UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE: CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE: Fisioterapia

MODALIDAD PRESENCIAL

SÍLABO

ERGONOMIA Y KINEFILAXIA

NIVEL

SEXTO

AMBATO - ECUADOR
2026

I. INFORMACIÓN GENERAL

Nombre de la asignatura ERGONOMIA Y KINEFILAXIA **Carrera** Fisioterapia		
Código UTA-FCS-F-MP-UP-06-05	**PRERREQUISITOS**	
Modalidad PRESENCIAL	**Asignatura**	**Código**
	BIOMECANICA	UTA-FCS-F-MP-UB-02-04
	KINESIOTERAPIA	UTA-FCS-F-MP-UP-05-04
Unidad organizacional curricular PROFESIONAL		
Créditos/Horas 2 **Nivel** SEXTO	**CORREQUISITOS**	
	Asignatura	**Código**
	BIOMECANICA	UTA-FCS-F-MP-UB-02-04
	KINESIOTERAPIA	UTA-FCS-F-MP-UP-05-04
CARGA HORARIA		
Componente de aprendizaje en contacto con el docente por semana	**Componente de aprendizaje en contacto con el docente por ciclo académico**	**Componente de aprendizaje práctico experimental, componente de aprendizaje autónomo**
2	32	64
Horas de tutoría académica semanales	**Horas de tutoría presenciales por ciclo académico**	**Horas de tutorías virtuales por ciclo académico**
1	16	0

TOTAL DE HORAS DE APRENDIZAJE EN EL CICLO DE ESTUDIOS

Número de horas del componente de aprendizaje en contacto con el docente semanal	2
Número de horas del componente de aprendizaje en contacto con el docente semestral	32
Número de horas del componente de aprendizaje práctico experimental y componente de aprendizaje autónomo	64
TOTAL DE HORAS AL SEMESTRE (Número de horas del componente de aprendizaje en contacto con el docente semestral + Número de horas del componente de aprendizaje práctico experimental y componente de aprendizaje autónomo.)	96

III DESCRIPCIÓN Y OBJETIVOS DE LA ASIGNATURA

Propósito El propósito del sílabo de ergonomía y kinefilaxia en la carrera de fisioterapia es enseñar al estudiante a planificar actividades kinefilácticas de postura y ergonomía que logren prevención de lesiones musculoesqueléticas y aporten para que el abordaje fisioterapèutico sea integral.

Descripción de la asignatura El sílabo de ergonomía y kinefilaxia, ubicado en el sexto nivel de la carrera de fisioterapia, forma parte de la Unidad Curricular Profesional y requiere como prerrequisitos las asignaturas de biomecánica y kinesioterapia. Se organiza en cuatro unidades que abordan las generalidades de la kinefilaxia, la planificación de las actividades kinefilácticas y terapéuticas, los principios de la ergonomía y la postura corporal. La metodología de enseñanza incluye técnicas cooperativas, aprendizaje basado en problemas, aprendizaje basado en evidencias, trabajo autónomo, estas actividades se apoyan en la plataforma Moodle y pantallas interactivas.

Objetivo general de la asignatura Planificar actividades Kinefilácticas de postura y ergonomía a través de estrategias didácticas, para la prevención de lesiones musculoesqueléticas.

Objetivos específicos de la asignatura

1.-Establecer las generalidades de la kinefilaxia desde un enfoque terapéutico centrado en la prevención de lesiones, aplicando el método Heurístico, para mejorar el bienestar físico de las personas.

2.-Planificar las actividades kinefilácticas y terapéuticas, apoyado en casos clínicos, para fomentar la salud y optimizar la función corporal.

3.-Determinar la postura corporal correcta mediante un enfoque multimodal, para la prevención de lesiones musculoesqueléticas.

4.-Analizar críticamente los principios de la ergonomía aplicados a la prevención de lesiones musculoesqueléticas, mediante el estudio y resolución de casos clínicos representativos, para desarrollar capacidades en educación para la salud.

NOTA: Las horas de tutoría académica no se suman, por lo tanto no se incluyen dentro de las horas totales del semestre

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.1	Establecer las generalidades de la kinefilaxia desde un enfoque terapéutico centrado en la prevención de lesiones, aplicando el método Heurístico, para mejorar el bienestar físico de las personas.			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
1.1.- Fundamentos de la Kinefilaxia y prevención en fisioterapia.	4	6	2	Pruebas de Diagnostico Trabajos y ejercicios en clases
1.2.- Salud y Estilo de vida.	5	7	3	Pruebas escritas de la unidad
SUBTOTAL HORAS	9	13	5	**TOTAL HORAS:** 27

Resultados de aprendizaje: Establece las generalidades de la kinefilaxia desde un enfoque terapéutico, para mejorar el bienestar físico de las personas.
Metodología de enseñanza : Otros: Conversación Heurística
Estrategias educativas : Trabajos y exposiciones
Recursos didácticos : Otros, Proyector, Audiovisuales, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Plataforma Moodle, Pantalla interactiva
Habilidades Blandas : Trabajo en equipo

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.2	Planificar las actividades kinefilácticas y terapéuticas, apoyado en casos clínicos, para fomentar la salud y optimizar la función corporal.			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
2.1.- Beneficios del ejercicio físico como función terapèutica o rehabilitación	4	6	2	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases
2.2.- Planificación de un programa de acondicionamiento físico saludable	4	6	2	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Evaluaciones Parciales
SUBTOTAL HORAS	8	12	4	**TOTAL HORAS:** 24

Resultados de aprendizaje: Planifica las actividades kinefilácticas y terapéuticas para fomentar la salud y optimizar la función corporal.
Metodología de enseñanza : Otros, Aprendizaje Basado en Problemas, Aprendizaje Basado en Evidencias, Métodos de caso: Conversación Heurística
Estrategias educativas : Resolución de problemas, Trabajos y exposiciones
Recursos didácticos : Otros, Audiovisuales, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Plataforma Moodle, Pantalla interactiva
Habilidades Blandas : Trabajo en equipo

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.3	Determinar la postura corporal correcta mediante un enfoque multimodal, para la prevención de lesiones musculoesqueléticas.			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
3.1.- Fundamentos de la Postura	3	5	1	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases
3.2.- Función muscular en relación con la actitud postural	3	5	1	Trabajos y ejercicios en clases Pruebas escritas de la unidad
SUBTOTAL HORAS	6	10	2	**TOTAL HORAS:** 18

Resultados de aprendizaje: Determina la postura corporal correcta para la prevención de lesiones musculoesqueléticas.
Metodología de enseñanza : Otros, Aprendizaje Basado en Problemas, Aprendizaje Basado en Evidencias, Métodos de caso: Conversación Heurística
Estrategias educativas : Simulaciones
Recursos didácticos : Otros, Audiovisuales, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Plataforma Moodle, pantalla interactiva
Habilidades Blandas : Trabajo en equipo

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.4	Analizar críticamente los principios de la ergonomía aplicados a la prevención de lesiones musculoesqueléticas, mediante el estudio y resolución de casos clínicos representativos, para desarrollar capacidades en educación para la salud.			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
4.1.- Fundamentos de la ergonomía y su relación con la fisioterapia	3	4	2	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases
4.2.- Evaluación de los riesgos ergonómicos	3	4	2	Trabajos y ejercicios en clases
4.3.- Intervención ergonómica y prevención de lesiones musculoesqueléticas	3	5	1	Trabajos y ejercicios en clases Evaluaciones Parciales
SUBTOTAL HORAS	9	13	5	**TOTAL HORAS:** 27

Resultados de aprendizaje: Analiza los principios de la ergonomía aplicados a la prevención de lesiones musculoesqueléticas, desarrollando capacidades en educación para la salud.
Metodología de enseñanza : Otros, Aprendizaje Basado en Problemas, Aprendizaje Basado en Evidencias, Métodos de caso: Conversación Heurística
Estrategias educativas : Resolución de problemas
Recursos didácticos : Otros, Audiovisuales, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Plataforma Moodle, Pantalla interactiva
Habilidades Blandas : Pensamiento crítico

V ESCENARIOS DE APRENDIZAJE (REAL, VIRTUAL, ÁULICO)

ESCENARIO DE APRENDIZAJE AULICO: Las actividades de enseÃ±anza- aprendizaje se desarrollarÃ¡n en el salÃ³n de clases en un Ã¡mbito de planificaciÃ³n, diseÃ±ado para fomentar la interacciÃ³n entre estudiantes y profesores en un clima inclusivo y respetuoso, mediante la aplicaciÃ³n de mÃ©todos y tÃ©cnicas que permitan la participaciÃ³n activa de los estudiantes. ESCENARIO DE APRENDIZAJE REAL: Este escenario proporciona al estudiante un entorno educativo para simular o replicar situaciones y desafÃos en escenas diversas e intencionadas estrategias pedagÃ³gicas – didÃ¡cticas y comunicativas, que movilizan al estudiante a aprender y transferir los aprendizajes a su contexto significativos mediante la prÃ¡ctica. Aporta a la inclusividad y pertinencia de los saberes desde la prÃ¡ctica de la responsabilidad social que compete a las instituciones de educaciÃ³n superior, permitiÃ©ndole desarrollar las habilidades y conocimientos necesarios para tener Ã©xito en su futura carrera profesional. ESCENARIO DE APRENDIZAJE VIRTUAL Espacio educativo alojado en la web, es una tecnologÃa para crear y desarrollar cursos o modelos de formaciÃ³n didÃ¡cticos conformados por herramientas informÃ¡ticas que facilitan la interacciÃ³n en un ambiente electrÃ³nico integrado por tecnologÃas digitales por medio de una conexiÃ³n a internet, las herramientas a utilizar son las plataformas de gestiÃ³n del aprendizaje (LMS), blogs, wikis, redes sociales e inteligencia artificial. &n

VI CRITERIOS NORMATIVOS PARA LA EVALUACIÓN

Objetivos específicos	Evaluación diagnóstica (Conocimientos previos)	Evaluación formativa (Grado de logro de destrezas)	Evaluación sumativa (valorar los objetivos generales alcanzados y el logro de destrezas)
1.- Establecer las generalidades de la kinefilaxia desde un enfoque terapéutico centrado en la prevención de lesiones, aplicando el método Heurístico, para mejorar el bienestar físico de las personas.	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Prueba de la unidad
2.- Planificar las actividades kinefilácticas y terapéuticas, apoyado en casos clínicos, para fomentar la salud y optimizar la función corporal.	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Examen del parcial
3.- Determinar la postura corporal correcta mediante un enfoque multimodal, para la prevención de lesiones musculoesqueléticas.	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Prueba de la unidad
4.- Analizar críticamente los principios de la ergonomía aplicados a la prevención de lesiones musculoesqueléticas, mediante el estudio y resolución de casos clínicos representativos, para desarrollar capacidades en educación para la salud.	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Examen del parcial

VII BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais o Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
Navas Cuenca, Estefanía	2018	Ergonomía	2a. Ed.	Editorial ICB	España Málaga	1	203	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	La obra proporciona herramientas conceptuales y metodológicas que fortalecen el análisis y la aplicación de la ergonomía, en la asignatura.							
URL:	https://0x102pd4c-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/ereader/uta/111471							

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais/Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
Obregón Sánchez, María	2016	Fundamentos de ergonomía	1ra.	Fundamentos de ergonomía	México	1	353	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	Libro clásico. La obra proporciona herramientas conceptuales y metodológicas que fortalecen el análisis y la aplicación de la evaluación ergonómica en la asignatura.							
URL:	https://0x102pn6a-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/lc/uta/titulos/40469							

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais/Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
Gibbons, John.	2024	Manual de ergonomía y accesibilidad: grado universitario en terapia ocupacional	1	Editorial Universidad de Burgos	España Burgos	1	341	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	Libro contemporáneo. La obra proporciona herramientas conceptuales y metodológicas que contribuyen a la identificación de factores de riesgo ergonómico asociados a lesiones musculoesqueléticas.							
URL:	https://0x102pd4c-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/ereader/uta/266281							