

Atendiendo a la ya mencionada transversalidad que la actividad física y el ejercicio representan para el sostenimiento de la salud de la población, entendemos que todos y cada uno de los perfiles de ingreso se mueven en el ámbito de la salud, entendiéndose esta como el “bienestar físico, psíquico y social”.

Desde estos pilares que sustentan la salud, cada perfil profesional tiene una misión como AGENTE DE SALUD y una necesidad de adquirir competencias que le posibiliten actuar como tal, sea cual sea su ámbito de actuación: biosanitario, educativo, social, deportivo o en las ciencias del comportamiento. Todas requieren disponer de conocimientos básicos y específicos para ser aplicados, bien en el desarrollo profesional o en la búsqueda investigadora.

Los principios competenciales mixtos, sanitario y en la actividad física, en definitiva, en la salud bio-psico-social, se desprenden de las exigencias solicitadas al alumnado en forma de materiales entregados, recursos bibliográficos, exámenes, tareas y foros. Mencionaremos algunos de ellos:

- a) Conocimiento de la anatomía humana para el movimiento.
- b) Conceptualizar la composición corporal y el somatotipo como herramienta de control del biotipo corporal, y sus modificaciones a través de la actividad física.
- c) Aprender a discernir los elementos de certeza, o no, que se presentan a menudo en las redes sociales.
- d) Manejar el análisis biotipológico en población infantil.
- e) Visualizar el impacto de la biomecánica corporal en la marcha y carrera.
- f) Disponer de las nociones fundamentales de fisiología del esfuerzo físico.
- g) Ver el desarrollo de una prueba de esfuerzo y entender las variables a tener en cuenta para su interpretación.
- h) Acercarnos al campo de la biología molecular interpretando en el laboratorio la técnica de detección proteica.
- i) Conocer las actualizaciones asociadas a las evidencias científicas para la puesta en práctica de programas específicos de actividad física y salud.
- j) Conocer los principios básicos de la alimentación en personas que entrenan.
- k) Conocer la dinámica de las suplementaciones nutricionales
- l) Saber realizar una encuesta nutricional utilizando técnicas informáticas.
- m) Saber las repercusiones funcionales, sociales y económicas del sedentarismo.
- n) Manejar los criterios generales del acondicionamiento físico.
- o) Realizar una prueba de campo para la estratificación de poblaciones sedentarias cuyo interés es abandonar el sedentarismo.
- p) Entender el hecho diferencial del envejecimiento humano y los cambios que pueden realizarse tras la incorporación del ejercicio físico.
- q) Aprender un test multidisciplinar para valoración del acondicionamiento físico en personas mayores.
- r) Atender al componente psico-conductual que acompaña a cada una de las edades críticas vitales cuando se incorporan al hábito del ejercicio.
- s) Profundizar en los modelos de comunicación y adherencia al ejercicio.
- t) Conocer los elementos fundamentales que hacen eficaz a los programas de intervención del ejercicio físico.
- u) Conocer los programas de intervención más modernos aplicados en la población mundial, y su potencial eficacia.
- v) Acercarse al ejercicio y el deporte como modelo y herramienta de integración social.

- w) Conocer los fundamentos de los beneficios del ejercicio físico para la salud integral y sus sistemas fisiológicos.
- x) Analizar la implicación del ejercicio en aquellas patologías socialmente prevalentes: obesidad, diabetes, fibromialgia y aparato locomotor disfuncionante, especialmente.
- y) Entender la colorimetría como fundamento de análisis de la obesidad.
- z) Manejar y practicar la tipología de ejercicios útiles en el dolor crónico de espalda.
- aa) Conocer los criterios para la prescripción de ejercicio por el médico de Atención Primaria de Salud.
- bb) Conocer un ejemplo profesional que desarrolla el deporte como elemento educativo.
- cc) Realizar un entrenamiento guiado de propiocepción.
- dd) Realizar un entrenamiento guiado de flexibilidad.
- ee) Conocer la técnica del entrenamiento de la Vibración Corporal Total.
- ff) Realizar un entrenamiento guiado en personas con fibromialgia.
- gg) Manejar las bases teóricas de la actividad física adaptada.
- hh) Entender y valorar las implicaciones del ejercicio físico sobre el sistema cardiovascular.
- ii) Conocer los criterios de no contraindicación para la práctica de la actividad física, así como los elementos de los que depende el rendimiento humano.
- jj) Aprender a diseñar un programa de prevención secundaria y rehabilitación cardíaca