

Experto Universitario

Método Pilates en Máquina para Enfermería



Experto Universitario Método Pilates en Máquina para Enfermería

- » Modalidad: online
- » Duración: 3 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 18 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtute.com/enfermeria/experto-universitario/experto-metodo-pilates-maquina-enfermeria



Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 18

05

Metodología de estudio

pág. 24

06

Titulación

pág. 34

01 Presentación

La evolución del Método Pilates ha llevado a la integración en sus sesiones de diferentes equipamientos que favorecen el trabajo específico de determinados músculos y partes del cuerpo. Una actividad con un gran componente terapéutico que cada vez más despierta el interés por los sanitarios que la incluyen en su praxis asistencial. Por esta razón, TECH ha diseñado esta titulación 100% online que proporciona al egresado una actualización de sus competencias en torno a esta disciplina, los diferentes tipos de dispositivos empleados y su uso en pacientes que practican diferentes modalidades deportivas. Un programa con una perspectiva teórico-práctica y el mejor material didáctico, elaborado por un excelente equipo de especialistas en este campo.



“

*Un Experto Universitario en Método Pilates en
Máquina que se adapta a tu agenda diaria y a tus
responsabilidades profesionales más exigentes”*

La propia evolución y desarrollo del Método Pilates ha propiciado el diseño y la creación de máquinas que permiten ejecutar sus ejercicios en diferentes equipamientos. De esta forma, esta disciplina amplía su terapéutica y adaptación a las diversas patologías existentes. Ante esta realidad, los profesionales sanitarios muestran un mayor interés para su inclusión en su praxis diaria.

Ante esta realidad, esta institución académica ha decidido desarrollar este Experto Universitario que ofrece a los profesionales de Enfermería una puesta al día efectiva en torno a esta actividad física y el uso de los diferentes dispositivos existentes. Todo esto, a lo largo de 3 meses de contenido avanzado y con un método *Relearning*, que favorece la asimilación de los conceptos clave de forma más sencilla y sin invertir largas horas al estudio.

Se trata de un programa que llevará al egresado a actualizar sus competencias en torno a los fundamentos terapéuticos, los diferentes usos del Reformer, Reformer, el Cadillac o Trapeze table, la silla, el Barril, el modelo "Combo", el aro flexible y el Spine Corrector. Además, gracias a las herramientas pedagógicas innovadoras ahondará de forma mucho más ágil en los diversos ejercicios idóneos para futbolistas, baloncestistas, golfistas o nadadores, entre otros.

Una efectiva puesta al día a través de una experiencia académica única, que se adapta a las necesidades reales de los profesionales sanitarios. Por esta razón, esta titulación universitaria presenta una metodología exclusiva online, sin clases con horarios encorsetados y con acceso las 24 horas del día, desde cualquier dispositivo electrónico con conexión a internet. De igual forma, podrá formar parte de una serie de *Masterclasses* exclusiva ofrecida por un reconocido docente internacional para enriquecer su desarrollo académico.

Este **Experto Universitario en Método Pilates en Máquina para Enfermería** contiene el programa universitario 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



Participa en esta Experto Universitario y sus Masterclasses exclusivas, ofrecida por un docente de renombre internacional y lleva tu carrera en enfermería al siguiente nivel

“

Si tienes un dispositivo móvil con conexión a internet podrás acceder en cualquier momento del día al temario de esta titulación universitaria”

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.

En tan solo 3 meses estarás al día de los diferentes ejercicios de Pilates realizables con Foam roller, Fit Ball o Spine Corrector.

Ahonda a través del mejor material didáctico en el Método Pilates como método de prevención de lesiones en deportistas.



02

Objetivos

Esta propuesta universitaria ha sido creada para ofrecer al profesional de la Enfermería de una completa puesta al día sobre el Método Pilates en Máquina. De este modo, el egresado al concluir las 450 horas lectivas habrá elevado sus competencias para la asistencia del paciente en el uso de los diferentes equipamientos, atendiendo a su patología y zona del cuerpo que desee trabajar para fortalecer, recuperar movilidad o flexibilidad. Todo, además, a través del mejor contenido didáctico.



“

Gracias a los casos de estudio conseguirás un acercamiento a situaciones clínicas donde el Pilates en Máquina ha resultado efectivo”



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

Módulo 1. El gimnasio Pilates

- ♦ Describir el espacio donde se realiza Pilates
- ♦ Estar al tanto de las máquinas para hacer Pilates
- ♦ Exponer protocolos y progresiones de ejercicios

Módulo 2. Fundamentos del método Pilates

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

Módulo 3. Pilates en el deporte

- ♦ Identificar las lesiones más frecuentes de cada deporte
- ♦ Indicar los factores de riesgo que predisponen a la lesión
- ♦ Seleccionar ejercicios basados en el Método Pilates adaptados a cada deporte



Ahondarás en la relevancia de la pelvis como centro de estabilidad del cuerpo y su relación con el Core desde la óptica del Método Pilates”



03

Dirección de curso

Esta titulación universitaria ha sido diseñada por Fisioterapeutas con una vasta experiencia en este campo y en Método Pilates. Esto queda patente en un temario que le permitirá al alumnado obtener una actualización completa sobre el uso de máquinas en esta disciplina. Así, además, del dominio de esta actividad física por parte del profesorado, el alumnado encontrará en este Experto Universitario a un profesorado cercano con el que resolver cualquier duda que tenga sobre el contenido de este programa.



“

*Estás ante una titulación universitaria
creada por grandes expertos en Pilates
y en Fisioterapia”*

Director Invitado Internacional

El Doctor Edward Laskowski es una figura destacada internacional en el campo de la **Medicina Deportiva** y la **Rehabilitación Física**. Certificado por la **Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación**, ha sido una parte integral del prestigioso personal de la **Clínica Mayo**, donde se ha desempeñado como **Director del Centro de Medicina Deportiva**.

Asimismo, su experiencia abarca una amplia gama de disciplinas, desde la **Medicina Deportiva**, hasta el **Fitness** y el **Entrenamiento de Fuerza y Estabilidad**. Así, ha trabajado en estrecha colaboración con un equipo multidisciplinario de especialistas en **Medicina Física, Rehabilitación, Ortopedia, Fisioterapia y Psicología Deportiva**, para proporcionar un enfoque integral en el cuidado de sus pacientes.

Igualmente, su influencia se extiende más allá de la **práctica clínica**, ya que ha sido reconocido **nacional e internacionalmente** por sus contribuciones al mundo del **deporte** y la **salud**. De esta forma, fue nombrado por el presidente **George W. Bush** para el **Consejo del Presidente sobre Aptitud Física y Deportes**, y galardonado con un **Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos**, subrayando su compromiso con la promoción de **estilos de vida saludables**.

Además, ha sido un elemento clave en **eventos deportivos** de renombre, como los **Juegos Olímpicos de Invierno (2002)**, en **Salt Lake City**, y el **Maratón de Chicago**, proporcionando **atención médica** de calidad. A esto hay que sumar su dedicación a la **divulgación**, que ha quedado reflejada en su extenso trabajo en la creación de **recursos académicos**, incluido el **CD-ROM** de la **Clínica Mayo** sobre **Deportes, Salud y Fitness**, así como su papel como **Editor Contribuyente** del libro *"Mayo Clinic Fitness for Everybody"*. Con una pasión por desterrar mitos y proporcionar información precisa y actualizada, el Doctor Edward Laskowski continúa siendo una voz influyente en la **Medicina Deportiva** y el **Fitness** mundial.



Dr. Laskowski, Edward

- Director del Centro de Medicina Deportiva de la Clínica Mayo, Estados Unidos
- Médico Consultor en la Asociación de Jugadores de la Liga Nacional de Hockey, Estados Unidos
- Médico en la Clínica Mayo, Estados Unidos
- Miembro del Policlínico Olímpico en los Juegos Olímpicos de Invierno (2002), Salt Lake City
- Especialista en Medicina Deportiva, *Fitness*, Entrenamiento de Fuerza y Entrenamiento de Estabilidad
- Certificado por la Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación
- Editor Contribuyente del libro *"Mayo Clinic Fitness for EveryBody"*
- Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos
- Miembro de: *American College of Sports Medicine*

“

Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”

Dirección



D. González Arganda, Sergio

- ♦ Fisioterapeuta del Atlético de Madrid Club de Fútbol
- ♦ CEO Fisio 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 Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Keiki Fisioterapia
- ♦ Fisioterapeuta en Jemed Importaciones

D. Longás de Jesús, Antonio

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



04

Estructura y contenido

Esta titulación universitaria ha sido diseñada para ofrecer al enfermero un recorrido académico intensivo sobre el Método Pilates en Máquina. Para ello, el egresado profundizará en los diferentes equipamientos existentes, los fundamentos de esta disciplina, así como su aplicación en deportistas de diferentes modalidades deportivas. Todo esto, además, apoyado por numeroso material didáctico complementario, accesible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



“

El método Relearning te llevará a afianzar los conceptos de forma sencilla y eficaz, reduciendo las largas horas de estudio y memorización”

Módulo 1. El gimnasio/estudio Pilates

- 1.1. El Reformer
 - 1.1.1. Introducción al Reformer
 - 1.1.2. Beneficios del Reformer
 - 1.1.3. Principales ejercicios en el Reformer
 - 1.1.4. Principales errores en el Reformer
- 1.2. El Cadillac o Trapeze table
 - 1.2.1. Introducción al Cadillac
 - 1.2.2. Beneficios del Cadillac
 - 1.2.3. Principales ejercicios en el Cadillac
 - 1.2.4. Principales errores en el Cadillac
- 1.3. La silla
 - 1.3.1. Introducción a la silla
 - 1.3.2. Beneficios de la silla
 - 1.3.3. Principales ejercicios en la silla
 - 1.3.4. Principales errores en la silla
- 1.4. El Barril
 - 1.4.1. Introducción al Barril
 - 1.4.2. Beneficios del Barril
 - 1.4.3. Principales ejercicios en el Barril
 - 1.4.4. Principales errores en el Barril
- 1.5. Modelos "Combo"
 - 1.5.1. Introducción al modelo Combo
 - 1.5.2. Beneficios del modelo Combo
 - 1.5.3. Principales ejercicios en el modelo Combo
 - 1.5.4. Principales errores en el modelo Combo
- 1.6. El aro flexible
 - 1.6.1. Introducción al aro flexible
 - 1.6.2. Beneficios del aro flexible
 - 1.6.3. Principales ejercicios en el aro flexible
 - 1.6.4. Principales errores en el aro flexible

- 1.7. El Spine Corrector
 - 1.7.1. Introducción al Spine corrector
 - 1.7.2. Beneficios del Spine corrector
 - 1.7.3. Principales ejercicios en el Spine corrector
 - 1.7.4. Principales errores en el Spine corrector
- 1.8. Los Implementos adaptados al método
 - 1.8.1. Foam roller
 - 1.8.2. Fit Ball
 - 1.8.4. Bandas elásticas
 - 1.8.5. Bosu
- 1.9. El espacio
 - 1.9.1. Preferencias de equipamiento
 - 1.9.2. El espacio Pilates
 - 1.9.3. Instrumental de pilates
 - 1.9.4. Buenas prácticas en cuanto al espacio
- 1.10. El entorno
 - 1.10.1. Concepto del entorno
 - 1.10.2. Características de diferentes entornos
 - 1.10.3. Elección de entorno
 - 1.10.4. Conclusiones

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

Módulo 3. Pilates en el deporte

- 3.1. Fútbol
 - 3.1.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.1.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.1.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.1.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 3.2. Deportes de raqueta
 - 3.2.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.2.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.2.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.2.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 3.3. Baloncesto
 - 3.3.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.3.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.3.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.3.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 3.4. Balonmano
 - 3.4.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.4.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.4.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.4.4. Ejemplo en deportistas de élite

- 3.5. Golf
 - 3.5.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.5.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.5.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.5.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 3.6. Natación
 - 3.6.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.6.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.6.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.6.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 3.7. Atletismo
 - 3.7.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.7.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.7.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.7.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 3.8. Danza y artes escénicas
 - 3.8.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.8.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.8.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.8.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 3.9. Hockey Patines
 - 3.9.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.9.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.9.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.9.4. Ejemplo en deportistas de élite
- 3.10. Rugby
 - 3.10.1. Lesiones más frecuentes
 - 3.10.2. Pilates como tratamiento y prevención
 - 3.10.3. Beneficios y Objetivos
 - 3.10.4. Ejemplo en deportistas de élite





“

A lo largo de este itinerario académico explorarás la aplicación del Método Pilates en deportes como fútbol, baloncesto o balonmano”

05

Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intensivo y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”

El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”

Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

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.



Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos 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 alumno una mejor integración en el mundo real.
3. 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.

La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.

Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



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 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.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás 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.



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.

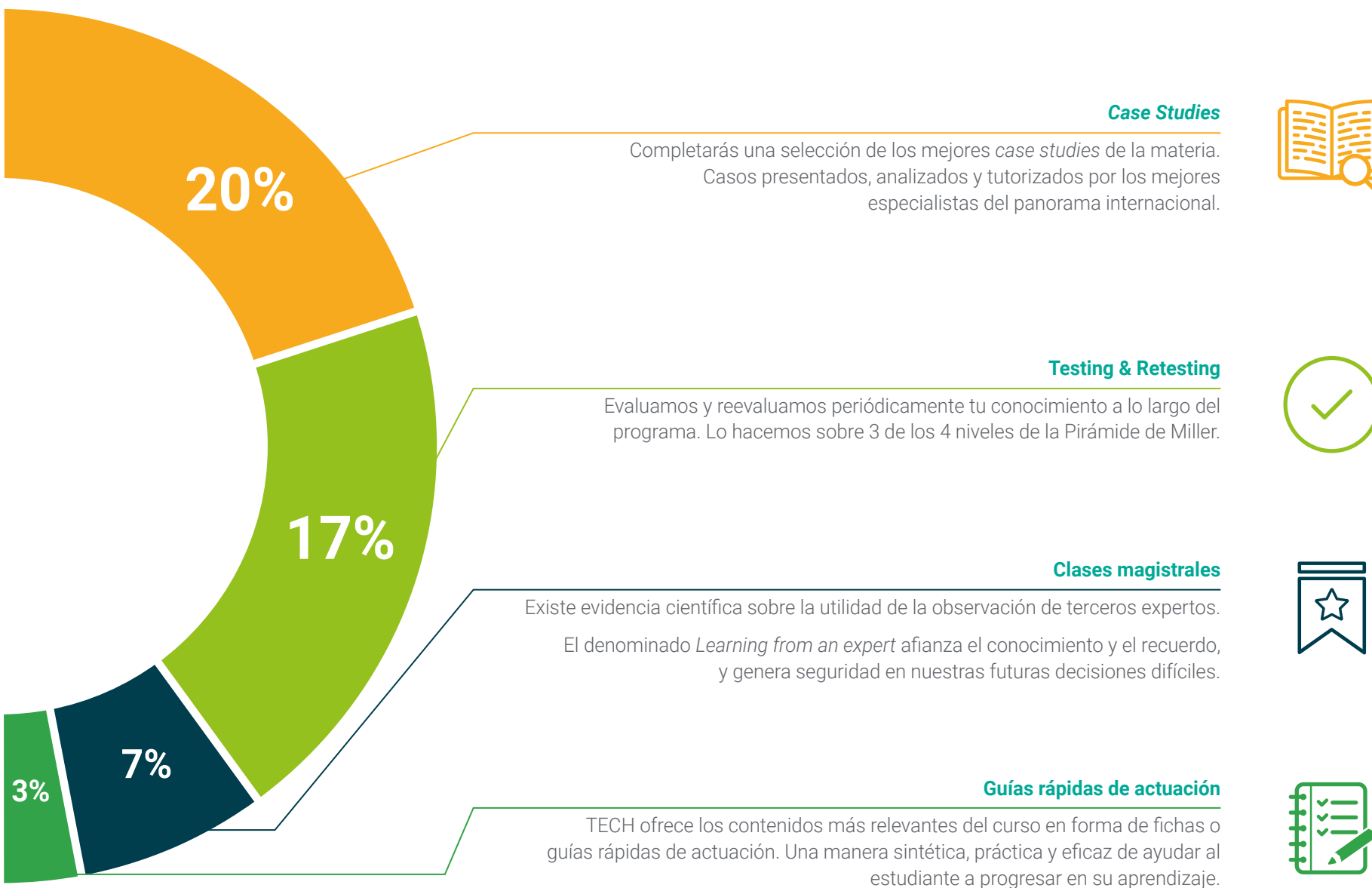
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

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





06 Titulación

Este programa en Método Pilates en Máquina para Enfermería garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Universidad.



“

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

Este programa te permitirá obtener el título de **Experto Universitario en Método Pilates en Máquina para Enfermería** emitido por TECH Universidad.

TECH es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

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

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Experto Universitario en Método Pilates en Máquina para Enfermería**

Modalidad: **online**

Duración: **3 meses**

Acreditación: **18 ECTS**





Experto Universitario
Método Pilates en Máquina
para Enfermería

- » Modalidad: online
- » Duración: 3 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 18 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Experto Universitario

Método Pilates en Máquina para Enfermería

