

# Certificat

## Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs en Soins Infirmiers





## Certificat

### Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs en Soins Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtute.com/fr/infirmierie/cours/pilates-alterations-membres-inferieurs-soins-infirmiers](http://www.techtute.com/fr/infirmierie/cours/pilates-alterations-membres-inferieurs-soins-infirmiers)

# Accueil

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Direction de la formation

---

*page 12*

04

Structure et contenu

---

*page 16*

05

Méthodologie

---

*page 20*

06

Diplôme

---

*page 28*

# 01

# Présentation

Le Pilates Clinique a jusqu'à présent abordé les situations les plus critiques en matière de rééducation musculaire et articulaire, car il se concentre sur la contraction concentrique et excentrique des différents groupes musculaires tout en préservant le programme moteur et en facilitant l'alignement des articulations. Cela permet de réduire le stress sur les structures passives tout au long de l'amplitude du mouvement. Cette discipline joue désormais un rôle important dans le traitement des blessures et des traumatismes. C'est pour cette raison que TECH a développé ce programme, dans le but de fournir au professionnel un contenu de valeur relatif à la détection des caractéristiques distinctives de chaque blessure. Ce programme est soutenu par du matériel audiovisuel qui dynamise la formation et par la commodité d'un format 100% en ligne.





*Ce Certificat contribuera à votre développement professionnel et à votre positionnement dans un secteur actuellement en plein essor"*

Le genou est une articulation complexe qui subit une usure considérable, en particulier chez les personnes dont la biomécanique de la hanche ou de la cheville est incorrecte, ce qui commence également à les affecter négativement. Malheureusement, c'est une région qui est souvent indirectement endommagée, de sorte que, dans certains cas, il faut faire face aux symptômes de la douleur dans l'articulation elle-même tout en gérant les altérations qui résultent de la démarche.

Ainsi, la recherche et les études scientifiques ont progressé, en accord avec le couplage d'une discipline qui modifie la qualité de vie de nombreuses personnes dans le monde entier. C'est pourquoi le professionnel de ce domaine d'études doit se tenir au courant des développements les plus actuels sur le secteur à traiter. C'est pour cette raison que le présent Certificat fournira au diplômé des compétences et des outils innovants liés aux protocoles d'exercices spécifiques pour le processus de récupération des blessures.

Les étudiants renforceront leurs connaissances dans divers aspects liés aux altérations par le biais d'exercices basés sur la méthode Pilates. D'autre part, ce programme intègre une équipe d'enseignants spécialisés et hautement renommés, en plus d'avoir le soutien d'un matériel d'innovation technologique de haute qualité qui comprend 150 heures de contenu, qui peuvent être distribuées de n'importe quelle manière en accédant à tout moment à la plateforme virtuelle.

En outre, TECH associe de la meilleure façon l'efficacité, l'excellence et le confort, de sorte que ce programme offre la mise à jour la plus complète et de premier niveau, positionnant ses étudiants parmi les meilleurs dans le domaine. C'est pourquoi l'étudiant n'aura besoin que d'un appareil électronique doté d'une connexion à Internet pour pouvoir suivre un programme d'une grande flexibilité en termes d'horaires.

Ce **Certificat en Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs en Soins Infirmiers** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement de cas pratiques présentés par des experts en Kinésiologie et des Spécialiste en Pilates
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Les exercices pratiques pour réaliser le processus d'auto évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ♦ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ♦ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



*Ce programme vous fournira une base solide et des outils académiques innovants dans le domaine de la biomécanique des membres inférieurs"*

“ *L'analyse complète de la chaîne antéro-latérale du membre inférieur est l'une des compétences que vous maîtriserez sans aucun doute à l'issue de Certificat* ”

*Chez TECH, vous serez en mesure d'élargir et d'actualiser vos compétences en matière de dissociation, de mobilisation et de renforcement de manière garantie.*

*Avec TECH et ce Certificat, vous mettrez à jour les outils nécessaires pour être à la pointe de la mémoire anatomique de base.*

Le corps enseignant comprend des professionnels du domaine et qui apportent à cette formation l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus de grandes sociétés et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du Certificat. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.



# 02 Objectifs

Ce programme académique permettra à l'étudiant d'acquérir les connaissances indispensables pour être à la pointe de la profession après avoir mis l'accent sur les aspects les plus importants de la Méthode Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs en Soins Infirmiers. TECH fournit ainsi différents outils académiques, garantissant la réussite du processus de formation. À la fin de ce Certificat, l'étudiant aura élargi ses connaissances relatives à la chaîne postéro-médiale et à l'importance qu'elle revêt chez le patient.





“

*L'objectif principal de TECH, c'est vous, en vous garantissant le succès de votre formation en complétant le programme et en profitant de tout le contenu qu'il comprend"*



## Objectifs généraux

---

- ♦ Différencier les applications des exercices Pilates et les adaptations à faire pour chaque patient
- ♦ Établir un protocole d'exercices adaptés à la symptomatologie et à la pathologie de chaque patient
- ♦ Délimiter les progressions et régressions des exercices en fonction des différentes phases du processus de récupération d'une blessure
- ♦ Éviter les exercices contre-indiqués en fonction de l'évaluation préalable des patients et des clients
- ♦ Manier en profondeur les appareils utilisés dans la Méthode Pilates
- ♦ Fournir les informations nécessaires pour pouvoir rechercher des informations scientifiques actualisées sur la méthode Pilates applicables à différentes pathologies
- ♦ Analyser les besoins et les améliorations de l'équipement Pilates dans un espace thérapeutique destiné à l'exercice de cette discipline





## Objectifs spécifiques

---

- ◆ Détecter les caractéristiques distinctives de chaque lésion
- ◆ Aborder les altérations à travers d'exercices basés sur la Méthode Pilates
- ◆ Utiliser des protocoles d'exercices spécifiques pour le processus de récupération des blessures

“

*En perfectionnant vos compétences dans le domaine des altérations des membres inférieurs, vous stimulerez votre carrière en seulement 6 semaines d'expérience académique 100% en ligne"*

# 03

## Direction de la formation

TECH est un exemple d'enseignement d'élite pour les étudiants qui suivent ses programmes grâce aux outils didactiques qui permettent de mener à bien le processus de chacune de ses formations. En ce sens, le diplômé aura accès au matériel élaboré par un corps enseignant spécialisé dans la récupération, l'entretien physique et la réadaptation, les aiguilles sèches, la mobilisation neurodynamique et les ultrasons RUSI. Leur vaste expérience et leurs solides bases dans le secteur leur permettront d'apporter des solutions aux questions qui se poseront au cours du programme.





“

*TECH dispose d'une équipe d'enseignants hautement qualifiés, spécialisés dans la méthode Pilates et la rééducation"*

## Direction



### M. González Arganda, Sergio

- ♦ Kinésithérapeute de l'Atletico Madrid Club de Football
- ♦ CEO de Fisio Domicilio, Madrid
- ♦ Professeur dans le cadre du Master en Préparation Physique et Rééducation Sportive dans le Football
- ♦ Professeur dans le cadre du Master Universitaire en Pilates Clinique
- ♦ Professeur dans le cadre du Master en Biomécanique et Kinésithérapie Sportive
- ♦ Master en Ostéopathie du Système Locomoteur de l'École d'Ostéopathie de Madrid
- ♦ Expert en Pilates et Rééducation auprès de la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- ♦ Master Universitaire en Biomécanique Appliquée à l'Évaluation des Blessures et Techniques Avancées en Kinésithérapie
- ♦ Diplôme en Kinésithérapeute de l'Université Pontificia de Comillas

## Professeurs

### M. Pérez Costa, Eduardo

- ♦ CEO de Move2Be Kinésithérapie et Rééducation
- ♦ Kinésithérapeute Indépendant, Traitement à Domicile, Madrid
- ♦ Kinésithérapeute, Clinique Natal, San Sebastián de los Reyes
- ♦ Rééducateur Sportif, Club de Basket Zona Press
- ♦ Kinésithérapeute de la Filiale de la UD Sanse
- ♦ Kinésithérapeute de la Fondation Marcet
- ♦ Kinésithérapeute, Clinique Pascual & Muñoz
- ♦ Kinésithérapeute, Clinique Fisio Life Plus
- ♦ Mastère en Kinésithérapie Manuelle de l'Appareil Locomoteur, Université d'Alcalá
- ♦ Diplômé en Kinésithérapie de l'Université d'Alcalá



# 04

## Structure et contenu

Cette formation a été conçue en fonction des recherches récentes dans le domaine thérapeutique, en mettant en œuvre un programme d'études qui fournit des informations solides sur la Méthode Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs. Ce diplôme est orienté à fournir un contenu avancé relatif aux exercices de travail sur la chaîne postéro-médiale et antéro-latérale. Tout cela au moyen d'une série de ressources audiovisuelles qui donnent du dynamisme et un grand attrait à cette formation universitaire.







*Un plan d'étude et un matériel didactique de premier ordre qui sont la clé d'une expérience d'apprentissage réussie"*



## Module 1. Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs

- 1.1. Rappel anatomique basic
  - 1.1.1. Ostéologies des Membres Inférieurs
  - 1.1.2. Myologie des Membres Inférieurs
  - 1.1.3. Biomécanique des Membres Inférieurs
  - 1.1.4. Bonnes pratiques
- 1.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées avec la méthode Pilates
  - 1.2.1. Pathologies de croissance
  - 1.2.2. Pathologies chez les sportifs
  - 1.2.3. Autres types de Pathologie
  - 1.2.4. Conclusions
- 1.3. Exercices indiqués dans MATT, sur des machines et avec des outils. Protocole général
  - 1.3.1. Exercices de dissociation
  - 1.3.2. Exercices de mobilisation
  - 1.3.3. Exercices de renforcement
  - 1.3.4. Exercices fonctionnels
- 1.4. Pathologie de la hanche
  - 1.4.1. Pathologie des articulations
  - 1.4.2. Pathologie des muscles et des tendons
  - 1.4.3. Pathologie chirurgicale Prothèse
  - 1.4.4. Exercices de la hanche
- 1.5. Pathologie du genou
  - 1.5.1. Pathologie des articulations
  - 1.5.2. Pathologie des muscles et des tendons
  - 1.5.3. Pathologie chirurgicale Prothèse
  - 1.5.4. Exercices du genou
- 1.6. Pathologie de la cheville
  - 1.6.1. Pathologie des articulations
  - 1.6.2. Pathologie des muscles et des tendons
  - 1.6.3. Pathologie chirurgicale
  - 1.6.4. Exercices de la cheville



- 1.7. Pathologie du pied
  - 1.7.1. Pathologie articulaire
  - 1.7.2. Pathologie des muscles et des tendons
  - 1.7.3. Pathologie chirurgicale
  - 1.7.4. Exercice du pied
- 1.8. Coincement d'un nerf dans les Membres Inférieurs
  - 1.8.1. Plexus brachial
  - 1.8.2. Nerfs périphériques
  - 1.8.3. Types de pathologies
  - 1.8.4. Exercices pour coincement d'un nerf dans les Membres Inférieurs
- 1.9. Analyse de la chaine antero-latérale des Membres Inférieurs
  - 1.9.1. Qu'est ce que la chaine antero-latérale et quelle est son importance pour le patient
  - 1.9.2. Aspects importants pour son évaluation
  - 1.9.3. Relation de la chaine avec les pathologies déjà décrites
  - 1.9.4. Exercices de travail de la chaine antero-latérale
- 1.10. Analyse de la chaine postéro- mediale des Membres Inférieurs
  - 1.10.1. Qu'est ce que la chaine postéro- mediale et quelle est son importance pour le patient
  - 1.10.2. Aspects importants pour son évaluation
  - 1.10.3. Relation du complexe avec les pathologies déjà décrites
  - 1.10.4. Exercices de travail de la chaine postéro- médiale



*TECH dispose de ressources multimédias qui vous apporteront une plus grande dynamique lors du suivi de cette formation"*



# 05

# Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: ***el Relearning***.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les Écoles de Médecine les plus prestigieuses du monde. De plus, il a été considéré comme l'une des méthodologies les plus efficaces par des magazines scientifiques de renom comme par exemple le ***New England Journal of Medicine***.



“

*Découvrez le Relearning, un système qui laisse de côté l'apprentissage linéaire conventionnel au profit des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui a prouvé son énorme efficacité, notamment dans les matières dont la mémorisation est essentielle"*

## À TECH, School nous utilisons la Méthode des cas

Dans une situation clinique donnée: que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les personnels infirmiers apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

*Avec TECH, le personnel infirmier fait l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui révolutionne les fondements des universités traditionnelles du monde entier.*



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit ancré dans la vie professionnelle réelle, en essayant de recréer les véritables conditions de la pratique professionnelle des soins infirmiers.

“

*Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard"*

#### L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les personnels infirmiers qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques, ce qui permet au professionnel des soins infirmiers une meilleure intégration des connaissances dans le domaine hospitalier ou des soins de santé primaires.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.



## Relearning Methodology

TECH renforce l'utilisation de la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: Relearning.

Notre Université est la première au monde à combiner l'étude de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la pratique et combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque cours. Ceci représente une véritable révolution par rapport à une simple étude et analyse de cas.

*Le personnel infirmier apprendra à travers des études de cas réels ainsi qu'en s'exerçant à résoudre des situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter l'apprentissage par immersion.*





Selon les indicateurs de qualité de la meilleure université en ligne du monde hispanophone (Columbia University). La méthode Relearning, à la pointe de la pédagogie mondiale, a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels finalisant leurs études.

Grâce à cette méthodologie, nous avons formé plus de 175.000 infirmiers avec un succès sans précédent et ce dans toutes les spécialités, quelle que soit la charge pratique. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

*Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en vous impliquant davantage dans votre spécialisation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les opinions: une équation directe vers le succès.*

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire mais il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui vont enseigner le programme universitaire, spécifiquement pour lui, de sorte que le développement didactique est vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



### Techniques et procédures infirmières en vidéo

Nous vous rapprochons des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques à l'avant-garde des techniques actuelles des soins infirmiers. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les visionner autant de fois que vous le souhaitez.



### Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



### Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





#### Études de cas dirigées par des experts

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de la prise en charge et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



#### Testing & Retesting

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation: vous pouvez ainsi constater vos avancées et savoir si vous avez atteint vos objectifs.



#### Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



#### Guides d'action rapide

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



# 06 Diplôme

Le Certificat en Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs en Soins Infirmiers vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès  
et recevez votre diplôme sans avoir à  
vous soucier des déplacements ou des  
formalités administratives”*

Ce **Certificat en Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs en Soins Infirmiers** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal\* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs en Soins Infirmiers**

N° d'heures officielles: **150 h.**



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.



## Certificat

Pilates dans les Altérations  
des Membres Inférieurs en  
Soins Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

# Certificat

## Pilates dans les Altérations des Membres Inférieurs en Soins Infirmiers

