

Autor	Juan Rabal-Pelay
Título de la obra	Adapted exercises versus general exercise recommendations on chronic low back pain in industrial workers: A randomized control pilot study
Coautores (si Obra conjunta)	Cimarras-Otal C, Marcen-Cinca N, Lacárcel-Tejero B, Alcázar-Crevillén A, Villalba-Ruete JA Bataller-Cervero AV
Tipología de la obra	<input type="checkbox"/> TFG <input type="checkbox"/> TFM <input type="checkbox"/> Tesis <input checked="" type="checkbox"/> Artículo <input type="checkbox"/> Otro (Especifica_____)
Circunstancias excepcionales	
Embargo	<input type="checkbox"/> Sin embargo <input type="checkbox"/> 6 meses <input type="checkbox"/> 12 meses
Resumen	<p>Background: Exercise has been demonstrated as effective for the treatment of low back pain (LBP) in workers.</p> <p>Objective: The purpose of this study was to investigate whether an exercise program adapted to the characteristics of the workplace is a useful supplement to general exercise recommendations in assembly line workers with chronic LBP.</p> <p>Methods: Workers were randomly assigned to intervention group-adapted exercises plus general exercise recommendations (n = 10), and control group-general exercise recommendations (n = 8). Both received 8-week exercise program through a mobile application (APP) to manage the intervention. Outcome was based on lumbar disability (Oswestry Disability Index), interference and lumbar pain intensity (Brief Pain Inventory), and kinematic parameters.</p> <p>Results: Significant differences were obtained for the intervention group in the "pain interference" variable, in the "mood" and "enjoyment" sub-variables, as well as in "flexion angle" variable. For the control group, significant differences occurred in the "pain intensity" variable. Adapted exercise plus general recommendations seems more effective than the general recommendations for the improvement of lumbar flexion.</p> <p>Conclusions: An adapted exercise program for assembly line workers with chronic LBP could be an effective treatment. Future studies with a larger sample size and with an exhaustive control of the exercise adherence are required to confirm the findings of this pilot study.</p>
Palabras clave	Assembly line; mobile application; occupational health; physical activity.
Fecha de lectura / defensa (si procede)	

La Universidad San Jorge pone especial empeño en conservar y difundir las obras creadas dentro y a causa de actos de la Universidad. Con esta finalidad, la Universidad ofrece un repositorio institucional cuya finalidad es poner a disposición de la comunidad científica la producción generada en la Universidad, con los objetivos de aumentar la visibilidad de las obras, conservar y preservar la producción intelectual de la universidad, incrementar el impacto de la producción científica disponible en red y dar acceso a la información de forma gratuita.

El presente acuerdo regula los derechos sobre la Obra que el Autor cede a la Universidad, conforme a los términos que se regulan en el mismo. Así, por medio del presente documento, el Autor lleva a cabo este compromiso y presta su consentimiento para que la Obra sea depositada en el Repositorio Institucional de la Universidad San Jorge, todo ello bajo las siguientes

CONDICIONES

I. Autoría e integridad

El Autor declara que la Obra es un trabajo original y que tiene el derecho para otorgar los derechos contenidos en este documento, por lo que está en plenas facultades para emitir el presente consentimiento.

El Autor declara igualmente que la Obra no infringe, en tanto en cuanto le sea posible saber, los derechos de ninguna otra persona o entidad, sea la propiedad industrial, intelectual, know how o cualquier otro. En caso de que el documento contenga materiales de los cuales no tenga los derechos de autor, el Autor declara haber obtenido el permiso sin restricción del propietario de los derechos de autor para otorgar a la Universidad San Jorge los derechos requeridos por este documento, y que ese material cuyos derechos son de terceros está claramente identificado y reconocido en el texto o contenido del documento entregado.

El Autor manifiesta igualmente que, en el supuesto de que la Obra se haya basado en una obra que ha sido patrocinada o apoyada por una entidad u organización diferente de la Universidad San Jorge, se ha cumplido con cualquiera derechos u obligaciones requeridas por el acuerdo entre el Autor y la citada entidad.

Cualquier mención indicada en el presente documento al Autor será entendida que es hecha a los coautores de la Obra, si así fuera el caso y sin necesidad de que sea mencionado específicamente, ni que sea preciso utilizar el plural. El Autor manifiesta y declara que tiene capacidad para emitir el consentimiento en nombre y por cuenta de la totalidad de los autores de la Obra, que el Autor garantiza que son los que aparecen en el encabezamiento, eximiendo a la Universidad por cualquier consecuencia derivada de una reclamación interpuesta por los autores y/o terceras partes sobre los derechos sobre la Obra.

El Autor acepta que la Universidad identifique claramente su nombre y el del resto de coautores, si fuera el caso.

II. Cesión de derechos de propiedad intelectual

El Autor cede a la Universidad durante el periodo de vigencia del presente acuerdo, con carácter gratuito, los derechos de transformación, reproducción y comunicación pública de la Obra, no exclusiva, en ámbito mundial y en cualquier soporte. En particular, pero sin limitarse a ello, el Autor autoriza a la Universidad a lo siguiente:

- (a) Transformar o adaptar la Obra, sea directamente o a través de terceros, cuando esto se considere necesario para adecuarla al formato, imagen o apariencia de internet o cualquier otra tecnología susceptible de adscripción en Internet, así como incorporar cualquier otro sistema de seguridad en el formato electrónico de la Obra, correspondiendo al Autor la facultad de supervisar la adaptación a fin de que no se desnaturalice el contenido o sentido de su obra.
- (b) Reproducir la Obra, de forma total o parcial, en un soporte digital para su incorporación en una base de datos electrónica, comprendiendo el derecho a almacenar la Obra en centros servidores a los efectos de preservación del formato.
- (c) La comunicación pública o puesta a disposición, total o parcial, de la Obra, en la modalidad de demanda o a la carta, a través de cualquier canal o dirigido a cualquier destino de la información que sea susceptible de adscripción a Internet (por ejemplo, la telefonía móvil u otros medios análogos).

La titularidad de los derechos morales de la propiedad intelectual sobre la Obra pertenece y continuará perteneciendo al Autor. La Universidad adquiere únicamente los derechos que específicamente figuran en este acuerdo.

La difusión, ya sea total o parcial, se realizará haciendo constar siempre el nombre y apellidos del autor de la obra, el título de la misma, así como la manifestación de que la Universidad ostenta los correspondientes derechos de explotación indicados.

Para hacer efectiva la cesión de los derechos establecidos anteriormente, el Autor entrega a la Universidad en soporte electrónico un ejemplar completo de la Obra, en formato digital, de acuerdo con las especificaciones que la Universidad indique en su momento.

El Autor habrá de poner inmediatamente en conocimiento de la Universidad cualquier error o incidencia de la cual tenga conocimiento en relación con la Obra, con el objeto de que la Universidad pueda actuar en consecuencia. Asimismo, el Autor informará sin dilación a la Universidad de cualquier infracción de los derechos de propiedad intelectual de los que hubiera tenido conocimiento.

El Autor velará por el uso y disfrute pacífico de los derechos cedidos a la Universidad, poniéndose a disposición de la misma para aclarar y solucionar cualquier incidencia que pudiera suscitarse. El Autor, como garante de la autoría la Obra, asume toda reclamación o responsabilidad, incluyendo las indemnizaciones por daños y perjuicios, que pudieran ejercitarse contra la Universidad por terceros que vieran infringidos sus derechos por cualesquiera acciones derivadas de este acuerdo. En el supuesto de que la Universidad fuera condenada por infracción de

derechos derivada del material objeto del presente acuerdo, toda la responsabilidad será asumida por el Autor, desde la primera reclamación y ello con independencia de los derechos de repetición y resarcimiento.

III. Entrega y archivo en repositorio

Para hacer efectiva la cesión de los derechos establecidos anteriormente, el Autor entrega a la Universidad en soporte electrónico un ejemplar completo de la Obra, en formato digital, de acuerdo con las especificaciones indicadas por la Universidad conforme a sus procedimientos.

El Autor acepta que la Obra al que se refiere esta licencia sea archivada en el Repositorio Institucional de la Universidad San Jorge, sin ningún propósito comercial, y con fines principales de divulgación científica y docente. Particularmente, el Autor autoriza a la Universidad San Jorge a archivar una copia del mismo en el Repositorio antes mencionado con una Licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode.es>), o licencia que la pueda sustituir en el futuro con similar alcance y objetivos.

El Autor, en general, autoriza a que la Universidad San Jorge otorgue acceso abierto a la Obra, todo ello con el alcance y a los efectos indicados anteriormente.

La Universidad se compromete a divulgar la Obra a través del repositorio institucional. La Universidad únicamente pondrá a disposición de sus usuarios la Obra para uso privado y/o con fines de investigación y educación, pero no garantiza ni asume responsabilidad alguna para la forma y manera en que los usuarios hagan uso posterior de la Obra. La Universidad no tiene la intención de censurar ni de revisar la exactitud ni la adecuación de la Obra, ni podrá ser obligada a hacerlo, y en consecuencia, será en todo caso el Autor el responsable del contenido de la mencionada Obra.

IV. Cláusula especial para Tesis doctorales

Conforme a lo establecido en la normativa reguladora de los programas de Doctorado, una vez aprobada las tesis doctorales, la Universidad debe ocuparse de su archivo en formato electrónico abierto en un repositorio institucional y remitir, en formato electrónico, un ejemplar de la misma, así como toda la información complementaria que fuera necesaria al Ministerio de Educación a los efectos oportunos. En circunstancias excepcionales determinadas por la comisión académica del programa, como pueden ser, entre otras, la participación de empresas en el programa o Escuela, la existencia de convenios de confidencialidad con empresas o la posibilidad de generación de patentes que recaigan sobre el contenido de la tesis, las universidades habilitarán procedimientos para desarrollar los apartados indicados en la normativa que aseguren la no publicidad de estos aspectos.

Con la manifestación y garantía del Autor, expresada en el encabezamiento, de que la Obra consiste en una "Tesis", el Autor garantiza que la tesis ha sido redactada bajo un programa de Doctorado oficial de la Universidad y manifiesta conocer el contenido de la normativa sobre enseñanzas de doctorado, actualmente reguladas en el Real Decreto 99/2011, de 28 de enero.

Asimismo, el Autor garantiza que lo expresado en el apartado "circunstancias excepcionales" del encabezamiento se corresponde con lo determinado por la comisión académica correspondiente, conforme a la definición del término dada por la normativa especial de aplicación. Asimismo, el Autor garantiza que el periodo identificado como "embargo" indicado en el encabezamiento se corresponde con el periodo de demora excepcional en la publicación de la tesis doctoral durante los meses que se refieren, a contar desde la defensa y aprobación de la misma. El Autor se obliga a comunicar cualquier modificación de las circunstancias excepcionales, así como informar de nuevos periodos de embargo con antelación suficiente, a fin de evitar una difusión no deseada de la Obra.

V. Cláusula especial para Artículos

En el supuesto de que la Obra consista en un Artículo, el Autor garantiza que lo expresado en el apartado "circunstancias excepcionales" del encabezamiento se corresponde con una situación en la que una difusión en abierto de la Obra puede suponer un incumplimiento contractual o el incumplimiento de compromisos en materia de propiedad intelectual o industrial. Asimismo, el Autor garantiza que el periodo identificado como "embargo" indicado en el encabezamiento se corresponde con el periodo de demora excepcional en la publicación del Artículo durante los meses que se refieren, a contar desde la publicación del mismo. El Autor se obliga a comunicar cualquier modificación de las circunstancias excepcionales, así como informar de nuevos periodos de embargo con antelación suficiente, a fin de evitar una difusión no deseada de la Obra.

VI. Incumplimiento

En el caso de que se hiciera uso de la Obra de una manera contraria a lo previsto en este documento, la Universidad se obliga a adoptar con carácter inmediato todas las medidas necesarias para que se cese en la utilización.

Sin perjuicio de cualquier otro derecho que le pueda corresponder, la Universidad podrá dar por resuelto el presente acuerdo, y/o acordar la suspensión de los derechos cedidos el cumplimiento de las obligaciones establecidas, en el caso de que un tercero hiciera prevalecer cualquier derecho sobre la totalidad o una parte de la Obra, y el Autor no pudiera garantizar el ejercicio pacífico de los derechos que se ceden a la misma en virtud de este acuerdo. Estas actuaciones en ningún caso generarán responsabilidad alguna para la Universidad frente al Autor.

VII. Duración

El presente acuerdo entrará en vigor el día de su firma y tendrá la duración máxima que la ley reguladora de la propiedad intelectual otorga a los derechos de explotación.

VIII. Cesión a terceros

El Autor autoriza expresamente a la Universidad para ceder, en su caso, los derechos objeto del presente acuerdo a las entidades con las que la Universidad establezca convenios de colaboración para difundir las tesis en línea.

IX. Comunicaciones

A efectos de comunicaciones, servirán los datos de contacto indicados en el encabezamiento por el Autor. El Autor se obliga a mantener a la Universidad debidamente informada de cualquier modificación de sus datos de contacto. Los datos de contacto de la Universidad serán los que figuren en cada momento como domicilio estatutario, a la atención del "Servicio de Biblioteca".

X. Fuero aplicable

En caso de surgir alguna discrepancia en el alcance, interpretación y/o ejecución del presente acuerdo, las partes se someten a la competencia de los Juzgados y Tribunales de Zaragoza y sus superiores jerárquicos, con expresa renuncia a su fuero, de ser éste diferente.

Y en prueba de conformidad, el Autor suscribe el presente acuerdo redactado por la Universidad, en Villanueva de Gállego (Zaragoza), en la fecha indicada en el encabezamiento.

El Autor:	<u>Juan Rabal Pelay</u>
Nº Doc Id (DNI o equivalente):	<u>76924781Q</u>
Tlf. / Email:	<u>jrabal@usj.es</u>
Fecha:	<u>7/2/2024</u>

Firma:

