



Universidad
de Alcalá

GUÍA DOCENTE

FISIOTERAPIA Y SALUD EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA

Grado en Fisioterapia
Universidad de Alcalá

Curso Académico / 2022-2023

Curso 4º - Cuatrimestre 1º

GUÍA DOCENTE

Nombre de la asignatura:	Fisioterapia y Salud en las distintas etapas de la vida
Código:	249029
Titulación en la que se imparte:	Grado en Fisioterapia
Departamento y Área de Conocimiento:	Departamento de Enfermería y Fisioterapia. Unidad Docente de Fisioterapia. Área de Fisioterapia.
Carácter:	Optativa
Créditos ECTS:	6 ECTS
Curso y cuatrimestre:	Cuarto Curso – Primer Cuatrimestre
Profesorado:	Profª. Dra. Susana Núñez Nagy (coordinadora): susana.nunez@uah.es Profª Dra. Isabel Rodríguez Costa (isabel.rodriguezc@uah.es) Sara Trapero Asenjo (sara.trapero@edu.uah.es)
Horarios de Tutoría:	A demanda previa petición mediante correo electrónico a las Profesoras.
Idioma en el que se imparte:	Español

1. PRESENTACIÓN

El itinerario de optatividad denominado **Fisioterapia, Ejercicio Físico y Deporte** está compuesto por tres asignaturas optativas, de seis créditos ECTS cada una. Fisioterapia del Deporte se imparte durante el segundo cuatrimestre del tercer curso, **Fisioterapia y Salud en las distintas etapas de la vida** en el primer cuatrimestre del cuarto curso y Planificación de Servicios de Fisioterapia durante el segundo cuatrimestre del cuarto curso. El citado itinerario está diseñado con el objetivo de que el estudiante desarrolle, desde una mentalidad crítica, las distintas competencias que le permitan elegir los métodos y técnicas específicas de Fisioterapia más adecuados a cada proceso de salud o enfermedad relacionadas con el ejercicio físico y el deporte, contemplados en diferentes ámbitos y poblaciones en la que el fisioterapeuta interviene en la prevención, promoción y recuperación de la salud como profesional sanitario y como gestor de servicios relacionados con la actividad física. De esta forma, las asignaturas se contemplan desde la activa y plena participación del alumno en las actividades formativas propuestas a través de seminarios, clases expositivas y trabajo de campo realizados tanto de manera individual como colectiva.

Concretamente la asignatura **Fisioterapia y Salud en las distintas etapas de la vida** pretende que el estudiante obtenga una capacitación suficiente para la adquisición de competencias para el desarrollo de programas de actuación e intervención de Fisioterapia en los ámbitos de promoción de la salud y prevención en sus tres niveles: primaria,



secundaria y terciaria. Todos ellos relacionados con las necesidades de la sociedad para la mejora de la salud y de la calidad de vida en distintas poblaciones y en todas las etapas de la vida. Para ello se utilizará esencialmente el razonamiento clínico y las bases de los avances de la investigación clínica y la práctica basada en la evidencia.

REQUISITOS Y RECOMENDACIONES

Para el correcto seguimiento de la asignatura **Fisioterapia y Salud en las distintas etapas de la vida**, es conveniente que el estudiante haya cursado con aprovechamiento todas las asignaturas impartidas durante el primer, segundo y tercer curso del Grado en Fisioterapia.

Aunque no es condición obligada, se recomienda cursar esta asignatura como proyección de la continuidad a las dos asignaturas que se ofertan dentro del itinerario “**Fisioterapia, Ejercicio Físico y Deporte**”.

2. COMPETENCIAS

En el itinerario “**Fisioterapia, Ejercicio Físico y Deporte**” el estudiante irá adquiriendo paulatinamente, durante el desarrollo de las asignaturas que la conforman: Fisioterapia del Deporte, **Fisioterapia y Salud en las distintas etapas de la vida** y Planificación de Servicios de Fisioterapia, las siguientes **competencias genéricas**:

1. Capacidad de aplicar los conocimientos a la práctica.
2. Trabajo en equipo.

Asimismo, durante el desarrollo de la asignatura **Fisioterapia y Salud en las distintas etapas de la vida**, el estudiante debe adquirir las siguientes **competencias específicas**:

1. Capacidad de implementar programas de intervención en Fisioterapia, para la resolución de los problemas potenciales y/o reales para la mejora de la salud y calidad de vida en todas las etapas de la vida del individuo.

3. CONTENIDOS

A través del razonamiento crítico y clínico, y en base a los avances que la investigación clínica y la práctica basada en la evidencia proporcionan, se integrarán las competencias adquiridas en las asignaturas impartidas durante los cursos anteriores del Grado en Fisioterapia. Se busca que el estudiante alcance las competencias necesarias para dar respuesta, desde la Fisioterapia, a los problemas potenciales y/o reales para la mejora de la

salud y calidad de vida en todas las etapas de la vida del individuo y/o grupos de población.

Para ello, se proponen los siguientes Módulos de Aprendizaje:

Módulos de Aprendizaje	Contenidos	Horas Presenciales	Créditos ECTS
Fisioterapia, salud y calidad de vida en las distintas etapas de la vida	- Necesidades de salud en las distintas etapas de la vida. - Instrumentos de recogida de datos para la intervención de Fisioterapia: historias, informes, algoritmos y otros. - Evidencia sobre la eficacia y efectividad de programas de intervención de Fisioterapia y salud en las distintas etapas de la vida.	12 horas: 8 horas en grupo grande 4 horas en grupo pequeño	1,5
Programas de intervención de Fisioterapia en la infancia y adolescencia	Talleres de Fisioterapia en la Escuela	12 horas: Grupo pequeños talleres prácticos	1,5
Programas de intervención de Fisioterapia en la población adulta	Taller de Fisioterapia para adultos	12 horas: Grupo pequeños talleres prácticos	1,5
Programas de intervención de Fisioterapia en la población anciana	Taller de Fisioterapia para mayores	12 horas: Grupo pequeños talleres prácticos	1,5

4. METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

4.1. Distribución de créditos

Actividades Formativas	Horas Presenciales	TOTAL
Sesiones Presenciales	48 horas	150 horas 6 créditos ECTS
Actividades Virtuales	42 horas	
Tutorías Docentes Programadas	10 horas	
Trabajo Autónomo	50 horas	

4.2. Estrategias Metodológicas, Materiales y Recursos Didácticos

Las **Estrategias Metodológicas** propuestas en la asignatura se basan tanto en el estudio individualizado como en grupo, a través de las herramientas disponibles en el aula, tanto presencial como en la plataforma virtual *BlackBoard* (Bb). De este proceso, se espera que la asimilación de contenidos sea a partir de un estudio crítico de los mismos, apoyados en la bibliografía y el material recomendado, así como el seguimiento activo tanto de las sesiones presenciales como de los espacios virtuales de la asignatura. El profesor asumirá el papel de dinamizador y facilitador del proceso de aprendizaje y el estudiante deberá mantener una actitud positiva, participativa, abierta y dinámica. Así, la metodología que se empleará será principalmente el aprendizaje cooperativo, que podrá verse complementado con clases magistrales, talleres prácticos, debates, visionado de vídeos y otros recursos metodológicos según las necesidades de aprendizaje para adquirir las competencias de la asignatura.

Actividades Formativas	Estrategias metodológicas
Sesiones Presenciales	Aplicación y profundización de conocimientos y habilidades a través de distintas estrategias: – Clases magistrales; – Sesiones de resoluciones de problemas, estudios de casos y debates; – Elaboración y ejecución de los programas de intervención de Fisioterapia en las distintas etapas de la vida.
Actividades virtuales	Actividades programadas para el aprendizaje individual y cooperativo a través de la participación en los foros virtuales de grupo y/o de debate de la Bb.
Tutorías Docentes Programadas	Atención individualizada y/o en grupos reducidos con el fin de realizar el seguimiento del proceso de aprendizaje de los estudiantes con la población de intervención.
Trabajo autónomo	Lecturas y estudio individual y en grupo. Actividades programadas para aprendizaje individual y/o cooperativo a través de una Memoria de trabajo, diarios digitales o carpetas de aprendizaje, preparación de material necesario en los talleres para personas mayores, talleres para adultos, y en el contexto educativo en población infantil.

Los **Materiales y Recursos Didácticos** que se utilizan acorde con las Estrategias Metodológicas propuestas en la asignatura son, entre otros:

- **Seminarios, talleres, aula de informática, tutorías docentes programadas, aula virtual de la Universidad de Alcalá, biblioteca de ciencias experimentales y colegios de educación infantil, primaria y secundaria**, donde se llevarán a cabo las sesiones presenciales y/o virtuales, las tutorías docentes programadas y el trabajo autónomo individual y de grupo.

Si las autoridades sanitarias consideraran necesaria la suspensión de la actividad docente presencial o las circunstancias de la asignatura lo requieren, la docencia, o parte de la misma, continuaría con la metodología online hasta que se levantara la suspensión, momento en el que se volvería a la modalidad presencial. Es necesario que el estudiante cuente con conexión efectiva a internet, audio y webcam.

5. EVALUACIÓN

De acuerdo al artículo 6 de la **Normativa Reguladora de los Procesos de Evaluación de los aprendizajes** (aprobada en Consejo de Gobierno de 24 de Marzo de 2011, modificada en las sesiones ordinarias de Consejo de Gobierno de 5 de mayo de 2016, 25 de julio de 2019, 31 de octubre de 2019 y 22 de julio de 2021) el estudiante dispone de dos convocatorias en el curso académico: una ordinaria y otra extraordinaria. Ésta tiene por objeto regular la evaluación del rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad de Alcalá, siendo objeto de evaluación los resultados del aprendizaje del estudiante relativos a la adquisición de conocimientos, capacidades, destrezas, habilidades, aptitudes y actitudes, de acuerdo con las competencias y contenidos especificados en esta Guía Docente.

- **CONVOCATORIA ORDINARIA:** los estudiantes podrán optar por un sistema de Evaluación Continua o, si cumplen los requisitos, el de la Evaluación Final.
 - **Evaluación Continua:** es un sistema de evaluación que incluye la valoración del desarrollo de las competencias, es decir, adquisición de conocimientos teóricos y prácticos, capacidades, destrezas, aptitudes, habilidades, actitudes y otros, durante todo el proceso de aprendizaje de la asignatura. Este tipo de evaluación es la deseable y apropiada para la metodología anteriormente descrita, y para la adquisición de las competencias y objetivos de aprendizaje propuestos en la asignatura. Para superar la Evaluación Continua, según se indica en el punto 6 de la Normativa de Evaluación antedicha, *en las asignaturas cuya guía docente expresa y motivadamente así lo establezca, la superación de diferentes tipos de prácticas obligatorias podrá ser considerada elemento imprescindible de la evaluación, tanto en la convocatoria ordinaria como en la extraordinaria.* Para superar la **Evaluación Continua** en esta asignatura es obligatoria la asistencia al menos al 90% de las sesiones presenciales, así como la elaboración y entrega, en plazo y forma, de todas



las actividades presenciales, no presenciales o virtuales propuestas. Es imprescindible haber superado todas las actividades, según los criterios de calificación expuestos en el apartado correspondiente, para superar la asignatura. Si el estudiante no participa en el proceso de enseñanza-aprendizaje según lo establecido en esta guía docente en cuanto a asistencia, realización y entrega de actividades de aprendizaje y evaluación, se considerará **no presentado en la convocatoria ordinaria**. Por otro lado, si el estudiante **no supera la Evaluación Continua y formativa**, se considerará **suspenso en la convocatoria ordinaria**. De esta forma, en ambos casos, el estudiante deberá presentarse a la **convocatoria extraordinaria**.

- **Evaluación Final:** los estudiantes que, por causa justificada, no puedan acogerse al sistema de Evaluación Continua y Formativa, podrán realizar una **Evaluación Final** en la **convocatoria ordinaria** del curso académico. Entre otras, son causas que permiten acogerse a la evaluación final, sin perjuicio de que tengan que ser valoradas en cada caso concreto, la realización de prácticas presenciales, las obligaciones laborales, las obligaciones familiares, los motivos de salud y la discapacidad. El hecho de seguir los estudios a tiempo parcial, no otorga, por sí mismo, el derecho a optar por la Evaluación Final. Para acogerse a la misma, el estudiante deberá **solicitarlo por escrito al/la Decano/a Adjunto/a de Fisioterapia de la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, con copia a la coordinadora de la asignatura (susana.nunez@uah.es), explicando las razones que le impiden seguir el sistema de Evaluación Continua, en las dos primeras semanas del cuatrimestre de impartición de la asignatura**. En el caso de aquellos estudiantes que, por razones justificadas, no tengan formalizada su matrícula en la fecha de inicio del curso o del periodo de impartición de la asignatura, el plazo indicado comenzará a computar desde su incorporación a la Titulación. El **Decano/a de la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud** deberá valorar las circunstancias alegadas por el estudiante y tomar una decisión motivada. Transcurridos 15 días hábiles sin que el estudiante haya recibido respuesta expresa por escrito a su solicitud, se entenderá que ha sido estimada. **Los estudiantes que hayan seguido la Evaluación Continua y no la hayan superado, no podrán acogerse a la Evaluación Final en la convocatoria ordinaria.**



- **CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:** los estudiantes que no hayan superado la Evaluación Continua y formativa, o aquellos que, en caso de haberla solicitado, no hayan superado la Evaluación Final, podrán presentarse a la Convocatoria Extraordinaria.

5.1. Procedimientos de Evaluación

Independientemente de la convocatoria y del tipo de evaluación a la que se someta el estudiante, según se indica en el Artículo 34 de dicha Normativa, “Originalidad de los trabajos y pruebas”, **en todos los trabajos y materiales entregados para la evaluación de su aprendizaje, deberá firmar una declaración explícita en la que asuma la originalidad del trabajo**, entendida en el sentido de que no ha utilizado fuentes sin citarlas debidamente.

Evaluación Continua: consta de (todas ellas son necesarias para superar la asignatura):

- **Trabajo individual:** elaboración y ejecución de programas de intervención de Fisioterapia para la mejora de la salud y calidad de vida en todas las etapas de la vida del individuo. Se realizarán diferentes actividades relacionadas con los instrumentos de valoración, recogida de datos y programas de intervención de fisioterapia: Historias de Fisioterapia, Informes, Algoritmos, etc. (aproximadamente 40% de la calificación final). Reflexión personal y autoevaluación (aproximadamente 15% de la calificación).
- **Trabajo grupal:** preparación, planificación, diseño, ejecución, evaluación de los programas de intervención de Fisioterapia para la mejora de la salud y calidad de vida en cada una de las etapas de la vida del individuo y/o grupos de población (aproximadamente un 30% y 15% de la calificación final que corresponderá a la evaluación del profesorado y a la coevaluación, respectivamente).

Los profesores podrán establecer pautas concretas o tareas adicionales, tanto individualmente como en grupo, si consideran oportuno, con el fin de facilitar la adquisición de las competencias de la asignatura.

Evaluación Final: consta de las siguientes actividades. Todas ellas son necesarias para superar la evaluación final:

- Presentación de una grabación en archivo digital y del material de las propuestas de programas de intervención de Fisioterapia para la mejora de la salud y calidad de vida



de tres individuos en distintas etapas de la vida siguiendo la metodología de Aprendizaje Servicio: persona adulta mayor (Taller de Fisioterapia para mayores), adulto (Taller de Fisioterapia para adultos) y niño (en la temática establecida para cada año). Esta actividad deberá realizarla con al menos otro compañero (porque una de las competencias genéricas es la de trabajo en equipo). Esta parte supondrá 60% de la calificación.

- Participación en las Tutorías Docentes Programadas individuales, la autoevaluación, coevaluación y reflexión personal sobre el propio proceso de aprendizaje. Servirán para incrementar hasta un punto la calificación final del estudiante.
- Control de aprendizaje e integración de conocimientos y contenidos teórico-prácticos, en la fecha programada, en la que el estudiante resolverá, al menos, tres supuestos teórico-prácticos diferentes sobre los distintos contenidos de la asignatura, ante un tribunal compuesto por los profesores de ésta. Esta parte supondrá 40% de la calificación.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA: consta de las siguientes actividades. Todas ellas son necesarias para superar la asignatura:

- Presentación de una grabación en archivo digital y del material de las propuestas de programas de intervención de Fisioterapia para la mejora de la salud y calidad de vida de tres individuos en distintas etapas de la vida siguiendo la metodología de Aprendizaje Servicio: persona adulta mayor (Taller de Fisioterapia para mayores), adulto (Taller de Fisioterapia para adultos) y niño (en la temática establecida para cada año). Esta actividad deberá realizarla con al menos otro compañero (porque una de las competencias genéricas es la de trabajo en equipo). Esta parte supondrá 60% de la calificación.
- Participación en las Tutorías Docentes Programadas individuales, la autoevaluación, coevaluación y reflexión personal sobre el propio proceso de aprendizaje. Servirán para incrementar hasta un punto la calificación final del estudiante.
- Control de aprendizaje e integración de conocimientos y contenidos teórico-prácticos, en la fecha programada, en la que el estudiante resolverá, al menos, tres supuestos teórico-prácticos diferentes sobre los distintos contenidos de la asignatura, ante un tribunal compuesto por los profesores de ésta. Esta parte supondrá 40% de la calificación.

5.2. Criterios de Evaluación y Calificación

Los **Criterios de Evaluación** de esta asignatura están relacionados con la adquisición de las competencias genéricas y específicas anteriormente descritas. Son **imprescindibles** la participación y cumplimiento de las normas y plazos de entrega en las actividades propuestas a lo largo de la asignatura. Los **Criterios de Calificación** son los siguientes:

	10	– Excelente capacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; – Coevaluación excelente de los compañeros (realizada para otros y recibida por otros). – Autoevaluación reflexionada, justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada y profunda sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	9,5	– Excelente capacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; – Coevaluación excelente de los compañeros (realizada para otros y recibida por otros). – Autoevaluación reflexionada, justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada y profunda sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	9	– Excelente capacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; – Coevaluación excelente de los compañeros (realizada para otros y recibida por otros). – Autoevaluación reflexionada, justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada y profunda sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	8,5	– Buena capacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; – Coevaluación muy buena de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). – Autoevaluación reflexionada, justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada y profunda sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	8	– Buena capacidad de diseño, planificación y ejecución de un Método de Intervención en Fisioterapia de todos los problemas planteados; – Coevaluación muy buena de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). – Autoevaluación reflexionada, justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada y profunda sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	7,5	– Buena capacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; – Coevaluación muy buena de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). – Autoevaluación reflexionada, justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	7	– Buena capacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; – Coevaluación muy buena de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). – Autoevaluación reflexionada, justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.



	6,5	- Capacidad media de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; - Coevaluación muy buena de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). - Autoevaluación pobremente reflexionada o justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	6	- Capacidad media de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; - Coevaluación buena de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). - Autoevaluación pobremente reflexionada o justificada y acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	5,5	- Poca capacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; - Coevaluación buena de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). - Autoevaluación pobremente reflexionada o justificada o no acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	5	- Poca capacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; - Coevaluación suficiente de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). - Autoevaluación pobremente reflexionada o justificada o no acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal razonada sobre su propio proceso de aprendizaje y experiencia.
	0 – 4,9	- Incapacidad de diseño, planificación y ejecución del MIF de todos los problemas planteados; - Coevaluación suficiente de los compañeros (realizada para otros y/o recibida por otros). - Autoevaluación no reflexionada o no justificada o no acorde a lo manifestado por los Profesores y compañeros. Reflexión personal que no está basada en su propio proceso de aprendizaje y experiencia o es superficial.

Por otra parte:

Si las autoridades sanitarias consideraran necesaria la suspensión de la actividad docente presencial o las circunstancias de la asignatura lo requieren, la docencia, o parte de la misma, continuaría con la metodología online hasta que se levantara la suspensión, momento en el que se volvería a la modalidad presencial.

6. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- Pérez Díaz, J, Abellán García A, Aceituno Nieto P, Ramiro Fariñas D. Un perfil de las personas mayores en España, 2020. Indicadores Estadísticos básicos. Informes Envejecimiento en Red. Número 25, Marzo 2020. Recuperado el 12 de mayo de 2022 de: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf>
- Envejecimiento en red: <https://envejecimientoenred.es/informes-envejecimiento-en-red/> Último acceso el 12 de mayo de 2022.



-
- Calvo Muñoz I, Gómez-Conesa A, Sánchez-Meca J. Preventive physiotherapy interventions for back care in children and adolescents: a meta-analysis. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 2012; 13:152. Recuperado el 12 de mayo de 2022 de: <https://bmcmusculoskeletdisord.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2474-13-152>
 - Centro de Investigaciones sociológicas. <http://www.cis.es/cis/opencms/ES/index.html>. Último acceso el 12 de mayo de 2022.
 - Colegio de Fisioterapeutas de Madrid. Diversos enlaces de interés. Recuperado el 12 de mayo de 2022 de: <https://cfisiomad.org/colegio/publicaciones/>
 - Colegio de Fisioterapeutas de Madrid. Campaña de prevención en escolares. Recuperado el 12 de mayo de 2022: <http://prevencionescolares.es/>
 - Espacio Mayores. Último acceso el 12 de mayo de 2022: https://www.imserso.es/imserso_01/espaciomayores/index.htm
 - Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Clasificaciones y Normalización Estadística. Último acceso el 12 de mayo de 2022 de: <https://www.sanidad.gob.es/estadEstudios/estadisticas/normalizacion/home.htm>
 - Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Encuesta Nacional de Salud 2017. Último acceso el 12 de mayo de 2022 de: <https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/home.htm>

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- Ayuntamiento de Madrid. Envejecimiento Saludable: Ejercicio Físico para personas mayores. Madrid: Dirección General de Mayores; 2006.
- Calvo Muñoz I, Gómez Conesa A, Sánchez Meca J. Eficacia de los tratamientos de fisioterapia preventivos para el cuidado de la espalda en niños y adolescentes. Revisión sistemática. *Fisioterapia*. 2011;33(6):262-272.
- Delgado J. Guía de Actuación: Procedimientos de Intervención de Fisioterapia en Atención Primaria Área 3. 1ª ed. Madrid: Vibra Diseño SL; 2010.
- Gómez Conesa A, Méndez F.X, Programa escolar de educación para la salud en el cuidado de la espalda. *Revista Iberoamericana de Fisioterapia y Kinesiología*. 2000(3):74-83.
- Pont Geis P. Tercera Edad. Actividad física y salud: teoría y práctica. 6ª ed. Barcelona: Paidotribo; 2003.
- Varo Cenarruzabeitia JJ, Martínez Hernández JA, Martínez-González MA. Beneficios de la actividad física y riesgos del sedentarismo. *Med Clin (Barc)*. 2003;121(17):656-72.
- Informe mundial sobre prevención de las lesiones en los niños. Organización Panamericana de la Salud, OMS, UNICEF. 2008. Recuperado el 12 de mayo de 2022: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77761/9789275316566_spa.pdf?sequence=](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77761/9789275316566_spa.pdf?sequence=1)



-
- Diviértete sin riesgos. Organización Panamericana de la Salud, OMS, UNICEF. 2008. Recuperado el 5 de mayo de 2021 de: https://www.who.int/violence_injury_prevention/child/injury/world_report/Child_friendly_Spanish.pdf?ua=1
 - Pautas de alimentación saludable, actividad física, comportamiento sedentario y sueño para la educación y atención a la primera infancia: conjunto de herramientas. OMS. Recuperado el 12 de mayo de 2022 de: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/352618>