

Comenzado el Wednesday, 9 de March de 2022, 20:42

Estado Finalizado

Finalizado en Wednesday, 9 de March de 2022, 20:44

Tiempo empleado 2 minutos 42 segundos

Calificación 10,00 de 10,00 (100%)

Pregunta 1

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

▼ Marcar pregunta

Señala la afirmación que sea incorrecta sobre las demencias entre las siguientes opciones:

E

Selecione una:

☐

a.

La demencia es un síndrome que implica el deterioro de la memoria, el intelecto, el comportamiento y la capacidad para realizar actividades de la vida diaria.

☐

b.

La demencia constituye una consecuencia normal del envejecimiento.

☐

d

☐

Aunque afecta principalmente a las personas mayores, la demencia no constituye una consecuencia normal del envejecimiento.

☐

e.

En el mundo entero hay unos 50 millones de personas que padecen demencia, y cada año se registran cerca de 10 millones de nuevos casos.

☐

h.

La enfermedad de Alzheimer, que es la forma más común de demencia, acapara entre un 60% y un 70% de los casos.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

La demencia constituye una consecuencia normal del envejecimiento.

Pregunta 2

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

▼ Marcar pregunta

A qué término corresponde la siguiente definición? “Un plan de ejercicio físico o actividad física diseñado y prescrito para facilitar a los pacientes la recuperación de enfermedades y cualquier condición que perturbe su movimiento y actividad de la vida diaria”.

Selecione una:

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

La respuesta correcta es: Ejercicio Terapéutico

Pregunta 3

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

⚑ Marcar pregunta

Indica cual es el orden correcto de planificación de una intervención con ejercicio terapéutico:

E

Seleccione una:

☐

a.

Evaluación, objetivos y tratamiento

C

Evaluación, objetivos y tratamiento. Tras la evaluación general del paciente y la identificación de deficiencias (problemas), limitaciones funcionales discapacidades, y posibles minusvalías, se desarrollan los objetivos del tratamiento y los resultados funcionales, y se establece el plan de intervención (plan de ejercicio terapéutico).

a

O

d.

Objetivos, evaluación y tratamiento

O

d.

Evaluación, tratamiento y objetivos

O

d.

El orden no es importante

Respuesta correcta

La respuesta correcta es: Evaluación, objetivos y tratamiento

Pregunta 4

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

⚑ Marcar pregunta

A qué términos corresponden las siglas **FITT-VP**, proceso a través del cual se establece la prescripción de ejercicio terapéutico?

E

a

Seleccione una:

☐

a

hondo; I: intensidad; T: tiempo; T: tipo de ejercicio; V: volumen; P: progresión.

C

O

O

d.

f: frecuencia; I: intensidad; T: tiempo; T: tiempo descanso; V: volumen; P: progresión.

a

B

O

d.

f: frecuencia; I: intensidad; T: tiempo; T: tipo de ejercicio; V: velocidad; P: progresión.

O

d.

F: frecuencia; I: intensidad; T: tiempo; T: tipo de ejercicio; V: volumen; P: progresión.

a

h

Estas siglas hacen hincapié en los parámetros de prescripción a considerar desde el punto de vista práctico (F: frecuencia; I: intensidad; T: tiempo; T: tipo de ejercicio; V: volumen; P: progresión).

m

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

B

F: frecuencia; I: intensidad; T: tiempo; T: tipo de ejercicio; V: volumen; P: progresión.

Pregunta 5

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

a

ó

n

▼ Marcar pregunta

¿Cuál de los siguientes términos corresponde a un parámetro utilizado en **MOVILIDAD** para definir el rango de movimiento?

Elige una:

☐

a.

ROM

☐

ROM. Range of motion o rango de movimiento o amplitud de movimiento.

☐

b.

RM

☐

c.

MET

☐

d.

VRE

Respuesta correcta

La respuesta correcta es: ROM

Pregunta 6

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

▼

▼ Marcar pregunta

¿Cuáles son los recursos que podemos utilizar en el ejercicio terapéutico para actuar sobre la función respiratoria?

Elige una:

☐

a.

Reeducación de tos y expectoración

☐

b.

Mensaje postural

☐

c.

Reeducación de tos y expectoración

☐

d.

Movilidad de caja torácica, hombro y tronco

☐

e.

Todas son correctas

☒

Todas son correctas. Los recursos utilizados para trabajar la función respiratoria son los ejercicios de movilidad de caja torácica, hombro y tronco; ejercicios de

patrones respiratorios; entrenamiento de musculatura respiratoria; movilización y eliminación de moco con técnicas instrumentales; Drenaje postural; Reeducción de

tos y expectoración; Técnicas vibratorias manuales o instrumentales.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es: Todas son correctas

Pregunta 7

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

▼

▼ Marcar pregunta

Según la bibliografía revisada, en el contexto de pacientes con trastornos neurocognitivos...

Elige una:

☐

a.

Se concluye que lo más efectivo es realizar una intervención multimodal

☐

b.

Se concluye que lo más efectivo es realizar una intervención multimodal

☐

c.

Se concluye que lo más efectivo es realizar una intervención multimodal

☐

d.

Se concluye que analizando los efectos del ejercicio aeróbico con ejercicios de fuerza lo más efectivo es realizar una intervención multimodal, es decir ejercicio aeróbico combinado con ejercicio de fuerza, equilibrio y flexibilidad.

☐

b.

Se concluye que existe mayor evidencia a favor del ejercicio aeróbico

☐

c.

Se concluye que entrenamiento físico con pesas ha demostrado tener mayor efectividad

☐

d.

Se concluye que del ejercicio terapéutico no se obtiene beneficios en las demencias

Respuesta correcta

La respuesta correcta es:

Se concluye que lo más efectivo es realizar una intervención multimodal

Pregunta 8

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

o Marcar pregunta

Indica si la siguiente afirmación es verdadera o falsa: "Las evidencias científicas demuestran que el ejercicio físico es una herramienta útil como tratamiento no farmacológico en las demencias sobre las distintas variables pero muestran debilidades metodológicas por la heterogeneidad de sus estudios".

h

Seleccione una:

☐

a.

Falsa

☐

b.

Verdadera

Verdadera. Las evidencias científicas demuestran que el ejercicio físico es una herramienta útil como estrategia no farmacológica en el tratamiento de la EA y por ende otras demencias sobre las distintas variables, y éstas están creciendo, pero son muchos los estudios realizados que muestran debilidades metodológicas, con lo que la evidencia resulta ser baja-moderada. Estas debilidades metodológicas se refieren a la heterogeneidad o variabilidad de los estudios en cuanto a la intervención, en los criterios diagnósticos establecidos, y en los efectos-resultados.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es: Verdadera

Pregunta 9

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

i Marcar pregunta

a Cuáles son los parámetros de prescripción recomendados en el ejercicio fuerza?

a

Seleccione una:

☐

b.

2-3 sesiones/semana; I: 60-90% RM ; T: 60 minutos; T: ejercicios funcionales y/o analíticos; V: 3-4 series de 8 repeticiones; P: modificar peso o intensidad.

☐

Lo que recoge la evidencia científica en cuanto a la dosimetría del ejercicio de fuerza (Frecuencia: 2-3 sesiones/semana; Intensidad: 60-90% RM; Tiempo: 60 minutos; Tipo ejercicio: ejercicios funcionales y/o analíticos; Volumen: 3-4 series de 8 repeticiones; Progresión: modificar peso o intensidad).

☐

c.

5 sesiones/semana; I: 50% RM; T: 60 minutos; T: ejercicios funcionales y/o analíticos; V: 3-4 series de 8 repeticiones; P: modificar peso o intensidad.

☐

d.

7 sesiones/semana; I: 60-90% RM ; T: 60 minutos; T: ejercicios funcionales y/o analíticos; V: 3-4 series de 8 repeticiones; P: modificar peso o intensidad.

☐

e.

2-3 sesiones/semana; I: 100% RM ; T: 60 minutos; T: ejercicios funcionales y/o analíticos; V: 3-4 series de 8 repeticiones; P: modificar peso o intensidad.

☐

f.

g.

h.

i.

Respuesta correcta

La respuesta correcta es: F: 2-3 sesiones/semana; I: 60-90% RM ; T: 60 minutos; T: ejercicios funcionales y/o analíticos; V: 3-4 series de 8 repeticiones; P: modificar peso o intensidad.

Pregunta 10

Correcta

Se puntúa 1,00 sobre 1,00

Marcar pregunta

Las dificultades que nos podemos encontrar a la hora del desempeño/realización de ejercicio terapéutico y que va a repercutir en la adherencia y alianza terapéutica, así como en las expectativas, efectividad, la motivación y el compromiso son...

Seleccione una:

☐

Los conflictos

☐

Las barreras

☐

La dependencia

Las barreras

☐

Limitaciones / barreras en la actividad que son dificultades que nos podemos encontrar a la hora del desempeño/realización de actividades, en este caso de la realización del ejercicio terapéutico y va a repercutir en la adherencia y alianza terapéutica, así como en las expectativas, efectividad, la motivación y el compromiso.

☐

☐

☐

Los facilitadores

☐

☐

☐

La dependencia

Respuesta correcta

La respuesta correcta es: Las barreras

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐