

PROGRAMA DOCENTE ESCUELA UNIVERSITARIA DE OSUNA

TITULACIÓN: GRADO EN FISIOTERAPIA

CURSO ACADÉMICO: 2021/22

DATOS DE ASIGNATURA

Código y Nombre: 5420021 Fisioterapia por Estímulos Reflejos	
Tipo: OPTATIVA	
Curso: SEGUNDO	Periodo de Impartición: SEGUNDO CUATRIMESTRE
Créditos: 6	Horas: 150
Área: FISIOTERAPIA	
Departamento: FISIOTERAPIA	

PROFESOR/ES Y TUTORÍA/S

BEATRIZ OSTOS DÍAZ	beatrizod@euosuna.org
Jueves	12:00 a 13:00

1. OBJETIVOS DOCENTES ESPECÍFICOS

- Que el alumno conozca la evidencia científica existente en relación a las técnicas de atención plena (Mindfulness) y meditación en el manejo del paciente con dolor y otros aspectos relevantes en el ejercicio de la fisioterapia.
- Aproximar al alumno a las herramientas de atención plena (Mindfulness) aplicables en fisioterapia para el manejo del dolor y otros aspectos relevantes en el ejercicio de la fisioterapia.
- Que el alumno conozca la importancia de la correcta gestión de la presión intraabdominal y los elementos que participan de ésta.
- Que el alumno conozca los principios a seguir para obtener la activación refleja de la faja abdominal durante la práctica de ejercicios hipopresivos.
- Que el alumno experimente la activación de su faja abdominal al poner en práctica los principios de los ejercicios hipopresivos.
- Que el alumno experimente la repercusión sobre la actitud postural de la práctica hipopresiva.
- Que el alumno sea capaz de construir y dirigir la práctica de un ejercicio hipopresivo
- Iniciar al alumno en la práctica del ejercicio terapéutico.
- Que el alumno conozca alguna de las premisas básicas de la práctica del ejercicio terapéutico.
- Presentar al alumno el movimiento consciente como alternativa dentro del ejercicio terapéutico.
- Que el alumno pueda diseñar estrategias de movimiento consciente en función de los

objetivos terapéuticos planteados en su historia de fisioterapia.

- Que el alumno pueda incorporar estrategias de movimiento consciente en su tratamiento de fisioterapia.
- Que el alumno pueda diseñar una sesión de movimiento consciente adaptado a las características del grupo al que se dirige y en base a unos objetivos terapéuticos planteados.
- Promover la creatividad del fisioterapeuta en el marco de las actividades de ejercicio terapéutico, tanto individuales como grupales, con objeto de favorecer la adherencia terapéutica y la educación para la salud en materia de prevención, promoción y/o recuperación de ésta.
- Aproximar al alumno a la reflexoterapia podal
- Dar a conocer al alumno los aspectos básicos de la digitopuntura aplicados al manejo del paciente en fisioterapia.

2. COMPETENCIAS TRANSVERSALES GENÉRICAS

INSTRUMENTALES

- T.1. Toma de decisiones.
- T.2. Resolución de problemas.
- T.3. Capacidad de organización y planificación.
- T.4. Capacidad de análisis y síntesis.
- T.5. Comunicación oral y escrita en la lengua nativa.
- T.6. Capacidad de gestión de la información.

PERSONALES:

- T.1. Compromiso ético.
- T.2. Trabajo en equipo
- T.3. Habilidades en las relaciones interpersonales
- T.5. Razonamiento crítico.

SISTÉMICAS:

- T.1. Motivación por la calidad
- T.2. Adaptación a nuevas situaciones.
- T.3. Creatividad
- T.4. Aprendizaje autónomo

3. COMPETENCIAS TRANSVERSALES ESPECÍFICAS

A) DE CONOCIMIENTOS DISCIPLINARES (SABER)

El alumno deberá ser capaz de demostrar conocimiento y comprensión en:

- E.1.1. Anatomía y Fisiología humanas, destacando las relaciones dinámicas entre la estructura y la función, especialmente del aparato locomotor.
- E.1.2. Los cambios fisiológicos que se pueden producir como consecuencia de la aplicación de la fisioterapia.
- E.3.4. los factores que intervienen en el trabajo en equipo y en situaciones de liderazgo.
- E.4.2. Los cambios estructurales, fisiológicos, funcionales y de conducta que se producen como consecuencia de la intervención de la Fisioterapia.

B) DE COMPETENCIAS PROFESIONALES (SABER HACER, HABILIDADES)

- E.11. Diseñar el Plan de Intervención de Fisioterapia. Elaborar un plan específico de intervención empleando habilidades de resolución de problemas y razonamiento clínico en consonancia con los recursos disponibles, formulando los objetivos de intervención y

seleccionando los procedimientos más adecuados a la atención planificada.

E12. Ejecutar, dirigir y coordinar el Plan de intervención de fisioterapia atendiendo al principio de individualidad del usuario y utilizando las herramientas terapéuticas aprendidas en la asignatura.

E16. Intervenir en los ámbitos de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

C) DE COMPETENCIAS ACTITUDINALES

E.27. Mantener una actitud de aprendizaje y mejora. Lo que incluye manifestar interés y actuar en una constante búsqueda de información y superación profesional, comprometiéndose a contribuir al desarrollo profesional con el fin de mejorar la competencia de la práctica y mantener el estatus que corresponde a una profesión titulada y regulada.

E29. Ajustarse a los límites de su competencia profesional en la atención a la salud.

E.33. Manifestar discreción, utilizando de forma adecuada la información de la que dispone, preservando la dignidad del paciente.

* Competencias extraídas del Libro Blanco de Fisioterapia (ANECA). Para cualquier duda o aclaración remitimos a su consulta.

4. CONTENIDO DE LA ASIGNATURA

Unidad 1. La atención plena (Mindfulness) en el manejo del paciente en fisioterapia.

- Conceptualización e historia de la atención plena.
- Características de la atención plena
- Funciones de la atención plena.
- Actitudes para la atención plena.
- Concepto de soporte en la práctica de la atención plena.
- Tipos de prácticas de atención plena.
- Aproximación a estrategias de atención plena.
- Análisis de la evidencia científica de las técnicas de atención plena y meditación en el manejo del dolor y otros aspectos útiles en el ejercicio de la fisioterapia.

Unidad 2. Activación indirecta de la faja abdominal: Premisas para el trabajo abdominal hipopresivo como ejercicio terapéutico

- Recuerdo anatomofuncional de la cavidad abdominal:
- La faja abdominal.
- El diafragma.
- Aproximación al suelo pélvico.
- Gestión de la presión abdominal.
- Principios básicos para el trabajo abdominal hipopresivo.
- La postura.
- La respiración y la apnea espiratoria.
- La aspiración diafragmática.
- Principales escuelas de trabajo hipopresivo.
- Beneficios del trabajo abdominal hipopresivo como ejercicio terapéutico

Unidad 3. Abordaje fisioterapéutico del paciente mediante el movimiento: Introducción al ejercicio terapéutico lúdico y creativo mediante movimiento espontáneo y movimiento consciente.

- Postura y movimiento:
- Definición y conceptualización
- El control y el ajuste postural:
- Reflejos y reacciones posturales

- Líneas de fuerza y prismas
- Pivotes osteoarticulares y ligamentosos.
- Propiocepción y movimiento consciente.
- Equilibrio y movimiento consciente.
- Diafragmas, postura, unidades funcionales y movimiento consciente.
- Conceptualización de ejercicio terapéutico.
- Elementos para el diseño de una sesión grupal de ejercicio terapéutico

Unidad 4. Introducción a la digitopuntura.

Unidad 5. Introducción a la reflexoterapia podal.

Relación de contenidos prácticos:

Unidad 1. La atención plena y meditación en el manejo del dolor.

- Experimentación de las características de la atención plena
- Búsqueda de las actitudes para la atención plena.
- Uso del soporte en la práctica de la atención plena.
- Experimentación de diferentes tipos de práctica de atención plena.
- Aproximación a diferentes estrategias de atención plena.
- Análisis de la evidencia científica de las técnicas de atención plena y meditación en el manejo del dolor y otros aspectos útiles en el ejercicio de la fisioterapia.

Unidad 2. Activación indirecta de la faja abdominal: Premisas para el trabajo abdominal hipopresivo como ejercicio terapéutico

- Principios básicos para el trabajo abdominal hipopresivo.
- La postura.
- La respiración y la apnea espiratoria.
- La aspiración diafragmática.
- Experimentación del trabajo abdominal hipopresivo

Unidad 3. Abordaje fisioterapéutico del paciente mediante el movimiento: Introducción al ejercicio terapéutico al ejercicio terapéutico lúdico y creativo mediante movimiento espontáneo y movimiento consciente.

- Trabajo de la postura y el movimiento:
- Reflejos y reacciones posturales
- Líneas de fuerza y prismas
- Pivotes osteoarticulares y ligamentosos.
- Propiocepción
- Equilibrio.
- Diafragmas y unidades funcionales.
- Introducción al ejercicio terapéutico
- Movimiento espontáneo y disposiciones al movimiento.
- Diseño e implementación de una sesión de movimiento desde los principios del ejercicio terapéutico.

Unidad 4. Introducción a la digitopuntura.

Unidad 5. Introducción a la reflexoterapia podal.

5. ACTIVIDADES FORMATIVAS

DISTRIBUCIÓN DE HORAS	CLASES TEÓRICAS	CLASES PRÁCTICAS	ADD con presencia del profesor	ADD sin presencia del profesor
-----------------------	-----------------	------------------	--------------------------------	--------------------------------

Horas presenciales	30	30		
Horas no presenciales				

METODOLOGÍA DOCENTE APLICADA	
Lección magistral	SI
Realización de ejercicios prácticos o problemas	SI
Estudios de caso o resolución de problemas complejos	SI
Elaboración y exposición de temas o trabajos por los alumnos	SI
Debate y análisis de temas de actualidad	SI
Seminarios y conferencias	NO
Tutorías presenciales (en el despacho o en el aula)	SI
Docencia a través de internet (clases virtuales)	SI
Tutorías a través de internet (resolución de dudas online y foros de discusión)	SI
Tutorías a través de internet (chats online)	NO
Trabajos tutelados: realización de casos prácticos o problemas (fuera del aula)	SI
Trabajos tutelados: lectura y comentario de textos o artículos (fuera del aula)	SI

6. INFORMACIÓN ADICIONAL

7. ACTIVIDADES DE INNOVACIÓN DOCENTE

Estrategias diversas para aliviar el dolor.

8. SISTEMA Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
Examen Final	SI
Exámenes / Controles por escrito durante el curso	SI
Exámenes / Controles orales	SI
Resolución de casos prácticos o problemas	SI
Actividades de evaluación a través de la plataforma virtual EDUC@	NO

- a. **Normativa reguladora de la evaluación y calificación de las asignaturas:**
<http://www.us.es/downloads/acerca/normativa/normativa-examenes.pdf>

b. Criterios de Evaluación Generales:

(Especificar el % de la nota final de cada una de las partes que compongan la evaluación. Explicar tipo de examen final, penalizaciones en los exámenes, etc...

No dejar nada por entendido) – Escenario de Presencialidad Total

Se desarrollará una única prueba escrita en relación a los contenidos tanto teóricos como prácticos mediante preguntas tipo test (por cada tres respuestas erróneas se penalizará con una respuesta correcta) y/o de desarrollo corto en la fecha de examen establecida. Para realizar dicho examen el alumno debe haber obtenido previamente la calificación de aprobado en las prácticas de laboratorio. La calificación obtenida en la prueba teórica supondrá el 30% (3 puntos) de la calificación de la asignatura. Para poder aprobar la asignatura el alumno deberá obtener como mínimo una calificación de aprobado (1,5 puntos sobre 3) en esta prueba.

- En relación a la unidad 1 el alumno deberá desarrollar y entregar una tarea en tiempo y forma cuya calificación supondrá el 10% (1 punto) de la calificación final de la asignatura. La obtención de una calificación de aprobado en dicha tarea (0,5 puntos sobre 1) permitirá al alumno eliminar el contenido correspondiente a esta unidad de la prueba teórica. La no entrega en tiempo y forma de dicha tarea supondrá el suspenso de ésta y la obligación de examinarse de los contenidos correspondientes a dicha unidad en la prueba teórica suponiendo, las preguntas referentes a esta unidad, igualmente el 10% (1 punto) de la calificación de la asignatura.

- Se llevará a cabo una evaluación continua del alumno donde se contemplará la asistencia a las clases teóricas, la actitud y participación en estas, la realización de las tareas y ejercicios planteados en clase. Esta evaluación continua podrá suponer hasta 1 punto extra sobre la calificación final de la asignatura.

Contenidos prácticos:

- La asistencia a las prácticas de laboratorio será obligatoria. El alumno sólo podrá ausentarse de las clases prácticas con causa justificada y siempre que no supere el 20% de las horas prácticas de la asignatura.

- Se desarrollarán dos pruebas prácticas evaluables en relación a las unidades 2 y 3 a lo largo del curso. Cada una de ellas será calificada con dos puntos y medio sobre diez suponiendo así cada una el 25% (2,5 puntos) de la calificación final de la asignatura. La primera de ellas será planteada sin previo aviso por el profesor de la asignatura y hará referencia a los contenidos ya trabajados en clase de la unidad 2. La segunda de ellas será la elaboración y presentación al grupo de una sesión de movimiento dirigido como ejercicio terapéutico que deberá ser entregada y desarrollada el último día de prácticas.

- Para aprobar la asignatura el alumno deberá haber obtenido, al menos, una calificación de aprobado (3 puntos sobre 6) en las prácticas de laboratorio y en cada una de las partes que las integran (1,25 puntos sobre 2,5 en la unidad 2 y en la unidad 3).

c. Criterios de Evaluación para alumnos con necesidades académicas especiales: (Art. 26 del Reglamento General de Estudiantes de la Universidad de Sevilla

<https://estudiantes.us.es/descargas/becas/a15.pdf>

1. Se llevará a cabo una prueba escrita en relación a los contenidos teóricos y prácticos mediante preguntas tipo test (por cada tres respuestas erróneas se penalizará con una respuesta correcta.) y/o desarrollo corto. Esta prueba vale 3 puntos de la calificación global de la asignatura. Para aprobar el examen el alumno debe obtener una calificación de 1,5 puntos sobre 3.

2. El alumno deberá realizar una tarea en relación al bloque 1. Esta tarea tiene una calificación de 1 punto de la calificación final de la asignatura. Si el alumno aprueba esta tarea eliminará el contenido correspondiente a

esta unidad. Para sacar el aprobado de obtener como mínimo 0,5 puntos sobre 1. La no entrega en tiempo y forma de dicha tarea supondrá el suspenso de ésta y la obligación de examinarse de los contenidos correspondientes a dicha unidad en la prueba teórica suponiendo, las preguntas referentes a esta unidad, igualmente el 10% (1 punto) de la calificación de la asignatura.

3. Se llevará a cabo una evaluación continua del alumno donde se contemplará la asistencia a las clases teóricas, la actitud y participación en estas. Esta evaluación continua podrá suponer hasta 1 punto extra sobre la calificación final de la asignatura.

4. La asistencia a clases prácticas son obligatorias.

El alumno sólo podrá faltar a una clase con causa justificada. No puede superar el 20% de las horas prácticas de la asignatura.

Se llevarán a cabo dos pruebas prácticas evaluables en relación a las unidades 2 y 3 a lo largo del curso. Cada una será puntuada con un 2,5. Suponiendo cada una el 25% de la calificación final asignatura. Cada una de ellas será calificada con dos puntos y medio sobre diez.

La primera de ellas será planteada sin previo aviso por el profesor de la asignatura y hará referencia a los contenidos ya trabajados en clase de la unidad 2.

La segunda de ellas será la elaboración y presentación al grupo de una sesión de movimiento dirigido como ejercicio

terapéutico que deberá ser entregada y desarrollada el último día de prácticas.

Para aprobar la asignatura el alumno deberá haber obtenido, al menos, una calificación de aprobado (3 puntos sobre 6) en las prácticas de laboratorio y en cada una de las partes que las integran (1,25 puntos sobre 2,5 en la unidad 2 y en la unidad 3).

PLAN DE CONTINGENCIA

En esta sección se contemplan las adaptaciones de la asignatura, tanto en el desarrollo de la docencia como para el desarrollo de los procesos de evaluación.

Este plan de contingencia se activará en función de las normas para prevenir el contagio de la COVID-19 que se adapten por las autoridades estatales o autonómicas competentes en la materia.

- **ESCENARIO A - Menor actividad presencial como consecuencia de medidas sanitarias de distanciamiento interpersonal que limiten el aforo permitido en las aulas.**
 1. **MODIFICACIÓN DEL CONTENIDO DE LA ASIGNATURA**
9/10/2021
 2. **HERRAMIENTAS VIRTUALES UTILIZADAS Y ACTIVIDADES PLANIFICADAS MODIFICADAS**
 3. **NUEVOS PROCEDIMIENTOS ELEGIDOS PARA LA EVALUACIÓN Y CAMBIOS EN SU CASO DE LOS CRITERIOS (PORCENTAJES) DE EVALUACIÓN**
Escenario A (Semipresencial):

4. PROCEDIMIENTO DE ATENCIÓN AL ALUMNADO (TUTORIAS)

Adaptaciones para la docencia: No se requieren.

- **ESCENARIO B - Suspensión de la actividad presencial**

1. MODIFICACIÓN DEL CONTENIDO DE LA ASIGNATURA

Adaptaciones para la evaluación: No se requieren, los criterios de evaluación establecidos para asignatura en modo presencial se mantendrán idénticos en un escenario semipresencial.

2. HERRAMIENTAS VIRTUALES UTILIZADAS Y ACTIVIDADES PLANIFICADAS MODIFICADAS

Online

3. NUEVOS PROCEDIMIENTOS ELEGIDOS PARA LA EVALUACIÓN Y CAMBIOS EN SU CASO DE LOS CRITERIOS (PORCENTAJES) DE EVALUACIÓN

Adaptaciones para la docencia: Dada la imposibilidad de que ciertos contenidos se puedan

adaptar a una modalidad no presencial, las horas que no se puedan llevar a cabo debido a la

suspensión de prácticas en caso de emergencia sanitaria por la COVID-19, t

4. PROCEDIMIENTO DE ATENCIÓN AL ALUMNADO (TUTORIAS)

Aplazar serían los siguientes:

1. Prácticas activación indirecta de la faja abdominal (3 sesiones).
2. Prácticas de ejercicio terapéutico lúdico y creativo mediante movimiento espontáneo y movimiento consciente. (1 sesión).
3. Prácticas de digitopuntura (1 sesión).
4. Práctica de reflexoterapia podal (1 sesión).

9. BIBLIOGRAFÍA DEL CONTENIDO

Módulo: Atención plena y Mindfulness

Principales lecturas recomendadas.

- Bob Stahl y Elisha Goldstein. Mindfulness para reducir el estrés. Una guía práctica. Ed. Kairós. ISBN. 9788472457614?
- Siegel Daniel J. Cerebro y mindfulness : la reflexión y la atención plena para cultivar el bienestar. Ed. Paidós. 2010. ISBN. 9788449324093
- Kabat-Zinn. Vivir con plenitud la crisis. Ed. Kairos. 2011. ISBN. 9788499884905
- Goleman D., Davison R.J. Los beneficios de la meditación. La ciencia demuestra cómo la meditación cambia la mente, el cerebro y el cuerpo. Ed. Kairos. ISBN. 9788499885797
- Miró. M. Teresa. La atención plena (mindfulness) como intervención clínica para aliviar el sufrimiento y mejorar la convivencia. Mindfulness y Psicoterapia. Revista de psicoterapia . Vol. XVII - nº 65
- Simón. Vicente. M. Mindfulness y neurobiología. Mindfulness y Psicoterapia. Revista de psicoterapia . Vol. XVII - nº 66/67
- Lutz, A. , Dunne, J., & Davison, R. (2007). Meditation and the neuroscience of consciousness: An introduction. The Cambridge Handbook of Consciousness (Cambridge Handbooks in Psychology). Cambridge: Cambridge University Press.

Otras lecturas:

- Ballester Meseguer, Mariano. Meditación profunda y autoconocimiento. Ed. Desclée de Brouwer, Bilbao, 2017. ISBN (ebook) 9788433036759
- Khalsa, Dharma Singh. La meditación como medicina. Ed. Luciérnaga, Barcelona, 2008. ISBN 9788489957954.
- Smith, Erica. La meditación : introducción a la técnica, sus tradiciones y sus beneficios. Ed Oniro, Madrid 2011. ISBN 9788497545280.
- Calle, Ramiro A. Meditación para niños. Ed. Kairós, Barcelo, 2016. ISBN. 9788499884974
- Johnson, Will. La postura de meditación [Recurso electrónico] : manual práctico para meditadores de todas las tradiciones Barcelona: Herder Editorial, [2009] ISSN 9788425436192
- Singh Khalsa, D. Stauth C. La meditacion como medicina. Barcelona. Luciernaga 2013. ISBN 9788489957954

Bibliografía Módulo 2:

- Rial T., Pinsach P. Ejercicios hipopresivos : mucho más que abdominales : reprograma tu cuerpo de forma inteligente, alivia tus dolores de espalda, reduce la cintura, mejora tu rendimiento deportivo y sexual. Madrid 2015. La esfera de los libros. ISBN 978-84-9060-329-1
- Caufriez M., Pinsach P., Fernández J.C. Abdominaux et périnée : mythes et réalités : Reprogrammation systémique fonctionnelle. Gymnastique abdominale hypopressive statique. Gymnastique hypopressive dynamique. Mallorca : M. C. Editions, 2010. ISBN 9788461405763
- Ithamar. L. Abdominal and pelvic floor electromyographic analysis during abdominal hypopressive gymnastics. Journal of Bodywork & Movement Therapies 22 (2018) 159e165
- Segarra V. Core y sistema de control neuro-motor: mecanismos básicos para la estabilidad del raquis lumbar. Rev Bras Educ Fís Esporte, (São Paulo) 2014
- Cabañas Armensilla. M.D. Revisión de los fundamentos teóricos de la gimnasia abdominal hipopresiva. Apunts Med Esport. 2014;49(182):59---66
- Bellido-Fernández L. Effectiveness of Massage Therapy and Abdominal Hypopressive Gymnastics in Nonspecific Chronic Low Back Pain: A Randomized Controlled Pilot Study. Evid Based Complement Alternat Med. 2018 Sep 6;2018:3601984.

Bibliografía Módulo 3:

1. Freres M., Mairlot. M-B. Maestros y claves de la postura. Barcelona: Paidotribo, 2000.
2. Gagey P-M., Weber B. Posturología: regulación y alteraciones de la bipedestación. Barcelona. Manson 2001 ISBN 8445809741
3. V. Smith-Agreda, E. Ferrer-Torres. Fascias. Principios de anatomo-fisio-patología. 2004

4. Souchard, Philippe E. Reeducación postural global : el método de la RPG. Barcelona. Elsevier Masson, 2012. ISBN 9788445821404
5. Souchard, Philippe E. RPG. Principios de la reeducación postural global. Barcelona Paidotribo 2008. ISBN 978848019830
6. Neurociencia. La exploración del cerebro. Bear. M.F., Connors B. W., PAradiso M.A. Barcelona. WoltersbKluwer. 2016. ISBN 9788416353613
8. Neurociencia aplicada. Sus fundamentos. Cardinali. Madrid. Panamericana. ISBN 9789500603287

10. CALENDARIO DE EXÁMENES

- a. Convocatoria de Diciembre (todas).
- b. Convocatoria de Enero (1º cuatrimestre o anuales).
- c. Convocatoria de Junio (2º cuatrimestre o anuales).
- d. Convocatoria de Septiembre (todas). **7/2/2021**

Nota: Sólo se admitirán solicitudes de cambio de exámenes dos meses antes del comienzo del periodo de exámenes, en caso de coincidir con otra asignatura. (Art. 17 normativa reguladora de la evaluación y calificación de las asignaturas).

NOTA: Cuando proceda retransmitir contenidos, debe tenerse en cuenta que el personal docente implicado en la impartición de esta asignatura no da el consentimiento para que los estudiantes (o terceros) graben, publiquen, retransmitan o reproduzcan posteriormente el discurso, imagen, voz y explicaciones de cátedra por medio alguno, ni se consiente la difusión a terceros, ni de este recurso, ni de ningún otro que se ponga a disposición de los estudiantes.

El uso de los recursos proporcionados por los profesores de la asignatura está reservado únicamente a los estudiantes matriculados en la misma.