

# MOVEDUCA: un podcast en abierto sobre movimiento y salud

**AUTORÍA:** Francisco Molina Rueda  
**PRESENTA:** Francisco Molina Rueda



# MOVEDUCA Y LAMBECOM

El grupo de innovación docente MOVEDUCA y el grupo de investigación LAMBECOM trabajan en la enseñanza e investigación sobre las **alteraciones del movimiento en personas con patología del aparato locomotor o con patología neurológica**



# LEITMOTIV

Envejecimiento de la población → aumento de las personas que presentan alguna discapacidad motora y sensorial

**Profesionales de la salud:** encargados de abordar las restricciones de estos pacientes, mejorar su funcionamiento y su calidad de vida

Generar conocimiento de calidad y basado en la evidencia científica

# PODCAST

## Podcast en la plataforma Spotify© en septiembre de 2024

- Entrevistas y píldoras sobre alteraciones del movimiento
- Soluciones para mejorar estas alteraciones
- Información acerca de las últimas tendencias sobre diagnóstico y tratamiento

Iniciativas similares: Entiende Tu Mente; Practica la Psicología Positiva; El podcast de Jana Fernández sobre descanso, nutrición, deporte, productividad personal, psicología, etc.; Radio Fitness Revolucionario de Marcos Velázquez

**¿Participación de estudiantes? ¿Opinión de ciudadanos? ¿Evidencia?**

# PROGRAMAS

Hasta la fecha, hemos realizado tres episodios sobre los siguientes temas:

1. Control motor de la marcha humana: tips para el envejecimiento
2. La marcha humana: cómo mantenernos activos
3. ¿Se puede practicar ejercicio terapéutico tras un ictus?

Próximo programa: Ejercicio terapéutico en personas con Esclerosis Múltiple

En total el podcast ha acumulado 403 reproducciones y dispone de 168 seguidores

# CONCLUSIÓN

Esta iniciativa incipiente, que aúna docencia e investigación pretende constituirse como un **canal de divulgación científica** en **abierto** destinado a estudiantes, profesionales y ciudadanos interesados en aprender y cuidar su movimiento

Siempre basado en la evidencia científica

Con la participación de estudiantes y profesionales clínicos e investigadores

Herramientas de evaluación y mejora

# LICENCIAS Y CRÉDITOS

**Ilustración:** "Búho Libre", Sergio Rodríguez Asenjo.

**Licencia:** Creative Commons Atribución 4.0 Intl.



# ¡GRACIAS!

Copyright 2024

Algunos derechos reservados

Esta presentación se distribuye bajo la **licencia**  
"Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional"  
de **Creative Commons**, disponible en

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.es>

MÁS INFORMACIÓN:

[HTTPS://OFILIBRE.URJC.ES/](https://ofilibre.urjc.es/)



Universidad  
Rey Juan Carlos

Oficina de  
Conocimiento y  
Cultura Libres