Ministerio de Cultura y Educación **(Programa del año 2023)**
Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Ciencias de la Salud
Departamento: Kinesiología y Fisiatría
Area: Area 10 Formación Profesional en Kinesiología y Fisiatría

I - Oferta Académica

Materia	Carrera	Plan	Año	Período
KINEFILAXIA	LIC. KINESIOLOGIA Y FISIATRIA	11/20 13 CS	2023	1° anual

II - Equipo Docente

Docente	Función	Cargo	Dedicación
LAGOS, VIVIANA MABEL	Prof. Responsable	P.Adj Exc	40 Hs
TABARES, LUCIANA MARIA	Prof. Colaborador	P.Adj Exc	40 Hs

III - Características del Curso

Credito Horario Semanal				
Teórico/Práctico	**Teóricas**	**Prácticas de Aula**	**Práct. de lab/ camp/ Resid/ PIP, etc.**	**Total**
3 Hs	Hs	Hs	Hs	3 Hs

Tipificación	Periodo
C - Teoria con prácticas de aula	Anual

Duración			
Desde	**Hasta**	**Cantidad de Semanas**	**Cantidad de Horas**
13/03/2023	17/11/2023	30	90

IV - Fundamentación

El enfoque está dirigido hacia la promoción y prevención de la salud en todos sus niveles, utilizando como principal instrumento el movimiento en si en particular usando como herramienta a la actividad física adaptada, la cual debe ser programada, planificada, propuesta y evaluada para ser implementada con el fin de promocionar y prevenir alteraciones en los sistemas anatomo musculo esqueléticas y preservar al individuo teniendo en cuenta una mirada holística. La materia se basa en profundizar el conocimiento del futuro licenciado en Kinesiologia y fisioterapia el pilar de la KINEFILAXIA que se sienta en conceptos de promoción, prevención nivel primario, secundario y terciario.Se busca que el estudiante cuente con los conocimientos necesarios para actuar en los diferentes niveles de promoción y prevención de la salud y no únicamente sobre la patología ya instaurada, sepa reconocer posibles factores de riesgo y de esa manera reducir posibles trastornos. Teniendo siempre como objetivo fundamental mejorar la calidad de vida de los individuos. Las actividades físicas adaptadas que se realizan durante la vida y que estén adaptadas a la edad y las necesidades individuales pueden constituir una importante medida preventiva contribuyendo de forma determinante a recortar los gastos de la asistencia sanitaria, aumentar la producción, mejorar el rendimiento escolar, disminuir el ausentismo y aumentar la participación en actividades deportivas y recreativas. Reconocer la participación en pautas ergonómicas y profilaxis posturales, durante el embarazo y en situaciones de riesgo.

V - Objetivos / Resultados de Aprendizaje

Objetivos
• Integrar objetivos previamente adquiridos aplicándolos a la promoción y prevención de salud.

• Trabajar sobre la potenciación de la salud mediante la utilización de las actividades físicas adaptadas como herramienta.
• Fomentar al trabajo activo de diferentes deportes teniendo en cuenta las posiciones y la modalidad de practicarlo, para evitar y o reducir posibles trastornos.
• Estimular a la realización de actividades físicas.
• Reconocer los diferentes niveles de promoción y prevención de la salud.
• Recuperar conocimientos previos y organizar los nuevos para fomentar la utilización de actividades físicas con el fin de promocionar y prevenir la salud.
.Conocer las teorías del desarrollo, teorías psicomotoras, estadios motores, etapas del movimiento.
• Entender como la practica regular de una actividad deportiva genera cambios en el ser humano.
• Planificar actividades físicas adaptadas a las edades de los participantes teniendo en cuenta sus capacidades.
.Practicar técnicas ergonómicas, como prevención de aptitudes posturales incorrectas.
• Determinar ejercicios adaptados para el embarazo, parto y post parto.
.Proponer el uso de técnicas de relajación para mantener el estado optimo de salud.
.Reconocer patrones anormales de postura para evitar consecuencias posteriores por la perpetuación de los mismos.

VI - Contenidos

UNIDAD I Introducción a la Kinefilaxia
Kinefilaxia. Concepto. Evolución histórica. Niveles de promoción y prevención. Campos de aplicación. Alcance. Ley de ejercicio de la Kinesiologia. APS. Concepto. Diferencias de la aplicación Kinefilaxia en APS.
UNIDAD II Deporte y AFA
Medicina física. Concepto. Actividad física. Características, principios, cualidades, tipos. Fisiología del ejercicio. Actividad Física Adaptada (AFA). Actividades Físicas adaptadas de acuerdo a la edad.
UNIDAD III Desarrollo psicomotor y Movimiento
Teorías evolutivas orgánicas y psicomotoras del hombre. Desarrollo motor durante el primer año de vida. Jalones del desarrollo. Desarrollo de la marcha. Actividad física adaptada en el niño. Juego. Feed foward. Feed back. Acto motor voluntario. Etapas. Características del movimiento. Juego. Dinámica de Grupo.
UNIDAD IV Actividades físicas adaptadas a la tercera edad
Actividad física adaptada en el adulto y la tercera edad. Profilaxis en actividades de la vida diaria. Discapacidad. Concepto. Factores de riesgo. Kinefilaxia aplicada a distintas patologías. Obesidad. Hipertensión. Osteoporosis. Diabetes.
UNIDAD V Psicoprofilaxis
Embarazo. Cambios. Trabajo en preparto, parto y posparto. Actividad física adaptada. Relajación. Respiración.
UNIDAD VI Ergonomía
Ergonomía. Concepto. Ergonomía preventiva. Higiene postural del escolar. Salud laboral. Evaluación de riesgos para prevención de trastornos esqueléticos. Trastornos de origen postural, tipos de alteraciones posturales.

VII - Plan de Trabajos Prácticos

Se realizara un total de 6 trabajos practicos OBLIGATORIOS cada uno responderá al eje central de cada una de las unidades de la asignatura,
1)Profundización de los conceptos de la Kinefilaxia.
2)Deporte y Actividad Fisica.
3)Desarrollo psicomotor del niño.
4)Actividad Fisica Adaptada de acuerdo a la edad.
5)Psicoprofilaxis en el embarazo.
6)Ergonomía.
En cada uno de los casos se planteara que el alumno busque información de la comunidad que lo rodea y a partir de los datos obtenidos en encuestas se les pedirá que desarrollen planes de promoción y prevención para cada eje planteado en el trabajo practico.
El objetivo fundamental es que el alumno reconozca las características de la comunidad en la que convive y de que manera podría establecer pautas kinefilacticas, pensando en prevenir enfermedades y en mantener y promocional la salud.
Los trabajos prácticos deberán ser presentados en tiempo y forma y ser aprobados en su totalidad con la posibilidad de una única recuperación.
Los mismos contaran con una instancia escrita que debe ser presentada en el plazo propuesto por la cátedra y que si no

resultara aprobada deben rehacerse y presentarse nuevamente.

VIII - Regimen de Aprobación

Se puede logra las siguientes condiciones:
CONDICION REGULAR Para obtener la regularidad de la materia se debe cumplir con los siguientes requisitos:
1)elaborar el 100% de los trabajos prácticos propuestos durante la cursada y aprobarlos.
2)aprobar con el 60% de los DOS exámenes parciales propuestos, con una totalidad de dos recuperatorios por cada uno de ellos.

Los alumnos que logren obtener la condición de regularidad rendirán un EXAMEN FINAL de modalidad que puede ser de modalidad oral u/o escrita.

CONDICION PROMOCIONAL Para obtener la promoción de la materia se debe cumplir con los siguientes requisitos:
1)elaborar el 100% de los trabajos prácticos propuestos durante la cursada y aprobarlos.
2)aprobar ambos parciales en primera instancia con un 80% y deberán adjuntar al final de la cursada la presentación de un trabajo final sobre un caso propuesto en el que se elabore un propuesta de trabajo desde la KINEFILAXIA.

No se acepta la condición de LIBRE en la asignatura ya que es necesario que el alumno participe en la producción de trabajos prácticos de promoción y prevención desde la kinefilaxia.

IX - Bibliografía Básica

[1] Ahonen J. (2015).Kinesiologia y anatomía aplicada a la actividad fisica. 2º Edición.Editorial Paidotribo.
[2] Bienfait M.(2015). La educación postura por medio de las terapias manuales. Editoral Paidotribo.
[3] Bowers R. (1995). Fisiología del deporte. 3º edición editorial Panamericana.
[4] Jauregui C. (2004).2º Edición. Madrid. Editorial Panamericana.
[5] Martinez M. (1998). Manual de medicina fisica. Madrid.Editorial Harcourt Brace.
[6] Rasch P. (1961). Kinesiologia y anatomia aplicada: la ciencia del movimiento humano. Buenos Aires. Editorial el ateneo.
[7] Xhardez Y. (2010). Vademecum de Kinesioterapia y de Reeducación Funcional. 5º Edicion. Editorial El Ateneo.
[8] Apuntes de elaboración propia.

X - Bibliografia Complementaria

[1] Sanchez I. (2018). Manual Sermef de Rehabilitación y Medicina Física.
[2] Patterson L. (2017). Kinesiologia. Editorial Robin Book.
[3] Metzl J. (2014). Como Prevenir y tratar las Lesiones Deportivas. Editorial Paidotribo.
[4] Castillo J. (2018). Fisioterapia Obstétrica y Uroginecológica. Editorial Formación Alcalá, S.L.

XI - Resumen de Objetivos

Promocion y prevencion de la salud a partir del rol del kinesiologo.
Aplicacion de la actividades fisicas adaptadas para mantener la salud y/o disminuir las secuelas de una patologia instaurada.
Prevencion de lesiones deportivas con preparacion pre- durante y post competitiva.
Elaboración de pautas de condiciones optimas de posicionamiento en el trabajo, y AVD, higiene laboral.
Psicoprofilaxis en el embarazo y tercera edad.

XII - Resumen del Programa

UNIDAD I Introducción a la Kinefilaxia
UNIDAD II Deporte
UNIDAD III Desarrollo psicomotor y Movimiento
UNIDAD IV Actividades físicas adaptadas a la tercera edad
UNIDAD V Psicoprofilaxis
UNIDAD VI Ergonomía

XIII - Imprevistos

La catedra realizara las modificaciones pertinentes de fechas y modalidad de dictado de clases teóricas y practicas, según necesidades académicas.
En caso de paros y feriados, las clases tanto teóricas como prácticas se reorganizarán de acuerdo al calendario académico, para que los estudiantes puedan completar su proceso de aprendizaje durante el cursado de la asignatura.

XIV - Otros