



Ministerio de Cultura y Educación
 Universidad Nacional de San Luis
 Facultad de Ciencias de la Salud

(Programa del año 2016)

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	2016	1° anual

II - Equipo Docente

Docente	Función	Cargo	Dedicación
LAGOS, VIVIANA MABEL	Prof. Responsable	P.Adj Semi	20 Hs
TABARES, LUCIANA MARIA	Auxiliar de Práctico	A.1ra Semi	20 Hs

III - Características del Curso

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

Tipificación	Periodo
C - Teoría con prácticas de aula	Anual

Duración			
Desde	Hasta	Cantidad de Semanas	Cantidad de Horas
14/03/2016	18/11/2016	30	90

IV - Fundamentación

El enfoque está dirigido hacia la promoción y prevención de la salud en todos sus niveles, utilizando como principal herramienta a las actividades físicas adaptadas las cuales deben ser programadas, planificadas, propuestas y evaluadas para ser implementadas a través del movimiento con el fin de promocionar y prevenir alteraciones anatómico musculoesqueléticas. La materia se basa en que el trabajo del licenciado en Kinesiología y fisioterapia se asienta sobre tres pilares:

KINEFILAXIA, KINESIOTERAPIA Y FISIOTERAPIA.

Por lo que el objetivo de esta materia es que el alumno cuente con las herramientas necesarias para actuar a 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.

V - Objetivos / Resultados de Aprendizaje

- 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.
- Evaluar principales acortamientos y debilidades musculares aplicadas a los trastornos posturales.
- Planificar actividades físicas para la etapa escolar y laboral, como prevención de aptitudes posturales incorrectas.
- Determinar ejercicios adaptados para el embarazo, parto y post parto.

Implementar rutinas de trabajo en pacientes de la tercera edad teniendo en cuenta sus características físicas personales para mejorar la calidad de vida 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 Kinesiología.

Medicina física. Concepto. Actividad física adaptada. Generalidades. Clasificación. Fisiología del ejercicio. Gesto deportivo. Distintas disciplinas de deporte y aplicación de promoción y prevención de futuras lesiones.

APS. Concepto. Políticas sanitarias de aplicación. Diferencias de la aplicación Kinefilaxia en APS y en deporte.

UNIDAD II Postura

Postura. Concepto. Mecanismos de control postural (MRPN). Examen de la actitud postural. Concepto. Alteraciones más comunes. Elaboración ficha tipo. Demostración teórica práctica. Actividades físicas adaptadas a trastornos posturales.

UNIDAD III Test posturales

Test de acortamiento musculares Kendall y Kendall.

Test de debilidad grupos musculares Krousse y Weber y Kendall y Kendall.

UNIDAD IV Actividad física adaptada

Actividad física adaptada en fortalecimiento muscular (serie, repeticiones, posiciones correctas).

Actividad física adaptada de resistencia y fuerza muscular.

Actividad física adaptada de flexibilidad y elongación (movilizaciones activas y pasivas).

Actividad física adaptada de corrección de alteraciones posturales.

UNIDAD V 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 forward. Feed back. Acto motor voluntario. Etapas.

Características del movimiento.

UNIDAD VI 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 VIII Psicoprofilaxis

Embarazo. Cambios. Trabajo en preparto, parto y posparto.

Actividad física adaptada. Relajación. Respiración.

UNIDAD IX Ergonomía

Ergonomía. Concepto. Ergonomía preventiva. Higiene postural del escolar. Salud laboral.

Evaluación de riesgos para prevención de trastornos esqueléticos.

Unidad X Actividad Física Adaptada a patologías neoplásicas

Cancer sistema urogenital

Cáncer mama

Cáncer estomacales

Cáncer pulmonar

Cáncer linfáticos

VII - Plan de Trabajos Prácticos

Trabajos prácticos se dividirá en una cantidad de 8 durante el cursado anual con el siguiente orden:

- 1) Propuestas de políticas de promoción y prevención de salud desde el campo de la kinesiología.
- 2) Análisis postural de un grupo de individuos y clasificación en que se encuadran, plan de tratamiento en las alteraciones posturales.
- 3) Aplicación de test musculares.
- 4) Rutinas de Actividades Físicas Adaptadas en distintas patologías.
- 5) Análisis de adquisición de patrones motores en niños en los primeros años de vida.
- 6) Plan de actividades físicas adaptadas a paciente de 3 edad.
- 7) Plan de actividades físicas adaptadas en embarazadas para la preparación al parto.
- 8) Análisis ergonómicos de los trabajos laborales más frecuentes, búsqueda de estrategias de intervención desde el campo del kinesiólogo.

VIII - Regimen de Aprobación

Para regularizar el curso los alumnos deberán aprobar los dos parciales con un 60% de en cada examen y se debe contar con el 70% de la asistencia, y cumplir con la presentación de los trabajos prácticos en su totalidad.

IX - Bibliografía Básica

[1] Manual de Medicina Física, Martínez Morillo, Editorial Harcourt Brace.

[2] Kinesiología y Anatomía aplicada, Phipilp J. Rasch y Roger K. Burke, Editorial El ateneo.

- [3] Fisiología del deporte, Richard W. Bowers, 3 edición, Editorial medica panamericana.
- [4] La reeducación Postural por medio de las terapias manuales, Marcel Bienfait, Editorial Paidotribo.
- [5] Apuntes recopilados de congresos y jornadas relacionados a la kinefilaxia.

X - Bibliografía Complementaria

XI - Resumen de Objetivos

Promoción y Prevención de la salud a partir del rol del kinesiólogo.
Aplicación de las actividades físicas adaptadas para mantener la salud y o disminuir las secuelas de una patología instaurada.
Prevención de lesiones deportivas con preparación pre, durante y post competencia.
Reconocer las correctas condiciones de trabajo en salud e higiene laboral.

XII - Resumen del Programa

XIII - Imprevistos

XIV - Otros