

# Actividad Física y Salud – MÓDULO VI: TALLERES PRESENCIALES Y VIRTUALES

Talleres virtuales

## GUÍA DOCENTE



Curso Académico:	2022-2023					
Máster:	Actividad Física y Salud					
Denominación de la asignatura	Talleres virtuales					
Módulo	MÓDULO VI: TALLERES PRESENCIALES Y VIRTUALES					
Curso académico	2022-2023					
Tipología	Optativa					
ECTS	<b>Teoría:</b>	0.00	<b>Práctica:</b>	6.00	<b>Total:</b>	6.00
Periodo de impartición	Mayo de 2023					
Modalidad	VIRTUAL					
Web universidad coordinadora	<a href="http://www.unia.es/actividadfisicaysalud">http://www.unia.es/actividadfisicaysalud</a>					
Web universidad colaboradora	<a href="https://www.upo.es/postgrado/Master-Oficial-Actividad-Fisica-y-Salud/">https://www.upo.es/postgrado/Master-Oficial-Actividad-Fisica-y-Salud/</a>					
Idiomas de impartición	Español					

**Profesorado. Profesores correspondientes al curso 2021-22. Por confirmar para el curso 2022-23**

Nombre y apellidos	Email	Universidad	Créditos
Francisco Javier Alonso Alfonseca		DIVERSOS ORGANISMOS OFICIALES	1.00
Carlos Javier Berral de la Rosa		UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE ANDALUCÍA	1.00
Luis Carrasco Páez		UNIVERSIDAD DE SEVILLA	1.00
Antonio Martínez Amat		UNIVERSIDAD DE JAEN	1.00
Margarita Reina Sánchez		DIVERSOS ORGANISMOS OFICIALES	1.00
Francisco de Borja Sañudo Corrales		UNIVERSIDAD DE SEVILLA	1.00

**TUTORIAS (Coordinador/a de asignatura): Horario y localización**

En cada uno de los estudios para desarrollar y a cada uno de los profesores responsables, desde el 13 al 28/05/2022

### COMPETENCIAS

#### Básicas y Generales

- Obtener una comprensión sistemática de los contenidos necesarios para interpretar el ejercicio físico como herramienta de salud y dominarán las habilidades, técnicas y métodos para colaborar en la prescripción del ejercicio físico.
  - Sabrán diseñar, conjuntamente a un equipo multidisciplinar, programas de promoción de actividad física y alimentación equilibrada y tendrán conocimientos para abordar un proyecto de investigación en las líneas relacionadas con la actividad física y la salud.
    - Habrán realizado un proyecto final de máster en alguno de los temas de áreas diferenciadas del conocimiento adquirido.
    - Serán capaces de realizar una evaluación de los colectivos necesitados.
    - Sabrán colaborar con sus compañeros de otras ciencias del ejercicio, con la comunidad académica, con los profesionales del sector y con la sociedad en general en relación con la actividad física como elemento prescriptor de salud.
      - Serán capaces de fomentar en contextos académicos y profesionales el desarrollo de los hábitos saludables relacionados con el movimiento corporal programado

#### Transversales

#### Específicas

- Capacidad para calcular el índice de masa muscular, la densidad corporal y el porcentaje graso y realizar la estimación de la masa muscular, la masa ósea y la masa residual
  - Capacidad para analizar la huella plantar y realizar su interpretación patológica
  - Capacidad para analizar e interpretar una prueba de esfuerzo, calcular el

	<p>gastos energético en diversas situaciones de ejercicio y realizar una aplicación práctica orientada a la pérdida de peso</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber aplicar técnicas de fuerza en situaciones especiales como es el caso de embarazadas</li> <li>• Capacidad para realizar un análisis nutricional completo con aplicación práctica</li> <li>• Capacidad para elaborar un programa de prevención secundaria y rehabilitación cardíaca en fase III</li> </ul>
<b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar técnicas e instrumentos en el campo de la actividad física y la salud</li> <li>• Calcular el índice de masa muscular, la densidad corporal y el porcentaje graso y realizar la estimación de la masa muscular, la masa ósea y la masa residual</li> <li>• Analizar la huella plantar y realizar su interpretación patológica</li> <li>• Analizar e interpretar una prueba de esfuerzo, calcular el gasto energético en diversas situaciones de ejercicio y realizar una aplicación práctica orientada a la pérdida de peso</li> <li>• Aplicar técnicas de fuerza en situaciones especiales como es el caso de embarazadas</li> <li>• Realizar un análisis nutricional completo con aplicación práctica</li> </ul>	
<b>CONTENIDOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estudio 1. Morfología humana y cineantropometría: a propósito de un caso. Estudios sobre composición corporal, somatotipo y biotipología, mediciones de medidas antropométricas, redacción de ficha antropométrica, cálculo de composición corporal. Exposición de ficha de proforma antropométrica y cálculo sobre esta proforma del índice de masa corporal, densidad corporal, porcentaje graso, masa muscular, masa esquelética y masa residual.</li> <li>• Estudio 2. Análisis de la huella plantar y sus condicionantes patomecánicos. Introducción sobre las patologías de la huella plantar y explicación sobre su análisis mediante el método de Hernández-Corvo. Evaluación mediante el análisis de la huella de un pie antes y después del ejercicio, con las repercusiones patológicas que se puedan derivar.</li> <li>• Estudio 3. Valoración de los resultados de una prueba de esfuerzo realizada en un laboratorio de fisiología. Prescripción de actividad física basada en la ergometría. Análisis de información</li> </ul>	

procedente de una prueba de esfuerzo con tarea práctica sobre cálculos de gasto energético en distintas situaciones de ejercicio, razonando la intensidad y duración más recomendables para perder peso.

- Estudio 4. Diseño de un programa de fuerza aplicado a la mujer embarazada.

Aplicación

de técnicas de fuerza sobre distintas dolencias de las embarazadas.

Aplicación de un programa específico a un caso presentado incidiendo en sus beneficios, condicionantes a tener en cuenta (intensidad, volumen, ejercicios, tiempo de descanso,...) y las posibles contraindicaciones de este tipo de tratamiento

- Estudio 5. Elaboración de una historia nutricional completa y su valoración por macronutrientes y micronutrientes.

Introducción

a la nutrición, pirámide alimenticia, composición de los alimentos.

Presentación de una historia dietética, encuesta nutricional la valoración nutricional mediante el programa DIAL. Análisis de ingesta calórica, macronutrientes y micronutrientes.

- Estudio 6. Diseño de un programa de prevención secundaria y rehabilitación cardíaca en fase III.

Programas

de prevención y rehabilitación cardíaca, desarrollo y contenido de estos programas, adaptación y desarrollo de los diferentes tipos de programas en función de los recursos disponibles y taller práctico de elaboración de un programa de prevención secundaria y rehabilitación cardíaca en fase III.

### ACTIVIDADES FORMATIVAS Y METODOLOGÍAS DOCENTES

Actividad formativa	Modalidad de enseñanza	Dedicación (horas de trabajo autónomo del estudiante)	Dedicación (horas de trabajo del estudiante con apoyo del profesor)
ESTUDIO 1: Morfología humana y cineantropometría	VIRTUAL	8	8
ESTUDIO 2: Análisis de la huella plantar y sus condicionantes patomecánicos	VIRTUAL	8	8
ESTUDIO 3: Valoración de los resultados de una prueba de esfuerzo realizada en un laboratorio de fisiología	VIRTUAL	8	8
ESTUDIO 4: Diseño de un programa de fuerza aplicado a la mujer embarazada	VIRTUAL	8	8

ESTUDIO 5: Elaboración de una historia nutricional completa y su valoración por macronutrientes y micronutrientes	VIRTUAL	8	8
ESTUDIO 6: Diseño de un programa de prevención secundaria y rehabilitación cardiaca en fase III	VIRTUAL	8	8
<b>SISTEMA DE EVALUACIÓN</b>			
Test final "on line" el 28/05/2022			
<b>OBSERVACIONES</b>			
None			
<b>Estrategias/metodologías de evaluación</b>			<b>Porcentaje de valoración sobre el total</b>
Resultados de los ejercicios y tareas individuales			50%%
Asistencia regular al desarrollo de los talleres			50%%
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>			
<b>PLAN DE CONTINGENCIA</b>			

Conforme a lo dispuesto en la legislación vigente en materia de protección de datos de carácter personal (Reglamento (UE) 2016/679, de 27 de abril) le informamos que los datos personales que nos ha facilitado pasarán a ser tratados por la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE ANDALUCÍA como responsable del tratamiento, siendo órgano competente en la materia la Dirección del Área de Gestión Académica (Monasterio Santa María de las Cuevas, C/ Américo Vespucio nº2. Isla de La Cartuja - 41092 - Sevilla) ante quien Ud. puede ejercitar sus derechos de acceso, rectificación, limitación, oposición o portabilidad señalando concretamente la causa de su solicitud y acompañando copia de su documento acreditativo de identidad. La solicitud podrá hacerse mediante escrito en formato papel o por medios electrónicos.

Caso de no obtener contestación o ver desestimada su solicitud puede dirigirse al Delegado de Protección de Datos de la Universidad (rgpd@unia.es Tfno 954 462299) o en reclamación a la Agencia Española de Protección de Datos a través de los formularios que esa entidad tiene habilitados al efecto y que son accesibles desde su página web: <https://sedeagpd.gob.es>

Como responsable, la Universidad le informa que exclusivamente tratará los datos personales que Ud. le facilite para dar cumplimiento a los siguientes fines:

a) Gestión académica y administrativa de:

- Participación en procesos de acceso y admisión a las enseñanzas oficiales (Grado, Máster y Doctorado) o de formación Continua de la Universidad Internacional de Andalucía.
- Inscripción y/o matrícula como alumno en cualquiera de las titulaciones oficiales (Grado, Máster y Doctorado), Formación Continua u otras actividades académicas ofrecidas por la Universidad Internacional de Andalucía.

• Participación en convocatorias de becas y ayudas al estudio de la Universidad Internacional de Andalucía, la Admón. General del Estado o la de las Comunidades Autónomas y de otras entidades públicas o privadas.

- Participación en convocatorias de programas de movilidad de carácter nacional o internacional.

- Obtención y expedición de títulos oficiales, títulos propios y otros títulos académicos

b) Gestión de su participación como estudiante en prácticas y actividades formativas nacionales o internacionales en instituciones, empresas, organismos o en otros centros.

c) Utilización de servicios universitarios como obtención del carné universitario, bibliotecas, actividades deportivas u otros.

La Universidad se encuentra legitimada para tratar estos datos al ser necesarios para la ejecución de la relación jurídica establecida entre Ud. y la Universidad y para que ésta pueda cumplir con sus obligaciones legales establecidas en la Ley Orgánica 6/2001, de Universidades.

Usted responde de la veracidad de los datos personales que ha proporcionado a la Universidad y de su actualización.

La Universidad comunicará los datos personales que sean indispensables, y nunca en otro caso, a las siguientes categorías de destinatarios:

- A otras Administraciones y organismos públicos para el ejercicio de las competencias que les sean propias y compatibles con las finalidades arriba enunciadas (Así - a modo enunciativo y no limitativo - a

Ministerios con competencias en educación y ciencia, a otras administraciones, a otras Universidades o Centros formativos equivalentes para la gestión de traslados, a empresas para la realización de prácticas)

- A entidades bancarias para la gestión de pagos y cobros.

- A organismos públicos o privados en virtud de la celebración de convenios de colaboración o contratos, conforme a lo dispuesto en la legislación vigente en materia de Protección de Datos.

- A los servicios de la propia Universidad que sean adecuados para gestionar la utilización de los servicios universitarios ofertados.

Sus datos de carácter personal se tratarán y conservarán por la Universidad conforme a la legislación vigente en materia de protección de datos, pasando luego a formar parte -previo expurgo - del Archivo Histórico Universitario conforme a lo dispuesto en la legislación sobre Patrimonio Histórico.

La Universidad sólo prevé la transferencia de datos a terceros países en el caso de su participación como alumno en alguno de los programas de formación o becas de carácter internacional. La transferencia se realizará siguiendo las directrices establecidas al respecto por el Reglamento Europeo de Protección de Datos y normativa de desarrollo.

El Servicio de Protección de Datos de la Universidad Internacional de Andalucía cuenta con una página en la que incluye legislación, información y modelos en relación con la Protección de Datos Personales a la que puede acceder desde el siguiente enlace: <https://www.unia.es/protecciondatos>