



Año académico	2016-17
Asignatura	11129 - El Ejercicio Físico como Método de Prev. y Tra. de Lesiones del Apa. Loco.
Grupo	Grupo 1, 2S
Guía docente	C
Idioma	Castellano

## Identificación de la asignatura

<b>Asignatura</b>	11129 - El Ejercicio Físico como Método de Prev. y Tra. de Lesiones del Apa. Loco.
<b>Créditos</b>	0,72 presenciales (18 horas) 2,28 no presenciales (57 horas) 3 totales (75 horas).
<b>Grupo</b>	Grupo 1, 2S (Campus Extens)
<b>Período de impartición</b>	Segundo semestre
<b>Idioma de impartición</b>	Castellano

## Profesores

Profesor/a	Horario de atención a los alumnos					
	Hora de inicio	Hora de fin	Día	Fecha inicial	Fecha final	Despacho
María de la Paz Martínez Bueso <a href="mailto:paz.martinez@uib.es">paz.martinez@uib.es</a>	13:30	14:30	Martes	19/09/2016	16/12/2016	despatx 29, edifici Beatriu de Pinós. La tutoria s'ha de concertar prèviament per correu electrònic.
	13:30	14:30	Martes	09/01/2017	07/04/2017	despatx 29, edifici Beatriu de Pinós. La tutoria s'ha de concertar prèviament per correu electrònic.
	13:30	14:30	Martes	24/04/2017	07/07/2017	despatx 29, edifici Beatriu de Pinós. La tutoria s'ha de concertar prèviament per correu electrònic.
Natalia Romero Franco <a href="mailto:natalia.romero@uib.es">natalia.romero@uib.es</a>	10:00	11:00	Martes	12/09/2016	06/02/2017	44 Beatriu de Pinós (confirmar vía email)



Año académico	2016-17
Asignatura	11129 - El Ejercicio Físico como Método de Prev. y Tra. de Lesiones del Apa. Loco.
Grupo	Grupo 1, 2S
Guía docente	C
Idioma	Castellano

Profesor/a	Horario de atención a los alumnos					
	Hora de inicio	Hora de fin	Día	Fecha inicial	Fecha final	Despacho
	09:30	10:30	Miércoles	06/02/2017	07/07/2017	44, Beatriu de Pinòs (confirmar vía email)
Olga Velasco Roldán <a href="mailto:olga.velasco@uib.es">olga.velasco@uib.es</a>	12:00	13:00	Miércoles	01/09/2016	31/07/2017	Despacho 34. Solicitar cita previa

## Contextualización

Esta asignatura optativa dentro del Màster Universitari en Salut i Qualitat de Vida profundiza en el conocimiento y en la investigación del ejercicio físico en la calidad de vida ayudando al alumno y alumna a identificar los cambios y tendencias en la salud que justifican el ejercicio físico como herramienta de prevención y terapia del aparato locomotor, proporcionando herramientas para analizar las necesidades del aparato locomotor de los usuarios para dar respuesta a una problemática real en las diferentes etapas de la vida.

Profesorado:

Dra. Olga Velasco Roldán. Diplomada en Fisioterapia (1998) Licenciada en Kinesiología y Fisiatría (2007) y Doctora por la Universidad de Cádiz (2013).

Profesora del Departamento de Enfermería y Fisioterapia de la Universidad de las Islas Baleares desde el año 2002 y miembro del grupo de investigación 'Evidencia, Estilos de Vida y Salud' del Instituto Universitario de Investigación en Ciencias de la Salud (IUNICS, UIB). <http://evesresearch.uib.cat/>

Líneas de Investigación: Salud y deporte. Estilos de vida y salud. Ejercicio físico. Dolor crónico.

Dra. Natalia Romero Franco.

Diplomada en Fisioterapia, Master en Investigación en ciencias de la Actividad Física y Salud, Doctora Internacional en Fisioterapia.

Autora de diferentes artículos científicos relacionados con la prevención de lesiones en deportistas, a través de la evaluación de los principales factores de riesgo y la inclusión de ejercicios de fuerza, propiocepción y coordinación.

Atleta de alto rendimiento

Dra. Paz Martínez Bueso

Profesora del Departamento de Enfermería y Fisioterapia de la Universitat de les Illes Balears y miembro del grupo de investigación 'Evidencia, Estilos de Vida y Salud' del Instituto Universitario de Investigación en Ciencias de la Salud (IUNICS, UIB).

Docencia de grado impartida en los estudios de Fisioterapia, Enfermería y Psicología. Docencia de postgrado en Nutrición, Fisioterapia del deportista y "Nuevas tecnologías y fisioterapia".



Año académico	2016-17
Asignatura	11129 - El Ejercicio Físico como Método de Prev. y Tra. de Lesiones del Apa. Loco.
Grupo	Grupo 1, 2S
Guía docente	C
Idioma	Castellano

Experiencia en investigación en el campo de la discapacidad, la nutrición y la aplicación de nuevas tecnologías en rehabilitación (entro otros).

## Requisitos

### Esenciales

Títol de Grau.

## Competencias

### Específicas

- \* CE7.- Capacidad para identificar y elegir aspectos susceptibles de prevención-intervención en salud y calidad de vida.
- \* CE8.- Capacidad para conocer y evaluar diferentes factores relacionados con la salud y la calidad de vida y aplicar las habilidades adquiridas, en la mejora de la investigación y la intervención en salud..

### Genéricas

- \* CG1.- Capacidad para realizar reflexiones y razonamientos críticos, analizar la información científica y sintetizarla..
- \* CG2.- Capacidad para trabajar en equipo, y especialmente en equipos multidisciplinares.

### Básicas

- \* Se pueden consultar las competencias básicas que el estudiante tiene que haber adquirido al finalizar el máster en la siguiente dirección: [http://estudis.uib.cat/es/master/comp\\_basiques/](http://estudis.uib.cat/es/master/comp_basiques/)

## Contenidos

### Resultados del aprendizaje

Argumentar la importancia del ejercicio físico en la calidad de vida y el entorno psicosocial.  
Identificar los cambios y tendencias en la salud que justifican el ejercicio físico como herramienta de prevención y terapia del aparato locomotor.  
Analizar las necesidades del aparato locomotor de los usuarios para dar respuesta a una problemática real en las diferentes etapas de la vida

### Contenidos temáticos

1. Ejercicio físico y salud del aparato locomotor: efectos sobre el organismo, el área psicosocial y los estilos de vida. Importancia, en este aspecto, del trabajo en equipos multidisciplinares.
2. Beneficios y contraindicaciones del ejercicio físico en el aparato locomotor
3. Adaptación del ejercicio físico en el aparato locomotor en las diferentes etapas de la vida y en poblaciones especiales: Tratamiento y prevención en salud y calidad de vida.



Año académico	2016-17
Asignatura	11129 - El Ejercicio Físico como Método de Prev. y Tra. de Lesiones del Apa. Loco.
Grupo	Grupo 1, 2S
Guía docente	C
Idioma	Castellano

4. Programas, evaluación y guías clínicas de ejercicio físico como método de prevención y tratamiento de diferentes patologías del aparato locomotor: Diseño, gestión y evaluación de programas en el contexto de la salud.

## Metodología docente

### Actividades de trabajo presencial

Modalidad	Nombre	Tip. agr.	Descripción	Horas
Clases teóricas	Clase presencial	Grupo grande (G)	Las clases presenciales son seminarios en las que se tratarán temas eminentemente teórico-prácticos.  El profesorado de la asignatura, expondrá los fundamentos teórico-prácticos de cada tema mediante sesiones participativas basadas principalmente en artículos científicos. El alumno/a deberá realizar una valoración crítica de los resultados y destacar los aspectos novedosos del mismo, relacionándolos con la temática de la asignatura.  Dependiendo de la temática del seminario correspondiente se solicitarán entregas de trabajos y/o exposiciones de las actividades realizadas en clase.	13
Evaluación	Clases presencial	Grupo grande (G)	Las clases presenciales son seminarios en las que se tratarán temas eminentemente teórico-prácticos.  Dependiendo de la temática del seminario correspondiente se solicitarán entregas de trabajos y/o exposiciones de las actividades realizadas en clase.	3
Evaluación	Examen	Grupo grande (G)	Evaluación de los contenidos de la asignatura.	1
Otros	Presentación de la asignatura	Grupo grande (G)	A principio de curso se realizará una sesión de presentación de la asignatura, donde se trabajará la metodología de aprendizaje y de evaluación que se utilizará en ella, y se acordará el cronograma definitivo.	1

Al inicio del semestre estará a disposición de los estudiantes el cronograma de la asignatura a través de la plataforma UIBdigital. Este cronograma incluirá al menos las fechas en las que se realizarán las pruebas de evaluación continua y las fechas de entrega de los trabajos. Asimismo, el profesor o la profesora informará a los estudiantes si el plan de trabajo de la asignatura se realizará a través del cronograma o mediante otra vía, incluida la plataforma Campus Extens.

### Actividades de trabajo no presencial

Modalidad	Nombre	Descripción	Horas
Estudio y trabajo autónomo individual	Estudio contenidos teóricos	Estudio de los materiales facilitados y los creados por los estudiantes de cara al examen teórico	27

Año académico	2016-17
Asignatura	11129 - El Ejercicio Físico como Método de Prev. y Tra. de Lesiones del Apa. Loco.
Grupo	Grupo 1, 2S
Guía docente	C
Idioma	Castellano

Modalidad	Nombre	Descripción	Horas
Estudio y trabajo autónomo individual o en grupo	Actividades prácticas	Búsqueda y lectura de documentos, participación en actividades propuestas.	30

### Riesgos específicos y medidas de protección

Las actividades de aprendizaje de esta asignatura no conllevan riesgos específicos para la seguridad y salud de los alumnos y, por tanto, no es necesario adoptar medidas de protección especiales.

### Evaluación del aprendizaje del estudiante

#### Clase presencial

Modalidad	Clases teóricas
Técnica	Pruebas orales ( <b>no recuperable</b> )
Descripción	Las clases presenciales son seminarios en las que se tratarán temas eminentemente teórico-prácticos. El profesorado de la asignatura, expondrá los fundamentos teórico-prácticos de cada tema mediante sesiones participativas basadas principalmente en artículos científicos. El alumno/a deberá realizar una valoración crítica de los resultados y destacar los aspectos novedosos del mismo, relacionándolos con la temática de la asignatura. Dependiendo de la temática del seminario correspondiente se solicitarán entregas de trabajos y/o exposiciones de las actividades realizadas en clase.
Criterios de evaluación	Exposición pública o entregas de trabajos acerca de los aspectos novedosos encontrados en la búsqueda de artículos científicos relacionados con la temática de la asignatura.  Se valorará: Aportaciones razonadas y ajustadas a la temática
Porcentaje de la calificación final: 30%	

#### Clases presencial

Modalidad	Evaluación
Técnica	Otros procedimientos ( <b>no recuperable</b> )
Descripción	Las clases presenciales son seminarios en las que se tratarán temas eminentemente teórico-prácticos. Dependiendo de la temática del seminario correspondiente se solicitarán entregas de trabajos y/o exposiciones de las actividades realizadas en clase.
Criterios de evaluación	Se evaluará la asistencia a los seminarios y las actividades realizadas en los mismos. Dependiendo de la temática del seminario correspondiente se solicitarán entregas de trabajos y/o exposiciones de las actividades realizadas en clase.  Se valorará: aportaciones razonadas y ajustadas a la temática
Porcentaje de la calificación final: 30%	



---

Año académico	2016-17
Asignatura	11129 - El Ejercicio Físico como Método de Prev. y Tra. de Lesiones del Apa. Loco.
Grupo	Grupo 1, 2S
Guía docente	C
Idioma	Castellano

---

### Examen

Modalidad	Evaluación
Técnica	Pruebas objetivas ( <b>recuperable</b> )
Descripción	Evaluación de los contenidos de la asignatura.
Criterios de evaluación	Resolución de cuestionario tipo test o preguntas de corto desarrollo

Se valorará: la correcta resolución de las cuestiones

Porcentaje de la calificación final: 40%

---

### Recursos, bibliografía y documentación complementaria

A lo largo de desarrollo de la asignatura se proporcionara la bibliografía y la documentación necesaria para el desarrollo de la asignatura.

