

INTERVENCIÓN DEL ESTUDIANTE DE LA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN
BASICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES,
EN EL PROYECTO DE VALORACIÓN FUNCIONAL Y ACONDICIONAMIENTO
FÍSICO DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y
DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DEL CAUCA.

EDNA KARIME GÓMEZ MUÑOZ

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
PROGRAMA DE EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA,
RECREACIÓN Y DEPORTES.
POPAYÁN – CAUCA

INTERVENCIÓN DEL ESTUDIANTE DE LA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN
BASICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES,
EN EL PROYECTO DE VALORACIÓN FUNCIONAL Y ACONDICIONAMIENTO
FÍSICO DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y
DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DEL CAUCA.

EDNA KARIME GÓMEZ MUÑOZ

NANCY JANNETH MOLANO TOBAR
DIRECTORA

UNIVERSIDAD DEL CAUCA
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES, EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
PROGRAMA DE EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA,
RECREACIÓN Y DEPORTES.
POPAYÁN – CAUCA

TABLA DE CONTENIDO

PRESENTACIÓN	5
CARACTERIZACION DEL CONTEXTO Y PROBLEMÁTICA EDUCATIVA	7
JUSTIFICACIÓN	8
PROPOSITOS.....	9
PROPÓSITOS GENERALES	9
PROPÓSITOS ESPECÍFICOS.....	9
REFERENTE CONCEPTUAL	10
REFERENTE PEDAGÓGICO.....	10
REFERENTE TEMÁTICO.....	11
ASPECTOS METODOLOGICOS.....	13
TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	15
PLAN DE ACCIÓN	17
PROPUESTA PEDAGÓGICA	20
INTRODUCCIÓN	20
JUSTIFICACIÓN	20
PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS	21
PROPÓSITOS.....	22
PROPÓSITO GENERAL	22
PROPÓSITOS ESPECÍFICOS.....	22
MODELO PEDAGÓGICO	22
CORRIENTE DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD. (REFERENTE DISCIPLINAR) .	23
DESARROLLO METODOLÓGICO DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA.....	23
CONTENIDO DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA REALIZADA, QUE REFLEJA EL CUMPLIMIENTO DE LOS PROPÓSITOS PREVISTOS.	25

ANÁLISIS DE LAS HABILIDADES Y DESTREZAS ADQUIRIDAS POR EL O LA ESTUDIANTE Y LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS EN LA PRÁCTICA SOCIAL REALIZADA: EXPECTATIVAS PERSONALES Y PROFESIONALES LOGRADAS.	27
RECUESTO ANALÍTICO DEL CARGO OCUPADO EN EL PROYECTO DE VALORACIÓN FUNCIONAL.	31
DESCRIPCIÓN ANALÍTICA DE LAS ACCIONES Y ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL MARCO DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA CON LOS LOGROS OBTENIDOS CON ESTA.	32
CATEGORIAS EMERGENTES.....	¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.
DESCRIPCION DE CATEGORIAS SELECTIVAS.....	36
APORTES DEL ESTUDIANTE DE LA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES, AL PROYECTO DE VALORACIÓN FUNCIONAL.	47
SÍNTESIS EN RELACIÓN A LA PRÁCTICA SOCIAL EFECTUADA.	48
RECOMENDACIONES Y ASPECTOS QUE DEBEN SER MEJORADOS PARA EL PROYECTO DE VALORACIÓN FUNCIONAL.	49
BIBLIOGRAFIA	
ANEXOS	

PRESENTACIÓN

Si bien en la actualidad se ha presentado un aumento en la práctica de la actividad física, también es cierto que ese tipo de prácticas conllevan a un sin número de lesiones que provocan no solo dolor, incomodidad, inseguridad, preocupación, sino que, causan interrupción de las actividades cotidianas exigiendo un cambio en el estilo de vida de quien la práctica, requiriendo entonces un proceso de rehabilitación completa y eficaz para retomar un estilo de vida saludable.

Teniendo en cuenta lo anterior, en el proceso de rehabilitación de una lesión, se ve al médico y al fisioterapeuta trabajando en conjunto en busca de objetivos que alivien el dolor y minimicen los efectos de la lesión, pero diferentes estudios han comprobado que la rehabilitación no queda completa sino se precisa de medidas encaminadas al fortalecimiento estático como dinámico de las estructuras osteo-artro-musculares, en donde el estudiante de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes desde su intervención juega un papel fundamental.

La práctica social desarrollada en el Proyecto de Valoración Funcional tuvo como propósito dar cuenta de la intervención que tiene el estudiante de la Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes en él, colocando así en práctica todos aquellos conocimientos adquiridos dentro de la Licenciatura mediante el desarrollo de una propuesta pedagógica. La cual metodológicamente se presenta desde un proceso de sistematización.

Este proyecto de práctica social inicia mostrando una caracterización del contexto y la problemática educativa trabajada, seguido a la justificación, los propósitos y los referentes conceptuales: pedagógico, temático y disciplinar, este último encontrándose en la propuesta pedagógica, posteriormente se presentan los aspectos metodológicos, la propuesta pedagógica y la evidencia del proceso sistematizado que contempla: El contenido de la Propuesta Pedagógica realizada, que refleja el cumplimiento de los propósitos previstos, el análisis de las

habilidades y destrezas adquiridas por el o la estudiante y las competencias desarrolladas en la Práctica Social realizada: expectativas personales y profesionales logradas, la descripción analítica de las acciones y actividades realizadas en el marco de la Propuesta Pedagógica con los logros obtenidos con esta, las categorías emergentes en el proceso de sistematización y su descripción correspondiente, los aportes del estudiante de la Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, al Proyecto de Valoración Funcional, la síntesis en relación a la práctica social efectuada, las recomendaciones y aspectos que deben ser mejorados para el Proyecto de Valoración Funcional.

CARACTERIZACION DEL CONTEXTO Y PROBLEMÁTICA EDUCATIVA

La Universidad del Cauca es una institución de educación superior pública, autónoma, del orden nacional, ubicado en la ciudad de Popayán, que cuenta con un número de facultades entre ellas la Facultad de Ciencias Naturales, Exactas y de la Educación la cual cuenta con un programa académico de Pregrado como es la Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, quien dentro de su Departamento cuenta con el Proyecto de Valoración Funcional en el cual se desarrolló la práctica social.

Este proyecto de Valoración Funcional fue creado en el año 2002 y se encuentra ubicado en el área administrativa de edificios de la Universidad del Cauca, el cual está situado en el barrio Antiguo Liceo, Carrera 3 Nro. 3n - 51 comuna 4, su funcionamiento está a cargo de los Profesionales del Departamento de Educación Física, como son los médicos, los fisioterapeutas y los Estudiantes de la Licenciatura en Educación Básica con énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes que en conjunto forman el grupo interdisciplinar.

Es un Proyecto de Valoración funcional para deportistas y comunidad en general, que atiende a las diferentes poblaciones que presenten lesiones por la práctica de actividad física y necesitan de una oportuna rehabilitación en el que el Licenciado no pretenderá sustituir el trabajo del fisioterapeuta, si no complementar y atender aquello que a él le resulta imposible de obtener pues requiere conocimientos de carácter pedagógico para afrontar dicha intervención.

JUSTIFICACIÓN

Es acertado en la actualidad reconocer que los estudiantes de la Licenciatura aportan al desarrollo de la ciencia, innovando y permitiendo la proposición de nuevos enfoques en el cual el estudiante de la licenciatura en Educación básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes puede intervenir, en este caso la salud, específicamente desde el Proyecto de Valoración Funcional, desde el cual se realizan procesos de rehabilitación de diferentes patologías.

Esta práctica reconoce que el Proyecto de Valoración Funcional es indispensable para que el estudiante pusiera en práctica los conocimientos adquiridos, afianzara habilidades, además de configurar una acción participativa de todos los actores implícitos en él, en especial la del Licenciado (a) en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, reconociendo su intervención dentro del mismo, la cual es fundamental para que el sujeto tenga una buena calidad de vida.

Es importante mencionar que la intervención del estudiante de la Licenciatura dentro del Proyecto de Valoración Funcional es indispensable, pues es quien se encarga de llevar a cabo un proceso de rehabilitación oportuna, completa e integral, que incluyen procesos no solo de rehabilitación si no también educativos, formativos y sociales que buscan mejorar la calidad de vida e integración plena al medio familiar, social y ocupacional, mediante la comprensión de que el ser humano es un ser biológico, psicológico y social.

PROPOSITOS

Propósito General

- Describir los procesos que desarrolla el Estudiante de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes, desde la intervención, en el proyecto de Valoración Funcional del Departamento de Educación Física, Recreación y Deporte.

Propósitos específicos

- Identificar los procesos donde el Estudiante de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes interviene en el Proyecto de Valoración Funcional del Departamento de Educación Física, Recreación y Deporte.
- Determinar los procesos de intervención que el Estudiante de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes, realiza en el proyecto de Valoración Funcional del Departamento de Educación Física, Recreación y Deporte.

REFERENTE CONCEPTUAL

REFERENTE PEDAGÓGICO

Educación.

La educación ha tenido cambios y sigue teniéndolos, responde a una serie de necesidades en cada momento histórico, por tanto la educación ha sido eficaz y acertada en cada tiempo de la historia y lo seguirá siendo teniendo en cuenta las necesidades y exigencias de la sociedad actual.

La Ley General de la Educación, 1994 concibe a la Educación como:

“Un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y sus deberes”.

La educación permite valorar aquellos procesos personales que se encuentran arraigados en el contexto en el que el ser humano se desenvuelve, permitiendo tomar conciencia de la existencia de otras realidades, por lo tanto, se debe aprender mucho de los diferentes campos del saber en el cual el estudiante de la Licenciatura pueda hacer parte, permitiendo que el sujeto tome conciencia de sus problemas, los apropie y aprenda de ellos.

Pedagogía.

Según Penagos R. (1988) dice que “La pedagogía en cambio es siempre y necesariamente una reflexión consiente sobre las prácticas, los procesos, las instituciones o los sistemas educativos”. Nos dice entonces que la pedagogía es aquella reflexión que se hace acerca del proceso educativo que llevan cada uno de los docentes en la práctica.

La pedagogía entonces como campo del conocimiento va dirigido hacia la reflexión constante de lo que se hace en todos los espacios en los que se interviene, dando lugar al ideal de ser humano que se quiere formar dependiendo del ámbito social y cultural de cada comunidad, tiene la labor de organizar la educación desde diferentes campos del conocimiento.

REFERENTE TEMÁTICO

Intervención desde la actividad física para la salud.

Se puede decir que intervención es sinónimo de intervenir que puede significar hacer parte de o involucrarse en medio de, para definir su significado se hace referencia a Peláez R., Cañón O., Noreña N. (2007) “intervenir en algo o sobre alguien, viene a expresar una participación activa, intervenir es entrar dentro de un sistema de individuos en progreso y participar de forma cooperativa para ayudarles a planificar, conseguir y/o cambiar sus objetivos, valiéndose de mecanismos como la educación y evaluación”.

Intervenir, es un proceso de participación que puede llevar a la interacción de muchos factores implícitos en dicho proceso que vincula, no solo objetos sino sujetos, entendiendo que se debe interactuar entre los mismos para lograr cumplir con los objetivos en este caso en el proyecto de valoración funcional.

Esta intervención está enfocada al campo de la salud la cual genera múltiples discusiones, entre los cuales se ve la necesidad que tiene el ser humano de vivir sano, fuerte, alegre, con el propósito de encontrar un bienestar físico, psicológico, emocional, cultural, etc.; con el que pueda garantizar su salud.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en su Constitución de 1946, define salud como “el estado de completo bienestar físico, mental, espiritual, emocional y

social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. La salud implica que todas las necesidades fundamentales de las personas estén cubiertas: afectivas, sanitarias, nutricionales, sociales y culturales. Esta definición es utópica, pues se estima que sólo entre el 10 y el 25 % de la población mundial se encuentra completamente sana”.

Esta perspectiva anteriormente expuesta sobre la salud, no solo se plantea desde el hecho de no tener alguna enfermedad, si no que incluye incluyen otras esferas y dimensiones del ser humano como lo son las espirituales, las mentales entre otras que permitirán de una u otra forma que el sujeto este completamente sano.

Rehabilitación y rehabilitación física

Después de sufrir cualesquier lesión es indispensable una rehabilitación completa, para tener una buena salud y no sufrir continuas dolencias por causa de la misma.

Según Nathan J., Smith C., Stanitski L. (1992).

“la rehabilitación se inicia en el momento de la lesión. El programa debe estar constituido con ejercicios de potencia, resistencia, flexibilidad, coordinación, velocidad, la función cardiopulmonar y la función psíquica así el paciente le permitirá que experimente un proceso dinámico y activo”.

La rehabilitación, es un proceso continuo que se da desde el mismo instante en el que se produjo la lesión, mediante la realización de diferentes ejercicios que permitan la restauración funcional de su estructura logrando la recuperación funcional óptima.

Dentro del proceso de rehabilitación se deben considerar la rehabilitación social y física, que según Nathan J., Smith C., Stanitski L. (1992) define la rehabilitación física como aquella que pretende prestar “especial atención a los individuos que

presenten específicamente problemas motrices, derivados de accidentes o de problemas congénitos específicos”.

Dentro de un proceso de rehabilitación como menciona el autor es de vital importancia prestar atención a los sujetos que presentan problemas motrices y congénitos, para lograr en ellos ser miembros activos de la comunidad, permitiendo desenvolverse de la mejor manera en la sociedad

Educación para la salud

Por medio de la educación el ser humano aprende diferentes aspectos importantes que hacen de él un ser integral, por medio de la educación sabemos con certeza la forma de actuar y comportarnos en la sociedad, pero más que eso es permitir en las personas un cambio necesario para la vida, hablar de educación para la salud incluye aspectos importantes para obtener una buena salud.

Según Álvarez A. (1998), la educación para la salud:

“es más que una información de conocimientos respecto de la salud. Es enseñanza que pretende conducir al individuo y la colectividad a un proceso de cambio de actitud y de conducta, para la aplicación de medios que les permitan la conservación y mejoramiento de la salud. Es además, una acción que tiende a responsabilizarlos, tanto de su propia salud como la de su familia y del grupo social al que pertenecen”.

Educar para la salud, va más allá de informar, se debe lograr que el sujeto en recuperación tome conciencia del proceso completo de rehabilitación, en el que se logre un verdadero cambio de actitud, concienciando no solo al paciente, a su familia sino también a quien lo rodea.

ASPECTOS METODOLOGICOS

El proceso metodológico utilizado para la práctica social fue la sistematización y este se asumió desde lo planteado por Rodríguez L. (2004), quien presenta una propuesta para poder sistematizar, el cual permitió encaminar la práctica en 3 fases dentro de dicho proceso como lo son: la fase de preparación, de desarrollo y socialización quienes asumen la sistematización como “una posibilidad de generar espacios de reconocimiento e interlocución entre diferentes actores del proceso; de complejizar la lectura de la realidad y potenciar capacidades conceptuales, metodológicas y organizativas de las personas y las organizaciones e instituciones involucradas”. Y para este caso, como un proceso que permitió tener elementos para el análisis de los procesos que realizó el estudiante de Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes desde el proyecto de valoración funcional del Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes para resignificar sus prácticas.

Además, se realizó una reflexión e interpretación crítica de la información obtenida en la práctica social, además del análisis desde el ordenamiento de dicha información mediante la teoría fundamentada planteada por Anselm S., y Corbin J., (2002) quienes la asumen como “una teoría derivada de datos recopilados de manera sistemática y analizados por medio de un proceso de investigación. En este método, la recolección de datos, el análisis y la teoría que surgirá de ellos, guardaran estrecha relación entre sí”.

La teoría fundamentada permite realizar procedimientos de codificación de los cuales se llevaron a cabo “la codificación abierta donde se extraen y nombran las categorías, luego se realiza la codificación axial por la cual se establece la relación entre categorías y por último se realiza la codificación selectiva para la comprobación y refinamiento de la teoría para lograr así descubrir la categoría central”. Las cuales permitieron generar categorías, ordenarlas, agruparlas y analizarlas logrando así una verdadera reflexión de lo que se hizo.

Técnicas e instrumentos

Dentro de las formas para la recolección de información se utilizaron técnicas e instrumentos como son los siguientes:

Los diarios de campo y/o cuaderno de notas: Según Taylor S. y Bogdan R. (1994) en el texto Introducción a los métodos cualitativos de investigación, “incluir descripciones de personas, acontecimientos, conversaciones, además del registro de acciones y sentimientos, interpretaciones e intuiciones”. Situaciones muy pertinentes para ser registradas en la práctica social realizada. (Anexo 1)

Ficha de registro de charlas de Promoción y Prevención: Instrumento que se utilizó para consignar las charlas de P y P. (Anexo 2)

Historia clínica: Instrumento donde se registró la evaluación postural, el examen físico, las medidas antropométricas y las longitudes corporales y retracciones musculares.(Anexo 3)

Ficha de evolución: Instrumento que se utilizó para registrar sesión a sesión la evolución de las personas que solicitan el servicio del Proyecto de Valoración Funcional. (Anexo 4)

Ficha de plan de actividades: Instrumento que se utilizó para la realización de las actividades físicas regulares, para cada una de las sesiones. (Anexo 5)

Mediante las técnicas e instrumentos anteriormente nombrados se registraron las diferentes actividades realizadas por el estudiante de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes para poder identificar y describir los procesos de intervención que se realizaron desde el Proyecto de Valoración Funcional, del Departamento de Educación Física, Recreación y Deporte.

Para el proceso de sistematización de la información recolectada se realizó la codificación utilizando la siguiente nomenclatura: HC=historia clínica, S=sujeto, R=relato, DP= Datos personales, IM= Información Médica, EF= Examen Físico, PA= Plan de Acción, EP= Evolución de Patología, DC1= Diario de Campo 1, PVF=Proyecto de Valoración Funcional, ED= Nombre del investigador.

Luego de la codificación se pasará a la conformación de categorías generales, axiales para llegar a categorías selectivas con su respectiva descripción.

PLAN DE ACCIÓN

Este plan de acción se desarrolló durante 6 meses a partir del mes de Abril 2012, con una presencialidad en el área de valoración funcional de 12 horas semanales (martes, miércoles, jueves y viernes) que correspondieron a las intervenciones por parte del estudiante de Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes, en el Proyecto de Valoración Funcional del Departamento de Educación Física, que dieron lugar a la rehabilitación de la lesión, la interacción con los sujetos que asisten a esta área y las otras 12 horas correspondieron a las asesorías, a la planificación del plan de intervención y evolución, a redactar notas de campo, a planificar las charlas de Promoción y Prevención.

Cuadro N° 1 Intervenciones del estudiante de Licenciatura en Educación Física Recreación y Deportes en el Proyecto de valoración funcional. Año 2012.

Meses	Nro. De intervenciones	Horas al mes presenciales	Horas no presenciales	Total horas
Abril	12	36	19	55
Mayo	14	42	20	62
Junio	16	58	20	78
Julio	10	30	20	50
Agosto	14	42	15	57
Septiembre	16	58	10	68
Octubre	19	57	20	77
Noviembre	17	51	10	61
Diciembre	8	24	8	32
totales	118	378	142	520

Cuadro No 2 Contenidos temáticos.

Meses	Contenidos	Propósitos	Actividades
Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiem- bre	<p>PROCESOS EDUCATIVOS</p> <p>Promoción y prevención en salud, rehabilitación pos lesión, buenas prácticas de actividad física, nutrición, hábitos saludables, importancia de la hidratación, importancia de realizar calentamiento, stretchin y estiramientos antes durante y después de la realización de actividad física.</p>	Mejorar las conductas y estilos de vida.	Comunicación interpersonal, Charlas.
Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiemb re	<p>HISTORIA CLINICA</p> <p>Toma de datos personales, realización de examen físico y osteomuscular, evaluación postural, medidas antropométricas y evaluación funcional muscular, realización del plan de actividades y el registro de la evolución semanal del sujeto.</p>	Tener datos básicos y necesarios del paciente que permitirá una mejor estructuración del plan de rehabilitación funcional y buen seguimiento de su patología.	Tomar de datos en la historia clínica

<p>Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiem- bre</p>	<p>REHABILITACION Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Hay que tener en cuenta que para cada tipo y grado de lesión, se deberá realizar un plan de rehabilitación diferente, de acuerdo a los requerimientos de cada sujeto,</p>	<p>Rehabilitar al sujeto de su lesión para que este pueda continuar la práctica de la actividad física y por consiguiente regrese a su vida cotidiana habitual.</p>	<p>Aplicación de diferentes medios físicos y puesta en práctica ejercicios planteados para la recuperación de las lesiones encontradas.</p>
--	--	---	---

PROPUESTA PEDAGÓGICA

Introducción

Al desarrollar la práctica social en el Proyecto de Valoración Funcional se tuvo en cuenta la propuesta pedagógica, que implicó considerar aspectos relacionados con lo teórico y lo metodológico aprendido en el transcurso del proceso educativo en la Licenciatura y por ende entrar a intervenir en los procesos formativos de las realidades que se suscitan en ese espacio.

Lo anterior permitió que el estudiante de la Licenciatura con todos sus saberes y conocimientos adquiridos interviniera en mejorar el deterioro de la salud a causa de malas prácticas de actividad física, además, hay que mencionar que a la comunidad en general le hace falta educarse y entender que el hacer cualesquier actividad física implica responsabilidad en cuanto a la práctica de la misma, de lo contrario causará innumerables lesiones que deberán atenderse para evitar el deterioro de la salud, dando lugar a que el estudiante de la Licenciatura se convirtiera en un educador que hace parte de un equipo de trabajo, pues tiene las bases necesarias para lo mismo.

Justificación

Fue importante propiciar dentro de los campos interdisciplinarios el espacio que tiene el educador físico así como su intervención en un proceso de rehabilitación física y acondicionamiento físico, ya que no se han encontrado escritos donde se presenten dichas prácticas y así consolidando los procesos que allí surgen.

Por ello, lo innovador es reconocer dentro del Proyecto de Valoración Funcional la intervención desde la práctica pedagógica necesaria en este campo para la reeducación antes, durante y después de la práctica de actividad física, así como durante el proceso de rehabilitación.

Principios Pedagógicos

Teniendo en cuenta el propósito del Proyecto de Valoración Funcional se plantearon los principios propuestos por Flores R. (2005), de su libro Pedagogía del Conocimiento que permitieron la interrelación y continuidad en el proceso formativo y teórico práctico del rol del educador.

El afecto: Cualquier espacio que requiera de la presencia e intervención de un educador requiere del afecto por parte de él, pues el afecto se convierte en una necesidad básica cuando hablamos de procesos de interacción social, permitiendo que las personas tengan un mejor proceso de enseñanza-aprendizaje.

El desarrollo progresivo: Este desarrollo progresivo se presenta en la intervención que el licenciado tiene en los sujetos que acuden al proyecto de valoración funcional del departamento de educación física, pues se deberán obtener resultados en cuanto a la intervención que se hace en rehabilitación de la lesión, además, permitirá que poco a poco se logre un cambio de conductas en la práctica de actividad física a través de la educación en y para la salud.

El buen educador: En la relación pedagógica, la persona mira al buen educador como un referente de comparación y jalonamiento de sus propias posibilidades; obtiene así un indicador atractivo de lo que puede ser capaz de realizar, se debe entender que el educador permita ser ejemplo en lo que hace y por tanto obtener buenos fundamentos teórico-prácticos necesarios para llevar a cabo un buen proceso en la intervención a realizar.

Propósitos

Propósito general

Desarrollar una propuesta pedagógica que permita poner en práctica los conocimientos adquiridos durante la formación en la Licenciatura en el Proyecto de valoración funcional del Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad del Cauca.

Propósitos específicos

- Poner en práctica los conocimientos adquiridos durante la formación en la Licenciatura en el Proyecto de valoración funcional del Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad del Cauca.
- Evaluar la propuesta pedagógica puesta en práctica por el Estudiante de la Licenciatura en el Proyecto de valoración funcional del Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes de la Universidad del Cauca.

Modelo Pedagógico

Esta propuesta pedagógica se desarrolló mediante el modelo pedagógico socialista desde la perspectiva de Flores, R. (2005) “el cual propone el desarrollo progresivo y secuencial máximo de las capacidades de aprendizaje e intereses individuales y colectivos dirigidos hacia una sociedad y basado en el conocimiento pedagógico para el desarrollo integral”.

Este modelo permitió que los sujetos estuvieran en constante interacción consigo mismo, pues reconoció en él sus fortalezas y debilidades en cuanto a la realización de una buena práctica de actividad física, así como la mejor manera

de llevar un proceso de rehabilitación de su propia lesión, con los otros, en cuanto a que reconoció en el otro el aporte al proceso de enseñanza-aprendizaje para la obtención de una buena salud y adecuada rehabilitación y con lo otro (contexto) reconociendo a este como un medio para llegar al fin propuesto, con todo esto se logró crear, recrear, formar y transformar un saber o un conocimiento adquirido.

Corriente de actividad física y salud. (Referente Disciplinar)

Esta corriente propuesta por Sánchez L. (2001) plantea que la práctica de actividad física para la salud “debe construirse y considerarse como una opción válida del ejercicio físico regular o lo que es lo mismo, hábito de vida saludable, esta corriente permite la revisión de aportaciones metodológicas (distribución de cargas, necesidades de recuperación, tipo de actividad, etc.), los criterios de planificación y programación (objetivos, contenidos), o los sistemas de evaluación, control y revisión, tanto del proceso como de los resultados”.

Lo anterior, permitirá que el sujeto obtenga un hábito de vida saludable, además de identificar oportunamente la estrecha relación entre actividad física y salud logrando obtener un buen estilo de vida y el reconocimiento de diferentes perspectivas como son: Una perspectiva rehabilitadora en cuanto a las consecuencias que trae la práctica inadecuada en actividad física, que consiste en recuperar la función corporal y una perspectiva preventiva en cuanto a dejar claro cuál es la manera adecuada de realizar dichas prácticas para evitar así una lesión y reducir los riesgos.

Desarrollo metodológico de la propuesta pedagógica

El proceso de rehabilitación se desarrolló con la intervención que hace el médico en el diagnóstico de la lesión y su tratamiento a seguir, el fisioterapeuta quien realizará las terapias de disminución de dolor y desinflamación, utilizando las modalidades físicas tales como la crioterapia, termoterapia, además, según sea el

caso se colocará electroterapia y ultrasonido para la recuperación de la lesión y luego intervino el estudiante de la Licenciatura creando una rutina de ejercicios para el acondicionamiento físico y fortalecimiento de la región afectada para llevar al paciente a la recuperación completa.

Esta práctica se orientó a través de una metodología participativa planteada por Monreal L. (2011) que pretende “hacer que la población tenga capacidad de analizar y reflexionar colectivamente, en profundidad y de forma crítica sobre su realidad y por otro que los ciudadanos se conviertan en sujetos activos protagonistas de la gestión y transformación de los asuntos que les afectan”.

Para lo anterior, se utilizó la asignación de tareas la cual implica la instrucción directa y la repetición de tareas por parte del estudiante de Educación Básica con énfasis en Educación Física Recreación y Deportes, generando a la vez en los sujetos la iniciativa de plantear nuevas propuestas para contribuir en el proceso de rehabilitación.

Por otro lado, se aplicó el mando directo el cual tiene una raíz militar, que implica la repetición de los ejercicios físicos a realizar, la explicación verbal y demostración visual por parte del estudiante de Educación Básica con énfasis en Educación Física Recreación y Deportes, que tiene un papel de control y disciplina, además, de ser el responsable de la educación y evaluación del resultado final y permitir que el sujeto reflexione y reeduce sus hábitos de vida en todo lo que a ella concierne.

Contenido de la Propuesta Pedagógica realizada, que refleja el cumplimiento de los propósitos previstos.

La propuesta pedagógica realizada dentro del Proyecto de Valoración Funcional busco el reconocimiento de los procesos de intervención del estudiante de la Licenciatura colocando en práctica los conocimientos y habilidades adquiridas lo que implicó considerar aspectos relacionados con lo teórico, lo práctico, lo educativo y lo metodológico y del mismo modo entrar a intervenir en los procesos formativos, de rehabilitación, fortalecimiento muscular y acondicionamiento físico general.

Además, permitió que el estudiante de la Licenciatura colocara en práctica todo lo aprendido a lo largo de la carrera, reconociendo su participación en el campo de la salud con la interacción con médicos y fisioterapeutas para lograr en conjunto un buen proceso de rehabilitación.

La práctica social se desarrolló mediante unos principios que reconocen que los sujetos que acuden al Proyecto de Valoración Funcional no son objetos sino sujetos que sienten, que necesitan saber que son importantes, que ríen, que necesitan afecto, por esto y más la práctica social tuvo inmerso el principio del afecto que es la base fundamental para el ser humano, pues es este el que moviliza un sin número de sentimientos y acciones que permiten entrelazar relaciones afectivas entre los sujetos.

Además, de tener en cuenta el desarrollo progresivo que implica pensar en una rehabilitación progresiva del estado anímico del sujeto y de su patología, pues este permitirá que en forma secuencial se realicen los procesos de rehabilitación para que recupere la funcionalidad de la estructura afectada y esas falencias anímicas pérdidas desde su lesión, dando como resultado el recuperar al sujeto en forma integral, es por eso que aquí viene inmerso el buen educador aquel que

no solo sabe hacer bien las cosas en lo práctico sino también en lo comunicativo, en las relaciones establecidas, en los buenos consejos, en saber escuchar al otro, en saber orientar través de la Promoción y Prevención.

Por otro lado, dentro de la propuesta se vinculó el modelo pedagógico socialista que permitió que el sujeto en rehabilitación se forme como un ser autónomo sin dependencia alguna, que al igual que el estudiante de Licenciatura aporte con sus conocimientos en la recuperación completa, este modelo permitió no solo pensar en un solo sujeto sino pensar en la comunidad en general, aportando a la solución de los problemas que implica una lesión, atendiendo entonces a tener conciencia de su patología, de un completo tratamiento y que la recuperación no es solo física sino también afectiva, psicológica y familiar.

También, permite que el sujeto sea consiente que el tener una patología implica una buena recuperación, por lo tanto deberá atender a las recomendaciones realizadas en Promoción y Prevención, para lograr una rápida y oportuna rehabilitación que permita continuar realizando una buena práctica de actividad física.

Por otro lado, la práctica social utilizó la asignación de tareas para la contribución de la rehabilitación adecuada de la patología con un acompañamiento oportuno y propicio del estudiante de la licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, además se orientó el proceso de rehabilitación mediante la metodología participativa que permitió que el sujeto reflexionara sobre la realidad vivida y aportara desde su experiencia al proceso de rehabilitación de su propia lesión.

Durante la práctica social se realizó una reflexión constante del proceso vivido, en cuanto al ser, el hacer y conocer, procesos que son de vital importancia en la intervención realizada por el estudiante de la licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes dentro de un proceso de

rehabilitación, reconociendo su intervención como un factor importante dentro de procesos enfocados en rehabilitación, fortalecimiento muscular y acondicionamiento físico, creando la necesidad de hacer parte de un equipo interdisciplinar dispuesto al trabajo en equipo para la rehabilitación.

La anterior propuesta se desarrolló en un tiempo de 6 meses con una intensidad de 12 horas semanales de práctica y 12 horas semanales para el registro de datos tomados, en este tiempo se llevaron tres procesos básicos como son procesos educativos de Promoción y Prevención, toma de datos y elaboración de planes de tratamientos para rehabilitación, fortalecimiento muscular y acondicionamiento físico necesarios para la rehabilitación de las diferentes patologías mediante el registro en historias clínicas y hojas de registro.

Análisis de las habilidades y destrezas adquiridas por el o la estudiante y las competencias desarrolladas en la Práctica Social realizada: expectativas personales y profesionales logradas.

Es de vital importancia reconocer las habilidades y destrezas que se adquirieron al realizar la práctica social en el Proyecto de Valoración Funcional, pues son aspectos que ayudan al estudiante de la Licenciatura a potencializarse como un ser integral para intervenir en diferentes campos de acción, en este caso en el Proyecto de Valoración Funcional, generando así la importancia que tiene este dentro de un proceso de rehabilitación adecuada y oportuna.

Dentro del Proyecto de Valoración Funcional, el estudiante de la licenciatura colocó en práctica sus conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y valores para que en conjunto se lograra resolver aquellas necesidades presentes dentro del mismo, todo esto implicó un ser, un saber, un saber hacer, una reflexión constante del proceso vivido que da cuenta de lo adquirido dentro de la práctica social, permitiendo el reconocimiento de aquellas habilidades y destrezas adquiridas.

Entre las habilidades y destrezas adquiridas tenemos:

A nivel de la rehabilitación, fortalecimiento muscular y acondicionamiento físico:

- Describir diariamente la evolución constante del sujeto, para tener control de su rehabilitación completa.
- Planificar, desarrollar y ejecutar programas de rehabilitación para llevar al sujeto a mejorar su calidad de vida.
- Planificar, desarrollar y ejecutar programas de fortalecimiento muscular para lograr tener las capacidades anatómicas y funcionales adecuadas.
- Planificar, desarrollar y ejecutar programas acondicionamiento general a los sujetos (pacientes) atendiendo a su patología y a su condición física para lograr su completa recuperación.
- Evaluar y aplicar planes de tratamiento en alteraciones de muñeca, espalda, rodilla, tobillo y pie en los sujetos que asisten al Proyecto de Valoración Funcional para lograr su completa rehabilitación.
- Aplicar programa de rehabilitación con agentes físicos que en este caso serían crioterapia, termoterapia, masajes y la utilización de ventosas chinas en los sujetos (pacientes) para llevar a cabo un completo proceso de rehabilitación.
- Disminuir en los sujetos (pacientes) el dolor, los procesos inflamatorios dentro del proceso de rehabilitación para contribuir a una rápida rehabilitación.
- Recuperar el rango normal de las articulaciones involucradas en la lesión, para mejorar su condición física.
- Realizar un adecuado diagnóstico físico con base en los test aplicados y examen físico realizado para planificar un buen programa de rehabilitación.

A nivel de Promoción y Prevención:

- Diseñar, elaborar y ejecutar charlas que permitan dar a conocer aspectos (hidratación, alimentación, buen calentamiento, buen estiramiento, buena prácticas de actividad física, buena y adecuada recuperación pos lesión, etc.) que los sujetos deben poner en práctica para el aporte a su salud y tener una buena calidad de vida.
- Promover en los sujetos buenos hábitos de vida saludables para mejorar la calidad de vida.
- Nombrar y dar a conocer a los sujetos (pacientes) las implicaciones tanto positivas como negativas de la buena o mala práctica de actividad física, para concientizarlos y mejorar sus prácticas.

A nivel personal:

- Manejar una buena relación y comunicación para lograr mediante la interacción la educación necesaria en cuanto a los cuidados antes, durante y después de una lesión y las implicaciones que tiene la realización de una adecuada o inadecuada práctica de actividad física.
- Buscar ser asertivo antes las conductas y situaciones presentadas con los sujetos para lograr buenas relaciones entre quienes intervienen en el proceso de rehabilitación.
- Ser amable, amigable, afectuoso con los sujetos que asisten al Proyecto de valoración funcional.
- Ser cumplida y responsable con la planificación y el desarrollo de los planes de tratamiento para realizar la rehabilitación de patologías.
- Adquirir compromiso y responsabilidad con la labor dentro del Proyecto de Valoración Funcional.
- Practicar los valores que permiten la interrelación con el sujeto en recuperación, con su familia y el equipo interdisciplinario para generar buen trato.

- Motivar al sujeto (paciente) para que realice una adecuada y completa recuperación para volver a sus actividades cotidianas.

Uno de los aspectos importantes que se desarrolló y se colocó en práctica dentro del Proyecto de Valoración Funcional, fue la comunicación que permitió tener una adecuada interacción, posibilitando la estreches de lazos de amistad y confianza, otro aspecto importante fue el trabajo en equipo, que permitió reconocer que quienes intervienen en el proceso de rehabilitación tienen fortalezas y debilidades que requieren del otro para potenciarse y complementarse logrando así un buen trabajo grupal y por último la creatividad orientada a buscar alternativas para mejorar los procesos dentro del Proyecto de Valoración Funcional.

Dentro de la práctica realizada se reflexionó constantemente del proceso realizado, en donde se evidencian dos componentes importantes por los cuales se interesó y se desarrolló la misma, uno de ellos fue la identificación de la intervención que tiene un estudiante de Licenciatura en el Proyecto de Valoración Funcional

El otro componente importante dentro de la práctica social realizada es el contacto con el otro, pues muchas veces los sujetos más que un daño físico presentan daños emocionales y psicológicos que interfieren en una rápida recuperación, entonces el sujeto en rehabilitación necesita de afecto, amor, cariño, comprensión y de un completo proceso de rehabilitación que en conjunto dan lugar a una buena recuperación y la posibilidad de hacer buenos amigos.

Es por eso que el saber, el ser y el hacer dentro de la práctica social realizada no deben ser elementos separados entre sí, por el contrario deben complementarse para lograr un buen proceso de rehabilitación, pues el estudiante, el médico y el fisioterapeuta que son quienes intervienen en el proceso, deben ser profesionales íntegros que cada uno con los conocimientos y habilidades adquiridas formen una unidad de trabajo que permita complementarse uno con el otro buscando así el beneficio de los sujetos que asisten al Proyecto de Valoración Funcional.

Por lo tanto, quienes intervienen en el Proyecto de Valoración Funcional deben reconocerse para lograr reconocer al otro, como un ser que al igual que todos los seres humanos tiene alegrías, tristezas, dificultades, enfermedades, sentimientos, sueños, estados de ánimo cambiantes y que más que una rehabilitación física requiere que lo implique a él como sujeto y no como objeto.

Recuento analítico del cargo ocupado en el Proyecto de Valoración Funcional.

Durante la práctica social, realizada dentro del Proyecto de Valoración Funcional se realizaron varias tareas que se fueron registrando en una serie de instrumentos necesarios para lo mismo, implicó llevar procesos educativos en cuanto a la promoción y prevención de la salud, rehabilitación pos lesión, buenas prácticas de actividad física, nutrición, hábitos saludables, importancia de la hidratación, importancia de realizar un buen y adecuado calentamiento, un buen stretchin, estiramientos antes durante y después de una lesión, entre otros

Además, es reconocer que el estudiante de la Licenciatura es importante en el ámbito psicológico, pues es el quien motiva, anima e interviene en los momentos de pos-lesión, pues muchas veces son estos momentos en los que realmente el sujeto en rehabilitación necesita un apoyo para que sea consciente de su patología, además de poseer la capacidad de comunicación y de relaciones interpersonales indispensable para este proceso, así como lo menciona el modelo pedagógico socialista que permite que los sujetos reconozcan sus fortalezas y debilidades permitiendo realizar un adecuado proceso de recuperación y acondicionamiento físico.

Por otro lado, se realizó el proceso de llenar datos en historia clínica pues son necesarios para la realización de un buen plan de rehabilitación, fortalecimiento muscular y acondicionamiento físico.

Además es importante mencionar que algunas de las intervenciones realizadas por el estudiante de Licenciatura en Educación Física Recreación y Deportes no corresponden en totalidad al mismo, pues es de vital importancia tener una base teórica y práctica mayor en cuanto a termoterapia, crioterapia y masajes para poder llevar un proceso de intervención adecuadamente dentro del proceso de rehabilitación.

Y por último está lo relacionado a procesos de realización de protocolos de patologías que implican la rehabilitación, fortalecimiento muscular y acondicionamiento físico, que permitió al sujeto la rehabilitación de su lesión, el fortalecimiento, acondicionamiento físico general y la vuelta a su actividad cotidiana.

Es importante mencionar que con la práctica social realizada los estudiantes de la Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes pueden desenvolverse en el campo de la salud y más específicamente en el proceso que se lleva a cabo en el Proyecto de Valoración Funcional en lo que tiene que ver con rehabilitación, fortalecimiento muscular y acondicionamiento físico general, esta intervención realizada después de la que el médico y el fisioterapeuta han realizado, pues el estudiante tiene los conocimientos necesarios para intervenir en estos procesos.

Descripción analítica de las acciones y actividades realizadas en el marco de la Propuesta Pedagógica con los logros obtenidos con esta.

En la práctica social realizada en el Proyecto de Valoración Funcional se realizó con la intervención con 12 pacientes, los cuales su nivel de escolaridad se encuentran entre la básica secundaria y universidad, de los 12 pacientes 9 de ellos son de género femenino y 3 de ellos de género masculino, atendiendo a su IMC.1 se encuentra en obesidad, 6 de ellos se encuentran en sobrepeso y 5 en estado normal según los resultados obtenidos, su edad oscila entre los 16 a 58

años, la actividad física realizada por los sujetos son: caminatas, ciclismo, baile, trote y asistencia a los gimnasios y otros son sedentarios las cuales al realizar malas prácticas ocasionaron diferentes patologías las cuales fueron atendidas en el Proyecto de Valoración Funcional entre ellas se encuentran: Esguince tobillo derecho, síndrome del túnel carpiano, contractura muscular, tendinitis rotuliana izquierda, Fibromialgia, tendinitis del manguito rotador, síndrome patelo femoral, esguince rodilla izquierda, artrosis degenerativa, esguince tobillo derecho y espasmo muscular.

Además, las actividades realizadas durante la práctica social fueron diligenciar diferentes formatos como: diarios de campo y/o cuaderno de notas (Anexo 1), ficha de registro de charlas de Promoción y Prevención (Anexo 2), historia clínica (Anexo 3), ficha de evolución (Anexo 4), ficha de plan de actividades (Anexo 5), que nos permiten dar cuenta de la población atendida, así como su patología y el tratamiento a seguir, además de darnos datos necesarios para llevar a cabo una intervención y atención integral que son de vital importancia en un proceso de rehabilitación.

Al diligenciar los formatos anteriormente nombrados y realizar el proceso de sistematización se obtuvieron las siguientes categorías.

Categoría selectivas 1

Los desintereses e intereses del paciente por su patología, por la pronta atención y recuperación de la misma y lo que implica un proceso de educación en Promoción y Prevención.

Categoría axiales

- a) El desinterés de los sujetos (pacientes) por la recuperación completa de su patología.

- b) El desinterés del sujeto (paciente) por una completa recuperación.
- c) El no conocimiento del sujeto (paciente) de un verdadero proceso de rehabilitación.
- d) El desinterés del paciente por el proceso de fortalecimiento y acondicionamiento físico general.
- e) El desinterés del sujeto (paciente) por asistir a las sesiones de rehabilitación después de que el dolor desaparece.
- f) Interés del sujeto (paciente) por su recuperación pronta y oportuna de su patología.
- g) Interés del sujeto (paciente) por la rehabilitación completa después de un proceso educativo a través de procesos de Promoción y Prevención.
- h) El interés del sujeto (paciente) por conocer de su patología.

Categoría selectivas 2

El proceso de rehabilitación. Sucesos, novedades y circunstancias. Más allá del hacer.

Categorías axiales

- a) La atención personalizada y con aprecio.
- b) Recomendaciones dadas por parte del paciente
- c) La confianza y el buen trato fortalecen relaciones y forman amistades
- d) El buen trato y la buena atención generan buenas relaciones, recibiendo obsequios de parte de los sujetos (pacientes).
- e) Preocupación del estudiante en tiempos de no rehabilitación (llamadas).
- f) Retos que se deben lograr.
- g) Lograr una conciencia en rehabilitación para mejorar su salud.
- h) Lazos de amistad después de procesos de recuperación
- i) Acompañamiento familiar
- j) Aprendizaje mutuo

- k) Desorden en el gimnasio.
- l) Los problemas laborales y personales no afectan la atención.

Categoría selectiva 3

La proyección profesional del Licenciado en Educación Física, más allá de ser ejercida en la escuela.

Categorías axiales

- a) Ansiedad por volver a la práctica de la actividad física (Psicología).
- b) Creatividad
- c) Conocimientos en salud a partir de lo aprendido en la Licenciatura.
- d) Las habilidades adquiridas en salud a lo largo de la práctica realizada.
- e) Los conocimientos adquiridos en cuanto a las patologías a intervenir.
- f) Las habilidades adquiridas en los procesos de rehabilitación de patologías.

Categoría selectiva 4

Las posibilidades laborales que da la práctica social.

Categorías axiales

- a) Propuestas laborales particulares
- b) Propuestas laborales en Gimnasios
- c) Oportunidades laborales
- d) Trabajos independientes
- e) Trabajos con adultos mayores independientes
- f) Propuestas laborales en acondicionamiento físico general
- g) Propuestas laborales en actividad física independientes

DESCRIPCION DE CATEGORIAS SELECTIVAS

Los desintereses e intereses del paciente por su patología, por la pronta atención y recuperación de la misma y lo que implica un proceso de educación en Promoción y Prevención.

Muchas veces el tema de salud se olvida y solo se habla de ella cuando la misma impide la movilización normal de una parte del cuerpo imposibilitando las actividades de la vida cotidiana, pues el tener una lesión que provoque dolor, incomodidad y malestar general hace que los sujetos en rehabilitación busquen de una u otra forma la recuperación de dicha lesión.

En ocasiones los sujetos no son conscientes que una atención temprana es indispensable para cualesquier patología, dejando que las cosas empeoren para tomar la decisión de acudir a un centro de rehabilitación en este caso el Proyecto de Valoración Funcional.

“La paciente asiste a que le realicen la valoración y comenta “pasa es que me torcí el pie pero no tenía tiempo para hacerme revisar y ahora tengo el tobillo inflamado y morado y me impide caminar” (DC36PVFEDr45).

“El sujeto comenta que el dolor en el hombro esta hace casi un mes pero que ahora el dolor es muy fuerte y muy molesto y que ella asistió a las terapias porque su mamá tenía el mismo problema y no quiere que eso empeore más, no sé qué es pero me duele mucho y no me deja mover el brazo”. (DC68PVFEDr38).

Es importante una atención a tiempo pero es indispensable que los sujetos conozcan de la patología que padecen para lograr en conjunto un proceso de rehabilitación adecuado, pero el desconocimiento de la misma impide que el sujeto se rehabilite completamente y vuelva a retomar sus actividades cotidianas.

Hay que preguntarse qué tan enterados de su lesión o patología están los sujetos que la padecen, pues hay que decir que es muy poco el conocimiento que tienen los mismos de sus dolencias, en tal sentido el proceso de rehabilitación se convierte en un tema que solo implica en ellos el cese el dolor y la desinflamación del lugar afectado para continuar con su vida cotidiana sin pensar en los perjuicios que trae el no recuperarse completamente.

“Solo sé que me torcí el pie y necesito que me lo sanen para poder seguir jugando, pero ni idea que es lo que me sucede, sé que es un esguince porque me lo dijo la doctora pero no sé nada más y me mando a terapias con los fisioterapeutas”. (DC4PVFEDr125).

“Sé que tengo dolor de rodillas y me molesta mucho el médico me dijo que tenía que asistir a terapias para que el dolor disminuya, me diagnosticaron artrosis degenerativa y me preocupa no se bien que es pero sé que me está impidiendo hacer mis actividades cotidiana, incluyendo caminar. Solo sé que me interesa es disminuir el dolor”. (DC6PVFEDr28).

El sujeto no se interesa por saber sobre su patología sino por la disminución de dolencias, además no reconocen la importancia y la implicación de un proceso de rehabilitación completo, pues argumentan que el quitar el dolor y la desinflamación se llama rehabilitación y es lo que les interesa recuperar.

Para ellos lo importante es volver a sus actividades cotidianas sin comprender que el no llevar un proceso completo de rehabilitación implica consecuencias graves para su salud y por consiguiente el empeoramiento de la misma, dando como consecuencias daños irreparables de la lesión que padecen.

“Pidió excusas pero dijo que él había pensado que solo bastaba con que se le quitara la inflamación y el dolor para poder seguir trotando y que eso no

era nada malo y que no había pensado en que empeoraría”. (DC4PVFEDr17).

“No había regresado pues se me quieto el dolor y me dio pereza volver a las terapias pues se me cruzan con los horarios de entreno y no puedo faltar, pero pensé que solo era que se me quitara el dolor y ya, pero no ahora es peor”. (DC25PVFEDr27).

Es así que en ocasiones lo importante para quien tiene o sufre alguna patología es calmar el dolor, pero es importante que sea consciente de la necesidad que es educarse en la importancia de una atención temprana, de un proceso de rehabilitación completo y más que esto es educarse en lo que rodea una buena práctica de actividad física, tanto sus beneficios, perjuicios, sus condiciones, recomendaciones y más.

Es por eso que de una u otra forma es de vital importancia que por medio de las charlas de promoción y prevención y el dialogo asertivo se cree un ambiente en el cual se logre concientizar al paciente de todo lo que implica un proceso de rehabilitación y cuidados que se deben tener antes, durante y después de cualesquier actividad de la vida cotidiana y con todo esto se logre que el sujeto reflexione en cuanto a su forma de pensar y actuar, logrando así aportes a su propia rehabilitación.

“Creo que falta que el paciente sea consciente de que es recuperarse completamente de este tipo de lesiones, pues al no tener conciencia de lo que pase es difícil recuperar completamente la lesión. Pero más que eso, es que aporte a la recuperación de la misma”. (DC1PVFEDr34).

“Además hablamos de algunos ejercicios que ella ha visto por internet, entonces se convivan ejercicios para dar importancia a lo que ella propone para su recuperación. Dando lugar a que lleve un buen proceso de

rehabilitación de la patología”. (DC1PVFEDr39).

“Me comenta “muchas de las cosas que me explicas no las conocía y bueno saberlas para colocarlas en práctica ya que muchas veces hacemos ejercicios por hacerlos”. (DC31PVFEDr39).

Es de vital importancia reconocer que la recuperación de cualesquier patología implica un trabajo en equipo y no solo del médico, del fisioterapeuta y del estudiante de la Licenciatura, sino también que el sujeto en que asiste al Proyecto de Valoración Funcional se encuentre inmerso en su propio proceso de rehabilitación aportando al mismo.

El proceso de rehabilitación y sus avatares. Sucesos, novedades y circunstancias. Más allá del hacer.

Esta práctica social permitió poner en evidencia no solo los conocimientos adquiridos, sino también cualidades como persona, ser capaz de vencer retos, de no darse por vencida, de demostrar que cuando se quiere algo le cuesta pero se es capaz de conseguirlo, que además de lograr rehabilitar una patología, también se es capaz de conseguir nuevos amigos o en otras circunstancias sujetos que lograron depositar la confianza, no solo las dolencias del cuerpo sino del corazón.

Es importante que en el lugar donde se labore se logre entre los sujetos que intervienen en la misma una buena relación interpersonal que generará en ellos un ambiente de trabajo idóneo, favoreciendo el desarrollo integral de la persona en los procesos de rehabilitación.

“Además de que, el día de hoy se entablo una buena relación ente paciente y estudiante de la Licenciatura en Educación Física. Pues es importante esa empatía para tener mayor confianza y lograr así una mejor interacción en cada sesión de terapia”. (DC1PVFEDr9).

Por lo tanto, cuando se entablan buenas relaciones interpersonales se da la posibilidad de brindar confianza del uno al otro permitiendo entre los mismos confiar sus más íntimos secretos, sus problemas personales, familiares, creando así un ambiente sano para poder realizar un buen proceso de intervención dentro del Proyecto de Valoración Personal.

“El día de hoy le pregunte sobre el problema de la casa y me conto que ya había solucionado que su hermano la había llamado y le había dicha que el banco le refinanciaba la deuda y que no se preocuparan, solo le dije que espero y que las cosas se mejoraran y respondió que ojala se mejoraran tan rápido como es de la mano”. (DC1PVFEDr16).

Generando de una u otra forma relaciones saludables pues hay que tener en cuenta que tanto el cuerpo, las emociones, los estados de ánimo y la mente juegan en conjunto para obtener buenos resultados en cuanto a la rehabilitación.

Lo anterior perite que se generen entre estudiante y sujeto (paciente) relaciones saludables, fuertes y confiables que permiten entre quienes interactúan sentirse bien con ellos mismos y con el entorno, generando una sensación de bienestar, por eso es de vital importancia mejorar las técnicas de comunicación y de educación hacia los sujetos (pacientes) para lograr desarrollar una serie de habilidades necesarias para compenetrarse con ellos.

Además, es importante tener en cuenta que para el desarrollo de cualesquier práctica profesional, personal, laboral es de vital importancia más que el conocimiento adquirido es el contacto con el otro, el sentir, el percibir sus emociones desde sus miradas, desde sus gestos pues todo en conjunto permitirá que los sujetos quienes intervienen en el Proyecto de Valoración Funcional puedan compenetrarse (empatía) y tener la posibilidad de ser más humano, más respetuosos en lo que se hace, dando lugar a que el sujeto (paciente) se sienta en un ambiente acogedor y familiar en la cual se tejen buenas relaciones

interpersonal.

Así mismo al conjugar el conocimiento con la humildad, las relaciones interpersonales, da pie a el respeto, al amor, al buen trato entre unos y otros, a la satisfacción de que se es un profesional integro lleno de miles de posibilidades que permiten desenvolverse en y para la sociedad.

“Hoy me di cuenta que el trato, la buena planificación y la atención con el sujeto en rehabilitación hace que tu trabajo sea valorado y recomendado”. (DC2PVFEDr16).

“El día de hoy es de agrado recibir buenos comentarios de los sujetos (pacientes) “me agrada ser atendida por usted, se puede confiar y me escucha mis problemas, me da pena comentarlos pero en ocasiones los de afuera lo comprenden mejor que los de la casa” (DC35PVFEDr18).

Así como hay cosas buenas en cuanto a las relaciones interpersonales hay también circunstancias que generan contrariedades con las mismas pero que implica el no juzgar al otro sin antes conocerlo, permitiendo la interacción con el otro para lograr buenas relaciones que son indispensables para cualesquier proceso de intervención social.

“Ella es una paciente que es un poco tocadita como decimos, se queja por todo si se le hace si no, como me correspondió atenderla le pedí a la profesora que se la asignara a otra persona y me dijo que no había problema, no me gusta tratar a las personas así, se creen de mucho, según ella es la esposa de alguien importante de la universidad, en mi mente pensaba no me interesa solo me interesa atenderla y que se vaya, pero como dicen trabajo es trabajo y había que tratarla con cordialidad”. (DC5PVFEDR1).

Dentro de cualesquier intervención social realizada es importante reconocer que todos y cada una de las personas con quienes se interactúa son seres únicos a quienes no hay que juzgar ni por su apariencia, ni por lo que son, pues quienes aparentan en muchas veces ser fuertes son personas llenas de miedos y de inseguridades, entonces quienes asisten a las terapias deben hacerlo con agrado sin miedo a ser juzgados, pues el respeto entre unos y otros dentro de un proceso de practica social es muy importante.

Lo más importante de esta práctica más que adquirir mayor conocimiento, mejores habilidades, mayores destrezas, fue estrechar lasos de amistad que con un abrazo sincero y un gracias dan la satisfacción que la labor no se limita a lo que se sabes o conoce sino a la ser integro que es en conjunto lo que te permite ser mejor en lo que haces logrando así mejores resultados, además de estrechar relaciones de amistad.

“Tengo un nuevo contacto y una nueva amiga, hablamos de alguna especialización que se pudiera que tuviera que ver con actividades para mejorar la salud o la condición física, de sus dolencias, de sus gustos y disgustos. Todo esto da pie a que las personas te brinden cariño y lo demuestren con pequeños detalles que hacen felices tus días”.
(DC5PVFEDR10).

El día de amor y amistad estuve regalada, mi paciente me regalo chocolates y un llavero. (DC5PVFEDR11).

En conclusión, en todo lo que se hace debe haber seres íntegros que permitan sanar las heridas del cuerpo como del alma, permitiendo que el sujeto se sienta seguro en la otra persona a quien le confía la recuperación integral de su salud, en donde no solo se reciben las gracias sino que el lazo de amistad es tan fuerte que se reciben detalles que engrandecen la labor que se hace, dando pie a seguir realizando nuestra labor de la mejor manera posible.

La proyección profesional del Licenciado en Educación Física, más allá de ser ejercida en la escuela.

Hablar de un estudiante de Licenciatura de Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes es hablar de la escuela, es relacionarlo con la educación pero desde el ámbito escolar, es encasillarlo en una única posibilidad como sujeto en formación profesional sin pensar más allá de aquellas campos en los que pudiese intervenir apoyado en los componentes que esta carrera universitaria brinda, es por eso que las personas se preguntan por qué el estudiante de la Licenciatura se encuentra relacionado con la salud y específicamente que hace en el Proyecto de Valoración Funcional.

“El sujeto además de comentar y preguntar porque en la Licenciatura de Educación Física teníamos que hacer este tipo de trabajos en salud si se supone solo somos para orientar clases en las escuelas”. (DC1PVFEDr12).

“El sujeto (paciente) comenta “son buenos en realizar terapias, pero pensé que solo les enseñaban como ser profesores de Educación Física en la escuela”. (DC50PVFEDr12).

Abrir esas miles de posibilidades depende de cada uno de los estudiantes de la Licenciatura, ya que de la misma solo obtenemos bases para emprender diversos caminos atendiendo a nuestros gustos y habilidades una de esas posibilidades está encaminada en la salud en procesos de rehabilitación, fortalecimiento y acondicionamiento físico general, es importante que las personas externas a la Licenciatura reconozcan en nosotros otros campos en los cuales podemos accionar.

“Es importante que los pacientes reconozcan en nosotros los estudiantes de la licenciatura que también estamos en capacidad de ayudar o aportar en un proceso de rehabilitación, fortalecimiento y acondicionamiento físico.

Los cuales permiten ir de la mano con la educación pues es éste nuestro pilar fundamental en cualesquier proceso como seres humanos íntegros”. (DC8PVFEDr7).

Es por eso que nuestras prácticas deben reflejar todos los conocimientos adquiridos a lo largo de nuestra carrera, así como colocar y potencializar las habilidades necesarias para llevar el proceso de rehabilitación dentro del Proyecto de Valoración Funcional de la mejor manera posible, atendiendo a que debe ir de la mano del buen trato y las buenas relaciones intrapersonales, en tal sentido se conjugan lo aprendido con lo subjetivo.

Pero hay que dejar en claro cuál es nuestra intervención en salud específicamente en el Proyecto de Valoración Funcional pues hay tareas que no son nuestro fuerte y por tanto revertiríamos nuestra labor pues no se causa una recuperación sino más bien se causarían lesiones graves e irreversibles al realizar una intervención indebida en el sujeto (paciente).

“Hay muchos de los pacientes que me preguntan que si es lo mismo que hace un fisioterapeuta que lo que hacemos nosotros, pues como no hay fisioterapeutas y colocamos paquetes, pero les digo que se hacen algunas cosas y otras ya son el fuerte de nosotros. No se quiere decir que no se pueda hacer si pero faltan fundamentos teóricos y prácticos para llevarlos a la práctica y no empeorar la salud de nuestro paciente”. (DC8PVFEDr17).

Es decir nuestra formación puede encaminarnos a la intervención en el campo de la salud, recreación, deportiva, trabajo social entre otros dando así a la carrera miles de posibilidades en formación para los estudiantes, pero es indispensable que existan funciones específicas del estudiante de la Licenciatura para lograr así una completa rehabilitación, pero para esto deben haber fundamentos teórico-prácticos establecidos de acuerdo a los requerimientos de nuestras prácticas, apoyados en los docentes a cargo del lugar de la práctica.

Es de afirmar que el estudiante de la Licenciatura es indispensable en el campo de la salud específicamente en el proceso de rehabilitación y educativos para lograr un verdadero proceso de rehabilitación, por lo tanto el estudiante de la licenciatura debe tener fundamentos en anatomía, fisiología y biomecánica, en psicología, educación y sociología, todo esto deberá dar respuesta a cómo lograr un buen y adecuado funcionamiento del cuerpo así como los efectos del ejercicio sobre el mismo, dando lugar a un estilo de vida adecuado con un bienestar personal necesario para su vida.

Las posibilidades laborales que da la práctica social.

Es importante que al realizar cualesquier trabajo, oficio, favor ya sea remunerado o no lo hagas con agrado, con el ánimo de hacerlo lo mejor posible, que sienta el otro que lo haces con amor, con toda la disposición, con el ánimo de recibir un gracias, un estreches de manos, un abrazo, que es lo que todo ser humano busca más que un reconocimiento material o económico aunque también sea necesario, posibilita que el otro reconoce en ti la buena labor realizada en cuanto a lo que haces, lo que eres y lo que puedes lograr.

“El día de hoy tuve una propuesta por parte de sujeto (sujeto) para realizar entrenos para mejorar condición física del equipo de voleibol, por lo cual ellos me cancelarían 15 mil pesos por entreno que iban a ser dos veces a la semana”.(DC4PVFEDr21).

Por eso son los mismos estudiantes de la Licenciatura quienes al realizar una intervención integra dentro de todas las practicas realizadas dan posibilidad a que se abran las puertas laborales necesarias para que forjes tu vida laboral y que en cada una de tus intervenciones demuestres lo que conoces, como lo haces y de qué manera lo haces son pues cosas básicas para ser un Licenciado integro.

“Hoy me encontré con el dueño de un gimnasio y me ofreció trabajar en él,

pues un paciente que se encuentra en el Proyecto de Valoración Funcional me había recomendado, es de gran sorpresa que la gente hable pero de la buena labor que se desempeña donde trabajas”. (DC8PVFEDr15).

Lo anterior permite reafirmar que si no combinas tus conocimientos, con tu forma de hacer y tu forma de ser es imposible ser una excelente persona que se educa no solo para logro personal sino también social pues debe ser este logro el más importante, pues brindar una posibilidad de bienestar a los otros es algo de mucha satisfacción.

De una u otra forma hay además ser responsable, puntual, organizado, respetuoso, con todo lo que haces pues permitirá que seas comprometido con cada una de las cosas que haces para obtener así mejores resultados.

“El día de hoy llegue muy puntual a realizar las terapias, pero algunos compañeros no llegaban y tuvieron que esperar, molestos dijeron que el permiso para asistir a la terapia era de solo una hora y me pidieron el favor de que las atendiera”. (DC5PVFEDr18).

La posibilidad laborar, la forja cada una de las personas que se encuentran educándose y formándose, pues tú mismo con cada una de las intervenciones realizadas demuestras lo mejor de ti, y serán las otras personas que te dan el reconocimiento por lo que tú haces, además encontraras recomendaciones y sugerencias de los mismos para realizar un mejor trabajo, los otros te criticaran o te alabaran de acuerdo a lo que tu hagas, brindando ya sea posibilidades laborales o por el contrario que no te vuelvan a ocupar.

Aportes del estudiante de la Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, al Proyecto de Valoración Funcional.

- Elaboración de hoja de registro de Diario de Campo

Instrumento necesario en el Proyecto de Valoración Funcional para el registro de vivencias dentro de una práctica social, pues permitirá registrar la información significativa para el proceso de sistematización.

- Reelaboración de la historia clínica que hay que diligenciar.

Instrumento necesario para el registro personal de cada uno de los sujetos que asisten al proyecto de Valoración Funcional, dando un orden secuencial de los sucesos que se presentan durante la intervención realizada para la rehabilitación de patologías.

- Elaboración de hoja de registro para Promoción y Prevención.

Instrumento importante para el registro de temas de Promoción y Prevención de la salud, permitiendo que el sujeto en rehabilitación haga parte de un proceso de enseñanza- aprendizaje en cuanto a su salud, rehabilitación, acondicionamiento físico y otros, así como sus ventajas, desventajas, recomendaciones y sugerencias que presentan cada una de ellas.

Síntesis en relación a la práctica social efectuada.

Al realizar la práctica social se reflexionó alrededor de todo lo que abarco la misma, esta fue un practica que apporto tanto a nivel personal, educativo, social y laboral, pues es de reconocer que el realizar una práctica social no es solo un hacer sin sentido, sino, intentar por medio de la misma se generen cambios positivos al Proyecto de Valoración Funcional y a quienes intervienen en el mismo.

A nivel personal, permitió hacer una reflexión constante de la vida, pues muchas veces nos quejamos de todo y existen personas que tienen dificultades no solo personales sino también físicas, pero que de una u otra forma luchan incansablemente por mejorar su calidad de vida, reconocerme en el otro es hacer una crítica ante mis dificultades, mis falencias y fallos que no permiten que sea una persona íntegra a nivel personal y social, por tanto es indispensable pensarnos desde de lo que somos, lo que hacemos y lo que queremos.

En lo educativo, permitió fortalecer las competencias adquiridas dentro del Proyecto de Valoración Funcional, reforzar los conceptos en cuanto a sintomatología, evaluación e intervención de patologías de tipo osteo-muscular presentadas, afianzar habilidades para lograr una correlación entre lo teórico y práctico.

Por otro lado, esta práctica permitió la interacción entre unos y otros dando lugar a seres más sociables, mas comunicativos y más confiables, en donde el contacto con el otro es indispensable para un proceso de rehabilitación, y que la confianza permita generar lasos de amistad que para lograr llevar a cabo un proceso integral de la misma, por lo que es importante tener una buena comunicación entre quienes participan en el proceso.

Fue indispensable entonces el conocer, saber hacer y ser pues el rehabilitar una lesión física o emocional, debe tener inmersos estos tres elementos para llevar un verdadero proceso.

Recomendaciones y aspectos que deben ser mejorados para el Proyecto de Valoración Funcional.

Uno de los aspectos fundamentales de una práctica social es que al final de la misma se dé cuenta de todo el proceso realizado, ese dar cuenta lleva a constantemente estar reflexionando las prácticas para poder cada vez mejorarlas. Desde la anterior perspectiva quedan algunas sugerencias que muy respetuosamente se plantean a continuación:

- Que dentro del Proyecto de Valoración Funcional se reconozca la importancia de la intervención del estudiante de la Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes.
- Que se elaboren protocolos guía para adelantar procesos de recuperación.
- Se requiere de una persona que ayude con la organización estadística y de archivo de historias clínicas.
- Establecer e identificar claramente las funciones del médico, fisioterapeuta y el Estudiante de Educación Física Recreación y Deportes dentro del Proyecto de Valoración Funcional.

REFERENTE BIBLIOGRAFICO

ALVAREZ, A. (1998). Educación para la salud. Manual Moderno. México 1998.45 p.

ANSELM S., y CORBIN J., (2002). Bases de la investigación Cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Editorial universidad de Antioquia. Medellín Colombia. Primera edición. 13, 110, 134, 157,178 p.

CONSTITUCION DE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD., (2006). 45 Edición. Pag 1. En línea:
http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf.

ELISONDO, L. (1999). Medicina del Deporte. México D.F. Editorial Limusa, S.A.13 p.

FLORES, R. (2005). Pedagogía del conocimiento. 2 ed. España; McGraw Hill. 2005. p 196.

LEY GENERAL DE LA EDUCACIÓN. Ley 115 de 1994. Titulo 1. Artículo 1.

MONREAL, L., (2011). Metodología participativa y cooperación para el desarrollo. Observatorio Internacional Cimas. 2011. Pág. 5. En línea:
<http://fongdcam.org/wp-content/uploads/2011/04/Metodologia-participativa-y-Cooperacion.pdf>.

NATHAN J., SMITH C., Stanitski L., (1992), Guía Práctica de Medicina Deportiva.1ed Bogotá: Interamericana – McGraw. 1992. 82 p.

_____, (1992) Guía Práctica de Medicina Deportiva.1ed Bogotá: Interamericana – McGraw. 82 p.

PELÁEZ R, CAÑÓN O, Noreña N., (2007) La intervención psicosocial en un contexto investigativo: "Lecturas psico-sociales sobre jóvenes rurales- desde diversos actores que los intervienen". Aletheia, núm. Universidad Luterana de Brasil. 25 191 p. En línea: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115013454015>.

PENAGOS, R., (1988) ¿Qué es pedagogía? 25 Tesis para discusión, Bogotá: Editorial Nueva Americana. 54 p.

RODRIGUEZ, L., (2004). COSUDE. Aprendiendo a sistematizar una propuesta metodológica. Bogotá: Cargraphcs S.A. Red de impresión digital. 12 p. En línea: www.cooperacion-suiza.admin.ch/colombia//.../resource_es_25226.pdf

SANCHEZ, L. (2001). Nuevas Tendencias de la Educación Física. España. Primera edición. Inde. 275 p.

TAYLOR, S. y BODGAN R., (1994). Introducción a los modelos pedagógicos Cualitativos de Investigación. 82p.

ANEXOS

Nro. 1

FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA,
RECREACIÓN Y DEPORTES
PROYECTO DE VALORACIÓN FUNCIONAL

DIARIO DE CAMPO

Nro. _____

ELABORADO POR: _____

FECHA: _____

HORA: _____

ELEMENTOS A OBSERVAR

DESCRIPCIÓN DE:

- PERSONAS:

- ACONTESIMIENTOS VIVIDOS:

- REGISTRO DE ACIONES:

- REGISTRO DE SENTIMIENTOS:

- DIALOGOS DE LOS SUJETOS:

ANALISIS DE:

- RELACIÓN ENTRE SUJETOS (PACIENTE) Y ESTUDIANTE DE LA LICENCIATURA:

- INTERVENCION DEL LICENCIADO DENTRO DEL PROCESO DE REHABILITACION:

- RELACION ENTRE MIS SUBJETIVIDADES Y LA REALIDAD OBSERVADA:

- OTROS:

- SUGERENCIAS Y RECOMENDACIONES:

Nro. 2.

FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES EXACTAS Y DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PROYECTO DE VALORACIÓN FUNCIONAL

HOJA DE REGISTRO DE CHARLAS DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN

Nro. _____

Nombre de quien realiza las charlas: _____

Nombre de quien recibe las charlas: _____

FECHA	TEMAS DE P Y P	FIRMA SUJETO (PACIENTE)

Nro. 3

FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES EXACTAS Y DE LA EDUCACION
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BASICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES.
PROYECTO DE VALORACIÓN FUNCIONAL

Nro. De Historia Clínica: _____.

Fecha de elaboración: _____.

1. DATOS PERSONALES

PRIMER APELLIDO SEGUNDO APELLIDO NOMBRES

FECHA DE NACIMIENTO:

DIA: _____ MES: _____ AÑO: _____

DIRECCION: _____

BARRIO: _____

PROCEDENCIA: _____

SEXO: M____ F____

ESCOLARIDAD: _____

ESTADO CIVIL: _____

OCUPACION: _____

TELEFONO: _____

NRO DE IDENTIFICACION: _____ TIPO: RC____ T.I.:____ CC____

REGIMEN DE SEGURIDAD:

CONTRIBUTIVO: _____ SUBSIDIADO: _____ CUAL: _____
NINGUNO _____

2. ASPECTO SOCIOFAMILIAR

2.1 Composición Familiar

PARENTESCO	NOMBRES	EDAD	EDUCACION	OCUPACION

2.2 PERSONAS A CARGO

Padre		Hijos		Cónyuge	
Madre		Hermanos		Otros	

2.3 número de hijos: _____

2.4 Tipo de Vivienda: Propia: _____ Arrendada: _____

2.5 Cuenta con servicios Básicos: si _____ no _____

2.6 Número de personas que habitan en su vivienda: _____

2.7 Estrato socioeconómico: _____

3. INFORMACION MEDICA

Motivo de consulta: _____

Diagnostico médico: _____

Médico tratante: _____.

Medicamentos Administrados: _____

Diagnostico Fisioterapéutico: _____

Tratamiento: _____

Como llego a esta institución: _____

4. EXAMEN FISICO

Sedentario: Si _____ No _____ Actividad física realizada: _____

SIGNOS VITALES

Frecuencia cardiaca	Frecuencia respiratoria	Presión arterial
FC Máxima Teórica	FC máxima real	VO2 Máximo

EVALUACION DE COMPOSICION CORPORAL

PESO	TALLA	IMC	ICC	% DE GRASA

Pliegues Cutáneos:

Tríceps	
Subescapular	
Supra Iliaco	
Abdominal	
Muslo anterior	
Medial de pierna	
Pectoral	

% agua: _____ % de Grasa: _____ % de peso muscular _____

Somatotipo:

Endomorfa: _____ Mesomorfa: _____ Ectomorfa: _____

Relación Cintura – Cadera: _____

SISTEMA OSTEOMUSCULAR

- Longitud de miembros inferiores

LONGITUD	DERECHO	IZQUIERDO
REAL		
APARENTE		

- RETRACCIONES

Prueba de Ely			
Prueba de Ober			
Prueba de Thomas			

Observaciones: _____

- Test de Shoberg

FECHA	MEDIDAS Y CALIFICACION	
	Medida Inicial	
	Medida final	
	Calificación	

20-22 Normal

22 > híper-movilidad

22 > hipo-movilidad

Observaciones: _____

- Test de elevación de pierna recta

Fecha	Pierna Derecha		Pierna Izquierda	
	Positiva	Negativa	Positiva	Negativa

Observaciones: _____

EVALUACION POSTURAL

VISTA ANTERIOR	DERECHO		IZQUIERDO	
	NORMAL	ALTERADO	NORMAL	ALTERADO
Cabeza				
Cuello				
Hombros				
Escapulas				
Crestas iliacas				
Pliegues glúteos				
Muslos				
Pliegue poplíteo				
Pierna				
Tendón de Aquiles				
Pie				
Observaciones:				

VISTA LATERAL	DERECHO		IZQUIERDO	
	NORMAL	ALTERADO	NORMAL	ALTERADO
Cabeza				
Columna cervical				
Tórax				
Columna Torácica				
Columna lumbar				
Abdomen				
Columna sacra				
Pelvis				
Muslo				
Rodilla				
Pierna				
Pie				
Observaciones:				

--



Aumentado



Disminuido

A Alineado



Retraídos



Potraididos

VISTA	DERECHO		IZQUIERDO	
	NORMAL	ALTERAD O	NORMAL	ALTERADO
POSTERIOR				
Cabeza				
Cuello				
Hombros				
Escapula				
Crestas iliacas				
Pliegues glúteos				
Muslo				
Pliegue Poplíteo				
Pierna				
Tendón de Aquiles				
Pie				
Observaciones:				

MARCHA:

Descripción de cada uno de las fases de la marcha.

		DERECHO	IZQUIERDO
Fase de apoyo	Contacto con el talón		
	Apoyo plantar		
	Apoyo medio		
	Elevación del talón		
	Despegue del pie		
	Fase de balanceo	Aceleración	
Balanceo medio			
Desaceleración			

Análisis de las articulaciones de:

Tobillo:

Rodilla:

Cadera:

Análisis de:

Longitud del paso:

Anchura de paso ángulo de paso

Cadencia

Observaciones:

DC1PVFEDr9: “Además de que, el día de hoy se entablo una buena relación ente paciente y estudiante de la Licenciatura en Educación Física. Pues es importante esa empatía para tener mayor confianza y lograr así una mejor interacción en cada sesión de terapia”.

DC1PVFEDr12: “El sujeto además de comentar y preguntar porque en la Licenciatura de Educación Física teníamos que hacer este tipo de trabajos en salud si se supone solo somos para orientar clases en las escuelas”.

DC1PVFEDr16: “El día de hoy le pregunte sobre el problema de la casa y me conto que ya había solucionado que su hermano la había llamado y le había dicha que el banco le refinanciaba la deuda y que no se preocuparan, solo le dije que espero y que las cosas se mejoraran”.

DC1PVFEDr34: “Creo que falta que el paciente sea consciente de que es recuperarse completamente de este tipo de lesiones, pues al no tener conciencia de lo que pase es difícil recuperar completamente la lesión. Pero más que eso, es que aporte a la recuperación de la misma”.

DC1PVFEDr39: “Además hablamos de algunos ejercicios que ella ha visto por internet, entonces se convivan ejercicios para dar importancia a lo que ella propone para su recuperación. Dando lugar a que lleve un buen proceso de rehabilitación de la patología”.

DC2PVFEDr16: “Hoy me di cuenta que el trato, la buena planificación y la atención con el sujeto en rehabilitación hace que tu trabajo sea valorado y recomendado”

DC4PVFEDr17: “Pidió excusas pero dijo que él había pensado que solo bastaba con que se le quitara la inflamación y el dolor para poder seguir trotando y que eso no era nada malo y que no había pensado en que empeoraría”.

DC4PVFEDr21: “El día de hoy tuve una propuesta por parte de sujeto (sujeto) para realizar entrenos para mejorar condición física del equipo de voleibol, por lo cual ellos me cancelarían 15 mil pesos por entreno que iban a ser dos veces a la semana”.

DC4PVFEDr125: “Solo sé que me torcí el pie y necesito que me lo sanen para poder seguir jugando, pero ni idea que es lo que me sucede, sé que es un esguince porque me lo dijo la doctora pero no sé nada más y me mando a terapias con los fisioterapeutas”.

DC5PVFEDR1: “Ella es una paciente que es un poco tocadita como decimos, se queja por todo si se le hace si no, como me correspondió atenderla le pedí a la profesora que se la asignara a otra persona y me dijo que no había problema, no me gusta tratar a las personas así, se creen de mucho, según ella es la esposa de alguien importante de la universidad, en mi mente pensaba no me interesa solo me interesa atenderla y que se vaya, pero como dicen trabajo es trabajo y había que tratarla con cordialidad”.

DC5PVFEDR10:”Tengo un nuevo contacto y una nueva amiga, hablamos de alguna especialización que se pudiera que tuviera que ver con actividades para mejorar la salud o la condición física, de sus dolencias, de sus gustos y disgustos. Todo esto da pie a que las personas te brinden cariño y lo demuestren con pequeños detalles que hacen felices tus días.”

DC5PVFEDR11: “El día de amor y amistad estuve regalada, mi paciente me regalo chocolates y un llavero”

DC5PVFEDr18: “El día de hoy llegue muy puntual a realizar las terapias, pero algunos compañeros no llegaban y tuvieron que esperar, molestos dijeron que el permiso para asistir a la terapia era de solo una hora y me pidieron el favor de que las atendiera”.

DC6PVFEDr28: “Sé que tengo dolor de rodillas y me molesta mucho el médico me dijo que tenía que asistir a terapias para que el dolor disminuya, me diagnosticaron artrosis degenerativa y me preocupa no se bien que es pero sé que me está impidiendo hacer mis actividades cotidiana, incluyendo caminar. Solo sé que me interesa es disminuir el dolor”.

DC8PVFEDr7: “Es importante que los pacientes reconozcan en nosotros los estudiantes de la licenciatura que también estamos en capacidad de ayudar o aportar en un proceso de rehabilitación, fortalecimiento y acondicionamiento físico. Los cuales permiten ir de la mano con la educación pues es éste nuestro pilar fundamental en cualesquier proceso como seres humanos íntegros”.

DC8PVFEDr17: “Hay muchos de los pacientes que me preguntan que si es lo mismo que hace un fisioterapeuta que lo que hacemos nosotros, pues como no hay fisioterapeutas y colocamos paquetes, pero les digo que se hacen algunas cosas y otras ya son el fuerte de nosotros. No se quiere decir que no se pueda hacer si pero faltan fundamentos teóricos y prácticos para llevarlos a la práctica y no empeorar la salud de nuestro paciente”.

DC8PVFEDr15: “Hoy me encontré con el dueño de un gimnasio y me ofreció trabajar en él, pues un paciente que se encuentra en el Proyecto de Valoración Funcional me había recomendado, es de gran sorpresa que la gente hable pero de la buena labor que se desempeña donde trabajas”

DC25PVFEDr27: “No había regresado pues se me quieto el dolor y me dio pereza volver a las terapias pues se me cruzan con los horarios de entreno y no puedo faltar, pero pensé que solo era que se me quitara el dolor y ya, pero no ahora es peor”.

DC31PVFEDr39: “Me comenta “muchas de las cosas que me explicas no las conocía y bueno saberlas para colocarlas en práctica ya que muchas veces hacemos ejercicios por hacerlos”.

DC35PVFEDr18: “El día de hoy es de agrado recibir buenos comentarios de los sujetos (pacientes) “me agrada ser atendida por usted, se puede confiar y me escucha mis problemas, me da pena comentarlos pero en ocasiones los de afuera lo comprenden mejor que los de la casa”

DC36PVFEDr45: La paciente asiste a que le realicen la valoración y comenta “pasa es que me torcí el pie pero no tenía tiempo para hacerme revisar y ahora tengo el tobillo inflamado y morado y me impide caminar”.

DC50PVFEDr12: “El sujeto (paciente) comenta “son buenos en realizar terapias, pero pensé que solo les enseñaban como ser profesores de Educación Física en la escuela”.

DC68PVFEDr38: El sujeto comenta que el dolor en el hombro esta hace casi un mes pero que ahora el dolor es muy fuerte y muy molesto y que ella asistió a las terapias porque su mamá tenía el mismo problema y no quiere que eso empeore más, no sé qué es pero me duele mucho y no me deja mover el brazo”.