

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA  UNIDAD ACADÉMICA: FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA  Actividad Física para Enfermedades no Transmisibles Luis Alberto Flores Olivares	DES:	Salud
	Programa académico	LMH
	Tipo de materia (Obli/Opta):	Obligatoria
	Clave de la materia:	LMH512
	Semestre:	Quinto
	Área en plan de estudios:	Específica
	Total de horas por semana:	6
	Teoría: Presencial o Virtual	2
	Laboratorio o Taller:	2
	Prácticas:	1
	Trabajo extra-clase:	1
	Créditos Totales:	6
	Total de horas semestre (x sem):	80
	Fecha de actualización:	15/11/2024
	Prerrequisito (s):	LMH412 Fisiopatología de las Enfermedades No Transmisibles II
DESCRIPCIÓN: Se le proporcionará al estudiante la base de conocimiento científico acerca de los principios, señalados por organismos internacionales, para la intervención con actividad física en personas que presentan factores de riesgo y/o patologías no transmisibles. Con esto se busca que el estudiante, tenga las herramientas necesarias que le permitan diseñar programas de actividad física, desde el enfoque terapéutico, acorde a las necesidades y características de cada población, siendo competente en la solución de problemas, cultura en salud y actividad física para la salud con la finalidad de coadyuvar a la sociedad. El curso se desarrollará con participación activa de los alumnos en el desarrollo de programas de intervención con base en el análisis de información científica específica.		

COMPETENCIAS PARA DESARROLLAR:

P6. Atención integral a la salud con sentido humano

Construye una cultura de atención integral a la salud con sentido humano desde la prevención de la enfermedad y la promoción de estilos de vida saludable, mediante el análisis de problemas y su prevalencia, a través de la colaboración inter y transprofesional para establecer programas de salud con calidad y equidad, que impacten en la calidad de vida desde el enfoque del desarrollo sostenible.

P7. Integración del proceso salud-enfermedad

Integra las condiciones de enfermedad causados por desequilibrios homeostáticos en biomoléculas, vías metabólicas, células, tejidos, aparatos y sistemas de los seres vivos, a través de los mecanismos que intervienen en el desarrollo biopsicosocial y ambiental, que permitan establecer el estado de salud o la enfermedad en el individuo, al considerar la importancia de su rol como profesional de la salud.

E1. Actividad Física para la Salud

En coordinación con otros profesionales del área de la salud, mantiene o mejora la calidad de vida de grupos en riesgo, al diseñar, adecuar y/o implementar los programas de actividad física, para ellos; con sentido ético y responsabilidad social.

E3. Enfoque Biomédico y BioSocial

Valora integralmente el proceso salud enfermedad como sustento en la práctica de la actividad física sostenible, con base en las características biopsicosociales para promover e implementar estrategias, que coadyuven al bienestar de grupos en riesgo.

DOMINIOS	OBJETOS DE ESTUDIO	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS
P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible.	Objeto de estudio 1. Ejercicio físico en enfermedades cardiovasculares y respiratorias. 1.1. Prescripción de actividad física en personas con hipertensión. 1.2. Prescripción de actividad física en personas con enfermedad arterial coronaria.	Diferencia Las respuestas agudas y crónicas del ejercicio físico en personas con enfermedades cardiovasculares y respiratorias Valora El nivel de aptitud física, actividad física e indicadores de riesgo para personas con enfermedades cardiovasculares y/o respiratorias.	Exposiciones del profesor Búsqueda y análisis de información Proyectos Investigaciones Discusión de artículos	Monografía Exámenes escritos Elaboración de reportes de prácticas de laboratorio Proyecto
P7.2. Analiza la fisiopatología de las	1.3. Prescripción de actividad física en personas que sufrieron	Diseña		

principales enfermedades que prevalecen en diversos grupos poblacionales para contribuir de manera ética a la toma de decisiones de intervención a los problemas de salud desde su campo de acción profesional. P7.3. Integra la respuesta fisiológica al estrés y enfermedad con el comportamiento humano individual y social, generada por aspectos biopsicosociales y ambientales, con respeto a las creencias, hábitos y costumbres poblacionales de acuerdo a su rol E1.2. Diseña y adecúa, con responsabilidad ética y social, programas de actividad física, para la atención de grupos en riesgo (desde la infancia y	un evento cardiovascular agudo. 1.4. Diseño de programas de actividad física para esta población. 1.5. Cuidados y recomendaciones	Programas de actividad física específicos para enfermedades cardiovasculares y/o respiratorias con base en las recomendaciones mundiales de actividad física para estas patologías.		
--	--	--	--	--

hasta la tercera edad), con el fin de mejorar su estilo de vida. E3.2. Caracteriza varias patologías para la correcta prescripción de la Actividad Física. E3.5. Diseña e implementa programas de Actividad Física para la salud basándose en el diagnóstico de la capacidad funcional atendiendo las recomendaciones de organismos nacionales e internacionales.				
P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible. P7.2. Analiza la	Objeto de estudio 2. Ejercicio físico en enfermedades metabólicas y endocrinas. 2.1. Prescripción de actividad física en personas con sobrepeso y obesidad. 2.2. Prescripción de actividad física en personas con diabetes mellitus. 2.3. Diseño de programas de actividad física para esta población.	Diferencia Las respuestas agudas y crónicas del ejercicio físico en personas con enfermedades metabólicas y endocrinas Valora El nivel de aptitud física, actividad física e indicadores de riesgo para personas con enfermedades metabólicas y endocrinas.	Exposiciones del profesor Búsqueda y análisis de información Proyectos Investigaciones Discusión de artículos	Monografía Exámenes escritos Elaboración de reportes de prácticas de laboratorio Proyecto

fisiopatología de las principales enfermedades que prevalecen en diversos grupos poblacionales para contribuir de manera ética a la toma de decisiones de intervención a los problemas de salud desde su campo de acción profesional. P7.3. Integra la respuesta fisiológica al estrés y enfermedad con el comportamiento humano individual y social, generada por aspectos biopsicosociales y ambientales, con respeto a las creencias, hábitos y costumbres poblacionales de acuerdo a su rol E1.2. Diseña y adecúa, con responsabilidad ética y social, programas de actividad física, para la atención de grupos en	2.4. Cuidados y recomendaciones	Diseña Programas de actividad física específicos para enfermedades metabólicas y endocrinas con base en las recomendaciones mundiales de actividad física para estas patologías.		
--	--	---	--	--

riesgo (desde la infancia y hasta la tercera edad), con el fin de mejorar su estilo de vida. E3.2. Caracteriza varias patologías para la correcta prescripción de la Actividad Física. E3.5. Diseña e implementa programas de Actividad Física para la salud basándose en el diagnóstico de la capacidad funcional atendiendo las recomendaciones de organismos nacionales e internacionales.				
P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible.	Objeto de estudio 3. Ejercicio físico en enfermedades oncológicas. 3.1. Prescripción de actividad física en personas con cáncer. 3.2. Diseño de programas de actividad física para esta población. 3.3. Cuidados y recomendaciones	Diferencia Las respuestas agudas y crónicas del ejercicio físico en personas con enfermedades oncológicas Valora El nivel de aptitud física, actividad física e indicadores de riesgo para personas con enfermedades oncológicas Diseña	Exposiciones del profesor Búsqueda y análisis de información Proyectos Investigaciones Discusión de artículos	Monografía Exámenes escritos Elaboración de reportes de prácticas de laboratorio Proyecto

P7.2. Analiza la fisiopatología de las principales enfermedades que prevalecen en diversos grupos poblacionales para contribuir de manera ética a la toma de decisiones de intervención a los problemas de salud desde su campo de acción profesional. P7.3. Integra la respuesta fisiológica al estrés y enfermedad con el comportamiento humano individual y social, generada por aspectos biopsicosociales y ambientales, con respeto a las creencias, hábitos y costumbres poblacionales de acuerdo a su rol E1.2. Diseña y adecúa, con responsabilidad ética y social, programas de actividad física, para la		Programas de actividad física específicos para enfermedades oncológicas con base en las recomendaciones mundiales de actividad física para estas patologías.		
---	--	---	--	--

atención de grupos en riesgo (desde la infancia y hasta la tercera edad), con el fin de mejorar su estilo de vida. E3.2. Caracteriza varias patologías para la correcta prescripción de la Actividad Física. E3.5. Diseña e implementa programas de Actividad Física para la salud basándose en el diagnóstico de la capacidad funcional atendiendo las recomendaciones de organismos nacionales e internacionales.				
P6.4. Promueve y adopta conductas de estilos de vida saludable, para la preservación de la salud, de acuerdo a la diversidad cultural, la equidad y la inclusión con enfoque sostenible.	Objeto de estudio 4. Ejercicio físico en enfermedades osteomioarticulares y autoinmunitarias. 4.1. Prescripción de actividad física en personas con esclerosis múltiple 4.2. Prescripción de actividad física en personas con lupus.	Diferencia Las respuestas agudas y crónicas del ejercicio físico en personas con enfermedades osteomioarticulares y autoinmunitarias Valora El nivel de aptitud física, actividad física e indicadores de riesgo para personas con enfermedades	Exposiciones del profesor Búsqueda y análisis de información Proyectos Investigaciones Discusión de artículos	Monografía Exámenes escritos Elaboración de reportes de prácticas de laboratorio Proyecto

P7.2. Analiza la fisiopatología de las principales enfermedades que prevalecen en diversos grupos poblacionales para contribuir de manera ética a la toma de decisiones de intervención a los problemas de salud desde su campo de acción profesional. P7.3. Integra la respuesta fisiológica al estrés y enfermedad con el comportamiento humano individual y social, generada por aspectos biopsicosociales y ambientales, con respeto a las creencias, hábitos y costumbres poblacionales de acuerdo a su rol E1.2. Diseña y adecúa, con responsabilidad ética y social, programas de	4.3. Prescripción de actividad física en personas con fibromialgia. 4.4. Diseño de programas de actividad física para esta población. 4.5. Cuidados y recomendaciones	osteomioarticulares y autoinmunitarias. Diseña Programas de actividad física específicos para enfermedades osteomioarticulares y autoinmunitarias con base en las recomendaciones mundiales de actividad física para estas patologías.		
---	--	--	--	--

actividad física, para la atención de grupos en riesgo (desde la infancia y hasta la tercera edad), con el fin de mejorar su estilo de vida. E3.2. Caracteriza varias patologías para la correcta prescripción de la Actividad Física. E3.5. Diseña e implementa programas de Actividad Física para la salud basándose en el diagnóstico de la capacidad funcional atendiendo las recomendaciones de organismos nacionales e internacionales.				
--	--	--	--	--

FUENTES DE INFORMACIÓN	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES
- American College of Sports Medicine. (2019). Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio. Paidotribo. - Coburn, J. W., & Malek, M. H. (2017). Manual NSCA: fundamentos del entrenamiento personal. Paidotribo.	Parcial 130% - Examen oral..... 40% - Monografía..... 30% - Divulgación a la comunidad.....30% Parcial 2.....30% - Examen práctico..... 40% - Monografía..... 30%

- Chicharro, J. L., Mojares, L. M. L. (2008). Fisiología clínica del ejercicio. Médica Panamericana.
- Donnelly, J., Blair, S., Jakicic, J., Manore M., Rankin, J., & Smith, B. (2009). Appropriate Physical Activity Intervention Strategies for Weight Loss and Prevention of Weight Regain for Adults. American College of Sports Medicine.
- Hanssen, H., Boardman, H., Deiseroth, A., Moholdt, T., Simonenko, M., Kränkel, N., Niebauer, J., Tiberi, M., Abreu, A., Ekker, E., Pescatello, L., Brguljan, J., Coca, A., Leeson, P. (2022). Personalized exercise prescription in the prevention and treatment of arterial hypertension: a Consensus Document from the European Association of Preventive Cardiology (EAPC) and the ESC Council on Hypertension. European Journal of Preventive Cardiology, 29(1), 205-215. <https://doi.org/10.1093/eurjpc/zwaa141>.
- McArdle, W. D., Katch, F. I., Katch, V. L. (2015). Fisiología del ejercicio. Wolters Kluwer Health.
- Mendes, R., Sousa, N., Almeida, A., Subtil, P., Guedes-Marques, F., Reis, V. M., Themudo-Barata, J. L. (2016). Exercise prescription for patients with type 2 diabetes a synthesis of international recommendations: narrative review. British journal of sports medicine, 50(22), 1379-1381. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-094895>.
- Negrín, R., Olavarría, F. (2014). Exercise and arthrosis. Rev.Med.Clin.Condes; 25 (5) 805-811. [https://doi.org/10.1016/S0716-8640\(14\)70111-7](https://doi.org/10.1016/S0716-8640(14)70111-7).
- Rock, C., Thomson, C., Gansler, T., Gapstur, S., McCullough, M., Patel, A., Andrews, K., Bandera, E., Spees, C., Robien, K., Hartman, S., Sullivan, K., Grant, B., Hamilton, K., Kushi, L., Caan, B., Kibbe, D., Black, J., Wiedt, T., McMahon, C., Sloan, K., Doyle, C. (2020). American Cancer Society Guideline for Diet and Physical Activity for Cancer Prevention. CANCER J CLIN;70:245–271. <https://doi.org/10.3322/caac.21591>.
- Sharif, K., Watad, A., Bragazzi, N., Lichtbroun, N., Amital, H., Shoenfeld, Y. (2018). Physical activity and autoimmune diseases: Get moving and manage the disease. Autoimmunity Reviews 17; 53–72. <https://doi.org/10.1016/j.autrev.2017.11.010>.

- Divulgación a la comunidad.....30%
- Parcial 340%**
- Examen oral40%
 - Monografía..... 30%
 - Divulgación a la comunidad.....30%

CRONOGRAMA

[illegible]