

PLANO DE CURSO		
Vigência do Plano	Semestre	Nome do Componente Curricular
2025.2	04	CINESIOTERAPIA
Carga Horária Semestral		Núcleo/Módulo/Eixo
90		Eixo III - Fisioterapia Bases e Práticas
Componentes Correlacionados		
Docente		
Amanda de Souza Araújo, Cíntia Pinheiro Silveira Araújo, Patricia Martins Carvalho Brandão.		
Ementa		
Estudo dos tipos, princípios e efeitos da terapia pelo movimento no solo e na água, suas teorias e práticas aplicadas ao organismo humano.		
Cursos ofertados		
Fisioterapia		

Competência

Conhecimentos

- Entender os conceitos e efeitos dos exercícios terapêuticos no solo e na piscina;
- Conhecer as técnicas cinesioterapêuticas e saber identificar a necessidade em cada situação clínica;
- Analisar a aplicabilidade dos diversos exercícios terapêuticos no ambiente aquático e terrestre;
- Compreender as indicações e contra-indicações de cada recurso cinesioterapêutico;
- Elaborar o raciocínio clínico-funcional na aplicação dos conteúdos terapêuticos, em todos os níveis de atenção à saúde, integrando-o em programas de promoção, manutenção, prevenção, proteção e recuperação da saúde.

Habilidades

- Avaliar as disfunções do movimento e verificar as possibilidades de tratamento através dos exercícios terapêuticos;
- Elaborar criticamente o diagnóstico cinético funcional e a intervenção fisioterapêutica, considerando o amplo espectro de questões clínicas, científicas, éticas, sociais e culturais implicadas na atuação profissional do fisioterapeuta;
- Exercitar o raciocínio clínico e cinético-funcional.

Atitudes

- Valorizar a participação ativa no processo de construção e a necessidade da prática repetida e aprimoramento continuado;
- Ter responsabilidade quanto a sua vestimenta adequada e cuidado com a higiene pessoal;
- Usar recursos tecnológicos de acordo com as normas institucionais;
- Estar sensibilizado e comprometido com o ser humano, respeitando-o e valorizando-o;
- Agir de acordo com as normas institucionais sobre o comportamento profissional.

Conteúdo Programático

- Fisioterapia Aquática - princípios físicos da água aquecida (hidrostática, hidrodinâmica e termodinâmica); indicações e contra-indicações; efeitos fisiológicos, terapêuticos e psicológicos da imersão;
- Equipamentos aquáticos: materiais utilizados no tratamento em piscina terapêutica;
- Avaliação da adaptação do paciente no meio aquático;
- Métodos e Técnicas em Fisioterapia Aquática: Hidrocinesioterapia, MABR, Método Halliwick, Método Ai Chi, Introdução à TMSA (Técnica de Watsu);
- Cinesioterapia / Exercício Terapêutico: histórico; conceito; princípios; exercício e tipos de contrações musculares; exercício e tipos de movimentos (ativo, ativo assistido, ativo livre, ativo resistido, passivo, auto passivo, assistido resistido, analíticos e globais funcionais); indicações e contra-indicações; benefícios fisiológicos;
- Efeitos locais do movimento e da imobilização;
- Efeitos neurofisiológicos do movimento: mecanismos de analgesia do movimento;
- Alongamento: conceitos (mobilidade e flexibilidade); bases neurofisiológicas; tipos; indicações e contra-indicações;
- Treino resistido: conceito; treino de força muscular e treino de resistência muscular; bases fisiológicas; indicações e contra-indicações; dosagem e aplicação;
- Treino Proprioceptivo: conceito; bases neurofisiológicas; indicações e contra-indicações; dosagem e aplicação;
- Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva: princípios, aplicabilidade, técnicas (iniciação rítmica, combinação de isotônica, reversão dinâmica, reversão de estabilização, estabilização rítmica, manter e contrair-relaxar);
- Exercícios terapêuticos com a Bola Suíça;
- Exercícios de Estabilização: conceito, aplicação, indicações e contra-indicações;
- Exercício cíclico e treinamento aeróbico: conceito; parâmetros; dosagem e aplicação; indicação e precauções;
- Introdução ao método Pilates;
- Cinesioterapia em populações especiais;
- Correlação com alguns conteúdos dos componentes Fisioterapia na Atenção à Criança e ao Adolescente, Neurociências Aplicadas às Funções Cognitivas, Metodologia da Pesquisa, Laboratório de Práticas Respiratórias, Cinesioterapia e Prática Interprofissional em Saúde.

Métodos e Técnicas de Aprendizagem

- Atividades orientadas: grupo de discussão (discussão de artigos científicos, discussão de casos clínicos e técnica);
- Videoaulas;
- Visita técnica;
- Aula invertida;
- Atividades no Ambiente Virtual de Aprendizagem (AVA): fóruns de discussão, questionários, tarefas;
- Seminário (apresentação de caso clínico pelos alunos);
- Avaliação formativa - acompanhamento de produção de caso clínico;
- Workshop;
- Aulas práticas presenciais no laboratório e na piscina;
- Avaliação formativa do comportamento profissional;
- Avaliação interdisciplinar.

Critérios e Instrumento de Avaliação - Datas

1ª NOTA / I UNIDADE:

- Atividades no AVA solo: fórum e questionário (somativos), discussões presenciais com feedback – 1,0.
- Mapa conceitual alongamento (atividade formativa).
- Team-based-learning (Quiz) (somativo) – 0,5.
- Avaliação formativa do comportamento profissional.
- Atividades no AVA hidro: fóruns, tarefas, questionários (somativos) e discussões presenciais com feedback – 1,5.
- 09/09 Avaliação escrita individual (somativa) – 7,0.
- 2ª chamada 04/10.

2ª NOTA / II UNIDADE:

- Atividade no AVA solo: estudo dirigido (somativo) e discussões presenciais com feedback – 0,5.
- Apresentação e discussão de técnicas do FNP (somativa) – 1,0.
- Atividades no AVA hidro: fóruns, tarefas, questionários (somativos) e discussões presenciais com feedback – 1,5.
- Avaliação formativa do comportamento profissional.
- 03/10 (solo e hidro): Qualificação do caso clínico (atividade formativa).
- 28/10 (solo) e 31/10 (hidro): Apresentação do caso clínico com feedback – 7,0

3ª NOTA / III UNIDADE:

- Atividades no AVA hidro: tarefa (somativa) e discussões presenciais com feedback – 0,5.
- 03/06: Workshop "Cinesioterapia em populações especiais" (somativa) – 1,0.
- 25/11: Avaliação teórica solo e hidro (somativa) – 2,0.
- 25/11: Prova prática (solo) individual (somativa): Responder casos clínicos sorteados e demonstrar a técnica de tratamento – 2,5.
- 28/11: Prova prática (hidro) individual (somativa): Responder casos clínicos sorteados e demonstrar a técnica de tratamento – 2,5.
- Avaliação formativa do comportamento profissional.
- Ação Integradora - 1,5.

PROVA FINAL: 09/12/2025.

Recursos

- Piscina térmica e coberta da CAFIS;
- Materiais utilizados na piscina terapêutica: espaguete, colar cervical, flutuadores de tornozelos e punhos, cinto pélvico, halteres (pequeno, médio e grande), caneleiras (1, 2 e 3 kg), luvas de propriocepção, prancha, aquafin, oxímetro de pulso, tensiômetro, fita métrica;
- Materiais utilizados no solo: macas; colchonetes e tatames; tensiômetro, fita métrica, oxímetro de pulso; goniômetro; caneleiras; halteres; therabands de todas as cores; minibands; materias de propriocepção (balancim, cama elástica, disco proprioceptivo, prancha proprioceptiva redonda e retangular); bolas suíças; bosu; bolas pequenas e médias; espaguetes; stabilizers; escada de dois degraus; conjunto de banquetas de madeira com 4 tamanhos; esteira ergométrica; bicicleta ergométrica.

Referências Básicas

- BATEMAN, Thomas S.. Exercícios aquáticos terapêuticos. 1 ed. São Paulo: Manole Editora Ltda, 1998.
BRODY, Lori Thein; HALL, Carrie M.. Exercício terapêutico. 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019.
KISNER, Carolyn. Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas. 6 ed. Barueri: Manole Ltda., 2016.
RUOTI, Richard G.. Reabilitação aquática. 1 ed. São Paulo: Manole Editora Ltda, 2000.

Referências Complementares

- ACHOUR JÚNIOR, Abdallah. Flexibilidade e alongamento: saúde e bem estar. 2 ed. SÃO PAULO: Manole Editora Ltda, 2009.
BANDY, William D.. Exercício terapêutico: técnicas para intervenção. 1 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
HAMMER, Warren I.. Exame funcional dos tecidos moles e tratamento por métodos manuais: novas perspectivas. 2 ed. RIO DE JANEIRO: Guanabara Koogan, 2003.
Houglum, Peggy A. Exercícios terapêuticos para lesões musculoesqueléticas. 3 ed. São Paulo: . E-book.
WINSTON, Leland M. D.. Exercícios na água. 1 ed. SÃO PAULO: Manole Editora Ltda, 1998.