

Guía docente

Cinesiterapia

Grado, centro y curso académico

GRADO	Fisioterapia
CENTRO	Centro Universitario San Isidoro, adscrito a la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla
CURSO ACADÉMICO	2024-2025

SUMARIO

[1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA](#)

[2. RESPONSABLE DE LA ASIGNATURA](#)

[3. CONTEXTO](#)

[4. COMPETENCIAS QUE SE DESARROLLAN EN LA ASIGNATURA](#)

[5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA](#)

[6. METODOLOGÍA, ACTIVIDADES Y RECURSOS PARA EL APRENDIZAJE](#)

[7. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN DE LA ASIGNATURA Y DE SUS COMPETENCIAS](#)

[8. BIBLIOGRAFÍA](#)

[9. CRONOGRAMA](#)

1. Descripción de la asignatura

DENOMINACIÓN OFICIAL	Cinesiterapia
CÓDIGO IDENTIFICATIVO	407016
UBICACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS	Módulo II. Formación Específica en Fisioterapia
CRÉDITOS ECTS	6
DEPARTAMENTO RESPONSABLE	Ciencias Sociales y de la Salud
CARÁCTER	OB (Obligatoria)
IDIOMA DE IMPARTICIÓN	Castellano
MODELO DE DOCENCIA	C1
NÚMERO DE HORAS DE CLASE QUE SUPONE CADA ACTIVIDAD	- Enseñanzas Básicas (EB): 30 - Enseñanzas Prácticas y Desarrollo (EPD): 30 - Actividades Dirigidas (AD): 0

2. Responsable de la asignatura

CATEGORÍA	Profesora
NOMBRE COMPLETO	Inmaculada Villa Del Pino
EMAIL	ivilla@centrosanisidoro.es
CATEGORÍA	Profesora
NOMBRE COMPLETO	Dr. Ángel Barrera Bernal
EMAIL	abarrera@centrosanisidoro.es

3. Contexto

Breve descripción de la asignatura

La Cinesiterapia es la parte de la Fisioterapia dedicada al estudio y aplicación del movimiento controlado con fines terapéuticos. Su utilidad y práctica son muy reconocidas tanto a nivel profesional como científico. De forma que, es una rama de conocimiento que tiene tradición en cuanto al estudio científico. Además, en la actualidad es una herramienta de tratamiento muy usada por los profesionales en los distintos campos de actuación de la Fisioterapia. Entender el movimiento como el eje de la valoración del paciente, objetivo a recuperar en los pacientes y el movimiento como medio de tratamiento, supone una revolución a nivel científico, académico e investigador. De manera que es un campo muy amplio y en continuo estudio, a la vez que una forma de tratamiento que cuenta con la evidencia tradicional de aquellas mujeres y aquellos hombres que son hoy en día parte de la historia de la profesión.

En segundo curso del Grado en Fisioterapia, se empiezan a abordar y tomar contacto con las principales herramientas de tratamientos utilizadas en la clínica. La Cinesiterapia es una de ellas, por lo que se recomienda por parte del alumnado una especial atención y sensibilidad en la toma de contacto con las personas con las que empezarán a tomar conciencia de estos procedimientos de trabajo.

Objetivos en términos de resultados del aprendizaje

Los resultados de aprendizaje derivados del seguimiento y superación de esta asignatura conlleva a que el alumnado identifique los principios ergonómicos y antropométricos y los aplique al ámbito de la Cinesiterapia. Conoce y aplica el movimiento y el ejercicio físico como medida terapéutica y diseña programas de reeducación neuromuscular.

El alumno conoce y aplica los procedimientos específicos de cinesiterapia dirigidos al tratamiento, a la prevención de la enfermedad y de sus secuelas, y a la promoción de la salud, promoviendo la participación del paciente/usuario en su proceso.

Una vez cursada la asignatura el alumnado:

- Es capaz de integrar los métodos de la Cinesiterapia en un programa de Fisioterapia para el tratamiento de secuelas o consecuencias orgánicas y funcionales en la persona, o bien, para la promoción y prevención de la salud.
- Adquiere la capacidad de reconocer las limitaciones en una persona a través del movimiento y sus repercusiones en la biomecánica humana.
- Tiene la capacidad de distinguir y seleccionar aquellos métodos en Cinesiterapia más óptimos para la recuperación funcional del paciente.
- Demuestra tener suficiencia y autonomía para aplicar los procedimientos de Cinesiterapia con seguridad y eficiencia en el seguimiento del proceso de recuperación de la salud de las personas a las que atiende.

En relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), se vinculan tanto en las enseñanzas básicas con en las enseñanzas prácticas y de desarrollo, objetivos para fomentar la Igualdad de género, concretamente, la participación de la mujer e igualdad de oportunidades, el “diseño universal” como concepto estratégico en la terapia del movimiento para la reducción de las desigualdades y también el fomento de la igualdad de oportunidades y, finalmente, para establecer acciones en relación con la acción por el clima, fundamentalmente en el ámbito de la Educación y Sensibilización sobre este tema, se incluirán protocolos de manejo, uso responsable y reciclado de material fungible de interés en la asignatura.

Prerrequisitos

No procede.

Recomendaciones previas a cursar la asignatura

No procede

Aportaciones al plan formativo

La Cinesiterapia, como materia específica de Fisioterapia tal como recoge la Orden CIN 2135/2008, es una asignatura de carácter obligatorio para la formación del estudiantado en el Grado en Fisioterapia. De forma que, supone un aprendizaje básico y, a la vez, fundamental pues sienta las bases de la terapia manual y las limitaciones del movimiento, introduciendo al alumnado en procedimientos más específicos de la profesión.

Esta materia se caracteriza por tener un cuerpo de teoría de larga tradición científica y fundada en la evidencia científica en Fisioterapia. Asimismo, es una asignatura con una parte importante de práctica donde se reconoce el sello de la Fisioterapia con la cercanía propia en el tratamiento con los pacientes y la valoración del movimiento como fuente de información sobre la situación de las personas.

4. Competencias que se desarrollan en la asignatura

a) Competencias básicas

CB01: Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio

CB02: Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio

CB03: Que los estudiantes tengan capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética

CB04: Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas o soluciones a un público tanto especializado como no especializado

CB05: Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

b) Competencias generales

CG01: Conocer y comprender la morfología, la fisiología y la patología y la conducta de las personas, tanto sanas como enfermas, en el medio natural y social.

CG02: Conocer y comprender las ciencias, los modelos, las técnicas y los instrumentos sobre los que se fundamenta, articula y desarrolla la fisioterapia.

CG03: Conocer y comprender los métodos, procedimientos y actuaciones fisioterapéuticas, encaminados tanto a la terapéutica propiamente dicha a aplicar en la clínica para la reeducación o recuperación funcional, como a la realización de actividades dirigidas a la promoción y mantenimiento de la salud.

CG12: Intervenir en los ámbitos de promoción, prevención, protección y recuperación de la salud.

CG14: Incorporar los principios éticos y legales de la profesión a la práctica profesional así como integrar los aspectos sociales y comunitarios en la toma de decisiones.

CG17: Comprender la importancia de actualizar los conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que integran las competencias profesionales del fisioterapeuta.

CG19: Comunicarse de modo efectivo y claro, tanto de forma oral como escrita, con los usuarios del sistema sanitario así como con otros profesionales.

c) Competencias transversales

CT01:Capacidad de análisis y síntesis

CT02:Capacidad de organización y planificación

CT03:Dominar la comunicación oral y escrita en la lengua castellana

CT05:Conocimientos de informática relativos al ámbito de estudio

CT06:Capacidad de gestión de la información

CT07:Capacidad de resolución de problemas

CT08: Capacidad de tomar decisiones.

CT09:Capacidad de trabajo en equipo intradisciplinar e interdisciplinar

CT10:Demostrar habilidades en las relaciones interpersonales

CT11:Reconocimiento a la diversidad y la multiculturalidad, actuando con honestidad, tolerancia y respeto a la diversidad

CT12:Desarrollar el razonamiento crítico

CT13:Desarrollar el compromiso ético

CT14:Capacidad de aprendizaje autónomo

CT18:Motivación por la calidad, desarrollando responsabilidad y compromiso ético con el trabajo.

d) Competencias específicas

CE22: Comprender y realizar los métodos y técnicas específicos referidos al aparato locomotor (incluyendo terapias manuales, terapias manipulativas articulares, osteopatía y quiropraxia), a los procesos neurológicos, al aparato respiratorio, al sistema cardiocirculatorio, y a las alteraciones de la estática y la dinámica. Métodos y técnicas específicas que tengan en cuenta las implicaciones de la ortopedia en la fisioterapia. Técnicas terapéuticas reflejas, así como otros métodos y técnicas alternativas y/o complementarias cuya seguridad y eficacia esté demostrada según el estado de desarrollo de la ciencia.

CE23: Comprender los principios ergonómicos y antropométricos. Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica, promoviendo la participación del paciente/usuario en su proceso.

5. Contenidos de la asignatura

UNIDAD DIDÁCTICA I. ASPECTOS GENERALES DE LA CINESITERAPIA.

Tema 1. Desarrollo histórico. Aportaciones de la mujer en el desarrollo científico de la Cinesiterapia.

Tema 2. Cinesiterapia: concepto, clasificaciones y principios generales. El diseño de recursos, tecnología y elementos con carácter universal aplicado a la Cinesiterapia. Concepto de “diseño universal”.

UNIDAD DIDÁCTICA II. CINESITERAPIA ACTIVA.

Tema 3. Bases fundamentales y principios generales de aplicación de la Cinesiterapia activa. Efectos fisiológicos y terapéuticos. Indicaciones y contraindicaciones.

Tema 4. Cinesiterapia activa para la prevención y tratamiento de las principales patologías de extremidades superiores e inferiores.

Tema 5. Cinesiterapia activa para la prevención y tratamiento de las principales patologías de columna.

UNIDAD DIDÁCTICA III. PROCEDIMIENTOS ESPECÍFICOS EN CINESITERAPIA.

Tema 6. Cinesiterapia instrumental: mecanoterapia, poleoterapia, técnicas auto pasivas.

Tema 7. Ejercicio terapéutico. Fundamentos y técnicas.

Tema 8. Método Pilates: Fundamentos. Aparatos del Esqueleto y Sistema. Introducción a la utilización de los aparatos. Principales ejercicios de nivel básico.

Tema 9. Estiramiento músculo tendinoso.

Tema 10. Potenciación muscular.

Contenidos para las Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo

Módulo 1. Repaso de bases anatómicas y biomecánicas fundamentales para el aprovechamiento de las prácticas preclínicas de laboratorio.

Módulo 2. Análisis, programación y aplicación del movimiento como medida preventiva o terapéutica en las principales patologías que afectan a los diferentes segmentos corporales a través del estudio práctico de casos clínicos simulados.

Módulo 3. Cinesiterapia instrumental. Manejo de los sistemas de mecanoterapia, poleoterapia y sistemas auto pasivos a través del estudio práctico de casos clínicos simulados.

Módulo 4. Ejercicio Terapéutico (I): Introducción al Método Pilates en Fisioterapia. Reconocimiento y manejo de los aparatos del Esqueleto básico (Reformer y Mat) y del sistema básico (Cadillac, silla Wunda, silla eléctrica, barril pequeño, espalderas, círculo mágico, pesas, goma, barril grande y mat). Práctica de los principales ejercicios del esqueleto y sistema de nivel básico.

Módulo 5. Ejercicio Terapéutico (II) Análisis, diseño y aplicación de programas de estiramientos músculo-tendinosos y potenciación muscular en el ámbito de la rehabilitación y prevención a través del estudio práctico de casos clínicos simulados.

6. Metodología, actividades formativas y recursos para el aprendizaje

Las metodologías docentes quedarían divididas de acuerdo a las actividades formativas, según la Memoria de Verificación y atendiendo a la asignatura, en:

	HORAS	PRESENCIALIDAD
<p>Actividades Básicas (EB) Se imparten sobre el grupo completo y comprende la lección magistral del profesor, así como el análisis de supuestos, debates y proyección. Se incorpora la enseñanza teórica, los fundamentos metodológicos y los conceptos esenciales de la disciplina. Podrán integrarse también conferencias y proyecciones diversas.</p> <p>Recursos: aula, proyector, ordenador, plataforma virtual.</p>	30	40
<p>Enseñanzas de Prácticas y de Desarrollo (EPD) Se imparten sobre grupos reducidos. Su contenido versa sobre las prácticas en laboratorio y sobre el desarrollo de casos prácticos que faciliten la adquisición de competencias por parte del estudiante. Se realizarán búsquedas de información en internet, se analizarán artículos científicos, se utilizarán recursos electrónicos y biblioteca, se elaborarán esquemas, ejes cronológicos, algoritmos y mapas conceptuales y se realizan presentaciones orales de trabajos.</p> <p>Recursos: aula, proyector, ordenador, plataforma virtual, recursos digitales CUSI y UPO, canal youtube, plataformas específicas de fisioterapia de carácter científico y profesional.</p>	30	40

7. Criterios generales de evaluación de la asignatura y de sus competencias

El sistema de evaluación se regirá conforme a lo establecido por la [Normativa de Evaluación de los Estudiantes de Grado de la Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla, de 3 de junio de 2014](#).

<p>1ª convocatoria ordinaria (convocatoria de curso)</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) La calificación de la asignatura se rige por el principio de evaluación continua. b) Las calificaciones obtenidas en las distintas actividades de evaluación continua desarrolladas durante el periodo de docencia presencial supondrán un 50% de la nota de la asignatura, que se obtendrá sumando las calificaciones de las distintas actividades realizadas a lo largo de dicho periodo, las cuáles aparecen en el subapartado Sistemas de evaluación. c) La participación en clase supone un 10% de la nota de la asignatura, que se obtendrá del seguimiento de la asistencia a clase por parte de la alumna o el alumno y su actitud proactiva durante las mismas. Este apartado es independiente, así como los apartados de EB y EPD. d) La prueba objetiva de evaluación final, representa el 40% de la calificación final de la asignatura. e) La calificación de la asignatura será el resultado de sumar ponderadamente las notas anteriores. Se puede observar de forma más detallada en la tabla contigua a esta, titulada “Sistema de Evaluación”.
<p>2ª convocatoria ordinaria (convocatoria de recuperación de curso)</p>	<ul style="list-style-type: none"> a) Si el estudiante superó con éxito las tareas desarrolladas durante el periodo de docencia, la prueba o pruebas de evaluación tendrán el mismo valor porcentual que en la convocatoria ordinaria de curso, y la calificación final de la asignatura será el resultado de sumar las calificaciones obtenidas en las pruebas de evaluación continua con las obtenidas en la prueba o pruebas de evaluación de la convocatoria de recuperación de curso, respetando las ponderaciones que tengan. b) Los alumnos que no hayan seguido el proceso de evaluación continua o no hayan superado la misma, se les evaluará del total de los conocimientos y competencias que figuran en la guía docente, a través del formato de prueba única. c) La prueba única consistirá en un examen escrito compuesto 40 preguntas tipo test, 2 preguntas de

	<p>desarrollo basados en un caso clínico y una prueba de demostración de procedimientos y habilidades en el manejo de los contenidos de los módulos prácticos.</p> <p>d) Aunque el estudiante haya superado con éxito el conjunto de las tareas desarrolladas durante el periodo de docencia, tendrá derecho a ser evaluado del total de los conocimientos y competencias que figuran en la guía docente, optando al 100% de la calificación total de la asignatura, siempre que renuncie expresamente a la calificación obtenida en aquellas. El estudiante deberá comunicar esta circunstancia de modo expreso y por escrito al profesor responsable de la asignatura con un plazo mínimo de 10 días antes de la celebración de las pruebas, de cara a facilitar la organización del proceso evaluador. En este caso, el/la alumno/a se examinará a través de la prueba única descrita en el apartado <i>anterior</i>.</p> <p>e) Los alumnos que no superen la asignatura en la convocatoria ordinaria de curso y de recuperación, deberán matricularse de nuevo de la asignatura y desarrollar la misma iniciando el proceso de aprendizaje y evaluación continua sin que quepa acudir a convocatoria extraordinaria, salvo lo dispuesto en el apartado siguiente.</p>
<p>Convocatoria extraordinaria</p>	<p>Esta convocatoria es la correspondiente al mes de noviembre, que se activa a petición del alumno siempre y cuando esté matriculado en todas las asignaturas que le resten para finalizar sus estudios de Grado, tal y como establece la Normativa de Progreso y Permanencia de la Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla, así como la Normativa de Evaluación de los alumnos de Grado de dicha Universidad. Se evaluará el total de los conocimientos y competencias que figuran en la guía docente del curso anterior, de modo que permita obtener el 100% de la calificación correspondiente a la asignatura.</p>

El estudiantado inmerso en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, así como las alumnas o los alumnos afectados por razones laborales, de salud grave o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, tendrán derecho a que en la convocatoria de curso se les evalúe mediante un sistema de evaluación de prueba única. Para ello, deberán comunicar la circunstancia al profesor o profesora responsable de la asignatura antes del fin del periodo de docencia presencial.

La evaluación de la asignatura se hará de forma continua y se valorarán todas las actividades formativas realizadas durante el periodo de impartición de la materia, es decir, conceptos y procedimientos transmitidos a través de las clases magistrales, enseñanzas de prácticas y de

desarrollo y realización de ejercicios individuales o en equipo. La valoración de cada tipo de actividad se hará en función de la dedicación definida para cada una de ellas a través de los siguientes porcentajes. **Para evaluar el cumplimiento de las competencias**, se dispone de una tabla detalle donde se indica dónde se adquiere cada una de las competencias asociadas a la asignatura.

SISTEMA DE EVALUACIÓN		PORCENTAJES	COMPETENCIAS
PRUEBA OBJETIVA DE EVALUACIÓN FINAL		40%	
Contenido	Descripción	Porcentajes	Competencias
Prueba objetiva final.	<p>El desarrollo de la prueba consistirá en examen teórico que consta de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30 preguntas cerradas multirrespuesta (5 puntos) y 2 preguntas de redacción abierta (5 puntos, 50% ponderación cada pregunta de redacción). - Modalidad: individual. - Para aprobar esta prueba será imprescindible alcanzar la puntuación de 5 puntos en cada una de las partes. 	40%	CB01, CB02, CB03, CB04, CB05, CG01, CG02, CG03,CG12, CG14,CG17, CG19, CT01, CT02, CT03, CT05, CT06, CT07, CT08,CT09,CT10, CT11, CT12, CT13,CT14, CT18, CE22, CE23.
EVALUACIÓN CONTINUA		60%	
EVALUACIÓN DE TRABAJOS O PROYECTOS, INDIVIDUALES O EN GRUPO REALIZADOS POR EL ALUMNO DURANTE EL PERIODO DE IMPARTICIÓN DE LA MATERIA		50%	
Contenido	Descripción	Porcentajes	Competencias
Trabajo 01. Simulacro de exámen final.	<p>El desarrollo del trabajo consistirá en un simulacro del examen final teórico constituido por:</p> <p>15 Preguntas cerradas multirrespuesta.</p> <p>2 preguntas de redacción abiertas en base a un caso práctico. De éstas la alumna o el alumno elegirá una de las preguntas para contestar.</p> <p>Modalidad: individual.</p>	20%	CB01, CB02, CB03, CB04, CB05, CG01, CG02, CG03,CG12, CG14,CG17, CG19, CT01, CT02, CT03, CT05, CT06, CT07, CT08,CT09,CT10,

	Se evaluarán los contenidos de los temas 1 al 10 inclusive.		CT11, CT12, CT13, CT14, CT18, CE22, CE23.
Prueba práctica de adquisición de habilidades y destrezas. I	<ul style="list-style-type: none"> - Prueba de seguimiento práctico: demostración de procedimientos y habilidades en el manejo de los contenidos de los módulos prácticos 1, 2 y 3. - Se realizan en un formato prácticas de laboratorio siguiendo casos clínicos concretos reales y simulados. - Modalidad: individual y por parejas (<i>role playing</i>). 	15%	CB02, CB04, CG03, CG12, CG14, CG19, CT01, CT02, CT03, CT07, CT08, CT09, CT10, CT11, CT12, CT13, CT14, CT18, CE22, CE23.
Prueba práctica de adquisición de habilidades y destrezas. II	<ul style="list-style-type: none"> - Prueba de seguimiento práctico: demostración de procedimientos y habilidades en el manejo de los contenidos de los módulos prácticos 1, 4 y 5. - Se realizan en un formato prácticas de laboratorio siguiendo casos clínicos concretos reales y simulados. - Modalidad: individual y por parejas (<i>role playing</i>). 	15%	CB02, CB04, CG03, CG12, CG14, CG19, CT01, CT02, CT03, CT07, CT08, CT09, CT10, CT11, CT12, CT13, CT14, CT18, CE22, CE23.
PARTICIPACIÓN EN ENSEÑANZAS BÁSICAS Y ENSEÑANZAS DE PRÁCTICAS Y DESARROLLO		10%	
Contenido	Descripción	Porcentajes	Competencias
Bloque participación	Participación en actividades presenciales.	10%	CB02, CB04, CG14, CG19, CT03, CT07, CT08, CT09, CT10, CT11, CT12, CT18

Para superar la asignatura será imprescindible aprobar la evaluación continua y la prueba objetiva. La puntuación ponderada exigida en cada una de las partes será de 5, como mínimo, para alcanzar el aprobado. El/la alumno/a que no supere la evaluación continua no se podrá presentar a la prueba objetiva.

La asistencia a las prácticas pre-clínicas de Fisioterapia (integradas dentro de las Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo y en formato de grupos reducidos) en las que se adquieren competencias generales y específicas de Fisioterapia, **es obligatoria para superar la asignatura**, pudiendo el/la alumno/a faltar a un 20% de las horas (10 % de forma justificada.)

La vía y modo de entrega será determinado específicamente en la ficha de descripción del ejercicio en cuestión, disponible en el Google Workspace, en cada asignatura. Se establece en todos los casos una fecha de entrega concreta, variable según la carga del curso. No se podrán entregar las tareas fuera de fecha.

8. Bibliografía

- Igual C, Muñoz E y Aramburu C. Fisioterapia General: Cinesiterapia. Ed: Síntesis. Madrid. 2000.
- Mendoza Berjano R, Santos Rocha R y Gil B. La promoción de la actividad física en la sociedad contemporánea: Orientaciones para la práctica profesional en diversos contextos. Ed: Díaz de Santos. Madrid – Buenos Aires – México – Bogotá. 2023
- Fernández de las Peñas C y Melián Ortiz A. CINESITERAPIA, bases fisiológicas y aplicación práctica. Ed: ELSEVIER. España. 2019.
- Hamill J, Knutzen K y Derrick T. Biomecánica. Bases del movimiento humano. Ed Wolters Kluwer. Philadelphia. 2015.
- Neumann D. Cinesiología del sistema musculoesquelético: fundamentos de rehabilitación física. Barcelona: Paidotribo, 2007.
- Sabine Reichel H y Groza-Nolte R. Fisioterapia. Teoría y registro de hallazgos. Barcelona: Paidotribo, 2003.
- Calais-Germain B. Anatomía para el movimiento. Tomo I. Introducción al análisis de las técnicas corporales. Ed La liebre de marzo. barcelona.2022.
- Calais-Germain B. Anatomía para el movimiento. Tomo II. Bases de ejercicios. Ed La liebre de marzo. barcelona.2022.
- Huesa Jiménez F. Isocinéticos metodología y utilización. Madrid: MAPFRE; 2000.

- Grieve G. Movilización de la columna vertebral : manual básico de método clínico. 2ª edición. Barcelona: Paidotribo; 2001.
- Génot C et al. Kinesioterapia : I. Principios, II. Miembros inferiores : evaluaciones. Técnicas pasivas y activas del aparato locomotor. Buenos Aires: Editorial Médica Panamericana; 2005.
- Spring H et al. Teoría y práctica del ejercicio terapéutico movilidad, fuerza, resistencia, coordinación. Barcelona: Paidotribo, 2000.
- Walter B. Anatomía & estiramientos: guía de estiramientos, descripción anatómica. Badalona : Paidotribo; 2009.
- McAtee R. Estiramientos facilitados: estiramientos y fortalecimiento con facilitación neuromuscular propioceptiva. 3ª edición. Madrid: Médica Panamericana; 2009.
- Esnault M. Stretching estiramientos de las cadenas musculares. 2ª edición. Barcelona: Masson; 2003.
- Bosco Calvo, Juan. (2012) Pilates terapéutico para la rehabilitación del aparato locomotor. Editorial Panamericana.
- Kisner, C., & Colby, L. A. (2005). Ejercicio terapéutico. Fundamentos y técnicas (Vol. 88). Editorial Paidotribo.
- Martínez Gil, José Luis Martínez Cañada, Jacobo. (2008). Poleas y suspensiones en la actividad física y la fisioterapia. Arán Ediciones S.L.
- Zaragoza Rubiera,C. (1984). Manual de física para fisioterapeutas. Rubio Esteban.
- Pilates, JH.(1998*).*Return to Life Through Contrology*. Presentation Dynamics Inc. Incline Village NV EEUU. (Originally published in 1945)
- Pilates, JH.(2000*) *Your Health*. Reprinted by Presentation Dynamics , Incline Village NV EEUU. (Originally published in 1934).
- Rincke Eva. (2019). *Joseph Pilates. A Biography by Eva Rincke*. Inner Strength Publishing.
- Howard Steel, John. (2020). *Caged Lion: Joseph Pilates and His Legacy* . Last leaf press. ISBN 1733430709.
- Mendoza Ramón, Santos Rocha Rita, Gil Begoña. (2022). La promoción de la actividad física en la sociedad contemporánea. Díaz de Santos. ISBN Papel.: 9788490521526
ISBN Ebook: 9788490524848.

Webgrafía:

- LaFisioterapia.net. [Consultado 25 mayo 2022]; [sobre 2 pantallas]. Disponible en: <https://lafisioterapia.net/>
- Fisiowebinar. [Consultado 30 mayo 2022]; [sobre 2 pantallas]. Disponible en: <https://fisiowebinar.com/>
- PrehabGuys. [Consultado 31 mayo 2022]; [sobre 2 pantallas]. Disponible en: <https://theprehabguys.com/>

Estudios científicos de interés:

- M. Von Sperling de Souza, C. Brum Vieira, Who are the people looking for the Pilates method? *J. Bodyw. Mov. Ther.* 10 (2006) 328–334.
- Metz VR, Scapini KB, Dias Gomes AL, Andrade RM, Brech GC, Alonso AC. Effects of pilates on physical-functional performance, quality of life and mood in older adults: Systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. *J Bodyw Mov Ther.* 2021 Oct;28:502-512. doi: 10.1016/j.jbmt.2021.06.005. Epub 2021 Jun 12. PMID: 34776186.
- Fernández-Rodríguez R, Álvarez-Bueno C, Ferri-Morales A, Torres-Costoso A, Pozuelo-Carrascosa DP, Martínez-Vizcaíno V. Pilates improves physical performance and decreases risk of falls in older adults: a systematic review and meta-analysis. *Physiotherapy.* 2021 Sep;112:163-177. doi:10.1016/j.physio.2021.05.008. Epub 2021 Jun 7. PMID: 34332493.
- De Oliveira RG, Anami GEU, Coelho EA, de Oliveira LC. Effects of Pilates Exercise on Bone Mineral Density in Postmenopausal Women: A Systematic Review and Meta-analysis. *J Geriatr Phys Ther.* 2022 Apr-Jun 01;45(2):107-114. doi:10.1519/JPT.0000000000000309. PMID: 33967223.
- Fernández-Rodríguez R, Alvarez-Bueno C, Reina-Gutiérrez S, Torres-Costoso A, Nuñez de Arenas-Arroyo S, Martínez-Vizcaíno V. Effectiveness of Pilates and Yoga to improve bone density in adult women: A systematic review and meta-analysis. *PLoS One.* 2021 May 7;16(5):e0251391. doi: 10.1371/journal.pone.0251391. PMID: 33961670; PMCID: PMC8104420
- Domingues de Freitas C, Costa DA, Junior NC, Civile VT. Effects of the pilates method on kinesiophobia associated with chronic non-specific low back pain: Systematic review and meta-analysis. *J Bodyw Mov Ther.* 2020 Jul;24(3):300-306. doi: 10.1016/j.jbmt.2020.05.005. Epub 2020 May 12. PMID 32826004.

- Cavina APS, Pizzo Junior E, Machado AF, Biral TM, Lemos LK, Rodrigues CRD, Pastre CM, Vanderlei FM. Effects of the Mat Pilates Method on Body Composition: Systematic Review With Meta-Analysis. *J Phys Act Health*. 2020 May 11;17(6):673-681. doi: 10.1123/jpah.2019-0171. PMID: 32396869.
- Casonatto J, Yamacita CM. Pilates exercise and postural balance in older adults: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Complement Ther Med*. 2020 Jan;48:102232. doi: 10.1016/j.ctim.2019.102232. Epub 2019 Nov 3. PMID: 31987246.
- Hornsby E, Johnston LM. Effect of Pilates Intervention on Physical Function of Children and Youth: A Systematic Review. *Arch Phys Med Rehabil*. 2020 Feb;101(2):317-328. doi: 10.1016/j.apmr.2019.05.023. Epub 2019 May 30. PMID: 31152703.
- Lemos AQ, Brasil CA, Valverde D, Ferreira JDS, Lordêlo P, Sá KN. The pilates method in the function of pelvic floor muscles: Systematic review and meta-analysis. *J Bodyw Mov Ther*. 2019 Apr;23(2):270-277. doi:10.1016/j.jbmt.2018.07.002. Epub 2018 Jul 10. PMID: 31103107.
- Miranda S, Marques A. Pilates in noncommunicable diseases: A systematic review of its effects. *Complement Ther Med*. 2018 Aug;39:114-130. doi:10.1016/j.ctim.2018.05.018. Epub 2018 Jun 8. PMID: 30012382.
- Byrnes K, Wu PJ, Whillier S. Is Pilates an effective rehabilitation tool? A systematic review. *J Bodyw Mov Ther*. 2018 Jan;22(1):192-202. doi: 10.1016/j.jbmt.2017.04.008. Epub 2017 Apr 26. PMID: 29332746.
- Cibirnelo, F. U., Caroliny de Jesus Neves, J., Janeiro Valenciano, P., Shizuko Fujisawa, D., & Augusto Marçal Camillo, C. (2023). Effects of Pilates in children and adolescents - A systematic review and meta-analysis. *Journal of bodywork and movement therapies*, 35, 400–412. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2023.04.028>
- Pessôa, R. A. G., de Oliveira, L. C., Vitor, G. B. B., & de Oliveira, R. G. (2023). Effects of Pilates exercises on cardiorespiratory fitness: A systematic review and meta-analysis. *Complementary therapies in clinical practice*, 52, 101772. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2023.101772>

Desde la [Biblioteca del Centro Universitario San Isidoro](#) se ha creado un espacio que permite la consulta de:

- La [bibliografía](#) que el profesorado recomienda al alumnado en cada una de las asignaturas que se imparten durante el curso académico, dando a conocer si la obra está disponible en la

biblioteca del Centro y/o si es consultable a través de la biblioteca digital de la UPO, y en caso de ser un documento de libre acceso, se facilita el enlace al mismo.

- Una selección de [recursos digitales](#) especializados para el Grado en Fisioterapia.

- Una serie de [tutoriales](#) de uso y acceso a varias bases de datos.

9. Cronograma

SEMANA	U.D.	MODALIDAD			DESCRIPCIÓN
		E.B.	E.P.D.	A.E	
1	1	X			<ul style="list-style-type: none"> - Presentación general de la asignatura: contenidos, metodología, sistemas de evaluación - EB Tema 1
2	1	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 2 - EPD: módulo 1
3	1	X	X	X	<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 3 - EPD: módulo 2
4	2	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 4 - EPD: módulo 2
5	2	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 5 - EPD: módulo 2
6	3	X	X	X	<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 6. - EPD: módulo 3
7	1-3	X	X	X	<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 7 - EPD: módulo 3
8	3	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 7 - AE: Prueba práctica de adquisición de habilidades y destrezas. I.
9	3	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 8 - EPD: módulo 4
10	3	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: tema 9 - EPD: módulo 4

11	3	X	X	X	<ul style="list-style-type: none"> - EB: Tema 10 - EPD: módulo 4
12	3	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: Tema 10 - EPD: módulo 5
13	1-3	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: Trabajo 01. Simulacro de examen final. Se evaluarán los contenidos de los temas 1 - 10. - EPD: módulo 5
14	1-3	X	X	X	<ul style="list-style-type: none"> - AE: Casos clínicos y revisión de literatura científica preparatoria al examen final - AE: Prueba práctica de adquisición de habilidades y destrezas II.
15	1-3	X	X		<ul style="list-style-type: none"> - EB: repaso de contenido para evaluación final - EPD: actividad sobre habilidades del fisioterapeuta para la impartición de programas de ejercicio terapéutico en grupo.

EB: Enseñanzas Básicas

EPD: Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo;

AE: Actividades de Evaluación

Según el desarrollo del curso y con el objetivo de optimizar el proceso de enseñanza-aprendizaje, el cronograma especificado puede sufrir modificaciones.