

**FICHA IDENTIFICATIVA****Datos de la Asignatura**

<b>Código</b>	44643
<b>Nombre</b>	Aspectos específicos de reeducación postural y funcional. Seguimiento y autocuidados. Ejercicio tera
<b>Ciclo</b>	Máster
<b>Créditos ECTS</b>	8.0
<b>Curso académico</b>	2024 - 2025

**Titulación(es)**

<b>Titulación</b>	<b>Centro</b>	<b>Curso</b>	<b>Periodo</b>
2220 - Máster Universitario Funcional en Fisioterapia	Recuperación Facultad de Fisioterapia	1	Segundo cuatrimestre

**Materias**

<b>Titulación</b>	<b>Materia</b>	<b>Caracter</b>
2220 - Máster Universitario Funcional en Fisioterapia	Recuperación 12 - Aspectos específicos de reeducación postural y funcional. Seguimiento y autocuidados. Ejercicio tera	Optativa

**Coordinación**

<b>Nombre</b>	<b>Departamento</b>
BALASCH I BERNAT, MERCÈ	191 - Fisioterapia

**RESUMEN**

La asignatura comprende aspectos específicos de la reeducación postural y funcional, así como las pautas a seguir y el tipo de seguimiento. También incluye el estudio de la postura y la valoración de cada individuo para la adecuación de los métodos, teniendo en cuenta las estrategias de adherencia al tratamiento.

Asimismo se incluyen contenidos de ejercicio terapéutico y la realización de programas en grupo e individualizado para una adecuada recuperación funcional.



## CONOCIMIENTOS PREVIOS

### Relación con otras asignaturas de la misma titulación

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

### Otros tipos de requisitos

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

## COMPETENCIAS (RD 1393/2007) // RESULTADOS DEL APRENDIZAJE (RD 822/2021)

### 2220 - Máster Universitario Recuperación Funcional en Fisioterapia

- Que los/las estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
- Que los/las estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.
- Que los/las estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.
- Que los/las estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo
- Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
- Ser capaz de promover la educación sanitaria entre los diferentes componentes del equipo transdisciplinar de trabajo.
- Ser capaces de obtener y de seleccionar la información específica y las fuentes relevantes para la resolución de problemas, elaboración de estrategias y planes de actuación, asesoramiento y ejecución de las diferentes actuaciones fisioterápicas en los ámbitos de la recuperación funcional.
- Ser capaz de elaborar informes orales y escritos acerca de la situación funcional de las/os pacientes.
- Adquirir conocimientos específicos sobre los factores que influyen en la adherencia a la práctica física y las técnicas adecuadas para incrementarla.
- Ser capaces de saber utilizar el ejercicio físico terapéutico en todos los ámbitos de actuación de la recuperación funcional.



- Aplicar la anatomía y biomecánica desde una perspectiva clínica.

## **RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RD 1393/2007) // SIN CONTENIDO (RD 822/2021)**

Al finalizar la materia, las/os alumnas/os estarán capacitadas/os para realizar un seguimiento de la evolución mediante evaluaciones periódicas. Además, serán capaces de programar pautas de autocuidados para que los pacientes puedan incluirlos en su vida diaria como hábitos posturales y saludables en general orientados a cada patología.

Por otro lado, estarán capacitados/as para diseñar y aplicar programas de ejercicio terapéutico encaminados a la mejora de cada patología y a la recuperación funcional adecuados para cada paciente, teniendo en cuenta las limitaciones que pudiera implicar cada patología o las secuelas de las mismas.

## **DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS**

### **1. RECUPERACIÓN FUNCIONAL DE AFECCIONES MÚSCULO-ESQUELÉTICAS**

1. Gestión, mecanismos de control y seguimiento en distintas patologías.
2. Diseño de autocuidados y hábitos saludables adecuados para cada patología.
3. Diseño y evaluación de la postura. Métodos.
4. Adherencia al tratamiento y el nivel de autocuidado.
5. Reeduación Postural. Métodos.
6. Ejercicio terapéutico. Estudio de diferentes modalidades de ejercicio terapéutico. Adecuación de las modalidades a diferentes patologías y disfunciones.
7. Recuperación funcional de lesiones. Diseño de actividad física adecuada a cada paciente destinada a la recuperación global y específica de las lesiones del sistema músculo-esquelético y sus disfunciones estructurales en relación al movimiento.

**VOLUMEN DE TRABAJO**

ACTIVIDAD	Horas	% Presencial
Prácticas en laboratorio	30,00	100
Clases de teoría	18,00	100
Estudio y trabajo autónomo	152,00	0
<b>TOTAL</b>	<b>200,00</b>	

**METODOLOGÍA DOCENTE**

Clases presenciales teórico-prácticas en las que se trabajarán los contenidos de las asignaturas, se debatirán y realizarán actividades utilizando distintos recursos docentes.

Las tutorías individuales y colectivas deberán servir como medio para coordinar a los/as estudiantes en las tareas individuales y de grupo.

Estudio, realización de tareas y trabajos individuales y otros de naturaleza cooperativa, orientados a la preparación de las clases teórico-prácticas, los trabajos individuales y en grupo y las pruebas orales y escritas que se puedan realizar para la evaluación de la adquisición de los aprendizajes individuales.

**EVALUACIÓN**

Sistema de evaluación	Porcentaje de la calificación
Trabajo individual que podrá consistir en una búsqueda bibliográfica sobre una materia impartida, un trabajo sobre casos clínicos, actividades sobre resolución de casos prácticos, o un trabajo crítico. Este constará de una parte escrita y una exposición oral (80% y 20% de la nota de esta prueba de evaluación, respectivamente).	<b>20%</b>
Asistencia y participación en clase, implicando al estudiante en las clases presenciales. Se tendrá en cuenta la interacción del alumno sobre cuestiones formuladas por el profesor, la participación en debates de interés sobre la información impartida en clase y la participación en actividades que promuevan la dinámica de aula.	<b>50%</b>
Prueba final teórico-práctica que integrará los conocimientos adquiridos durante la asignatura, tanto respecto a contenidos conceptuales como procedimentales. El examen podrá ser escrito u oral.	<b>30%</b>



La calificación final de la asignatura será la suma ponderada de las notas obtenidas en cada prueba de evaluación, siempre y cuando el/la estudiante haya obtenido como mínimo un 50% de la nota máxima en cada una de las pruebas: trabajo individual, asistencia y participación en clase, y prueba final (examen). Asimismo, con respecto al trabajo individual, será necesario que el/la estudiante apruebe ambas partes (escrita y oral) para poder promediar con el resto de pruebas.

## REFERENCIAS

### Básicas

- 1. Hall CM, Brody LT. (2006). Ejercicio terapéutico. Recuperación funcional. Barcelona: Paidotribo.
- 2. Kisner C, Colby LA, Carolyn Kisner LAC. (2010). Ejercicio terapéutico: fundamentos y técnicas. Médica Panamericana.
- 3. Devis Devis J. Actividad física deportes y salud. 2ª edición.
- 4. Dingenen B, Blandford L, Comerford M, Staes F, Mottram S. The assessment of movement health in clinical practice: a multidimensional perspective. *Phys Ther Sport*. 2018;32:282-292.
- 5. Hodges PW. Hybrid approach to treatment tailoring for low back pain: a proposed model of care. *J Orthop Sports Phys Ther*. 2019;49(6):453-463.

### Complementarias

- 1. Liebenson C. (2014) *Functional Training Handbook*. Philadelphia: Wolters Kluwer Health.
- 2. Gardiner MD. (1968). *Manual de ejercicios de rehabilitación (cinesiterapia)*. Editorial Jims.
- 3. Blandford L, McNeill W, Charvet I. Can we spread the risk? A demand-share perspective to sustained hamstring health. Practical examples. *J Bodyw Mov Ther*. 2018;22(3):780-785.
- 4. Mottram S, Warner M, Booyesen N, Bahain-Steenman K, Stokes M. Retraining in a female elite rower with persistent symptoms post-arthroscopy for femoroacetabular impingement syndrome: a proof-of-concept case report. *J Funct Morphol Kinesiol*. 2019;4(24).
- 5. Schubert AG, Kempf J, Heiderscheit BC. Influence of stride frequency and length on running mechanics: a systematic review. *Sports Health*. 2014 May;6(3):210-7.