



### DATOS DE LA ASIGNATURA

**Denominación:** CINESITERAPIA

**Código:** 103018

**Plan de estudios:** GRADO EN FISIOTERAPIA

**Curso:** 1

**Denominación del módulo al que pertenece:**

**Materia:** CINESITERAPIA

**Carácter:** OBLIGATORIA

**Duración:** SEGUNDO CUATRIMESTRE

**Créditos ECTS:** 6

**Horas de trabajo presencial:** 50

**Porcentaje de presencialidad:** 33.33%

**Horas de trabajo no presencial:** 100

**Plataforma virtual:**

### DATOS DEL PROFESORADO

**Nombre:** MAYORDOMO RIERA, FERNANDO JESUS (Coordinador/a)

**Centro:** FACULTAD DE MEDICINA Y ENFERMERIA

**Departamento:** CIENCIAS SOCIO SANITARIAS, RADIOLOGÍA Y MEDICINA FÍSICA

**área:** RADIOLOGÍA Y MEDICINA FÍSICA

**Ubicación del despacho:** FACULTAD DE MEDICINA

**E-Mail:** sr1marif@uco.es

**Teléfono:** 606177236

### DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

#### REQUISITOS Y RECOMENDACIONES

#### Requisitos previos establecidos en el plan de estudios

Ninguno.

#### Recomendaciones

Ninguna especificada.

### COMPETENCIAS

- CG3 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.
- CE17 Comprender los principios ergonómicos y antropométricos. Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica, promoviendo la participación del paciente/usuario en su proceso.

### OBJETIVOS

- Definir la Cinesiterapia dentro del ámbito de la Fisioterapia.
- Aprender diversos conceptos, técnicas y métodos relacionados con la cinesiterapia.
- Ser capaz de plantear un tratamiento de cinesiterapia en algunas patologías generales.

- Conocer la importancia del movimiento y los problemas derivados de la inmovilización.
- Aprender y practicar distintos tipos de sistemas de poleas y suspensiones.
- Conocer diversas técnicas manuales y disciplinas relacionadas con la Cinesiterapia.
- Aprender diversos conceptos y tratamientos relacionados con la propiocepción.
- Diseñar protocolos de ejercicio terapéutico.

## CONTENIDOS

### 1. Contenidos teóricos

Tema 1. Definición y fundamentos de Cinesiterapia. Principios básicos del ejercicio terapéutico y fisiología del movimiento. Traslación y rotación. Sistemas de equilibrio. Trabajo y energía.

Tema 2. Reposo y relajación y cinesiterapia. Efectos fisiológicos del reposo y la relajación. Posiciones básicas. Indicaciones. Procedimiento básico de relajación. Métodos de Schultz y Jacobson. Indicaciones de la relajación.

Tema 3. Inmovilizaciones. Concepto de inmovilización. Reglas fundamentales para una correcta inmovilización.

Tema 4. Las posturas. Concepto. Características generales de la postura. Deformaciones tipo. Repercusiones sobre los distintos segmentos. Posturas correctoras. Higiene postural y economía articular.

Tema 5. Cinesiterapia pasiva. Concepto. Clasificación. Efectos fisiológicos. Principios generales para la práctica de la movilización pasiva manual. Tipos de movilización pasiva articular manual. Indicaciones y contraindicaciones.

Tema 6. Tracciones y elongaciones terapéuticas. Concepto. Modalidades. Técnicas de aplicación. Indicaciones y contraindicaciones. Tracciones vertebrales. Clasificación y técnicas de aplicación.

Tema 7. Estiramientos musculotendinosos. Concepto. Maniobras utilizadas. Principios de aplicación. Técnica de estiramiento. Indicaciones y contraindicaciones.

Tema 8. Masaje. Concepto. Efectos fisiológicos del masaje. Técnicas, maniobras y modalidades fundamentales. Indicaciones y contraindicaciones.

Tema 9. Movilizaciones Activas. Concepto. Evaluación analítica músculo-tendinosa. Clasificación de Cinesiterapia Activa. Reflejos osteotendinosos. Indicaciones y Contraindicaciones.

Tema 10. Movimientos Vicariantes. Concepto. Clasificación de movimientos vicariantes. Utilización terapéutica de los movimientos sustitutorios y cuáles son los más frecuentes. Órtesis en las parálisis de los nervios periféricos.

Tema 11. Ejercicios Específicos. Ejercicios de Codman, Chandler, Frenkel, Buerguer Allen, FNP, Klapp, RPG y Williams.

Tema 12. Mecanoterapia: Suspensionoterapia y Poleoterapia. Conceptos. Principios fundamentales y tipos de Suspensiones. Aparataje. Indicaciones y Contraindicaciones. Bases y cómo elaborar un Sistema de poleas.

Tema 13. Facilitación Neuromuscular Propioceptiva. Concepto. Principios. Técnicas Básicas. Patrones de cuello, miembros superiores y miembros inferiores.

Tema 14. Cinesiterapia dirigida a la finalidad ocupacional. Concepto. Principios de aplicación. Tipos de técnicas.

Indicaciones.

Tema 15. Entrenamiento con ayudas técnicas para deambulaci3n. Tipos de patrones de marcha con ayudas a la deambulaci3n. Ejercicios para la iniciaci3n para el uso de ayudas a la marcha. Ejercicios para escaleras.

## **2. Contenidos pr3cticos**

Contenidos Pr3cticos

Tema 1. Pr3cticas posturas. Exploraci3n visual en diferentes posturas. An3lisis postural. Cambios posturales. Tipos de dec3bitos.

Tema 2. Pr3ctica Inmovilizaciones. Materiales para inmovilizaciones. Vendaje Funcional.

Tema 3. Pr3ctica relajaci3n. Relajaci3n de Shultz y Jacobson.

Tema 4. Pr3ctica Movilizaciones pasivas I. Miembros Superiores. Toma de manos. Colocaci3n del Fisioterapeuta y del paciente. Localizaci3n de puntos de referencia.

Tema 5. Pr3ctica Movilizaciones pasivas 2. Miembros Inferiores. Toma de manos. Colocaci3n del Fisioterapeuta y del paciente. Localizaci3n de puntos de referencia.

Tema 6. Pr3ctica de Tracciones. Tracci3n cervical mec3nica y manual y lumbar mec3nica.

Tema 7. Pr3ctica de Estiramientos. Estiramientos musculares anal3ticos.

Tema 8. Pr3cticas de Masaje. T3cnicas b3sicas de masoterapia para columna vertebral y extremidades.

Tema 9. Pr3ctica de Movilizaciones activas. Exploraci3n de Reflejos osteotendinosos. Tipos de Movilizaciones Activas. Identificaci3n de tipos de movilizaciones activas.

Tema 10. Pr3ctica de movimientos Vicariantes. Aplicaci3n y usos terap3uticos de los movimientos sustitutorios. Ortesis en par3lisis de los nervios perif3ricos.

Tema 11. Pr3ctica de Ejercicios espec3ficos. Realizaci3n pr3ctica de ejercicios de Codman, Chandler, Frenkel, Buerguer Allen, FNP, Klapp, RPG y Williams.

Tema 12. Pr3ctica de Mekanoterapia. Aparataje de Suspensionterapia y Poleoterapia. Tipos de Suspensiones y Sistemas de poleas. Explicaci3n. Elaboraci3n por parte del alumno de los diferentes tipos de suspensi3n y de sistemas de poleas.

Tema 13. Pr3ctica FNP 1. Patrones de cuello. Patrones de miembros superiores A-B, B-A, C-D y D-C. M3sculos implicados.

Tema 14. FNP 2. Patrones de miembros inferiores A-B, B-A, C-D y D-C. M3sculos implicados. Estiramientos FNP. Cinesiterapia Ocupacional.

Tema 15. Entrenamiento con ayudas t3cnicas para la deambulaci3n. Pr3ctica final con repaso general, dudas y preguntas.

## **METODOLOGÍA**

## Aclaraciones generales sobre la metodología (opcional)

Los alumnos a tiempo parcial deberán acudir a un 80% de las lecciones magistrales y de las prácticas.

## Adaptaciones metodológicas para alumnado a tiempo parcial

En condiciones normales la semana se estructurará lunes, martes y miércoles teoría y jueves y viernes prácticas.

### Actividades presenciales

Actividad	Grupo completo	Grupo mediano	Total
<i>Actividades de evaluación</i>	3	-	3
<i>Lección magistral</i>	19	-	19
<i>Prácticas clínicas</i>	-	28	28
<b>Total horas:</b>	22	28	50

### Actividades no presenciales

Actividad	Total
<i>Búsqueda de información</i>	30
<i>Estudio</i>	40
<i>Trabajo de grupo</i>	30
<b>Total horas:</b>	100

## MATERIAL DE TRABAJO PARA EL ALUMNADO

Casos y supuestos prácticos  
Cuaderno de Prácticas

### Aclaraciones:

Los alumnos elaborarán un cuaderno de prácticas clínicas siguiendo las indicaciones del profesorado.

Durante las clases teóricas y prácticas se expondrán casos clínicos y supuestos prácticos.

## EVALUACIÓN

Competencias	Instrumentos		
	Examen tipo test	Trabajos en grupo	Exámen práctico
<i>CE17</i>	x	x	x
<i>CG3</i>	x	x	x
<b>Total (100%)</b>	40%	10%	50%
<b>Nota mínima.(*)</b>	5	5	5

(\*) Nota mínima para aprobar la asignatura.

**Método de valoración de la asistencia:**

El alumno que acuda menos de un 80% de las prácticas será calificado como suspenso (4).

El sistema de control de asistencia se hará mediante Hoja de Firmas.

La recuperación de la asistencia práctica será acordada por el profesor.

**Aclaraciones generales sobre los instrumentos de evaluación:**

El examen tipo test (Teórico) constará de 50 preguntas con 4 respuestas cada una y se restará 1 correcta por cada 3 erróneas.

El examen práctico será oral y por parejas.

En caso de no superar la nota mínima en cada uno de los instrumentos de evaluación o de no tener la asistencia a prácticas requerida el alumno será calificado como suspenso (4).

**Aclaraciones de evaluación para el alumnado a tiempo parcial:**

Los alumnos a tiempo parcial se les realizará la misma evaluación.

**Criterios de calificación para la obtención de Matrícula de Honor:** *Los alumnos que obtengan las calificaciones globales más altas obtendrán la matrícula de honor.*

**¿Hay exámenes/pruebas parciales?:** *No*

## BIBLIOGRAFÍA

**1. Bibliografía básica:**

1.- Igual Camacho, Celedonia. Muñoz Díaz, Emilio. Aramburu de la Vega, Cristina. "Fisioterapia general. Cinesiterapia". Madrid Síntesis D.L. 1996.

2.- Fernández de las Peñas, César. Melián Ortiz, Alberto. "Cinesiterapia, bases fisiológicas y aplicación práctica". Barcelona. Elsevier 2013.

3.- Albornoz Cabello, Manuel. Meroño, Javier. "Procedimientos generales de Fisioterapia práctica basada en la evidencia". Amsterdam; Barcelona. Elsevier. 2012.

4.- López Chicharro, José. Fernández Vaquero, Almudena. "Fisiología del Ejercicio". Madrid. Médica Panamericana, 2006.

**2. Bibliografía complementaria:**

1.- Martínez Gil, José Luis. Martínez Cañadas, Jacobo. "Poleas y suspensiones para la actividad física y la fisioterapia". Madrid. Arán. 2008.

2.- Neiger, Henri. Gosselin, Pascale. Torres Lacomba, María. "Estiramientos analíticos manuales. técnicas pasivas". Madrid. Médica Panamericana. 1998.

3.- Hislop, Helen J. Montgomery, Jaqueline. "Daniels-Worthingham's Pruebas funcionales musculares". Madrid. Marban. 1997

ENLACES RECOMENDADOS:

<http://www.luisbernal.es/fisio/>

<http://www.fisiowin.net>

<http://fisioterapia.blogspot.com.es/2012/03/la-cinesiterapia.html>

<http://cinesiterapiadelamano.blogspot.com.es/>

<http://ejercicioterapeuticosvv.blogspot.com.es/2013/11/cinesiterapia.html>

### CRITERIOS DE COORDINACIÓN

Ningún criterio introducido.

### CRONOGRAMA

Periodo	Actividad		
	Actividades de evaluación	Lección magistral	Prácticas clínicas
1ª Semana	0	3	2
2ª Semana	0	3	2
3ª Semana	0	3	3
4ª Semana	0	3	2
5ª Semana	0	3	2
6ª Semana	0	3	2
7ª Semana	0	1	2
8ª Semana	0	0	2
9ª Semana	0	0	2
10ª Semana	0	0	2
11ª Semana	0	0	2
12ª Semana	0	0	2
13ª Semana	0	0	3
14ª Semana	3	0	0
<b>Total horas:</b>	<b>3</b>	<b>19</b>	<b>28</b>