

Programa Universitario de Maiores – Campus Pontevedra

Guía Docente 2024-25

Información xeral:

Nome materia	Biomecánica- Coñece como funciona o teu corpo		
Código / Tipo	IV21497 / Materia optativa		
Titulación	Universitario/a Sénior en Cultura e Sociedade		
Créditos ECTS	1.5	Total horas presenciais	15
Lingua impartición	Castelán Galego		
Lugar impartición	Aula 4 – Facultade de Fisioterapia*		
Curso / Semestre	Cuarto / 2º cuatrimestre	Horario	Martes 11:30-12:30h*
Coordinador/a	Lorenzo Antonio Justo Cousiño		
Profesorado	Lorenzo Antonio Justo Cousiño		
Correo-e	lorenzo.justo@uvigo.gal		
Observacións	Esta materia ten un límite de matrícula de 25 prazas.		

*Suxeito a modificacións por diferentes necesidades.

Obxectivos xerais:

Preténdese que o alumnado coñeza as bases de funcionamento do corpo humano dende un enfoque da biomecánica. Abordarase unha visión global do corpo humano dende o prisma da anatomía funcional e se analizará o efecto das cargas sobre os sistemas biolóxicos que poden levar a lesións. Especificamente, preténdese que o alumnado coñeza a mecánica do aparato locomotor: articulacións, osos e músculos. O obxectivo da formación é xerar unha base teórica que permita comprender o corpo humano e sirva de axuda para a mellora da saúde e prevención de disfuncións.

Contidos:

Tema 1	Introdución á biomecánica. Visión mecánica do corpo humano. Tipos de cargas e os seus efectos. Comprensión básica do movemento. Como conseguimos movernos?
Tema 2	Biomecánica do oso. Tipos de osos e as súas partes. Por que os osos teñen esa forma? Efectos das cargas: adaptación e fracturas. Entendendo a osteoporose.
Tema 3	Biomecánica das articulacións. Tipos de articulacións e os seus movementos. Comprensión das lesións articulares: escordaduras e artrose.
Tema 4	Biomecánica do músculo. Tipos de músculos. Compreendendo a contracción. Resposta mecánica das cargas: Entendendo os estiramientos (alongamentos).

Avaliación:

Modalidades avaliación	Descrición	Porcentaxe
Asistencia e participación	A asistencia a clases e participación nas mesmas é obrigatoria para superar a materia. A asistencia de ao menos un 70% das clases é obrigatoria para superar a materia.	100%

Outros comentarios sobre avaliación e recomendacións:

Durante as clases empregaranse modelos anatómicos, así como equipos relacionados coa biomecánica para facilitar a aprendizaxe do alumnado.