

## GRAU EN FISIOTERÀPIA

### 23232 - PRESCRIPCIÓ DE L'ACTIVITAT FÍSICA I L'EXERCICI TERAPÈUTIC EN POBLACIONS ESPECIALS

#### Informació general

- Tipus d'assignatura : Obligatòria
- Coordinador : Esther Mur Gimeno
- Curs: Segon
- Trimestre: Tercer
- Crèdits: 6
- Professorat:
  - Raquel Sebio García <[rsebio@tecnocampus.cat](mailto:rsebio@tecnocampus.cat)>
  - Clara Bergé Ortínez <[cberge@tecnocampus.cat](mailto:cberge@tecnocampus.cat)>

#### Idiomes d'impartició

- Català
- Castellà
- Anglès

#### Competències que es treballen

##### Bàsica

- B2\_ Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements a la seva feina o vocació d'una forma professional i tinguin les comptències que es solen demostrar mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seva àrea d'estudi
- B4\_ Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat

##### Específica

- E5\_ Valorar l'estat funcional del pacient, considerant els aspectes físics, psicològics i socials
- E6\_ Valorar el diagnòstic de cures de fisioteràpia segons les normes i amb els instruments de validació reconeguts internacionalment
- E7\_ Dissenyar el pla d'intervenció de fisioteràpia atenent a criteris d'adequació, validesa i eficiència
- E8\_ Executar, dirigir i coordinar el pla d'intervenció de fisioteràpia, utilitzant les eines terapèutiques pròpies i atenent a la individualitat de l'usuari
- E9\_ Avaluar l'evolució dels resultats obtinguts amb el tractament en relació amb els objectius marcats

- E10\_Elaborar l'informe d'alta de les cures de fisioteràpia una vegada coberts els objectius proposats
- E13\_Capacitat per treballar en equips professionals com a unitat bàsica en la que s'estructuren de forma uni o multidisciplinària i interdisciplinària els professionals i altra personal de les organitzacions assistencials
- E16\_Capacitat per portar a terme intervencions fisioterapèutiques basant-se en l'atenció integral de la salut que suposa la cooperació multiprofessional, la integració dels processos i la continuïtat assistencial

## Transversal

- T2\_Demostrar capacitat d'organització i planificació
- T3\_L'estudiant ha de ser capaç de desenvolupar habilitats en les relacions interpersonals i siguin capaçs de treballar dins d'un equip intra i interdisciplinari

## Descripció

---

Cada vegada és més l'evidència científica que avala la prescripció d'activitat física terapèutica per a la prevenció i tractament de diferents malalties, especialment d'origen no transmissible. Els beneficis de la pràctica d'exercici són múltiples i abasten tots els sistemes incloent el cardiovascular, l'endocrí, el respiratori, el musculoesquelètic i el neurològic, a més de millorar altres aspectes de la vida diària dels malalts com la qualitat del somni, l'estat d'ànim i la qualitat de vida en general.

Tot i aquests beneficis, la prescripció d'activitat física terapèutica encara és una assignatura pendent per diferents motius incloent la manca de recursos, la desinformació i les barreres físiques i psicològiques dels pacients. En aquesta assignatura abordarem els aspectes generals de com fer la prescripció d'activitat física terapèutica en diferents malalties i poblacions clíniques especials, des de com fer l'avaluació de les capacitats físiques per la identificació de les deficiències i alteracions fins a com prescriure l'exercici en diferents tipus de malalts tenint en compte les seves necessitats específiques i possibles precaucions i/o recomanacions. També s'abordaran aspectes relacionats amb el canvi de conducta necessari per millorar l'adherència i manteniment dels beneficis obtinguts amb la pràctica d'activitat física.

## Resultats d'aprenentatge

---

- RA29. Analitza els efectes produïts per les intervencions. Avalua beneficis i riscos i estableix un criteri d'intervenció en funció de les prioritats i efectes perseguits.
- RA22. Estableix el protocol d'intervenció en funció de la negociació conjunta entre terapeuta i pacient.
- RA31. Avalua l'estat físic i mental del pacient. Determina el nivell de seguretat, disfuncions, minusvalideses i limitacions tant en l'àmbit individual com social.
- RA32. Aplica tecnologies per a l'avaluació del pacient. Incorpora nous instruments de mesura que faciliten l'objectivació de les intervencions. Participa en la validació d'eines d'avaluació per a la seva incorporació en la pràctica clínica.
- RA52. Interactua amb altres professionals de la salut i de l'activitat física per fonamentar un pla d'intervenció basada en els diagnòstics clínics específics de cadascuna de les professions.
- RA27. Interactua amb els professionals mèdics per al guany d'eficàcia terapèutica. Estableix objectius conjunts d'intervenció.

## Metodologia de treball

---

Tipus	Hores	% Presencialitat
AF1. Classes teòriques	35	100%
AF3. Classes pràctiques	23	100%

AF5. Tutories	3	40%
AF6. Estudi i treball en grup	8	10%
AF7. Estudi i treball autònom, individual	81	0%
Total	150	

## Continguts

---

Els continguts d'aquesta assignatura es dividiran en tres blocs:

### 1. Mètodes d'avaluació per a la prescripció de l'activitat física terapèutica

1. Avaluació del risc per la pràctica d'activitat física terapèutica
2. Avaluació de la capacitat aeròbica
3. Avaluació de la funció muscular
4. Avaluació d'altres capacitats físiques
5. Avaluació dels nivells d'activitat física

### 2. Prescripció d'activitat física terapèutica en poblacions especials

1. Patologia musculoesquelètica
2. Patologia cardiorespiratòria
3. Patologia oncològica
4. Patologia metabòlica
5. Patologia neurològica i neuromuscular
6. Altres poblacions

### 3. Consideracions pràctiques per l'abordatge del pacient des de l'activitat física terapèutica

## Activitats d'aprenentatge

---

- **MD1. Mètode expositiu o lecció magistral:** transmetre coneixements i activar els processos cognitius de l'estudiant mitjançant un aprenentatge unidireccional
- **MD2. Estudi de casos:** adquirir aprenentatge mitjançant l'anàlisi de casos reals o simulats
- **MD3. Resolució d'exercicis i problemes:** exercitar, assajar i posar en pràctica els coneixements previs
- **MD6. Aprenentatge cooperatiu:** fomentar coneixements actius i significatius de manera cooperativa

## Sistema d'avaluació

---

Activitat avaluadora	Ponderació?
SE3. Examen teòric	50%
SE2. Exposició oral	25%
SE1. Portafoli electrònic	20%
SE5. Avaluació entre iguals	5%

Per aprovar l'assignatura és obligatori assistir al menys al 80% de les classes pràctiques (les faltes justificades estan incloses el 20% d'absències) i obtenir una **qualificació de 5/10 a l'examen teòric**.

Activitat avaluadora en període de recuperació?	Ponderació?
SE3. Examen teòric	50%

D'acord a la normativa vigent, no es podran presentar al examen de recuperació aquells alumnes que hagin obtingut una qualificació de **suspens** durant el període ordinari. El treball grupal (avaluació continuada) **no es pot** recuperar.

## Recursos

---

### Bàsics

#### Bibliografies

- Gary Liguori (2021). ACSM Guidelines for exercise testing and prescription (11th Edition)
- Kisner, C. - Colby, L. (2005). Ejercicio Terapéutico. Fundamentos y Técnicas. Editorial Panamericana

#### Enllaços web

- <https://salutpublica.gencat.cat/ca/detalls/Article/Guia-de-prescripcio-dexercici-fisic-per-a-la-salut-Guia-PEFS>

### Complementaris

#### Bibliografies

- Brad Schoenfeld (2016). Science and Development of Muscle Hypertrophy. Editorial Human Kinetics
- Carlos Balsalobre-Fernández, Pedro Jiménez-Reyes. (2014) Entrenamiento de fuerza. Nuevas Perspectivas Metodológicas. ISBN-13: 978-84-616-7687-3. Disponible en: [http://www.carlos-balsalobre.com/Entrenamiento\\_de\\_Fuerza\\_Balsalobre&Jimenez.pdf](http://www.carlos-balsalobre.com/Entrenamiento_de_Fuerza_Balsalobre&Jimenez.pdf)
- Kathryn H. Schmitz (2020). Exercise Oncology. Prescribing Physical Activity Before and After a Cancer Diagnosis. Editorial Springer