación funcional motora. Técnicas de poleoterapia y desgravación. Madrid;1970.
2. DufourM.. Biomecánica funcional. Barcelona: Masson;2.006.
3. Esnault M,Viel E.Stretching (estiramientos miotendinosos). Automantenimiento muscular y articular. Barcelona: Masson;1998.
4. Génot C. Kinesioterapia: evaluaciones, técnicas pasivas y activas.1ºed. 2ªreimp. Madrid: Panamericana; 2002.
5. Gómez, M. Cinesiología. Salamanca: Gráficas Ortega;1984.
6. Igual C. Fisioterapia General: cinesioterapia. Madrid: Síntesis;1996.
7. Kapandji IA. Cuadernos de fisiología articular. Madrid: Panamericana;1.999.
8. Marion T. Fundamentos del movimiento humano. Barcelona: Masson;2.006.
9. Miralles Marrero RC. Biomecánica clínica del aparato locomotor. Barcelona: Masson,1998.
10. Mora Américo E, Rosa Pérez R. Fisioterapia del aparato locomotor. Síntesis.1995.
11. Neiger H: Estiramientos analíticos musculares. Técnicas pasivas Madrid: Panamericana. Madrid;1998.
12. Plas F, Viel E, Blanc Y. La marcha humana. Cinesiología dinámica, biomecánica y patomecánica. Barcelona: Masson,1984.
13. Rocher C.- Reeducción psicomotriz por la poleoterapia. Buenos Aires: Panamericana;1978.
14. Voss, D, Ionta MK, Miers BJ. Facilitación Neuromuscular Propioceptiva. Patrones y técnicas. Panamericana. 2001
15. Patrones yTécnicas. Madrid: Panamericana;1996.
16. Esnault M. Estiramientos analíticos en fisioterapia activa. Barcelona: Masson; 1996.
17. Huesa Jiménez, F. Isocinéticos: metodología y utilización. Mapfre. Madrid: 2000.
18. Esnault Michèle. Stretching: Estiramientos de las Cadenas Musculares. Barcelona: Masson; 2003.
19. Ledoupe A., Dedee M. Manual Práctico de estiramientos musculares. Masson. 1996.
20. Postisométricos. Barcelona: Masson; 1996.

Nota: Los profesores especificarán nueva bibliografía de forma puntual en aquellos temas que estimen oportuno.

ANEXO I

Escenario NUEVA NORMALIDAD

1

Medidas de adaptación de la metodología docente

La docencia presencial se desarrollará siguiendo las medidas de seguridad vigentes en ese momento, marcadas por las Autoridades competentes y se deberán seguir las pautas metodológicas presentes en la presente adenda.

La metodología docente a seguir en esta asignatura, para el escenario “docencia adaptada-nueva normalidad” se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas:

Se llevarán a cabo actividades presenciales prácticas (prácticas de laboratorio) con medidas de distanciamiento social de al menos metro y medio entre camillas. Los alumnos deberán llevar puesta una mascarilla higiénica como medida de prevención y seguridad, así como la aplicación de hidrogel al entrar y salir del laboratorio.

2

Medidas de adaptación de la EVALUACIÓN

La Evaluación para el escenario “docencia adaptada-nueva normalidad” será llevada a cabo como se describe a continuación

Evaluación continua: X

- Descripción: Asistencia a prácticas virtuales y presentación del cuaderno de prácticas
- Criterios de evaluación: asistencia y evaluación del cuaderno
- Porcentaje sobre calificación final: 10%

Examen: X

Descripción: Este examen constará de preguntas tipo test de opción múltiple.

- examen tipo test de 70 preguntas con 4 opciones de respuesta, siendo una la correcta o la falsa
- Criterios de evaluación: cada pregunta mal contestada restará 0,25 puntos. **(se va a permitir la puntuación negativa)**
- Porcentaje sobre calificación final: 90%

ANEXO II

Escenario CONFINAMIENTO

1



Medidas de adaptación de la metodología docente

La metodología docente a seguir en esta asignatura, para el escenario “Confinamiento” se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas:

- CLASES VIRTUALES SINCRÓNICAS con participación activa de los alumnos EN TIEMPO REAL Y QUE QUEDAN GRABADAS EN LA PLATAFORMA A DISPOSICIÓN DE LOS ALUMNOS
- Además, se dispondrá de un tablero de discusión para incentivar la participación de los alumnos y fomentar el debate acerca de los distintos bloques temáticos a desarrollar.

2



Medidas de adaptación de la EVALUACIÓN

La Evaluación para el escenario “confinamiento” será llevada a cabo de manera no presencial como se describe a continuación

Evaluación continua: X

- Descripción: Asistencia a prácticas virtuales y presentación del cuaderno de prácticas
- Criterios de evaluación: asistencia y evaluación del cuaderno
- Porcentaje sobre calificación final: 10%

Examen: X

Descripción: Este examen constará de preguntas tipo test de opción múltiple.

- examen tipo test de 70 preguntas con 4 opciones de respuesta, siendo una la correcta o la falsa
- Criterios de evaluación: cada pregunta mal contestada restará puntos. **(se permitira puntuación negativa)**
- Porcentaje sobre calificación final: 90%

