

Tipo de actividad: Asignatura(AFS122)

Nombre: Proceso de Atención desde la Actividad Física I.

Requisitos:

Créditos: 3

Intensidad Horaria: 3 Horas semanales.

Correquisitos:

Introducción

El organismo humano está diseñado para la práctica de actividad física. Sin embargo, los cambios sociales y el progreso han relegado la su práctica a una mera opción cada vez más alejada de la vida cotidiana. El uso de los medios automatizados de locomoción, el acceso a medios informativos digitales, así como numerosos trabajos que se realizan desde puestos sedentarios y actividades de ocio que en su inmensa mayoría se relacionan con el descanso y el confort han convertido al hombre actual en un individuo sedentario. El acceso fácil a la comida y la falta de ejercicio condicionan unos tipos antropométricos cada vez más obesos en los que se promueven cambios metabólicos perjudiciales para la salud.

La identificación de los procesos evolutivos del ser humano especialmente en la primera infancia, niñez y adolescencia son un reto que el personal y agentes de salud desconocen, por lo tanto un conocimiento de este proceso como los beneficios que se derivan de la práctica de actividad física son factores importantes para desarrollar acciones que indiquen cuando estos procesos se han desestabilizado y así estimar la relación salud-enfermedad. Ante ello esta unidad temática pretende abordar los cambios que se generan con el crecimiento y como los factores de riesgo atentan contra el estado de salud de esta población.

Objetivo General

¿Cómo es el proceso evolutivo y los cambios que determinan el estado de salud-enfermedad de la población de primera infancia, niñez u adolescencia?

Contenido

- 1.1.1. Aspectos generales del crecimiento y desarrollo del niño y el adolescente
- 1.1.2. Características fisiológicas propias de la edad
- 1.1.3. Beneficios de la actividad física en niños y adolescentes
- 1.1.4. Enfermedades crónicas no transmisibles
- 1.1.5. Fisiopatología básica en primera infancia, niñez u adolescencia.

Bibliografía

- American College of Sport Medicine (ACSM) 1999. Manual para la valoración y la prescripción del ejercicio. Barcelona. Paidotrigó.
- _____ 2000. Manual de consulta para el control y la prescripción del ejercicio. Barcelona. Paidotrigó.
- American College of Sport Medicine (ACSM) 1090. The recommended quantity and quality of exercise developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness in healthy adults. Med. Sci. Sports Exerc. 22: 265-274.
- American Heart Association (AHA). Children's need for Physical Activity. www. Americanheart.org.
- Bar-Or, O 1983. Pediatric sport medicine for the practitioner. New York, Springer Verlag.
- Berg, A. y Keul J. 1988. Biochemical change during exercise in children, In: R.M. Malina (Ed). Young Athletes.

Biological, Psychological, and Educational Perspectives, pp. 61-77. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Blimkie, C.J. 1993. Resistance Training during preadolescence. *Sports Med*; 15:389-407.
- Boileau, R.A; Lohman, T.G; Slaughter, M.H. 1985. Exercise and body composition of children and youth. *Scand, J. sports Sci.* 7:17-27
- Catanni O. Crecimiento y desarrollo puberal durante la adolescencia pediatria. *Endocrinologia P.U.C. Pontificia Universidad Católica de Chile* en: <http://7escuela.med.puc.cl/ops>.
- M. Dietrich, Jurgen Nicolaus, Chis Ostrowski. 2004. *METODOLOGÍA. Exposiciones magistrales, Circulos de Reflexión y Practicas guiadas general del entrenamiento infantil y juvenil*. 1ª Edición. Editorial Paidotrigó.
- Esteves, M y Salas A. 2005. Maduración somática durante la adolescencia: Fundamentos y manera de evaluación. *Rev. Ecuatoriana de Pediatría*. 35-41
- Heyward, Vivian H. 2001. Evaluación y prescripción del ejercicio. Valoración de la fuerza y de la resisitencia muscular. Cap. 4. Ed. Paidotrigó. 2ª. Ed. España.
- Gonzales, J. 1992. *Fisiología de la actividad física y del deporte*. Interamericana McGraw-Hill. Primera Edición.
- Latorre Román, P; Herrador Sánchez J. 2003. Prescripción del ejercicio físico para la salud en la edad escolar, aspectos metodológicos preventivos e higiénicos. 1ª Ed.
- Reina, L. Martínez V. 2003. *Manual de teoría y práctica del acondicionamiento físico*. CV Ciencias del deporte. Madrid.

