



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA

## FACULTAD DE MEDICINA



### PROGRAMA ACADÉMICO

1. Datos de Identificación					
Unidad de Aprendizaje:	<b>EJERCICIOS TERAPÉUTICOS I</b>				
Programa Educativo:	Licenciatura en Fisioterapia				
Clave y Ubicación:	<b>Clave</b>	<b>Semestre</b>	<b>Área</b>		
	1403	04	CLINICO		
Horas y Créditos:	<b>Teóricas</b>	<b>Prácticas</b>	<b>Independiente</b>	<b>Total de Horas</b>	<b>Créditos</b>
	48	32	00	80	10
Competencias del perfil de egreso a las que aporta:	<p>Aplica los conocimientos teóricos y prácticos de las técnicas y procedimientos de fisioterapia necesarios para la prevención, promoción y cuidado de la salud de los pacientes con discapacidad en cualquier nivel de atención con profesionalismo y ética. Comprende la importancia de la terapia física y rehabilitación como ciencia, profesión y medio para la promoción del bienestar de la persona y de la sociedad. Expresa de forma clara oral y por escrito su diagnóstico y plan de tratamiento de los pacientes con discapacidad, mostrando adecuado juicio ético y sensibilidad empática hacia las personas y culturas. Utiliza destrezas de comunicación científica, profesional e interpersonal con colegas y pacientes, mostrando sensibilidad hacia las necesidades de estos últimos. Trabaja en grupo y de forma cooperativa, especialmente con profesionales de otras disciplinas colaborando en el avance y el desarrollo científico de la disciplina. Implica un proceso personal de formación continua de reciclaje y autoaprendizaje</p>				
Componentes de la competencia a desarrollar:	Escribir aquí...				
Unidades de aprendizaje relacionadas:	Anatomía, Fisiología, Bioquímica, Física, Fundamentos de enfermería, Kinesiología, Psicología, inglés, computación, nutrición, desarrollo motor, y comunicación.				
Responsables del elaborar el programa:	LFT. Martha Beatriz Sandoval Velázquez			<b>Fecha de Creación:</b>	
				13/12/2011	
Responsables de actualizar el programa:	LFT. Martha Beatriz Sandoval Velázquez. FT. María del rosario Beltrán Sánchez. FT. Isis Marcela Rolon Sandoval.			<b>Última Actualización:</b>	
				15/08/2018	

2. Propósito
<p>Proporciona los conocimientos y la práctica necesarios para que el alumno (a) en base al método clínico esté capacitado para valorar al paciente que cursa con una discapacidad, conocer su etiología, pronóstico y tratamiento de rehabilitación adecuado en base a la metodología basada en la evidencia y con ética profesional. Derivar a especialidad a los pacientes que lo requieran.</p>

3. Saberes
<p><b>Teóricos:</b></p> <p>Analiza teórica y metodológicamente la morfología, fisiología, histología, bioquímica, los principios y teorías de biomecánica, física aplicados en la fisioterapia, los factores del ejercicio e historia natural de las enfermedades discapacitantes para desarrollar los conocimientos encaminados a iniciar la rehabilitación en el momento del diagnóstico previniendo y limitando el daño o secuelas posteriores. Conocimientos de normas éticas y legales que conforman la práctica de la fisioterapia y los códigos deontológicos de la profesión.</p>
<p><b>Prácticos:</b></p> <p>Aplica los conocimientos aportados por la terapia física y rehabilitación en el desarrollo</p>



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA**  
**FACULTAD DE MEDICINA**



	de técnicas y procedimientos específicos para lograr elevar la calidad y promedio de vida del paciente con discapacitantes. Describe los problemas de salud derivados de las patologías del movimiento humano. Evalúa el funcionamiento del sistema musculo esquelético. Diseña y aplica un plan de tratamiento fisioterapéutico.
<b>Actitudinales:</b>	Asume responsabilidad sobre la manera de comportarse, con identidad y ética profesional, representada por las actitudes y conductas de respeto, tolerancia, solidaridad, discreción y disposición de servicio hacia las personas con quién trabaje, manteniendo una actitud abierta y participativa, para promover la salud integral. Promueve también la convivencia, comprensión y tolerancia con la población discapacitada.

<b>4. Contenidos</b>		
<b>4.1. Unidades</b>	<b>4.2. Objetivos</b>	<b>4.3. Duración (Horas)</b>
<b>UNIDAD 01 EJERCICIOS TERAPEUTICOS I</b> 1.1 Concepto. 1.2 Recuerdo histórico. 1.3 Principios básicos del ejercicio terapéutico y fisiología del movimiento. 1.4 Repercusión sobre el funcionamiento físico. 1.5 Tipos de intervención con ejercicios terapéuticos. 1.6 Seguridad del ejercicio. 1.7 Estrategias para la enseñanza de los ejercicios. 1.8 Conceptos de aprendizaje motriz. 1.9 Método para la evaluación del paciente y el desarrollo de un programa de intervención terapéutica.	El alumno conoce e identifica los movimientos básicos de los ejercicios terapéuticos, así como su aplicación durante su funcionamiento, además aprende a prevenir accidentes durante su realización.	20
<b>UNIDAD 02 CADENAS CINÉTICAS MUSCULARES.</b> 2.1 Introducción <ul style="list-style-type: none"> <li>• Clasificación.</li> <li>• Análisis de una cadena cinética abierta.</li> <li>• Análisis de una cadena cinética cerrada.</li> <li>• Caracteres diferenciales.</li> </ul> 2.2 Movimientos vicariantes <ul style="list-style-type: none"> <li>• Clasificación</li> <li>• Utilidad terapéutica</li> <li>• Las ortesis en las parálisis de los nervios periféricos.</li> </ul>	El alumno adquiera no solo herramientas para las técnicas de ejercicios terapéuticos, identifica los músculos que intervienen en las distintas cadenas cinéticas y su utilidad e importancia en fisioterapia.	20
<b>UNIDAD 03 EJERCICIOS CONTRA RESISTENCIA.</b> 3.1 Conceptos <ul style="list-style-type: none"> <li>• Modalidades</li> <li>• Clasificación</li> <li>• Ejercicios de musculación.</li> </ul> 3.2 principios que rigen los ejercicios de musculación. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Métodos para desarrollar fuerza muscular.</li> </ul> 3.3 Técnicas de musculación. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas isométricas: Von Niederhoffer, Heltinguer y Müller, Troissier.</li> <li>• Técnicas de musculación con</li> </ul>	El alumno adquiere herramientas para las técnicas de ejercicios terapéuticos, así como el aprendizaje a desempeñar ejercicios contra resistencia y su importancia en los distintos tratamientos en fisioterapia.	20



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA**  
**FACULTAD DE MEDICINA**



<ul style="list-style-type: none"> <li>• contracciones dinámicas</li> <li>• Técnicas de Delorme y Watkins</li> <li>• Ejercicios de carga asistida.</li> <li>• Técnicas mixtas</li> <li>• Técnicas con trabajo isocinéticas</li> <li>• Pliométricos (fuerza y potencia en fisioterapia del deporte).</li> </ul>		
<p><b>UNIDAD 04 ESTIRAMIENTOS MUSCULO-TENDINOSOS.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto.</li> <li>• Fundamentos teóricos</li> <li>• Tipos.</li> <li>• Técnicas de aplicación</li> <li>• Indicaciones.</li> <li>• Contraindicaciones.</li> <li>• Efectos terapéuticos</li> </ul>	<p>El alumno conoce, aprende y se relaciona con los distintos tipos de estiramientos, así como las distintas técnicas que se llevan a cabo y cuando se deben desempeñar.</p>	<p align="center">20</p>

<b>5. Actividades para Desarrollar las Competencias</b>	
<p><b>Docente:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Encuadre del curso</li> <li>-Presentación del programa e introducción a la temática correspondiente.</li> <li>-Da a conocer los criterios de evaluación.</li> <li>-Activación de conocimientos previos sobre los contenidos centrales de la unidad de aprendizaje, que puede realizarse a través de diversas estrategias: lluvia de ideas, elaboración de un escrito o carta pre activa antes de iniciar las sesiones de aprendizaje presenciales.</li> <li>-Instrucción sobre el registro, características y uso de la plataforma virtual de la facultad de medicina.</li> <li>-Intervenciones para apoyar a los estudiantes en aclarar dudas y retroalimentar los aprendizajes.</li> <li>-Organización de actividades en grupos de aprendizaje</li> <li>-Revisión y retroalimentación constante sobre los reportes o tareas realizados en plataforma virtual y en forma presencial.</li> </ul>
<p><b>Estudiante:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Lectura previa y su evidencia a través de diversas estrategias, entre ellas: ingreso a los recursos de la plataforma virtual, realización de actividades programadas, uso de enlaces con la web para revisión de videos, textos, libros electrónicos (e-books) de tópicos profesionales tratados.</li> <li>-Elaboración de mapas mentales, mapas conceptuales, ensayos, construcción de cuadros comparativos sobre la epistemología didáctica analizada, fichas de resumen, ejercicios de crítica sobre el tema.</li> <li>-Desarrollar la capacidad para recoger y traducir en el lenguaje médico los síntomas y signos señalados.</li> <li>-Integrar cuadros nosológicos de presunción y jerarquizar estado funcional y tratamiento de rehabilitación.</li> <li>-Recordar de acuerdo al modelo de la historia natural de la enfermedad los niveles de prevención y rehabilitación de los padecimientos.</li> <li>-Discutir dicha la importancia de la evaluación física previa y posterior a pruebas.</li> <li>-Realizar programa de mejoramiento físico en paciente sedentario sano.</li> <li>-Elaborar programa de rehabilitación utilizando ejercicios terapéuticos.</li> <li>-Realizar un programa de rehabilitación de paciente con patologías osteomusculares.</li> <li>-Reconoce que hay condiciones que requieren ser referidos para reevaluación por su médico.</li> <li>-Aplica el método clínico en la atención integral de sus pacientes.</li> </ul>



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA

## FACULTAD DE MEDICINA



-Consulta por su propia iniciativa la bibliografía necesaria para la rehabilitación pulmonar de sus pacientes.  
-Realiza prácticas de ejercicios terapéuticos en el Laboratorio de Fisioterapia Campus I Facultad de Medicina UAS

### 6. Evaluación de las Competencias

6.1. Evidencias	6.2. Criterios de Desempeño	6.3. Calificación y Acreditación
Asistencia y participación durante las clases, actividades en plataforma educativa, dejando evidencia en portafolio electrónico con ensayos, mapas mentales, conceptuales, diagramas, y otros que se consideren pertinentes por los alumnos y el docente. Estas actividades se analizarán en sesiones plenarias en aula por equipos de trabajo. Casos clínicos con abordaje, diagnóstico, estratificación del caso y plan de rehabilitación.	Asistencia, responsabilidad, disciplina, participación, conducta ética, calidad en los trabajos presentados, habilidad en la solución de problemas, creatividad, planeación, trabajo en equipo, capacidad de adaptación. Respeto a la dignidad de la persona, cuidado de la ortografía al escribir, respeto de las fuentes, su citación y referencias adecuadas, entre otras que estén relacionadas en su ámbito personal y profesional. (Se aplicará examen tipo extraordinario, si el alumno no cumple con los criterios de desempeño durante el semestre y su calificación mínima será de 6. Todos los criterios serán considerados por los alumnos y el docente).	Participación, asistencia y criterios de desempeño desarrollados 40% Exámenes parciales, 40% Trabajo final de Rehabilitación utilizando ejercicios terapéuticos, 20% Asistencia y participación en clase.
<b>6.4. Instrumentos de regulación de la calidad</b>		
Escribir aquí...		

### 7. Fuentes de Información

<b>Básica:</b>	1.- Woolf, K. (2008). Prescripción del ejercicio, fundamentos fisiológicos. España: Elsevier, Masson.
<b>Complementaria:</b>	2. - Minuchin, P. (2005). Physiology of the exercise, method intermediate. Nobuko. 3.- Chaitow, L., DeLany, J. (2002). Aplicación clínica de las técnicas neuromusculares. Vol. I y II. España: Paidotribo. 4.- Chicharro, A. (2006). Fisiología del ejercicio. (3ª ed.). España: Panamericana. 5.- Hall, C., Thein, B. (2006). Ejercicio terapéutico y recuperación funcional. España: Paidotribo 6.- Kisner, Colby. (2005). Ejercicio terapéutico. España: Paidotribo. 7.- Lieberman, C. (2002). Manual de rehabilitación de la columna vertebral. (2ª ed.) España: Paidotribo.

### 8. Perfil del Profesor

Licenciatura en Terapia Física y Rehabilitación y/o cursos en actualización docente y un amplio conocimiento en las tecnologías de la información.  
El docente debe tener una actitud ética, con alto sentido de la responsabilidad y habilidad para saber relacionarse, y capacidad de adaptación.