

### DATOS BÁSICOS DE LA GUÍA DOCENTE:

<b>Materia:</b>	FISIOTERAPIA EN ESTÉTICA Y FITNESS		
<b>Identificador:</b>	30624		
<b>Titulación:</b>	GRADUADO EN FISIOTERAPIA. PLAN 2009 (BOE 15/10/2011)		
<b>Módulo:</b>	MATERIAS OPTATIVAS		
<b>Tipo:</b>	OPTATIVA		
<b>Curso:</b>	4	<b>Periodo lectivo:</b>	Segundo Cuatrimestre
<b>Créditos:</b>	3	<b>Horas totales:</b>	75
<b>Actividades Presenciales:</b>	24	<b>Trabajo Autónomo:</b>	51
<b>Idioma Principal:</b>	Castellano	<b>Idioma Secundario:</b>	Inglés
<b>Profesor:</b>		<b>Correo electrónico:</b>	

### PRESENTACIÓN:

Esta asignatura tiene como objetivo que el alumno conozca las posibilidades terapéuticas que puede desarrollar a nivel profesional tanto en el ámbito del fitness como de la fisioterapia aplicada a la estética, cirugía plástica y reparadora, cuáles son las funciones del fisioterapeuta en relación a la prevención, mantenimiento y/ o mejora de la salud del usuario de estos servicios, así como sobre la base del trabajo en equipo y la concepción del paciente como una unidad bio-psico-social. Esta asignatura presenta bases teórico-prácticas globales dentro de estos sectores de la salud, que posteriormente podrán desarrollar a lo largo de su carrera profesional. En esta asignatura, de carácter eminentemente teórico, el alumno conocerá herramientas a desarrollar en la práctica profesional, así como la aplicación práctica de técnicas básicas.

### COMPETENCIAS PROFESIONALES A DESARROLLAR EN LA MATERIA:

<b>Competencias Generales de la titulación</b>	G01	Capacidad de análisis y síntesis de las informaciones obtenidas de diversas fuentes, con el objetivo de proporcionar una atención fisioterapéutica eficaz centrada en la asistencia integral a los pacientes/ usuarios
	G02	Resolución creativa y eficaz de los problemas que surgen en la práctica diaria, con el objetivo de garantizar los niveles máximos de calidad de la labor profesional realizada
	G03	Capacidad de organización y planificación de la labor fisioterapéutica
	G04	Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la aproximación a las necesidades de los pacientes/ clientes y para el diseño, aplicación y evaluación de los tratamientos
	G05	Capacidad de trabajar de forma eficaz en equipos interdisciplinares, participando e integrándose en los trabajos del equipo en sus vertientes científicas y profesionales, aportando ideas y respetando y valorando la diversidad de criterios de los miembros del equipo
	G06	Capacidad de incorporar a la cultura profesional los principios éticos y deontológicos, teniendo como prioridad de actuación el compromiso ético con los pacientes/ usuarios y sus familias
	G07	Capacidad de trabajar en un contexto internacional y de aproximarse a las innovaciones y técnicas empleadas en otros contextos nacionales
	G08	Capacidad de aplicar los conocimientos adquiridos
	G09	Capacidad de generar nuevas ideas (creatividad).
	G10	Capacidad de incorporar la investigación científica y la práctica basada en la evidencia como cultura profesional en el ejercicio de la fisioterapia, actualizando conocimientos y destrezas de manera continua
	G11	Capacidad de desarrollar estrategias de aprendizaje a lo largo de toda la vida para que sea capaz de adquirir nuevos conocimientos, a través del desarrollo su propio itinerario académico y profesional
	G12	Capacidad de comunicación oral y escrita en el idioma materno, el según las necesidades de su campo de estudio y las exigencias de su entorno académico y profesional
	G13	Capacidad de comunicación oral y escrita en inglés, según las necesidades de su campo de estudio y las exigencias de su entorno académico y profesiona
	G14	Capacidad de establecer y cumplir los criterios de calidad más apropiados y emplear metodologías y estrategias de trabajo orientadas a la mejora continua
	G15	Capacidad de asimilar conceptos de naturaleza social y humanística dentro de una formación universitaria integral que permitan el desarrollo de valores éticos tales como solidaridad, interculturalidad, igualdad, compromiso, respeto, diversidad, integridad, etc
	G16	Capacidad para formular, desde un pensamiento crítico y constructivo, propuestas de transformación social basadas en la democracia y en los derechos fundamentales de las personas

<b>Competencias Específicas de la titulación</b>	E01	Conocer los principios y teorías de los agentes físicos y sus aplicaciones en fisioterapia.	
	E02	Comprender los principios de la biomecánica y la electrofisiología, y sus principales aplicaciones en el ámbito de la fisioterapia	
	E04	Conocer y desarrollar la teoría de la comunicación y las habilidades interpersonales	
	E05	Comprender las teorías del aprendizaje a aplicar en la educación para la salud y en el propio proceso de aprendizaje a lo largo de toda la vida	
	E06	Comprender los aspectos psicológicos en la relación fisioterapeuta-paciente	
	E07	Identificar los factores que intervienen en el trabajo en equipo y en situaciones de liderazgo	
	E08	Identificar las estructuras anatómicas como base de conocimiento para establecer relaciones dinámicamente con la organización funcional	
	E09	Conocer los cambios fisiológicos y estructurales que se pueden producir como consecuencia de la aplicación de la fisioterapia	
	E12	Identificar los cambios producidos como consecuencia de la intervención de la fisioterapia	
	E13	Fomentar la participación del usuario y familia en su proceso de recuperación	
	E15	Identificar el concepto, evolución y fundamentos de la fisioterapia en sus aspectos científicos y profesionales	
	E17	Conocer y aplicar las bases teóricas y el desarrollo de los métodos y procedimientos fisioterapéuticos	
	E18	Tener la capacidad de valorar desde la perspectiva de la fisioterapia, el estado funcional del paciente/ usuario, considerando los aspectos físicos, psicológicos y sociales del mismo.	
	E19	Comprender y aplicar los métodos y procedimientos manuales e instrumentales de valoración en Fisioterapia y Rehabilitación Física, así como la evaluación científica de su utilidad y efectividad	
	E20	Conocer, diseñar y aplicar las distintas modalidades y procedimientos generales de intervención en Fisioterapia: Masoterapia, Electroterapia, Magnetoterapia, Hidroterapia, Balneoterapia, Climatoterapia, Talasoterapia, Termoterapia, Crioterapia, Vibroterapia, Fototerapia, Presoterapia, terapias derivadas de otros agentes físicos, así como aspectos fundamentales de la Ergoterapia y otras terapias afines al ámbito de competencia de la fisioterapia.	
	E21	Fomentar la colaboración entre usuario, familia y facultativos en el proceso de recuperación	
	E22	Identificar el tratamiento fisioterapéutico más apropiado en los diferentes procesos de alteración, prevención y promoción de la salud así como en los procesos de crecimiento y desarrollo	
	E23	Identificar la situación del paciente/ usuario a través de un diagnóstico de cuidados de fisioterapia, planificando las intervenciones, y evaluando su efectividad en un entorno de trabajo cooperativo con otros profesionales en ciencias de la salud	
	E24	Conocer y aplicar las guías de buena práctica clínica	
	E25	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	
	E26	Comprender los principios ergonómicos y antropométricos.	
	E27	Analizar, programar y aplicar el movimiento como medida terapéutica, promoviendo la participación del paciente/ usuario en su proceso	
	E28	Comprender los conceptos fundamentales de la salud y la función que realiza el fisioterapeuta en el sistema sanitario	
	E29	Promover hábitos de vida saludables a través de la educación para la salud	
	E30	Comprender los factores relacionados con la salud y los problemas relacionados con la fisioterapia en los ámbitos de la Atención Primaria, Especializada y de la Salud Laboral	
	E31	Conocer el Sistema Sanitario Español y los aspectos relacionados con la gestión de los servicios de salud, fundamentalmente aquellos en los que intervenga la fisioterapia	
	E33	Conocer y aplicar los mecanismos de calidad en la práctica de fisioterapia, ajustándose a los criterios, indicadores y estándares de calidad reconocidos y validados para el adecuado ejercicio profesional	
	E34	Conocer las bases éticas y jurídicas de la profesión en un contexto social cambiante	
	E35	Conocer los códigos éticos y deontológicos profesionales	
	<b>Profesiones reguladas</b>	P01	Conocer y comprender la morfología, la fisiología, la patología y la conducta de las personas, tanto sanas como enfermas, en el medio natural y social
		P02	Conocer y comprender las ciencias, los modelos, las técnicas y los instrumentos sobre los que se fundamenta, articula y desarrolla la fisioterapia
		P03	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

	P04	Adquirir la experiencia clínica adecuada que proporcione habilidades intelectuales y destrezas técnicas y manuales; que facilite la incorporación de valores éticos y profesionales; y que desarrolle la capacidad de integración de los conocimientos adquiridos; de forma que, al término de los estudios, los estudiantes sepan aplicarlos tanto a casos clínicos concretos en el medio hospitalario y extrahospitalario, como a actuaciones en la atención primaria y comunitaria
	P05	Valorar el estado funcional del paciente, considerando los aspectos físicos, psicológicos y sociales
	P06	Valoración diagnóstica de cuidados de fisioterapia según las normas y con los instrumentos de validación reconocidos internacionalmente
	P08	Ejecutar, dirigir y coordinar el plan de intervención de fisioterapia, utilizando las herramientas terapéuticas propias y atendiendo a la individualidad del usuario
	P09	Evaluar la evolución de los resultados obtenidos con el tratamiento en relación con los objetivos marcados
	P11	Proporcionar una atención de fisioterapia eficaz, otorgando una asistencia integral a los pacientes
	P12	Intervenir en los ámbitos de promoción, prevención, protección y recuperación de la salud
	P13	Saber trabajar en equipos profesionales como unidad básica en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal de las organizaciones asistenciales
	P14	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
	P15	Participar en la elaboración de protocolos asistenciales de fisioterapia basada en la evidencia científica, fomentando actividades profesionales que dinamicen la investigación en fisioterapia
	P16	Llevar a cabo las intervenciones fisioterapéuticas basándose en la atención integral de la salud que supone la cooperación multiprofesional, la integración de los procesos y la continuidad asistencial
	P17	Comprender la importancia de actualizar los conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que integran las competencias profesionales del fisioterapeuta
	P19	Comunicarse de modo efectivo y claro, tanto de forma oral como escrita, con los usuarios del sistema sanitario así como con otros profesionales
<b>Resultados de Aprendizaje</b>	R01	Conocer y aplicar las bases del acondicionamiento físico en el fitness
	R02	Reconocer y relacionar determinados déficits nutricionales derivados de una alimentación inapropiada
	R03	Distinguir técnicas habituales y su aplicación dentro de la práctica clínica en estética
	R04	Relacionar la influencia de determinados déficits nutricionales con el deterioro del rendimiento deportivo y/o evolución de una lesión
	R05	Conocer actividades de fitness que se pueden aplicar a la fisioterapia

### REQUISITOS PREVIOS:

El alumno deberá conocer requisitos básicos de entrenamiento y rendimiento deportivo.

El alumno deberá ser capaz de dominar la búsqueda de artículos en bases documentales sobre los que versan algunos de los contenidos de la asignatura.

### PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA:

Observaciones:

La asignatura está dividida en dos grandes bloques temáticos:

#### 1.- Fisioterapia en el fitness:

En este bloque se profundiza en conceptos fundamentales de la actividad física, el deporte y el sedentarismo, y la influencia que tienen estos sobre la salud, así como la planificación de ejercicio terapéutico en diferentes situaciones de salud y enfermedad desde la evidencia científica actual.

Igualmente, en este bloque los alumnos conocerán conceptos básicos de alimentación, nutrición y suplementación en el deporte y el rendimiento físico.

La evaluación de este bloque será a través de dos trabajos grupales, uno teórico-práctico sobre la iniciación y/o retorno a la actividad física/deportiva en diferentes situaciones patológicas, y uno práctico a través de la realización y dinamización de una sesión práctica de fitness.

2.- Fisioterapia aplicada a la estética.

En este bloque temático, habrá dos seminarios teórico-prácticos de introducción al uso de distintas tecnologías empleadas en el mundo de la estética.

Se verán conceptos básicos de alimentación y nutrición en estética.

La evaluación de este bloque la asignatura se hará a través de la elaboración de un trabajo grupal en los que los alumnos presentarán un tema relacionado con patologías o inestetismos tratados a través de técnicas o tecnologías propias de la fisioestética.

Los trabajos de evaluación serán explicados el día de la presentación de la asignatura.

**Contenidos de la materia:**

<b>1 - BASES DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO</b>
1.1 - Definición de acondicionamiento físico
1.2 - Objetivos del acondicionamiento físico
1.3 - Principios generales del acondicionamiento físico
1.4 - Métodos para desarrollar la condición física
1.5 - Evaluación del acondicionamiento físico
1.6 - Acondicionamiento físico y fitness
<b>2 - NUTRICIÓN Y SUPLEMENTACIÓN EN EL DEPORTE</b>
2.1 - Composición corporal
2.2 - Principios inmediatos en el rendimiento deportivo
2.3 - Hidratación y rehidratación
2.4 - Micronutrientes en el rendimiento deportivo
2.5 - Importancia e influencia de la nutrición en el rendimiento deportivo
2.6 - Suplementación en el deporte
<b>3 - FISIOTERAPIA APLICADA A LA ESTÉTICA</b>
3.1 - Introducción a la Fisioterapia aplicada a la estética
3.1.1 - Herramientas actuales en el campo de la Fisioestética - Endermología
3.1.2 - Herramientas actuales en el campo de la Fisioestética - Radiofrecuencia, diatermia e introducción transdérmica
3.1.3 - Herramientas actuales en el campo de la Fisioestética - Cavitación y LASER
3.2 - Rehabilitación estética post-cirugía
3.3 - Fisioterapia en Medicina regenerativa

La planificación de la asignatura podrá verse modificada por motivos imprevistos (rendimiento del grupo, disponibilidad de recursos, modificaciones en el calendario académico, etc.) y por tanto no deberá considerarse como definitiva y cerrada.

**METODOLOGÍAS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE:**

**Metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar:**

La metodología utilizada en el proceso de enseñanza-aprendizaje consistirá en clases teóricas-expositivas (Asistencia ONLINE vía TEAMS a lección magistral), clases teórico-prácticas (demostración práctica de contenidos de la asignatura acompañada de breves argumentaciones teóricas) y realización de prácticas, en algunos casos, preparadas y dirigidas por los alumnos.

Tutorías personalizadas, grupales o virtuales.

Elaboración de un trabajo introductorio al fitness en relación a la oferta de actividades disponibles en la actualidad, que le sirva al alumno para conocer algunas de las herramientas que le pueden servir en el desarrollo de la profesión.

Elaboración, presentación y dinamización de una sesión práctica encuadrada en el fitness y realizada por grupos íntegramente en inglés (sala de camillas).

Realización y entrega de un trabajo grupal basado en la búsqueda en bases documentales de bibliografía científica en inglés que avalen o invaliden determinadas técnicas/ tecnologías aplicadas en patologías o tratamientos propios de la fisioterapia estética y reparadora.

#### Volumen de trabajo del alumno:

Modalidad organizativa	Métodos de enseñanza	Horas estimadas
Actividades Presenciales	Clase magistral	12
	Casos prácticos	2
	Exposiciones de trabajos de los alumnos	4
	Otras actividades prácticas	2
	Actividades de evaluación	4
Trabajo Autónomo	Asistencia a tutorías	1
	Estudio individual	14
	Preparación de trabajos en equipo	16
	Tareas de investigación y búsqueda de información	13
	Lectura libre	2
	Otras actividades de trabajo autónomo	5
<b>Horas totales:</b>		<b>75</b>

#### SISTEMA DE EVALUACIÓN:

##### Obtención de la nota final:

Trabajos en equipo:	65	%
Otros:	35	%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>%</b>

\*Las observaciones específicas sobre el sistema de evaluación serán comunicadas por escrito a los alumnos al inicio de la materia.

#### BIBLIOGRAFÍA Y DOCUMENTACIÓN:

##### Bibliografía básica:

1. FORAN, B. Acondicionamiento físico para deportes de alto rendimiento. Editorial HISPANO EUROPEA, 2007
10. ACSM's Resources for the personal Trainer Fourth Edition (2013) Edit. Wolters Kluwer. Lippincott Williams & Wilkins.
11. AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio 3ª Edición (20147) Edit. Paidotribo.
12. Chicharro JL, Fernandez Vaquero A. FISIOLÓGÍA DEL EJERCICIO (3ª ed). Ed. Panamericana, Madrid, 2008.
2. GOMEZ MORA, J. Bases del acondicionamiento físico. Sevilla. Ed. Wanceulen. 2007
3. NARANJO ORELLANA, J., CENTENO PRADA, R. A. Bases fisiológicas del entrenamiento deportivo. Sevilla. Editorial Wanceulen, 2000
4. Leopoldo de la Reina Montero, Vicente Martínez de Haro. MANUAL DE TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO. Madrid. CV Ciencias del Deporte. 2003
5. WILLIAMS, M. Nutrición para la salud, la condición física y el deporte. Paidotribo. 2002
6. CLARK, N. Nutrición para deportistas. Desnivel Ediciones. 2003.

- |  |
|--|
| 7. MALAGON DE GARCIA, C. Nutrición y dietética deportiva. Editorial Kinesis. 2004.                   |
| 8. BARBANY, J. R. Alimentación para el deporte y la salud. Editorial Paidotribo. 2011.               |
| 9. ACSM's GUIDELINES for Exercise Testing and Prescripcion 10th Edition (2017) Edit. Wolters Kluwer. |

**Bibliografía recomendada:**

**Páginas web recomendadas:**

Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio Físico y Salud	<a href="http://www.http://g-se.com/es/salud-y-fitness">http://www.http://g-se.com/es/salud-y-fitness</a>
Exercice physiology and training	<a href="http://www.fisiologiadelejercicio.com/">http://www.fisiologiadelejercicio.com/</a>
My sport science	<a href="http://www.mysportscience.com/">http://www.mysportscience.com/</a>
OMS	<a href="http://www.who.int/es/">http://www.who.int/es/</a>
The Global Fitness Community	<a href="http://es.fitness.com/">http://es.fitness.com/</a>
WCPT	<a href="http://www.wcpt.org">http://www.wcpt.org</a>

\* Guía Docente sujeta a modificaciones