



**FACULTAD DE ENFERMERÍA,
FISIOTERAPIA Y PODOLOGÍA**

**GUÍA DOCENTE
CINESITERAPIA**

**GRADO EN FISIOTERAPIA
PLAN DE ESTUDIOS 2020**



UNIVERSIDAD COMPLUTENSE

1- Identificación de la asignatura	
TÍTULO	GRADO EN FISIOTERAPIA
FACULTAD	ENFERMERÍA, FISIOTERAPIA Y PODOLOGÍA
DEPARTAMENTO	FISIOTERAPIA
ÁREA DE CONOCIMIENTO	FISIOTERAPIA
NOMBRE	CINESITERAPIA
CÓDIGO	803119
TIPO DE ASIGNATURA	OBLIGATORIA
CURSO	SEGUNDO
SEMESTRE	PRIMERO
Nº DE CRÉDITOS ECTS	6
MODALIDAD	Presencial
IDIOMA	CASTELLANO
PÁGINA WEB	https://enfermeria.ucm.es/

2- Presentación
OBJETIVO GENERAL
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer, diseñar y aplicar los diferentes modalidades de tratamiento general en cinesiterapia pasiva y activa. • Conocer, diseñar y aplicar los principios ergonómicos y antropométricos. • Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica promoviendo la participación del paciente usuario en su proceso.
CONOCIMIENTOS PREVIOS
<p>No se establecen requisitos previos. Se recomienda haber superado con éxito las asignaturas Anatomía I y II.</p>

3- Competencias
COMPETENCIAS GENERALES
<p>COMPETENCIAS TRANSVERSALES</p> <p>Instrumentales:</p> <p>C.T.1 Capacidad de análisis y síntesis.</p> <p>C.T.2 Capacidad de Organización y de Planificación</p> <p>C.T.3 Comunicación Oral y escrita en la lengua Nativa</p> <p>C.T.4 Conocimiento de una lengua extranjera</p> <p>C.T.5 Conocimientos de informática relativos al ámbito de estudio</p> <p>C.T.6 Capacidad de gestión de la información</p> <p>C.T.7 Resolución de problemas</p> <p>C.T.8 Toma de decisiones</p> <p>Personales:</p> <p>C.T.9 Trabajo en equipo</p>

C.T.12 Habilidades en las relaciones interpersonales
 C.T.13 Reconocimiento a la diversidad y la multiculturalidad
 C.T.14 Razonamiento crítico
 C.T.15 Compromiso ético
 Sistémicas:
 C.T.16 Aprendizaje autónomo
 C.T.18 Creatividad
 C.T.20 Conocimiento de otras culturas y costumbres
 C.T.22 Motivación por la calidad

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

C.F.14 Comprender los principios ergonómicos y antropométricos. Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica, promoviendo la participación del paciente/usuario en su proceso.

4- Resultados de aprendizaje

COMPETENCIAS	RESULTADOS
CT1-15	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer los diferentes modalidades de tratamiento general en cinesiterapia pasiva y activa. • Conocer los principios ergonómicos y antropométricos.
CT16-22	<ul style="list-style-type: none"> • Diseñar y aplicar los diferentes modalidades de tratamiento general en cinesiterapia pasiva y activa. • Diseñar y aplicar los principios ergonómicos y antropométricos.
CF 14	<ul style="list-style-type: none"> • Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica promoviendo la participación del paciente usuario en su proceso

5- Contenidos

BLOQUE I. PRINCIPIOS GENERALES

1. Definición
2. Bases básicas de la cinesiterapia.
3. Equilibrio.
4. Las máquinas simples
5. Aprendizaje motor. Concepto y principios.
6. La sala de cinesiterapia
7. Concepto de movilidad terapéutica.
8. Clasificación
9. La inmovilización (C4, Cin)

BLOQUE II. CINESITERAPIA PASIVA . (Cap 6-10 teoría y 7,8,9 practicas)

10. Concepto, objetivos, indicaciones, contraindicaciones.
11. Movilizaciones articulares.
12. Tracciones articulares (Cap 14 Cin)
13. Estiramientos.
14. Estiramiento analítico y global. (Cap 18 Cin)

BLOQUE III. CINESITERAPIA ACTIVA Y RESISTIDA.

15. Concepto, objetivos, indicaciones, contraindicaciones
16. Cadenas cinéticas
17. Procedimientos de cinesiterapia activa
18. Facilitación neuromuscular propioceptiva (FNP) o método Kabat. (En practicas y act.)
19. Ejercicio isocinético
20. Hidrocinesiterapia

BLOQUE V. PROPIOCEPCION

21. El sistema Propioceptivo. Receptores, Vías. Integración medular, cerebelosa y cerebral.-Principios de aplicación.
22. La propiocepción en el entrenamiento de la lesión articular, ligamentosa, tendinosa y muscular. Entrenamiento propioceptivo postlesional o en inestabilidad.
23. Coordinación, equilibrio, estabilidad y fuerza.
24. Propiocepción en columna, Miembro Inferior, Miembro Superior

BLOQUE VI: EJERCICIO TERAPEUTICO

25. Importancia de salud.
26. Efectos del ejercicio físico.
27. Adaptaciones/desadaptaciones.
28. Principios del ejercicio físico: generales, biológicos y pedagógicos.
29. Valoración inicial del paciente para la prescripción de ejercicio.
30. Individualización del ejercicio I (componente aeróbico del ejercicio)
31. Individualización del ejercicio II (componente anaeróbico del ejercicio)
32. Individualización de ejercicio III (componente pliométrico del ejercicio)

BLOQUE VII: ERGONOMIA Y TRASNFERENCIAS (En prácticas)

33. Principios antropométricos y ergonomía.
34. Higiene postural, manejo de cargas, movilizaciones y transferencias.

Distribución de Prácticas:

- 2 prácticas de Cinesiterapia/Movilizaciones
- 5 prácticas de Ejercicio Terapéutico (Aeróbico, anaeróbico, estiramientos, propiocepción, pliometría)
- 2 prácticas de Kabat
- 1 práctica de Transferencias

Actividades de formación continua: se realizarán 10 actividades como complemento de formación englobadas dentro de los trabajos individuales y grupales marcadas dentro de la guía docente.

6.- Metodología docente

MODALIDAD ORGANIZATIVA	MÉTODO DE ENSEÑANZA	HORAS PRESENCIALES	HORAS DE TRABAJO AUTÓNOMO	HORAS TOTALES
Clase Magistral	Metodología expositiva-participativa (todo el grupo)	30		30
Seminario	Metodología expositiva-participativa (subgrupos)			
Laboratorio	Resolución de problemas (subgrupos)			
Taller	Resolución de problemas (subgrupos)			
Tutoría	Resolución de dudas (grupal e individual)			
Evaluación	Evaluación (individual)		2	2
Campus virtual	Aprendizaje (individual)		32	32
Prácticas de sala	Aprendizaje práctico (subgrupo)	30		30
Prácticas clínicas	Aprendizaje práctico (individual)			

Trabajos grupales	Aprendizaje cooperativo (subgrupos)		4	2
Trabajo individual	Aprendizaje (individual)		12	6
Estudio	Aprendizaje (individual)		40	40
Horas totales		60	90	150

7.- Plan de trabajo	
TEMAS	PERIODO TEMPORAL
Teoría 2 horas	1ª semana (12-09/18-09)
Teoría 2 horas - Practica 1 (3 horas)	2ª semana (19-09/ 25-09)
Teoría 2 horas - Practica 2 y 6 (6 horas)	3ª semana (26-09/ 2-10)
Teoría 2 horas - Practica 3 y 7 (6 horas)	4ª semana (3-10 / 9-10)
Teoría 2 horas	5ª semana (10-10/ 16-10)
Teoría 1 hora - Seminario extra teórico (3 horas)	6ª semana (17-10/23-10)
Teoría 1 hora - Practica 4 y 8(dos grupos) (6 horas)	7ª semana (24-10 / 30-10)
Practica 8(un grupo) (3 horas)	8º Semana (31-10/ 6-11)
Teoría 2 horas - Practica 8 (1 grupo)	9º Semana (7-11/ 13-11)
Teoría 2 horas	10º Semana (14-11 / 20-11)
Teoría 2 horas - Practica 5- (3 horas)	11ª Semana (21-11 / 27-11)
Teoría 2 horas	12ª semana (28-11 / 4-12)
Teoría 1 hora	13ª semana (5-12 / 11-12)
Teoría 2 horas	14ª Semana (12-12 / 18-12)
Teoría 1 hora - Seminario extra teórico (3 horas)	15ª Semana (19-12 / 21-12)
Examen convocatoria ordinaria	Enero 2023
Examen convocatoria extraordinaria	Junio 2023

8.- Evaluación del aprendizaje			
8.1- CONVOCATORIA ORDINARIA			
ACTIVIDAD EVALUADORA	PONDERACIÓN	OBSERVACIONES	PUNTUACIÓN MÁXIMA
Examen	100%	Examen escrito donde se evaluarán los contenidos teóricos desarrollados en las clases magistrales, prácticas y actividades complementarias	10
Prácticas	0	En caso de faltar a 1 práctica se descontará 1 punto en la nota final del examen, en caso de faltar a 2 prácticas se descontará 2 puntos en la nota final del examen, en caso de faltar a 3 prácticas se descontarán 3 puntos en la nota final del examen y más de 3 faltas no permitirán la presentación al examen final.	
Actividades	0	Actividades optativas que formarán parte de la evaluación continua de la asignatura. La realización de 6 aumentará 0'20 puntos la nota final, la realización de 7 aumentará 0'4 puntos	

		la nota final del examen, la realización de 8 aumentará 0'6 puntos la nota final del examen, la realización de 9 aumentará 0'8 puntos la nota final y la realización de 10 aumentará 1 punto la nota final del examen.	
Evaluación continua	0	Se realizarán 10 test en diferentes clases a través de plataformas digitales cuya nota final ponderada podrá aumentar hasta 1 punto sobre 10 en la nota final del examen. P.E. Si la nota media de las 10 actividades es un 10 se subirá 1 punto la nota del examen.	

8.2.- CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

ACTIVIDAD EVALUADORA	PONDERACIÓN	OBSERVACIONES	PUNTUACIÓN MÁXIMA
Examen	100%	Examen escrito donde se evaluarán los contenidos teóricos desarrollados en las clases magistrales, prácticas y actividades complementarias	10
Prácticas	0	En caso de faltar a 1 práctica se descontará 1 punto en la nota final del examen, en caso de faltar a 2 prácticas se descontará 2 puntos en la nota final del examen, en caso de faltar a 3 prácticas se descontarán 3 puntos en la nota final del examen y más de 3 faltas no permitirán la presentación al examen final.	
Actividades	0	Actividades optativas que formarán parte de la evaluación continua de la asignatura. La realización de 6 aumentará 0'20 puntos la nota final, la realización de 7 aumentará 0'4 puntos la nota final del examen, la realización de 8 aumentará 0'6 puntos la nota final del examen, la realización de 9 aumentará 0'8 puntos la nota final y la realización de 10 aumentará 1 punto la nota final del examen.	

8.3.- REVISIÓN.

El estudiante podrá revisar su propio examen en los días siguientes a la publicación de las calificaciones, en las fechas fijadas por cada profesor y hechas públicas junto con las notas.

El plazo para solicitar dicha revisión será de cuatro días hábiles desde la publicación de las calificaciones. En el acto de revisión del examen, el estudiante será atendido personalmente por todos los profesores que hayan intervenido en su calificación o, en su caso, por el profesor que coordine la asignatura.

(Arts. 47 y 48 del Estatuto del Estudiante UCM-BOUC nº 181, de 1 de agosto de 1997)

8.4.- IMPUGNACIÓN

En caso de disconformidad con el resultado de la revisión, el estudiante podrá impugnar su calificación, en el plazo de diez días, ante el Consejo del Departamento, mediante escrito, razonado presentado en el Registro del Centro y dirigido al Director del Departamento, que dará traslado de la reclamación al Tribunal nombrado al efecto.

El Tribunal, oídos el profesor responsable de la asignatura y el estudiante afectado, emitirá resolución razonada sobre el recurso.

Contra la resolución del Tribunal del Departamento cabe interponer recurso ordinario ante el Rector en el plazo de un mes.

J(Arts. 49 y 50 del Estatuto del Estudiante UCM-BOUC nº 181, de 1 de agosto de 1997)

9- Inclusión de estudiantes con diversidad

Las adaptaciones o ajustes curriculares para estudiantes con diversidad con necesidades específicas de apoyo educativo, a fin de garantizar la igualdad de oportunidades, no discriminación, la accesibilidad universal y la mayor garantía de éxito académico serán pautadas por la Oficina para la Inclusión de Personas con Diversidad (OIPD).

Será requisito para ello la emisión de un informe de adaptaciones/ajustes curriculares por parte de la OIPD por lo que los estudiantes con discapacidad o necesidades educativas especiales deberán contactar con ella, a fin de analizar conjuntamente las distintas alternativas.

10- Bibliografía

10.1- BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- Fernández de las Peñas. Cinesiterapia. Bases fisiológicas y aplicación práctica Elsevier. 2019. Edición online
- Estiramientos Terapéuticos. Ylinen j. Elsevier. 2009.
- McAtee, R.- Charland, J. Estiramientos facilitados. Estiramientos y fortalecimiento con facilitación neuromuscular propioceptiva, Panamericana 2009.
- Martínez Gil. Poleas y Suspensiones. Madrid. Aran. 3Kisner C. Ejercicio terapéutico. Fundamentos y Técnicas. Paidotribo. 2005
- Adler s. La facilitación Neuromuscular Propioceptiva en la Práctica. Guía Ilustrada. Panamericana 2012.. –
- Tarantino: Entrenamiento Propioceptivo, Principios en el diseño de ejercicio y guías prácticas. Panamericana
- Gonzalez /Pablos / Navarro: Entrenamiento Deportivo, Teoría y práctica. Panamericana
- Gillone: Entrenamiento combinado de fuerza y resistencia. Panamericana
- Mora: Fisiología del Deporte y el Ejercicio. Prácticas de Campo y laboratorio, 2º Edición. Panamericana.
- Salom. Readaptación tras las lesiones Deportivas. Un tratamiento multidisciplinar basado en la evidencia. Panamericana.

10.2- BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

10.3- RECURSOS WEB

11.- Profesorado Curso 2020/2021

NOMBRE Y APELLIDOS	José Javier López Marcos
CORREO ELECTRÓNICO	josejalo@ucm.es
DEPARTAMENTO	Sección Departamental Fisioterapia
DESPACHO	Dtpo. Radiología, Rehabilitación y Fisioterapia
CATEGORÍA	Asociado 6+6
TITULACIÓN ACADÉMICA	Fisioterapeuta
RESPONSABLE DE ASIGNATURA	José Javier López Marcos

HORARIO DE TUTORÍAS	A concertar con el profesor a través del campus virtual
Nº DE QUINQUENIOS	
Nº DE SEXENIOS	
NOMBRE Y APELLIDOS	José Luis Maté Muñoz
CORREO ELECTRÓNICO	jmate03@ucm.es
DEPARTAMENTO	Sección Departamental Fisioterapia
DESPACHO	Dtpo. Radiología, Rehabilitación y Fisioterapia
CATEGORÍA	Ayudante Doctor
TITULACIÓN ACADÉMICA	Fisioterapeuta
RESPONSABLE DE ASIGNATURA	José Javier López Marcos
HORARIO DE TUTORÍAS	A concertar con el profesor a través del campus virtual
Nº DE QUINQUENIOS	
Nº DE SEXENIOS	
NOMBRE Y APELLIDOS	Paloma Moreta de Esteban
CORREO ELECTRÓNICO	pamoreta@ucm.es
DEPARTAMENTO	Sección Departamental Fisioterapia
DESPACHO	Dtpo. Radiología, Rehabilitación y Fisioterapia
CATEGORÍA	Profesor Asociado 6+6
TITULACIÓN ACADÉMICA	Fisioterapeuta
RESPONSABLE DE ASIGNATURA	José Javier López Marcos
HORARIO DE TUTORÍAS	A concertar con el profesor a través del campus virtual
Nº DE QUINQUENIOS	
Nº DE SEXENIOS	
NOMBRE Y APELLIDOS	Ángel Modrego Navarro
CORREO ELECTRÓNICO	amodre01@ucm.es
DEPARTAMENTO	Sección Departamental Fisioterapia
DESPACHO	Dtpo. Radiología, Rehabilitación y Fisioterapia
CATEGORÍA	Profesor Asociado 3+3
TITULACIÓN ACADÉMICA	Fisioterapeuta
RESPONSABLE DE ASIGNATURA	José Javier López Marcos
HORARIO DE TUTORÍAS	A concertar con el profesor a través del campus virtual
Nº DE QUINQUENIOS	
Nº DE SEXENIOS	
NOMBRE Y APELLIDOS	Ruth Ballesteros Pérez
CORREO ELECTRÓNICO	rballestero@enf.ucm.es
DEPARTAMENTO	Sección Departamental Fisioterapia
DESPACHO	Dtpo. Radiología, Rehabilitación y Fisioterapia
CATEGORÍA	Profesor Asociado 3+3
TITULACIÓN ACADÉMICA	Fisioterapeuta
RESPONSABLE DE ASIGNATURA	José Javier López Marcos
HORARIO DE TUTORÍAS	A concertar con el profesor a través del campus virtual
Nº DE QUINQUENIOS	
Nº DE SEXENIOS	

12.- Adenda