



Instituto Superior
de Educación Física
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA
"Prof. Alberto Langlade"
Licenciatura en Educación Física
PLAN 2017



UNIVERSIDAD
DE LA REPUBLICA
URUGUAY

EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA

Semestre: 6° semestre

Créditos otorgados: 8

Total horas clase: 64 horas reloj

Carácter de la Unidad Curricular: Troncal Común

Régimen de asistencia: mixta

Previatura/s: Fisiología del Ejercicio

Responsable del Curso a Nivel Nacional: Prof. Adj. Lucia Stefanelli y Prof. Asis. Mariana Gómez		
CENUR ESTE	CENUR LITORAL NORTE	MONTEVIDEO
Encargado/s del Curso Asis. Daniela Lecuona	Encargado/s del Curso Asis. Yohanna Cabrera	Encargado/s del Curso Asis. Mariana Gómez y Prof. Adj. Lucia Stefanelli
Integrantes del Equipo Docente	Integrantes del Equipo Docente	Integrantes del Equipo Docente
Asis. José Meléndez	Ay. Juan Muzzio	Agreg. Carlos Magallanes
-	-	Asis. Santiago Guido
-	-	Ay. Agustina Herrera
-	-	Ay. Pablo Pérez

PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD CURRICULAR

Esta unidad curricular articula los saberes de un enfoque biomédico en diálogo con las ciencias sociales y humanas en torno a la práctica profesional de los licenciados en educación física en el campo de la salud y como integrantes de equipos interdisciplinarios. Se propone como eje central el abordaje de alteraciones posturales y enfermedades prevalentes en la práctica profesional con diversas poblaciones en el campo de la salud, así como la integración entre teoría y práctica que aproxime al estudiante a la reflexión y construcción de prácticas pedagógicas en dicho campo.

OBJETIVOS

- Determinar el campo laboral del Licenciado en Educación Física en el campo de la Educación Física Adaptada.
- Elaborar prácticas pedagógicas que contribuyan al proceso de reeducación postural activa por parte del sujeto, enfatizando su sensibilización y conciencia corporal.
- Facilitar herramientas para la observación y detección precoz de posibles alteraciones posturales y/o funcionales.
- Aportar conocimientos y herramientas necesarias que permitan reconocer y registrar problemas funcionales y orgánicos en la población.
- Diseñar, analizar y evaluar programas de educación física en relación a las alteraciones posturales y enfermedades prevalentes.

CONTENIDOS

UNIDAD 1 - Aspectos introductorios a la Educación Física Adaptada

Conceptualización de la Educación Física Adaptada. Aplicaciones de la Educación Física Adaptada al campo laboral. - Aspectos generales sobre la prescripción del ejercicio. - Evaluación del estado de salud y condición física previo a la prescripción de ejercicio.

UNIDAD 2 - Introducción a las Enfermedades Prevalentes

Introducción a las principales enfermedades prevalentes: (i) enfermedades respiratorias (enfermedad pulmonar obstructiva crónica, asma), (ii) enfermedades endocrinas y metabólicas (obesidad, diabetes, hiperlipidemia y dislipemias, enfermedad renal), (iii) enfermedades cardiovasculares (hipertensión arterial, insuficiencia cardíaca, miocardiopatías, enfermedad arterial periférica, enfermedad isquémica), (iv) enfermedades oncológicas (leucemia, linfoma, cáncer de mama, cáncer de próstata).

UNIDAD 3 - Educación Física Adaptada a Enfermedades Prevalentes

Beneficios, contraindicaciones y herramientas dentro de la educación física adaptada para abordar las enfermedades prevalentes. - Abordajes de los profesionales de la educación física junto al equipo multidisciplinario en los programas y actividades específicas para personas con enfermedades prevalentes. - Factores modificables y no modificables, que permitan determinar el área de intervención del profesional en Educación Física.

UNIDAD 4 - Valoración postural

Conceptualización y valoración de una postura estable. - Transformaciones de las curvas fisiológicas del raquis, orientación de la cabeza, columna vertebral y extremidades. - Evaluación cualitativa y cuantitativa: Evaluación postural estática y dinámica. Alteración posturales y ortopedia: Pie plano, pie cavo, hiperlordosis lumbar, hipercifosis dorsal, escoliosis. – Causas, prevalencia y adaptaciones fisiológicas.

UNIDAD 5 - Reeducción Postural

Ejes principales y desarrollo de prácticas pedagógicas para el abordaje del proceso de reeducación postural. Identificación, reconocimiento y desbloqueo de vicios posturales, retracciones corporales, bloqueos, adherencias y otros derivados de las alteraciones posturales. - Estrategias prácticas enfocadas al estado tónico de los tejidos profundos en las diversas conductas posturales de la cotidianeidad. - Desarrollo de la amplitud de movimiento, elasticidad corporal, manifestaciones de la fuerza isométrica, excéntrica y de sostén postural.

METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA

Las clases podrán ser expositivas o llevarse a cabo a través de dinámicas grupales. A través de las dinámicas grupales se analizará la bibliografía con el objetivo de resolver casos prácticos que estimulen el pensamiento crítico del estudiante. Asimismo, se realizarán actividades semanales de planificación de clases de educación física adaptada que luego se trabajaran de forma práctica en los reducidos como forma de vivenciar lo planificado.

EVALUACIÓN

Se realizarán como mínimo dos instancias de evaluación, las mismas podrán ser individuales o grupales. Dichas evaluaciones podrán ser realizadas en el espacio masivo (prueba teórica) o en el espacio de reducido (prueba práctica).

BIBLIOGRAFÍA

- AMERICAN COLLEGE OF SPORT AND MEDICINE (2019). *Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio*. Paidotribo.
- CHICHARRO, J. L., & MOJARES, L. M. L. (2008). *Fisiología clínica del ejercicio*. Ed. Médica Panamericana.
- DI SANTO, MARIO (2011) *Amplitud de Movimiento*. Paidotribo.
- MAZZA, M. Y COLS. (2011). *Manual para la prescripción de ejercicio: actividad física y ejercicio para la salud*. Montevideo (UY): Cátedra de Medicina del Ejercicio y Deporte, UdelaR: Dedos, 1-188.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- COLBERG, S. R. Y COLS. (2016). *Physical activity/exercise and diabetes: a position statement of the American Diabetes Association*. *Diabetes care*, 39(11), 2065-2079.
- GARGALLO-FERNÁNDEZ, M. Y COLS. (2015). *Recomendaciones clínicas para la práctica del deporte en pacientes con diabetes mellitus* (Guía RECORD). Grupo de Trabajo de Diabetes Mellitus de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN). *Endocrinología y Nutrición*, 62(6), e73-e93.
- SPRUIT, M. A. Y COLS. (2013). *An official American Thoracic Society/European Respiratory Society statement: key concepts and advances in pulmonary rehabilitation*. *American journal of respiratory and critical care medicine*, 188(8), e13-e64.
- JULVE GARCÍA, M. Á., & SEGOVIA MARTÍNEZ, J. C. (2019). *Cáncer y deporte*.
- PRESSLER, A., & NIEBAUER, J. (2020). *Textbook of Sports and Exercise Cardiology*. Springer International Publishing.
- KHOJA S.S., PIVA S.R., TOLEDO F.G.S. (2016). *Physical Activity in Obesity and Diabetes*. In: Ahmad S., Imam S. (eds) *Obesity*. Springer, Cham. https://doi-org.ezproxy.lib.ucalgary.ca/10.1007/978-3-319-19821-7_26.