

**41436 - ACTIVIDAD FÍSICA,
FISIOTERAPIA Y SALUD**

CENTRO: 165 - Facultad de Ciencias de la Salud

TITULACIÓN: 4014 - Grado en Fisioterapia

ASIGNATURA: 41436 - ACTIVIDAD FÍSICA, FISIOTERAPIA Y SALUD

CÓDIGO UNESCO: 3213.11 **TIPO:** Optativa **CURSO:** 4 **SEMESTRE:** 2º semestre

CRÉDITOS ECTS: 3 **Especificar créditos de cada lengua:** **ESPAÑOL:** 3 **INGLÉS:**

SUMMARY

The main subject aims to provide future graduates with the knowledge and practical experience to optimize therapeutic assistance through physical activity. The main theoretical and practical contents are based on applying properly specific exercises and programming its application.

REQUISITOS PREVIOS

El alumno no precisa conocimientos previos sobre la materia para poder hacer un seguimiento adecuado de la asignatura.

Plan de Enseñanza (Plan de trabajo del profesorado)

Contribución de la asignatura al perfil profesional:

La principal contribución de la asignatura al perfil profesional es dotar a los futuros titulados de conocimientos y experiencia práctica para optimizar la asistencia terapéutica a través de la actividad física. Los principales contenidos teóricos y prácticos se basan en la aplicación adecuada de ejercicios físicos en contextos específicos, como el clínico, el ámbito de la prevención, o el deportivo.

Competencias que tiene asignadas:

CGTI2. Capacidad de organización y planificación.
CGTI3. Resolución de problemas.
GCTI4. Toma de decisiones
CGTP1. Habilidades en las relaciones interpersonales.
CGTP2. Razonamiento crítico.
CGTS1. Aprendizaje autónomo.
CGTS3. Creatividad.
CGTS6. Iniciativa y espíritu emprendedor.
CGTS7. Motivación por la calidad.
CGTI1. Capacidad de análisis y síntesis.

Objetivos:

- O.1. Conocer la importancia de la actividad física para la mejora de la salud en distintos grupos de población, y los beneficios de realizar específicamente ejercicios de fuerza muscular y resistencia cardiorespiratoria.
- O.2. Adquirir los conocimientos y las habilidades básicas para evaluar el nivel de condición física inicial.
- O.3. Adquirir los conocimientos y las habilidades básicas para prescribir entrenamientos para la mejora del sistema neuro-músculo-esquelético, y aprender las bases para una correcta ejecución técnica de ejercicios de fuerza muscular.
- O.4. Adquirir los conocimientos y las habilidades básicas para prescribir entrenamientos para la mejora de la resistencia cardiorespiratoria.

Contenidos:

Tema 0: Contextualización de la asignatura y calidad de la información.

Tema 1: Bases generales de prescripción del ejercicio físico como estrategia para la salud y el mantenimiento físico. El ejercicio físico como medicina frente a factores de riesgo y afección de enfermedades.

Tema 2: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento de la capacidad cardio-respiratoria.

Tema 3: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento del sistema neuro-musculo-esquelético.

Tema 4. El ejercicio de alta intensidad como herramienta terapéutica.

Desarrollo de la prácticas

- Ergometría y ergo-espirometría en la prescripción y evaluación del ejercicio físico: equipamiento, cálculos básicos y evaluación.
- Determinación del metabolismo basal por calorimetría indirecta: uso durante el ejercicio
- Determinación de la capacidad máxima de oxidación de grasas durante el ejercicio
- Determinación de la potencia aeróbica máxima y el consumo máximo de oxígeno.
- Análisis de la composición corporal: métodos, interpretación y uso clínico.
- Evaluación de la fuerza muscular.
- Análisis biomecánico de ejercicios de fuerza muscular para una correcta ejecución técnica.
- Ejercicio de Alta Intensidad (fuerza muscular y resistencia cardiorespiratoria)

Metodología:

Clases Teóricas:

Podrá desarrollarse en el aula, en grupo único y de forma presencial; o bien, a través del campus virtual con audio/video clases o videoconferencias presenciales. El profesor utilizará la técnica expositiva o clase magistral. Estas clases se complementarán con sesiones teórico-prácticas en las que los alumnos interactuarán con el profesor para solucionar las cuestiones que se planteen mediante el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

Prácticas en Aula y Trabajo tutorizado:

Se desarrollarán en el aula, en grupo único y de forma presencial; o bien, a través del campus virtual con audio/video clases o videoconferencias presenciales. Su didáctica podrá ser el estudio de artículos, estudio de casos y la integración de los conocimientos teóricos, considerando también la opción de realizar talleres demostrativos teórico-prácticos, como refuerzo de los conocimientos teóricos de la asignatura.

Prácticas de Laboratorio:

Se desarrollarán en los laboratorios y áreas explícitas para esta actividad, como por ejemplo las instalaciones del Servicio de Deportes de la ULPGC. Los contenidos prácticos se iniciarán con una explicación por parte del profesor, utilizando a un alumno como modelo. Los alumnos, en grupos reducidos, practicarán los contenidos explicados. El profesor guiará y corregirá las acciones de los alumnos, y evaluará de forma continuada el desarrollo del aprendizaje. Como método de refuerzo docente para mejorar el aprendizaje autónomo del alumno, se contemplará la posibilidad de realizar específicamente actividades que deberán ser desarrolladas directamente por la/el estudiante sin demostración docente.

Actividades No Presenciales

- Lectura de artículos científicos y libros para el estudio independiente e individual de la materia.
- Preparación de trabajos.
- Investigación y búsqueda de información sobre aspectos de la materia.
- Resolución de problemas y ejercicios prácticos de forma autónoma o en grupo.

Evaluación:

Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación están relacionados con los objetivos de la asignatura (O) y las capacidades que deben adquirir las/os estudiantes (Resultados de Aprendizaje, RA):

Criterio 01. En cuanto a los contenidos teóricos (O1, O2, O3, O4, RA1, RA2, RA3, RA4):

- Adquiere el conocimiento y comprensión de la materia, dando la importancia adecuada al conocimiento teórico.

Criterio 02. Sobre los contenidos desarrollados en la práctica:

- Demuestra conocimientos y capacidad para evaluar el nivel de condición física inicial (O2, RA2).
- Prescribe correctamente los ejercicios para la mejora de la fuerza muscular y la resistencia cardio-respiratoria (O3, O4, RA3, RA4).

Criterio 03. En cuanto al Trabajo Tutorizado (O2, O3, O4, RA2, RA3, RA4):

- Realiza y cumplimenta las actividades desarrolladas en este apartado.

Sistemas de evaluación

La evaluación será preferentemente continua. Será imprescindible la asistencia a clase con soporte informático.

1) Evaluación teórica (45%): Se realizará mediante pruebas de preguntas tipo test, de respuesta corta, de completar, a desarrollar, mediante trabajos y/o actividades. Las pruebas tipo test podrán ser tipo cuestionario y contener preguntas test de respuesta única o múltiple (con puntos negativos o sin ellos), preguntas de respuesta corta, a desarrollar, con imágenes o vídeos. Se calificará de 0 a 10 y para superar las pruebas teóricas, el alumno deberá obtener al menos el 70% del total de la puntuación máxima de la prueba.

2) Evaluación de la práctica (40%):

- Evaluación de las prácticas de aula: Se realizará mediante actividades que el equipo docente elaborará sobre los contenidos prácticos impartidos. Podrá ser presencial o virtual, y se llevará a cabo a través de elaboración de vídeos descriptivos/demostrativos, preguntas tipo test, de respuesta corta, de completar, a desarrollar, o mediante trabajos y/o actividades.
- Evaluación de las prácticas de laboratorio: Se evaluará a través de actividades que podrán incluir

la elaboración de vídeos descriptivos/demostrativos de lo desarrollado en las prácticas de laboratorio, resolución de casos clínicos y/o demostraciones presenciales evaluadas mediante rúbrica. También se podrán utilizar preguntas tipo test, de respuesta corta, de completar o a desarrollar, y mediante trabajos y/o actividades. No se permitirán los cambios de estudiantes en los grupos docentes de laboratorios.

3) Evaluación continua (15%). Actividades presenciales. Se realizará obteniendo puntuaciones por la participación y asistencia a las sesiones presenciales de la asignatura.

ALUMNOS EXCLUÍDOS DE LA EVALUACIÓN CONTINUA. Para los alumnos excluidos de la evaluación continua se establecerá un sistema de evaluación donde se deberá demostrar las competencias, habilidades y destrezas que requiere esta asignatura. Con este fin se desarrollarán las pruebas y actividades necesarias. Consistirán en:

- Examen tipo test o preguntas a desarrollar para la parte teórica de la asignatura, dentro del calendario de exámenes oficial desarrollado por la ULPGC.
- Exámenes de preguntas a desarrollar para la parte práctica de la asignatura. Y se podrá solicitar la elaboración de vídeos descriptivos/demostrativos de las prácticas que solicite explicar el profesor. Para poder desarrollar esta parte de la evaluación deberán haber asistido a todas las actividades desarrolladas dentro de las prácticas de laboratorio de la asignatura.

Criterios de calificación

Las convocatorias oficiales se distribuyen en ordinaria, extraordinaria y especial. Todos los ítem calificables serán de obligado cumplimiento y superación para lograr superar la asignatura.

- 1- Evaluación teórica (ET)
- 2- Evaluación práctica (EP)
- 3- Evaluación continua (EC)

- La no entrega de una actividad o elemento evaluativo se calificará con 0 puntos
- No se aceptarán entregas retrasadas.
- La fórmula de calificación según RUCT del Título será:

<https://www.educacion.gob.es/ruct/solicitud/sistemasMateria?actual=menu.solicitud.planificacion.materias.sistemas&codMateria=11&codModulo=0>

Nota Final: $0,45 \cdot ET + 0,40 \cdot EP + 0,15 \cdot EC$

- La calificación final se establece en una escala de 0 a 10 con un decimal siendo necesaria una puntuación igual o superior a 5,0 para superar la asignatura.

Criterios de no superación:

- No se podrá superar la asignatura si no se ha asistido al 100% de las prácticas.
- No se podrá superar la asignatura si la calificación es menor a 3 en cualquiera de los ítems de evaluación.
- Se calificará con la nota del ítem más bajo.

Convocatoria ORDINARIA: Se aplicará lo anteriormente descrito. Los plazos serán dispuestos en el Campus virtual.

Convocatoria EXTRAORDINARIA: Se aplicarán los criterios e ítem de calificación antes descritos. Aquellas actividades no desarrolladas y no entregadas se podrán entregar una semana antes del periodo destinado para la evaluación extraordinaria. Las ET se deberán realizar de toda la

materia y de forma presencial.

Convocatoria ESPECIAL: Se aplicarán los mismos items de calificación. Se exigirán los mismos requisitos que para la convocatoria extraordinaria.

Estudiantes REPETIDORES: Se aplicarán los mismos items de calificación. Se conservará (según reglamento) las calificaciones obtenidas en la parte práctica de la asignatura durante dos años.

Plan de Aprendizaje (Plan de trabajo de cada estudiante)

Tareas y actividades que realizará según distintos contextos profesionales (científico, profesional, institucional, social)

CIENTÍFICO.

- Desarrollo de las actividades docentes de la asignatura teniendo como referencia el conocimiento científico.
- Desarrollo del modelo de intervención en fisioterapia desde el punto de vista del ejercicio físico.

PROFESIONAL.

- Integración de los contenidos de la asignatura desde una perspectiva profesional.
- Desarrollo profesional de los conocimientos adquiridos.

INSTITUCIONAL.

- Integración del concepto de Universidad como principio del aprendizaje según la estructura de Bolonia.

Temporalización semanal de tareas y actividades (distribución de tiempos en distintas actividades y en presencialidad - no presencialidad)

ACTIVIDADES PRESENCIALES (28 horas).

Clases teóricas (15 horas).

Prácticas en aula (6 horas).

Prácticas de laboratorio (7 horas).

Tutorías (2 horas)

Evaluación (2 horas).

ACTIVIDADES NO PRESENCIALES (45 horas).

Trabajo personal del estudiante.

Estudio y lecturas.

Realización de cuestionarios y tareas de la asignatura.

ACTIVIDAD PRESENCIAL.

SEMANA 1.

Sesión Teórica 1. Presentación de la asignatura.

Sesión Teórica 2. Tema 0: Contextualización de la asignatura y calidad de la información.

Sesión Teórica 3. Tema 0: Contextualización de la asignatura y calidad de la información.

Sesión Teórica 4. Tema 1. Bases generales de prescripción del ejercicio físico como estrategia para la salud y el mantenimiento físico. El ejercicio físico como medicina frente a factores de riesgo y afección de enfermedades.

Práctica de Aula 1. Ergometría y ergo-espirometría en la prescripción y evaluación del ejercicio físico: equipamiento, cálculos básicos y evaluación.

SEMANA 2

Sesión Teórica 5. Tema 1. Bases generales de prescripción del ejercicio físico como estrategia para la salud y el mantenimiento físico. El ejercicio físico como medicina frente a factores de riesgo y afección de enfermedades.

Sesión Teórica 6. Tema 2: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento de la capacidad cardio-respiratoria.

Sesión Teórica 7. Tema 2: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento de la capacidad cardio-respiratoria.

Sesión Teórica 8. Tema 3: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento de la capacidad cardio-respiratoria.

Práctica de Aula 2. Determinación del metabolismo basal por calorimetría indirecta.

SEMANA 3

Sesión Teórica 9. Tema 3: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento del sistema neuro-musculo-esquelético.

Sesión Teórica 10. Tema 3: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento del sistema neuro-musculo-esquelético.

Sesión Teórica 11. Tema 3: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento del sistema neuro-musculo-esquelético.

Sesión Teórica 12. Tema 3: Prescripción de ejercicio físico para el desarrollo y mantenimiento del sistema neuro-musculo-esquelético.

Práctica de Aula 3. Determinación de la capacidad máxima de oxidación de grasas durante el ejercicio.

SEMANA 4

Sesión Teórica 13. Tema 4. El ejercicio de alta intensidad como herramienta terapéutica.

Sesión Teórica 14. Tema 4. El ejercicio de alta intensidad como herramienta terapéutica.

Sesión Teórica 15. El ejercicio de alta intensidad como herramienta terapéutica

Práctica de Aula 4. Análisis de la composición corporal: métodos, interpretación y uso clínico.

Práctica de Aula 5. Determinación de la potencia aeróbica máxima y el consumo máximo de oxígeno.

SEMANAS 5 Y 6

Práctica de Aula 6. Ejercicio de Alta Intensidad (resistencia cardio-respiratoria)

Prácticas de laboratorio (7):

- Análisis biomecánico de ejercicios de fuerza muscular para una correcta ejecución técnica.
- Evaluación de la fuerza muscular.
- Ejercicio de Alta Intensidad (fuerza muscular)

ACTIVIDAD NO PRESENCIAL.

Llevará la misma correlación estimativamente para la adquisición de los conocimientos prácticos de la asignatura. Los contenidos teóricos se envaunarán en la semana 6. Dentro de este apartado, se establece la evaluación de cada uno de los temas y la parte práctica de la asignatura. Las/os estudiantes deberán analizar, estudiar y preparar todos los conocimientos para lograr la superación de dichas actividades.

EVALUACIÓN TEÓRICA.

Semana 6.

EVALUACIÓN PRÁCTICA.

Semana 1. Ergometría y ergo-espirometría en la prescripción y evaluación del ejercicio físico: equipamiento, cálculos básicos y evaluación.

Semana 2. Determinación del metabolismo basal por calorimetría indirecta, y de la capacidad máxima de oxidación de grasas durante el ejercicio.

Semana 3. Determinación de la potencia aeróbica máxima y el consumo máximo de oxígeno.

Semana 4. Análisis de la composición corporal: métodos, interpretación y uso clínico.

Semanas 5 y 6. Ejercicio de Alta Intensidad (fuerza muscular y resistencia cardio-respiratoria); Análisis biomecánico de ejercicios de fuerza muscular para una correcta ejecución técnica.

Recursos que tendrá que utilizar adecuadamente en cada uno de los contextos profesionales.

- Campus Virtual de la asignatura y recursos de la biblioteca online de la ULPGC
- Base de datos para búsqueda bibliográfica, principalmente Pubmed, WOS y Google Scholar.
- Recursos para videograbación y subida de archivos tipo video a plataformas como moodle, drive, youtube, stream.
- Recursos y equipamiento del Laboratorio de Fisioterapia.

Resultados de aprendizaje que tendrá que alcanzar al finalizar las distintas tareas.

RA 1. La adquisición por parte del/la estudiante de los conocimientos existentes sobre la importancia de la actividad física para la mejora de la salud en distintos grupos de población, y los beneficios de realizar específicamente ejercicios de fuerza muscular y resistencia cardiorespiratoria.

RA 2. La adquisición por parte del/la estudiante de los conocimientos y habilidades básicas para evaluar el nivel de condición física inicial.

RA 3. La adquisición por parte del/la estudiante de los conocimientos y habilidades básicas para prescribir entrenamientos para la mejora del sistema neuro-músculo-esquelético, y una correcta ejecución técnica de ejercicios de fuerza muscular.

RA 4. La adquisición por parte del/la estudiante de los conocimientos y habilidades básicas para prescribir entrenamientos para la mejora de la resistencia cardio-respiratoria.

Plan Tutorial

Atención presencial individualizada (incluir las acciones dirigidas a estudiantes en 5ª, 6ª y 7ª convocatoria)

Las tutorías individuales se realizarán con los profesores de la asignatura, siempre previa petición a través de la herramienta virtual que para tal fin se establece en el campus virtual de la asignatura, o preferentemente a través del correo electrónico del profesor responsable, y siempre tras cita previa. Los días y su horario serán definidos por los profesores, utilizando dicha herramienta.

Aquellas/os estudiantes que estén en 5ª, 6ª o 7ª convocatoria tendrán una atención específica dentro de la acción tutorial. Dicha acción se basará en analizar los puntos fuertes y débiles de las/os estudiantes y adaptar la metodología de la enseñanza a sus características.

Esto supondrá introducir por parte del equipo docente tantas actividades complementarias como actividades destinadas al estudio sean necesarias.

Atención presencial a grupos de trabajo

La actividad presencial grupal se realizará con los profesores de la asignatura, siempre previa petición a través de la herramienta virtual que para tal fin se establece en el campus virtual de la asignatura, o preferentemente a través del correo electrónico del profesor. Los días y su horario serán definidos por los profesores, utilizando dicha herramienta.

Atención telefónica

Solamente se atenderá telefónicamente a las/os estudiantes si se acuerda así con el profesor después de un primer contacto mediante la herramienta virtual o el correo electrónico.

Atención virtual (on-line)

Accediendo al Campus Virtual de la ULPGC, el estudiante podrá contactar con el profesor a través de las tutorías virtuales, siempre acordándolo previamente con el profesor mediante la herramienta virtual o el correo electrónico.

Datos identificativos del profesorado que la imparte.

Datos identificativos del profesorado que la imparte

Dr./Dra. Joaquín Sanchís Moysi

(COORDINADOR)

Departamento: 236 - EDUCACIÓN FÍSICA

Ámbito: 245 - Educación Física Y Deportiva

Área: 245 - Educación Física Y Deportiva

Despacho: EDUCACIÓN FÍSICA

Teléfono: 928458892 **Correo Electrónico:** joaquin.sanchis@ulpgc.es

Dr./Dra. Marcos Martín Rincón

Departamento: 236 - EDUCACIÓN FÍSICA

Ámbito: 245 - Educación Física Y Deportiva

Área: 245 - Educación Física Y Deportiva

Despacho: EDUCACIÓN FÍSICA

Teléfono: 928457496 **Correo Electrónico:** marcos.martinrincon@ulpgc.es

D/Dña. Marcos Martín Rincón

Departamento: 236 - EDUCACIÓN FÍSICA

Ámbito: 245 - Educación Física Y Deportiva

Área: 245 - Educación Física Y Deportiva

Despacho: EDUCACIÓN FÍSICA

Teléfono: 928457496 **Correo Electrónico:** marcos.martinrincon@ulpgc.es

Bibliografía

[1 Básico] Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio /

American College of Sports Medicine.

Paidotribo,, Barcelona : (2005) - (2ª ed.)

8480194278

[2 Básico] Columna vertebral, ejercicio físico y salud /

Antonio Jesús Casimiro Andújar y José María Muyor Rodríguez (coordinadores) ; autores, Antonio Jesús Casimiro Andújar ... [et al.].

INDE,, Barcelona : (2010)

9788497291736

[3 Básico] Anatomía para el movimiento :: elementos de anatomía y bases de ejercicios prácticos /

Blandine Calais-Germain ; prefacio de Joan Meléndez Rusiñol.

Los Libros de la Liebre de Marzo,, Barcelona : (1998)

8487403336

[4 Básico] Prevalence of severe/morbid obesity and other weight status and anthropometric reference standards in Spanish preschool children: The PREFIT project.

Cadenas-Sanchez C, Intemann T, Labayen I, Artero EG, Alvarez-Bueno C, Sanchis-Moysi J, Benito PJ, Beltran-Valls MR, Pérez-Bey A, Sanchez-Delgado G, Palou P, Vicente-Rodríguez G, Moreno LA, Ortega FB

Pediatr Res, 2020 - (87(3):501-510)

[5 Básico] Actividad física, deporte, ejercicio y salud en niños y adolescentes /

Carlos Redondo Figuero... [et al.] (editores).

Asociación Española de Pediatría,, [S. l.] : (2010)

978-84-441-0259-7

[6 Básico] Abdominales :para un trabajo muscular abdominal más seguro y eficaz /

Cecilia Dorado García, Nuria Dorado García y Joaquín Sanchis Moysi.

Paidotribo,, Barcelona : (2001)

8480195843

[7 Básico] Physical activity and obesity /

Claude Bouchard, editor.

Human Kinetics,, Champaign, IL : (2000)

0880119098

[8 Básico] Deporte, salud y calidad de vida /

David Moscoso Sánchez, Eduardo Moyano Estrada (coordinadores) ; Lourdes Biedma Velázquez... [et al.].

Obra Social Fundación "La Caixa",, [Barcelona] : (2009)

[9 Básico] Actividad física y salud: estudio enKid : volumen 6 /

directores, Lluís Serra Majem, Blanca Román Viñas, Javier Aranceta Bartrina ; colaboradoras, Lourdes Ribas Barba, Carmen Pérez Rodrigo ; asesoría científica, Alfonso Delgado Rubio, Rafael Tojo Sierra.

Masson,, Barcelona : (2006)

9788445817209

[10 Básico] ACSM's resources for the personal trainer /

[editor principal, Walter R. Thompson].

Lippincott Williams & Wilkins,, Philadelphia : (2010) - (3rd ed.)

9780781797726

[11 Básico] Sports Health

Hypertrophy of Lumbopelvic Muscles in Inactive Women: A 36-Week Pilates Study.

Sports Health, 2020 - (12(6) [547-551.])

[12 Básico] Fatiga muscular y eficiencia energética en seres humanos /

Joaquín

Sanchis Moysi ; tesis dirigida por José Antonio López Calbet.

Universidad de Las Palmas de Gran Canaria,, Las Palmas de Gran Canaria : (1998)

[13 Básico] Cardiología en el deporte: revisión de casos clínicos basados en la evidencia /

José Ricardo Serra Grima, autora col. Caritat Bagur Calafat.

Elsevier,, Amsterdam(etc.) : (2008) - (2ª ed.)

9788445819241

[14 Básico] Bases de la programación del entrenamiento de fuerza /

Juan J. González Badillo, Juan Ribas Serna.

Inde,, Barcelona : (2002)

8497290135

[15 Básico] La velocidad de ejecución como referencia para la programación, control y evaluación del entrenamiento de fuerza /

Juan José González Badillo ... [et al.].

ERGOTECH,, Murcia : (2017)

9788461795864

[16 Básico] Actividad física y salud para ejecutivos y profesionales /

Luis Miguel López Mojares (coord.) ; Aznar Laín, Susana ... [et al.].

Cie Dossat 2000,, Madrid : (2002)

8495312875

[17 Básico] Ejercicios desaconsejados en la actividad física : detección y alternativas /

Pedro Ángel López Miñarro.

Inde,, Zaragoza : (2000)

8495114534

[18 Básico] Prescripción de ejercicio físico para la salud /

Ricard Serra Grima, Caritat Bagur Calafat.

Paidotribo,, Barcelona : (2004)

8480198028

[19 Básico] The hypertrophy of the lateral abdominal wall and quadratus lumborum is sport-specific: an MRI segmental study in professional tennis and soccer players.

Sanchis-Moysi J, Idoate F, Izquierdo M, Calbet JA, Dorado C.

Sports Biomech, 2013 - (12(1) [54-67])

[20 Básico] Greater Reduction in Abdominal Than in Upper Arms Subcutaneous Fat in 10- to 12-Year-Old Tennis Players: A Volumetric MRI Study.

Sanchis-Moysi J, Serrano-Sánchez JA, González-Henríquez JJ, Calbet JAL, Dorado C.

Front Pediatr, 2019 - (7:345)

[21 Básico] Domain and intensity of physical activity are associated with metabolic syndrome: A population-based study.

Serrano-Sánchez JA, Fernández-Rodríguez MJ, Sanchis-Moysi J, Rodríguez-Pérez MDC, Marcelino-Rodríguez I, Cabrera de León A

PLoS One, 2019 - (14(7):e0219798)

[22 Básico] Contribution of individual and environmental factors to physical activity level among Spanish adults.

Serrano-Sanchez JA, Lera-Navarro A, Dorado-García C, González-Henriquez JJ, Sanchis-Moysi J

PLoS One, 2012 - (7(6):e38693)

[23 Básico] Associations between screen time and physical activity among Spanish adolescents.

Serrano-Sanchez JA, Martí-Trujillo S, Lera-Navarro A, Dorado-García C, González-Henríquez JJ, Sanchís-Moysi J.
PLoS One, 2011 - (6(9):e24453)

[24 Básico] Diabetes y ejercicio físico /

Sheri Colberg.
Tutor,, Madrid : (2003)
8479024224

[25 Básico] Journal of science and medicine in sport /

Sports Medicine Australia.
Sports Medicine Australia,, Belconnen : (1998)

[26 Básico] Efectos de los ejercicios de Pilates sobre el volumen muscular en la región lumbo-pélvica /

tesis doctoral presentada por Ana María López Gordillo ; dirigida por la catedrática Cecilia Dorado García, el Dr. Joaquín Sanchís-Moysi y el Dr. José A. Serrano Sánchez.
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria,, Las Palmas de Gran Canaria : (2012)

[27 Básico] Tendencia y factores socio-demográficos de la inactividad física en adultos en Canarias /

tesis doctoral presentada por Luis Miguel Bello Luján
; dirigida por el Dr. José Antonio Serrano Sánchez y el Dr. Joaquín Sanchis Moysi.
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria,, Las Palmas de Gran Canaria : (2015)

[28 Básico] Actividad física y síndrome metabólico en adultos de Canarias /Universidad de Las Palmas de Gran Canaria,

tesis doctoral presentada por María Jesús Fernández Rodríguez; dirigida por el Dr. José Antonio Serrano Sánchez y el Dr. Antonio Cabrera de León.
..T260:
(2014)

[29 Básico] Actividad física, sedentarismo frente a pantallas y su relación en adolescentes= Physical activity, screen-related sedentarism and their relationship in among adolescent /

tesis doctoral presentada por Sara Martí Trujillo ; dirigida por los doctores, José Antonio Serrano Sánchez, Joaquín Sanchis-Moysi, Ignacio Ara Royo.
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria,, Las Palmas de Gran Canaria : (2011)

[30 Básico] Actividad física y salud /

Tomás Blasco ; prólogo de Jaume Cruz Feliu.
Martínez Roca,, Barcelona : (1994)
8427019343

[31 Básico] Scandinavian journal of medicine & science in sports.

Michael Kjaer,, Copenhagen : (1991)

[32 Básico] British journal of sports medicine.

Cambridge University Press,, Cambridge : (1968)

[33 Básico] The journal of sports medicine and physical fitness.

Minerva medica,, Roma : (1961)

[34 Básico] Medicine and science in sports and exercise.

American College of Sports Medicine,, Indianapolis : (1968)

[35 Básico] Canadian journal of applied physiology.

Human Kinetics,, Illinois : (1993)

[36 Recomendado] Effect of Moderate to Vigorous Physical Activity on All-Cause Mortality in Middle-aged and Older Australians

*Klaus Gebel, Ding Ding, Tien Chey, Emmanuel Stamatakis, Wendy J Brown, Adrian E Bauman
JAMA Intern Med, 2015 - (175(6) [970-7])*

[37 Recomendado] Physiological adaptations to interval training and the role of exercise intensity

*MacInnis MJ, Gibala MJ
J Physiol . , 2017 - (595(9) [2915-2930])*

[38 Recomendado] The asymmetry of pectoralis muscles is greater in male prepubertal than in professional tennis players.

*Sanchis-Moysi J, Dorado C, Idoate F, González-Henríquez JJ, Serrano-Sanchez JA, Calbet JA.
Eur J Sport Sci, 2016 - (22 [1-7])*

[39 Recomendado] Inter-arm asymmetry in bone mineral content and bone area in postmenopausal recreational tennis players.

*Sanchis-Moysi J, Dorado C, Vicente-Rodríguez G, Milutinovic L, Garces GL, Calbet JA.
Maturitas, 2004 - (48(3) [289-98])*

[40 Recomendado] Large asymmetric hypertrophy of rectus abdominis muscle in professional tennis players

*Sanchis-Moysi J, Idoate F, Dorado C, Alayón S, Calbet JA.
Plos One, 2010 - (5(12) [e15858. doi: 10.1371/journal.pone.0015858])*

[41 Recomendado] Muscle hypertrophy in prepubescent tennis players: a segmentation MRI study

*Sanchis-Moysi J, Idoate F, Serrano-Sanchez JA, Dorado C, Calbet JA.
Plos One, 2012 - (7(3) [e33622. doi: 10.1371/journal.pone.0033622])*

[42 Recomendado] Journal of sports sciences.

British Association of Sports Sciences,, London : (1983)

Springer., New York : (1928)