

Guía Docente

Modalidad presencial

Cinesiterapia y Ejercicio Terapéutico I

Curso 2026/27

Grado en Fisioterapia



UCAV

www.ucavila.es

1



Datos descriptivos de la Asignatura

Nombre:	CINESITERAPIA Y EJERCICIO TERAPÉUTICO I
Carácter:	OBLIGATORIO
Código:	21202GP
Curso:	2º
Duración (Semestral/Anual):	SEMESTRAL
Nº Créditos ECTS:	6
Prerrequisitos:	NINGUNO
Responsable docente:	Sara Delgado Álvarez <i>Doctora en Fisioterapia</i>
Email:	sara.delgado@ucavila.es
Ámbito de Conocimiento:	FISIOTERAPIA
Lengua en la que se imparte:	CASTELLANO
Módulo:	CIENCIAS DE LA FISIOTERAPIA
Materia:	CINESITERAPIA Y EJERCICIO TERAPÉUTICO

2



Objetivos y competencias

2.1. CONOCIMIENTOS O CONTENIDOS

- CN2 - Conocer y comprender las ciencias, los modelos, las técnicas y los instrumentos sobre los que se fundamenta, articula y desarrolla la fisioterapia.
- CN3 - 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.

- CN4 - Conocer los principios y teorías de los agentes físicos dentro de la fisioterapia.
- CN5 - Comprender los principios de la biomecánica y la electrofisiología en el ámbito de la fisioterapia.
- CN8 - Conocer los cambios fisiológicos y estructurales que se pueden producir como consecuencia de la aplicación de la fisioterapia.
- CN13 - Conocer las bases teóricas y el desarrollo de los métodos y procedimientos fisioterapéuticos.
- CN14 - Comprender los métodos y procedimientos manuales e instrumentales de valoración en Fisioterapia y Rehabilitación Física, así como la evaluación científica de su utilidad y efectividad.
- CN15 - Comprender los principios ergonómicos y antropométricos.

2.2. HABILIDADES O DESTREZAS

- H1 - Aplicar los diferentes métodos, procedimientos y actuaciones fisioterapéuticas tanto en el ámbito clínico como en la realización de actividades dirigidas a la promoción y mantenimiento de la salud.
- H9 - Aplicar los agentes físicos dentro de método de intervención en fisioterapia.
- H10 - Aplicar los principios de la biomecánica y la electrofisiología en el ámbito de la fisioterapia.
- H17 - Aplicar y desarrollar los métodos y procedimientos fisioterapéuticos.
- H18 - Aplicar los métodos y procedimientos manuales e instrumentales de valoración en Fisioterapia y Rehabilitación Física, así como la evaluación científica de su utilidad y efectividad.

2.3. COMPETENCIAS

- C18 - Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica, promoviendo la participación del paciente/usuario en su proceso.

2.4. COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT5 - Promover la formación integral mediante la adquisición de conocimientos científicos, humanísticos y artísticos.
- CT7 - Desarrollar la responsabilidad y el compromiso ético con el trabajo buscando la excelencia y el bien común.
- CT8 - Adquirir la capacidad de liderazgo, con espíritu emprendedor y actitud de servicio.
- CT9 - Desarrollar habilidades de comunicación y empatía en las relaciones interpersonales y en el trabajo en equipo.

2.5. RESULTADOS DE APRENDIZAJE ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Conocimientos o contenidos (CN):

- Conocer los fundamentos de la cinesiterapia y el ejercicio terapéutico, efectos fisiológicos, indicaciones y contraindicaciones
- Conocer los principios de la movilización pasiva analítica y específica, estiramientos musculoesqueléticos, técnicas de tracción y mecanoterapia

Habilidades o destrezas (H):

- Saber aplicar la movilización pasiva analítica y específica, estiramientos musculoesqueléticos, técnicas de tracción y mecanoterapia en las diferentes estructuras musculoesqueléticas del cuerpo humano.

Competencias (C):

- Ser capaz de conocer y aplicar los principios ergonómicos y antropométricos, estudiar y aplicar el movimiento y el ejercicio físico como medio terapéutico y diseñar programas de reeducación neuromuscular

3.1. PROGRAMA

3.1.2. Programa Teórico.

TEMA 1: Introducción a la cinesiterapia.

Contenidos del tema 1:

- Recuerdo histórico.
- Concepto, principios básicos, efectos fisiológicos generales del movimiento.
- Clasificación.
- Indicaciones y contraindicaciones.
- Inmovilización. Definición, causas y consecuencias.

TEMA 2: Introducción a la cinesiterapia pasiva y técnicas específicas de cinesiterapia pasiva.

Contenidos del tema 2:

- Concepto.
- Clasificación.
- Principios generales de la movilización.
- Tracciones instrumentales vertebrales. Concepto, efectos fisiológicos, principios generales y aplicaciones, indicaciones, contraindicaciones.
- Posturas osteo-articulares. Concepto, tipología, procedimientos terapéuticos y modos de acción.

TEMA 3: Terapia Manual como cinesiterapia pasiva.

Contenidos del tema 3:

- Concepto y clasificación.
- Concepto barrera articular, grados de movimiento y efectos de la movilización.
- Tipos de movilizaciones articulares. Analítica simple, analítica específica. Principios terapéuticos y dosificación.
- Movilizaciones articulares auto-pasivas. Tipos, principios, modo de aplicación, indicaciones y contraindicaciones.

TEMA 4: Mekanoterapia.

Contenidos del tema 3:

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

TEMA 5: La sala de Fisioterapia.

Contenidos del tema 5:

- Mecanoterapia, concepto, objetivos, indicaciones y contraindicaciones.
- Concepto, bases, tipología.
- Introducción.
- Sala de cinesiterapia. Diferentes áreas.
- Equipamiento general, fijo, móvil.

TEMA 6: Técnicas específicas de cinesiterapia pasiva: Estiramientos músculo-tendinoso.

Contenidos del tema 6:

- 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 7: Cadenas musculares y articulares - GDS.

Contenidos del tema 7:

- Concepto, principios generales y aplicación.
- Clasificación. Concepto dominio, pivot y residencia.
- Modo de acción y aplicación.

TEMA 8: Reeducción Postural Global (RPG)

Contenidos del tema 8:

- Concepto, principios generales y aplicación.
- Modo de acción y aplicación.

TEMA 9: Vendaje funcional y neuromuscular.

Contenidos del tema 9:

- Introducción, tipos de vendaje.
- Principios biomecánicos del vendaje, objetivos, indicaciones y contraindicaciones.
- Material utilizado y modo de aplicación.

3.1.3. Programa Práctico.

PRÁCTICA 1: Ergonomía del fisioterapeuta y valoración postural.

PRÁCTICA 2: 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 3: El codo y antebrazo.

Contenidos de la práctica 3:

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

antebrazo.

PRÁCTICA 4: Muñeca y mano.

Contenidos de la práctica 4:

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

PRÁCTICA 5: La cadera.

Contenidos de la práctica 5:

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

PRÁCTICA 6: La rodilla.

Contenidos de la práctica 6:

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

PRÁCTICA 7: El tobillo y pie.

Contenidos de la práctica 7:

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

PRÁCTICA 8: Estiramientos músculo-tendinoso.

Contenidos de la práctica 8:

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

PRÁCTICA 9: Reeducción postural global.

Contenidos de la práctica 9:

- Modo de aplicación.

PRÁCTICA 10: Vendaje Funcional y Neuromuscular.

Contenidos de la práctica 11:

- Aplicación de vendaje funcional y neuromuscular de hombro, codo, muñeca, rodilla, tobillo y pie.

3.2. BIBLIOGRAFÍA, RECURSOS Y ENLACES

➤ **BIBLIOGRAFÍA**

1. Fernández-de-las-Peñas C, Melián Ortiz A. Cinesiterapia. Bases fisiológicas y aplicación práctica. 3ª ed. Barcelona: Elsevier; 2024.
2. Esnault M. Stretching: Estiramientos de las cadenas musculares. Barcelona: Masson; 2003.
3. Huesa Jiménez F. Isocinéticos: metodología y utilización. Madrid: Mapfre; 2000.

4. Kapandji IA. Fisiología articular. 7ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2012.
5. Kisner C, Colby LA. Ejercicio terapéutico. Fundamentos y técnicas. 5ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2010.
6. Neumann DA. Cinesiología del sistema musculoesquelético. Fundamentos para la rehabilitación. 3ª ed. Barcelona: Elsevier; 2017.
7. Kapandji IA. Fisiología articular. Tomo 1. Miembro superior. 7ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2018.
8. McAtee RE, Charland J. Estiramientos facilitados. Estiramientos y fortalecimiento con facilitación neuromuscular propioceptiva. 3ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2010.
9. Ylinen J. Estiramientos terapéuticos en el deporte y en las terapias manuales. Barcelona: Elsevier Masson; 2009.
10. Marion T. Fundamentos del movimiento humano. Barcelona: Masson; 2006.
11. Kapandji IA. Fisiología articular. Tomo 2. Miembro inferior. 7ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2018.
12. Voss D, Ionta MK, Miers BJ. Facilitación neuromuscular propioceptiva. Patrones y técnicas. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2001.
13. Adler SS, Beckers D, Buck M. Facilitación neuromuscular propioceptiva. En la práctica. 4ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2014.
14. Albornoz Cabello M, Espejo Antúnez L. Procedimientos generales de fisioterapia. Práctica basada en la evidencia. 2ª ed. Barcelona: Elsevier; 2025.
15. Rocher C. Reeducción psicomotriz por la poleoterapia. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana; 1978.

➤ **RECURSOS:**

- Acceso a todos los libros recomendados en la guía docente de la asignatura a través de la Biblioteca de la Universidad.

➤ **ENLACES:**

- INDICAR ENLACES (si fuera necesario)

4



Indicaciones metodológicas

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.
- **Exposición de trabajos:** posibilidad de asignar trabajos individuales o grupales que posteriormente se expondrán en clase con el objetivo de iniciar búsquedas de Fisioterapia basada en la evidencia.

5



Evaluación

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

En caso de aprobar únicamente una de las dos partes (teórica o práctica), esta calificación se reservará hasta la convocatoria de Septiembre, teniendo que recuperar únicamente la parte suspensa. Este examen seguirá los mismos criterios de evaluación del examen de Febrero.

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

1) Examen teórico (45%) constará de:

a. Preguntas tipo test, con cuatro respuestas posibles y una sola verdadera. Se penalizará por cada 3 contestadas de forma incorrecta, con una correcta.

No será puntuado con una nota inferior a 4,5 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 4,5 puntos.

Cada parte de este examen teórico (test y preguntas cortas y/o desarrollo) se puntuará de 0 a 10, realizándose posteriormente la media, para obtener la nota final de esta parte teórica, siempre y cuando, se alcance la nota mínima de ambas partes por separado.

2) Examen Práctico (40%). El alumno deberá demostrar sus conocimientos y habilidades técnicas alcanzadas en un examen práctico final que corresponderá con el 40% de la nota final y que consistirá en la resolución de preguntas sobre el temario práctico de la asignatura.

3) Evaluación continua (15%). Los alumnos deberán realizar un trabajo (5%) sobre el contenido teórico y práctico (esquemas, resúmenes, búsquedas bibliográficas) y y cuaderno de prácticas (5%). Dentro de este apartado se evaluará también la asistencia y participación (5%).

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.

CALIFICACIÓN FINAL

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

EJERCICIOS Y ACTIVIDADES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Examen teórico	45%
Examen Práctico	40%
Evaluación continua	15%
TOTAL	100%

Nota: Será necesario aprobar el examen teórico y examen práctico por separado, con una nota igual o superior a un 5,0, para poder aplicar el porcentaje anteriormente citado y proceder al cálculo de la calificación final.

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.

Criterios de calificación de la evaluación continua

Los criterios para la evaluación del trabajo obligatorio se presentan en la siguiente tabla, donde se resumen los aspectos a valorar y el porcentaje que representa cada uno de los mismos:

COMPONENTES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Asistencia y participación	5 %
Cuaderno de prácticas	5 %
Elaboración de trabajo	5 %
TOTAL	15 %



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:

- **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.

Herramientas para la atención tutorial: Plataforma Blackboard, atención telefónica, atención por correo electrónico.



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 1, Tema 2 Práctica 2	Práctica Cinesiterapia Pasiva Cintura Escapular y Articulación Glenohumeral
3ª Semana	
Tema 2 Práctica 2	Práctica Cinesiterapia Pasiva Cintura Escapular

	Práctica Cinesiterapia activa, activa asistida Cintura Escapular y Articulación Glenohumeral
4ª Semana	
Tema 2 y Tema 3 Práctica 3	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida, Activa libre, Articulación Glenohumeral y Codo
5ª Semana	
Tema 3 Práctica 4	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida muñeca y mano
6ª Semana	
Tema 3 y Tema 4 Práctica 5	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida cadera
7ª Semana	
Tema 4 y Tema 5 Práctica 6	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida Rodilla
8ª Semana	
Tema 5 y Tema 6 Práctica 7	Práctica Cinesiterapia Pasiva, Activa asistida Tobillo y pie
9ª Semana	
Tema 6 y Tema 7 Práctica 8	Práctica Estiramientos musculares

10ª Semana	
Tema 7 Práctica 8	Práctica Estiramientos musculares
11ª Semana	
Tema 7 y Tema 8 Práctica 9	RPG
12ª Semana	
Tema 9 Práctica 10	Vendaje Funcional y Neuromuscular
13ª Semana	
Tema 9 Práctica 10	Vendaje Funcional y Neuromuscular
14ª Semana	
REPASO Práctica 11	REPASO
15ª Semana	
	Evaluación

El plan de trabajo y las semanas son orientativos, pudiendo variar ligeramente, dependiendo de la evolución del alumno durante las distintas sesiones.