

Diplomado

Pilates en Alteraciones
de Miembro Inferior



tech universidad
tecnológica

Diplomado Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/pilates-alteraciones-miembro-inferior

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología

pág. 20

06

Titulación

pág. 28

01

Presentación

El Método Pilates es más que un simple régimen de ejercicios, es también una actividad física que fomenta el fortalecimiento y acondicionamiento de la mente además de potenciar el equilibrio y estiramiento corporal. De acuerdo a la importancia y al auge de esta disciplina en las últimas décadas, TECH ha creado este programa académico orientado a los profesionales del mundo del deporte brindándoles una completa puesta al día en torno a alteraciones del Miembro Inferior y su abordaje a través de los diferentes ejercicios de esta disciplina. Todo esto con un formato pedagógico 100% online, con contenido didáctico multimedia de alta calidad, elaborado por un equipo de docentes experimentado en Fisioterapia. Una oportunidad única a través de la institución académica digital más grande del mundo.





“

Este Diplomado está orientado a especialistas del deporte como tú, donde potenciará tus conocimientos en Patologías de Cadera, Rodilla y Tobillo”

En el ámbito deportivo las extremidades inferiores son el balance, estabilidad y el eje esencial para darle inicio y continuidad a un movimiento técnico que deba ejercer el cuerpo. Por ende, múltiples partes de esta zona están expuestas a roturas o traumas de acuerdo a la exigencia y fatiga del mismo. De esta forma, el Pilates y por consiguiente la flexibilidad han sido esenciales en la prevención de lesiones. Al incorporar esta disciplina en diferentes actividades deportivas ha sido de gran importancia para los atletas en fase de recuperación y rehabilitación física.

De esta forma, las diferentes investigaciones y estudios realizados en este campo han continuado avanzando logrando llevar el Método Pilates a ser parte importante en las grandes hazañas de los deportistas más importantes del mundo. Dada la trascendencia de esta disciplina, TECH ha decidido desarrollar este Diplomado, que brindará al profesional actualizaciones en torno al Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior.

El alumnado potenciará sus habilidades relacionadas con la adecuación de protocolos en ejercicios específicos para el proceso de recuperación de las lesiones, así como los ejercicios en Máquinas y con Implementos. Un programa que cuenta con el apoyo de un equipo docente especializado y a la vez, acompañado de un contenido multimedia de calidad que ofrece dinamismo y comodidad con la modalidad online.

Asimismo, TECH hace énfasis en el confort y en la excelencia, es por eso que este programa ofrece la actualización más completa y de mayor calidad, siendo así una titulación de gran flexibilidad al necesitar el alumnado tan sólo de un dispositivo con conexión a internet para acceder fácilmente a la plataforma virtual desde la comodidad del sitio en donde esté.

Este **Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Fisioterapia y Pilates
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



El Pilates es tan importante en las disciplinas deportivas que ahondarás en conceptos como la estabilidad, flexibilidad y fortalecimiento muscular”

“

Si deseas estar a la vanguardia en el Método Pilates, con TECH podrás hacerlo llevándote las actualizaciones más completas de sector”

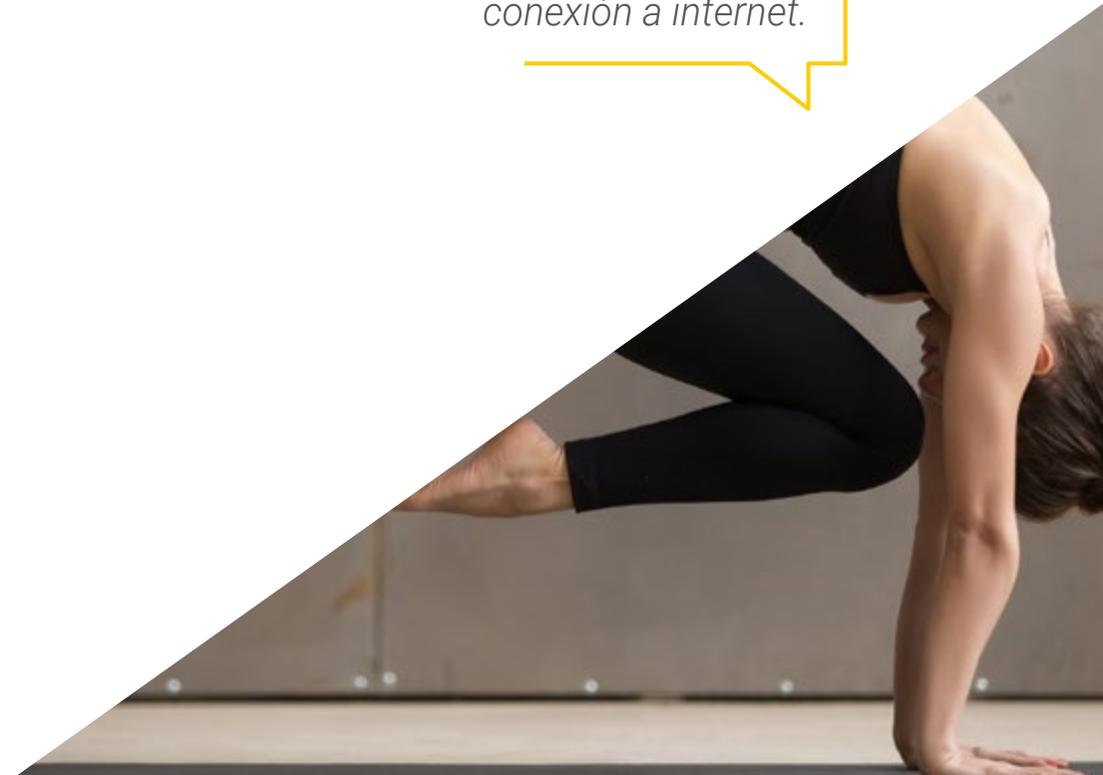
El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

Potenciarás tus competencias relacionadas a los atrapamientos nerviosos en el Miembro Inferior.

TECH aporta confort con su flexibilidad horaria y el acceso a su plataforma virtual desde un dispositivo electrónico con conexión a internet.



02

Objetivos

Este Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior ha sido desarrollado principalmente para otorgarle al especialista las más recientes novedades en el campo de las Ciencias del Deporte. Por ende, TECH aporta diferentes herramientas de innovación tecnológica, asegurando con éxito el proceso y finalización del programa. Al culminar este programa, el egresado habrá realizado una efectiva puesta al día mediante casos de estudio que le permitirá integrar los ejercicios más adecuados para cada afección.





“

Con las herramientas tecnológicas que TECH te brinda lograrás con éxito culminar tu proceso de actualización en torno al Método Pilates”



Objetivos generales

- ♦ Potenciar el conocimiento y las competencias profesionales de la práctica y la enseñanza de los ejercicios del método Pilates en suelo, en las diferentes máquinas y con implementos
- ♦ Diferenciar las aplicaciones de los ejercicios Pilates y las adaptaciones a realizar para cada paciente
- ♦ Establecer un protocolo de ejercicios adaptados a la sintomatología y patología de cada paciente
- ♦ Delimitar las progresiones y regresiones de los ejercicios en función de las distintas fases en el proceso de recuperación de una lesión
- ♦ Evitar los ejercicios contraindicados en función de la valoración previa realizada a los pacientes y clientes
- ♦ Manejar en profundidad los aparatos utilizados en el Método Pilates
- ♦ Aportar la información necesaria para ser capaz buscar información científica y actualizada de los tratamientos con Pilates aplicables a las diferentes patologías
- ♦ Analizar las necesidades y mejoras de equipamiento Pilates en un espacio terapéutico destinado al ejercicio Pilates
- ♦ Desarrollar acciones que mejoren la efectividad de los ejercicios Pilates basados en los principios del método
- ♦ Realizar de manera correcta y analítica los ejercicios basados en el Método Pilates
- ♦ Analizar los cambios fisiológicos y posturales que afectan a la mujer embarazada
- ♦ Diseñar ejercicios adaptados a la mujer en el transcurso del embarazo hasta el parto
- ♦ Describir la aplicación del Método Pilates en deportistas de alto nivel





Objetivos específicos

- Detectar características distintivas de cada lesión
- Abordar las alteraciones mediante ejercicios basados en el Método Pilates
- Adecuar protocolos de ejercicios específicos para el proceso de recuperación de las lesiones



Durante el desarrollo del programa académico encontrarás contenido relacionado a ejercicios indicados en Mat, en Máquinas y con Implementos”

03

Dirección del curso

TECH tiene el propósito de ofrecerle al profesional la más alta calidad de contenido. Para eso otorga en cada uno de sus programas las herramientas didácticas más innovadoras, permitiendo desarrollar con éxito el desarrollo en cada una de sus titulaciones. De esta forma, el egresado tendrá acceso a un material especialmente diseñado por un cuerpo docente especializado en Fisioterapia manual en el aparato locomotor, rehabilitación, recuperación y readaptación deportiva. Su amplia experiencia y su profundo conocimiento le permitirá al egresado resolver dudas o responder a las preguntas que se generen en el transcurso del programa.



“

Si quieres una actualización de alto nivel, hazlo con el mejor cuadro docente especializado en Pilates Rehabilitación”

Dirección



D. González Arganda, Sergio

- ♦ Fisioterapeuta del Atlético de Madrid Club de Fútbol
- ♦ CEO Físio Domicilio Madrid
- ♦ Docente en el Máster de Preparación Física y Readaptación Deportiva en Fútbol
- ♦ Docente en el Experto Universitario Pilates Clínico
- ♦ Docente en el Máster de Biomecánica y Fisioterapia Deportiva
- ♦ Máster en Osteopatía del Aparato Locomotor por la Escuela de Osteopatía de Madrid
- ♦ Máster Universitario en Biomecánica Aplicada a la Valoración del Daño y Técnicas Avanzadas en Fisioterapia
- ♦ Experto en Pilates y Rehabilitación por la Real Federación Española de Gimnasia
- ♦ Graduado en Fisioterapia por la Universidad Pontificia de Comillas

Profesores

D. Pérez Costa, Eduardo

- ♦ CEO de Move2Be Fisioterapia y Readaptación
- ♦ Fisioterapeuta autónomo, tratamiento a domicilio en Madrid
- ♦ Fisioterapeuta Clínica Natal San Sebastián de los Reyes
- ♦ Readaptador deportivo del Club Baloncesto Zona Press
- ♦ Fisioterapeuta en el filial de la UD Sanse
- ♦ Fisioterapeuta a pie de campo con la Fundación Marcet
- ♦ Fisioterapeuta en clínica Pascual & Muñoz
- ♦ Fisioterapeuta en la clínica Físio Life Plus
- ♦ Máster en Fisioterapia manual en el aparato locomotor en la Universidad de Alcalá
- ♦ Grado en Fisioterapia por la Universidad de Alcalá



04

Estructura y contenido

Esta titulación universitaria ha sido desarrollada y pensada de acuerdo a las más recientes investigaciones del campo deportivo, estableciendo un plan de estudios que aporta un gran contenido sobre el Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior. Este Diplomado está orientado a proporcionar al experto un contenido especializado y exclusivo referente al análisis de la cadena antero-lateral y postero-medial del Miembro Inferior. Todo esto, mediante las múltiples herramientas multimedia que ofrecen dinamismo y un mayor atractivo a esta titulación universitaria.





“

Esta titulación está enfocada en proporcionarte múltiples contenidos de valor como lo son las Patologías frecuentes susceptibles de tratamiento con Pilates”

Módulo 1. Pilates en las alteraciones del Miembro Inferior

- 1.1. Recuerdo anatómico básico
 - 1.1.1. Osteología del Miembro Inferior
 - 1.1.2. Miología del Miembro Inferior
 - 1.1.3. Biomecánica del Miembro Inferior
 - 1.1.4. Buenas practicas
- 1.2. Patologías frecuentes susceptibles de tratamiento con Pilates
 - 1.2.1. Patologías del crecimiento
 - 1.2.2. Patologías en el deportista
 - 1.7.3. Otro tipo de patologías
 - 1.7.4. Conclusiones
- 1.3. Ejercicios indicados en Mat, en Máquinas y con Implementos. Protocolo general
 - 1.3.1. Ejercicios de disociación
 - 1.3.2. Ejercicios de movilización
 - 1.3.3. Ejercicios de fortalecimiento
 - 1.3.4. Ejercicios funcionales
- 1.4. Patología de la Cadera
 - 1.4.1. Patología articular
 - 1.4.2. Patología músculo tendinosa
 - 1.4.3. Patología quirúrgica. Prótesis
 - 1.4.4. Ejercicios de Cadera
- 1.5. Patología de la Rodilla
 - 1.5.1. Patología articular
 - 1.5.2. Patología músculo tendinosa
 - 1.5.3. Patología quirúrgica. Prótesis
 - 1.5.4. Ejercicios de Rodilla
- 1.6. Patología del Tobillo
 - 1.6.1. Patología articular
 - 1.6.2. Patología músculo tendinosa
 - 1.6.3. Patología quirúrgica
 - 1.6.4. Ejercicios de Tobillo





- 1.7. Patología del Pie
 - 1.7.1. Patología articular y fascial
 - 1.7.2. Patología músculo tendinosa
 - 1.7.3. Patología quirúrgica
 - 1.7.4. Ejercicios Pie
- 1.8. Atrapamientos nerviosos en el Miembro Inferior
 - 1.8.1. Plexo braquial
 - 1.8.2. Nervios periféricos
 - 1.8.3. Tipo de patología
 - 1.8.4. Ejercicios para atrapamientos nerviosos en el Miembro Inferior
- 1.9. Análisis de la cadena antero-lateral del Miembro Inferior
 - 1.9.1. Qué es la cadena antero-lateral y qué importancia tiene en el paciente
 - 1.9.2. Aspectos importantes para la valoración
 - 1.9.3. Relación de la cadena con patología ya descrita
 - 1.9.4. Ejercicios de trabajo sobre la cadena antero-lateral
- 1.10. Análisis de la cadena postero-medial del Miembro Inferior
 - 1.10.1. Qué es la cadena postero-medial y que importancia tiene en el paciente
 - 1.10.2. Aspectos importantes para la valoración
 - 1.10.3. Relación del complejo con patología ya descrita
 - 1.10.4. Ejercicios de trabajo sobre la cadena postero-medial



Con TECH obtendrás y potenciarás competencias para realizar ejercicios de Pilates que trabajen el Plexo braquial y los nervios periféricos”

05

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning.**

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine.***





“

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”

Estudio de Caso para contextualizar todo el contenido

Nuestro programa ofrece un método revolucionario de desarrollo de habilidades y conocimientos. Nuestro objetivo es afianzar competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia.

“

Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo”



Accederás a un sistema de aprendizaje basado en la reiteración, con una enseñanza natural y progresiva a lo largo de todo el temario.



El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales.

Un método de aprendizaje innovador y diferente

El presente programa de TECH es una enseñanza intensiva, creada desde 0, que propone los retos y decisiones más exigentes en este campo, ya sea en el ámbito nacional o internacional. Gracias a esta metodología se impulsa el crecimiento personal y profesional, dando un paso decisivo para conseguir el éxito. El método del caso, técnica que sienta las bases de este contenido, garantiza que se sigue la realidad económica, social y profesional más vigente.

“ *Nuestro programa te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera* ”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores facultades del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? Esta es la pregunta a la que nos enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos reales. Deberán integrar todos sus conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones.

Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

En 2019, obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online en español en el mundo.

En TECH se aprende con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los directivos del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina Relearning.

Nuestra universidad es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019, conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores de la mejor universidad online en español.





En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica. Con esta metodología se han capacitado a más de 650.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes en ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas, las ciencias del deporte, la filosofía, el derecho, la ingeniería, el periodismo, la historia o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.

A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes y los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, los diferentes elementos de nuestro programa están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional.

Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarán actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





Case studies

Completarán una selección de los mejores casos de estudio elegidos expresamente para esta situación. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



06

Titulación

El Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este **Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad Tecnológica**.

El título expedido por **TECH Universidad Tecnológica** expresará la calificación que haya obtenido en el Diplomado, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las Bolsas de Trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior**

N.º Horas Oficiales: **150 h.**



*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



Diplomado
Pilates en Alteraciones
de Miembro Inferior

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Pilates en Alteraciones
de Miembro Inferior

