

Curso Universitario

Método Pilates para Enfermería





Curso Universitario Método Pilates para Enfermería

- » Modalidad: online
- » Duración: 12 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 12 ECTS
- » Dedicación: 16h/semana
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtitute.com/enfermeria/curso-universitario/metodo-pilates-enfermeria

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología

pág. 22

06

Titulación

pág. 30

01

Presentación

El Método Pilates en el sector de la Enfermería tiene un enfoque directamente hacia la salud y el bienestar del paciente mediante el ejercicio físico. En este caso, esta disciplina va dirigida hacia deportistas que han salido de una intervención quirúrgica y deben asistir a rehabilitación. De acuerdo a la relevancia que tiene este subcampo de estudio, se ha abierto este programa académico el cual pretende proporcionar al profesional en Enfermería un contenido de los más altos estándares referente a potenciar el conocimiento y las competencias profesionales de la práctica y la enseñanza de los ejercicios del método Pilates. Todo esto en un formato pedagógico 100% online y con un equipo de docentes del máximo nivel.



“

TECH te aporta un gran contenido con énfasis en el Método Pilates de los más altos estándares académicos”

El Método Pilates se ha desarrollado y ha dado lugar a una gran cantidad de estilos y aplicaciones distintas. De esta forma se ha posicionado como una de las disciplinas más importantes y famosas del mundo, donde ha revolucionado las técnicas de entrenamiento y de rehabilitación física. Así, los profesionales han enfocado sus esfuerzos y sus estudios en perfeccionar los métodos de recuperación del paciente según su patología. Con el tiempo lo han logrado, integrando movimientos e implementos basados en el Pilates, consiguiendo excelentes resultados en millones de pacientes.

En este sentido, la investigación en este campo ha dado grandes pasos al frente mejorando las técnicas de recuperación y dejando claro que los profesionales en Enfermería deben continuar a la vanguardia en esta área del conocimiento. De este modo, este Curso Universitario ofrecerá al profesional actualizaciones en torno al Método Pilates desde el enfoque en aspectos terapéuticos.

El alumnado reforzará sus conocimientos en puntos importantes relacionados con la diferenciación en las aplicaciones de los ejercicios Pilates y las adaptaciones a realizar para cada paciente. Este es un programa que integra a un cuerpo docente de amplio bagaje junto con un material multimedia de alta calidad que ofrece dinamismo y comodidad con la modalidad online.

De esta forma, TECH piensa en el confort y en la excelencia, por lo que este programa ofrece la actualización más completa y de altos estándares, siendo así una titulación de gran flexibilidad al necesitar 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 **Curso Universitario en Método Pilates para Enfermería** 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 especialistas en 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



La más completa actualización sobre el Método Pilates para Enfermería solo te lo podrá ofrecer TECH

“

Con este programa contarás con el apoyo de un equipo profesional ampliamente cualificado y, además, podrás acceder a decenas de horas de contenido audiovisual innovador”

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.

Actualiza tus conocimientos relacionados con la historia del Pilates y sus antecedentes en pacientes con el mejor contenido teórico, práctico y adicional.

En esta titulación universitaria sólo necesitarás de un dispositivo con conexión a internet para acceder a la plataforma virtual.



02 Objetivos

Este Curso Universitario en Método Pilates para Enfermería ha sido desarrollado primordialmente para proporcionar al profesional las novedades en el campo de la Enfermería. Por eso, TECH ofrece una variedad de herramientas de innovación tecnológica, garantizando con éxito el desarrollo del programa. Al terminar este programa, el alumno habrá fortalecido sus competencias en delimitar las progresiones y regresiones de los ejercicios en función de las distintas fases en el proceso de recuperación de una lesión.



“

Con TECH desarrollarás tu titulación universitaria de forma óptima con el apoyo de herramientas de innovación académica”



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





Objetivos específicos

Módulo 1. El Método Pilates

- ♦ Ahondar en los antecedentes del Pilates
- ♦ Profundizar en la historia del Pilates
- ♦ Describir la metodología del Pilates

Módulo 2. Fundamentos del Método Pilates

- ♦ Profundizar en los fundamentos del Pilates
- ♦ Identificar los ejercicios más relevantes
- ♦ Explicar las posiciones de Pilates a evitar

“

Uno de los objetivos de TECH es que logres alcanzar tus metas con el programa de Método Pilates en Enfermería más avanzado”



03

Dirección del curso

TECH ofrece una actualización de élite para el egresado que cursa sus titulaciones gracias a los recursos didácticos que acompañan con éxito el desarrollo de cada uno de sus programas académicos. En este sentido, el especialista tendrá acceso a un material diseñado por un equipo profesional especializado en Osteopatía, Osteopatía del Aparato Locomotor y protocolos rehabilitadores. Su amplia experiencia y su profundo conocimiento le permitirá resolver las dudas que se generen durante el transcurso del programa.



“

TECH integra un cuadro docente altamente cualificado y especializado en Biomecánica aplicada a la Valoración del Daño y Técnicas Avanzadas en Fisioterapia”

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

Dña. Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Fisioterapeuta en Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Keiki Fisioterapia
- ♦ Fisioterapeuta en Jemed Importaciones

D. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Fisioterapeuta en clínica Lagasca
- ♦ Fisioterapeuta en Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Club de Rugby Veterinaria



04

Estructura y contenido

Este programa ha sido pensado y orientado de acuerdo a las más recientes investigaciones del campo de la Enfermería, estableciendo un plan de estudios que ofrece un gran contenido sobre el Método Pilates para Enfermería. Este Curso Universitario está guiado para proporcionar un contenido exclusivo y avanzado referente a Pilates Clásico vs. Contemporáneo/Moderno. Todo esto, mediante las varias herramientas multimedia que ofrecen dinamismo y un mayor atractivo a esta titulación universitaria.





“

*Un plan de estudios realizado por expertos
y un contenido de altos estándares con énfasis
en Pilates Terapéutico”*

Módulo 1. Método Pilates

1. 1. Joseph Pilates
 - 1.1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.2. Libros y postulados
 - 1.1.3. Legado
 - 1.1.4. Origen ejercicio personalizado
- 1.2. Antecedentes del Método Pilates
 - 1.2.1. Referencias
 - 1.2.2. Evolución
 - 1.2.3. Situación actual
 - 1.2.4. Conclusiones
- 1.3. Evolución del Método
 - 1.3.1. Mejoras y modificaciones
 - 1.3.2. Aportaciones al método Pilates
 - 1.3.3. Pilates Terapéutico
 - 1.3.4. Pilates y Actividad Física
- 1.4. Principios Método Pilates
 - 1.4.1. Definición de los principios
 - 1.4.2. Evolución de los principios
 - 1.4.3. Niveles de progresión
 - 1.4.4. Conclusiones
- 1.5. Pilates Clásico versus Contemporáneo/Moderno
 - 1.5.1. Puntos clave en el Pilates Clásico
 - 1.5.2. Análisis Pilates moderno/ Clásico
 - 1.5.3. Aportaciones del Pilates Moderno
 - 1.5.4. Conclusiones
- 1.6. Pilates Suelo y Pilates Máquinas
 - 1.6.1. Fundamentos en Pilates Suelo
 - 1.6.2. Evolución Pilates suelo
 - 1.6.3. Fundamentos en Pilates Máquinas
 - 1.6.4. Evolución en Pilates Maquinas





- 1.7. Evidencias científicas
 - 1.7.1. Revistas científicas relacionadas con Pilates
 - 1.7.2. Tesis doctorales sobre Pilates
 - 1.7.3. Publicaciones de Pilates
 - 1.7.4. Aplicaciones para Pilates
- 1.8. Orientaciones del Método Pilates
 - 1.8.1. Tendencias Nacionales
 - 1.8.2. Tendencias internacionales
 - 1.8.3. Análisis de las tendencias
 - 1.8.4. Conclusiones
- 1.9. Las Escuelas
 - 1.9.1. Escuelas de Formación de Pilates
 - 1.9.2. Revistas
 - 1.9.3. Evolución escuelas Pilates
 - 1.9.4. Conclusiones
- 1.10. Las Asociaciones y federaciones de Pilates
 - 1.10.1. Definiciones
 - 1.10.2. Aportaciones
 - 1.10.3. Objetivos
 - 1.10.4. PMA

Módulo 2. Fundamentos del Método Pilates

- 2.1. Los diferentes conceptos sobre el método
 - 2.1.1. Los conceptos según Joseph Pilates
 - 2.1.2. Evolución de los conceptos
 - 2.1.3. Generaciones posteriores
 - 2.1.4. Conclusiones
- 2.2. La Respiración
 - 2.2.1. Los diferentes tipos de respiración
 - 2.2.2. Análisis tipos de respiración
 - 2.2.3. Los efectos de la respiración
 - 2.2.4. Conclusiones

- 2.3. La pelvis como centro de estabilidad y del movimiento
 - 2.3.1. El Core de Joseph Pilates
 - 2.3.2. El Core científico
 - 2.3.3. Fundamento anatómico
 - 2.3.4. Core en los procesos de recuperación
- 2.4. La organización de la cintura escapular
 - 2.4.1. Repaso anatómico
 - 2.4.2. Biomecánica de la cintura escapular
 - 2.4.3. Aplicaciones en Pilates
 - 2.4.4. Conclusiones
- 2.5. La organización del movimiento del miembro inferior
 - 2.5.1. Repaso anatómico
 - 2.5.2. Biomecánica del miembro inferior
 - 2.5.3. Aplicaciones en Pilates
 - 2.5.4. Conclusiones
- 2.6. La articulación de la columna vertebral
 - 2.6.1. Repaso anatómico
 - 2.6.2. Biomecánica de la columna
 - 2.6.3. Aplicaciones en Pilates
 - 2.6.4. Conclusiones
- 2.7. Los alineamientos de los segmentos corporales
 - 2.7.1. La postura
 - 2.7.2. La postura en Pilates
 - 2.7.3. Los alineamientos segmentarios
 - 2.7.4. Las cadenas musculares y fasciales
- 2.8. La integración funcional
 - 2.8.1. Concepto de integración funcional
 - 2.8.2. Implicaciones en diferentes actividades
 - 2.8.3. La tarea
 - 2.8.4. El contexto





- 2.9. Fundamentos del Pilates Terapéutico
 - 2.9.1. Historia del Pilates Terapéutico
 - 2.9.2. Conceptos en el Pilates Terapéutico
 - 2.9.3. Criterios en Pilates Terapéutico
 - 2.9.4. Ejemplos de lesiones o patologías
- 2.10. Pilates clásico y Pilates terapéutico
 - 2.10.1. Diferencias entre ambos métodos
 - 2.10.2. Justificación
 - 2.10.3. Progresiones
 - 2.10.4. Conclusiones

“*Este programa académico está diseñado con el propósito de otorgarle al egresado competencias referentes a Los alineamientos de los segmentos corporales”*

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”

En TECH Nursing School empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación concreta, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los enfermeros aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

Con TECH los enfermeros experimentan una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional de la enfermería.

“

¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los enfermeros que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al profesional de la enfermería una mejor integración del conocimiento en el ámbito hospitalario o de atención primaria.
1. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



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.



El enfermero(a) aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.

Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 175.000 enfermeros con un éxito sin precedentes en todas las especialidades con independencia de la carga práctica.

Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 41.5 años.

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

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.

La puntuación global que obtiene el sistema de aprendizaje de TECH es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

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

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Técnicas y procedimientos de enfermería en vídeo

Te acercamos a las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos, al primer plano de la actualidad en técnicas y procedimientos de enfermería. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para tu asimilación y comprensión. Y lo mejor, puedes verlos las veces que quieras.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales..., en nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, te presentaremos los desarrollos de casos reales en los que el experto te guiará a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos: para que compruebes cómo vas consiguiendo tus metas.



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 nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

Te ofrecemos los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudarte a progresar en tu aprendizaje.



06

Titulación

El Curso Universitario en Método Pilates para Enfermería garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

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

Este **Curso Universitario en Método Pilates para Enfermería** 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 **Curso Universitario** emitido por **TECH Universidad Tecnológica**.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua del profesional y aporta un alto valor curricular universitario a su formación, y es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Título: **Curso Universitario en Método Pilates para Enfermería**

ECTS: **12**

N.º Horas Oficiales: **300 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.



Curso Universitario Método Pilates para Enfermería

- » Modalidad: online
- » Duración: 12 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 12 ECTS
- » Dedicación: 16h/semana
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Curso Universitario

Método Pilates para Enfermería

