

# Certificat

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



## Certificat

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

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

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

L'épaule et la ceinture scapulaire sont les articulations qui présentent la plus grande amplitude de mouvement dans le corps, ce qui en fait les articulations les plus complexes et celles où se produisent le plus grand nombre de blessures. Toutes ces conditions entraînent une instabilité articulaire importante, favorisant la progression continue de cet état pathologique. C'est pourquoi la rééducation dans cette zone du corps est si importante. C'est pour cette raison que, conformément à l'importance que revêt ce domaine dans le secteur des soins de santé, ce programme a été ouvert dans le but de fournir aux professionnels un matériel de première qualité concernant la pathologie du coude et son approche. Accompagné de ressources multimédias de haut niveau qui apporteront à l'étudiant le dynamisme du processus académique.





“

*TECH vous apportera des connaissances solides pour atteindre les objectifs que vous vous êtes fixés dans votre domaine professionnel avec le contenu le plus actuel en Pilates dans les Altérations des Membres Supérieurs”*

La méthode Pilates enseigne une manière efficace de bouger, qui non seulement intervient dans le traitement, mais participe aussi à la prévention d'autres lésions qui compromettent l'articulation et limitent les activités de la vie quotidienne. Les bienfaits de la méthode Pilates vont au-delà de l'augmentation des amplitudes articulaires et du gain de force musculaire. En effet, la rééducation par cette méthode vise à réintégrer les activités de la vie quotidienne et fonctionnelles de la personne présentant une lésion du groupe musculaire et articulaire de la partie supérieure du corps.

De cette façon, les études dans ce domaine de connaissances ont continué à progresser, parvenant à l'exécution de différents exercices axés sur la rééducation physique, ce qui confirme que les professionnels du Pilates thérapeutique doivent rester à l'avant-garde dans ce domaine. Pour cette raison, ce Certificat offrira aux professionnels des mises à jour concernant l'identification des pathologies de l'épaule, du coude et du poignet et leur prise en charge respective.

Le spécialiste améliorera ses compétences dans divers domaines liés aux traitements Pilates applicables aux différentes pathologies. Il s'agit d'un programme qui intègre une équipe pédagogique spécialisée, en plus d'être soutenu par un contenu multimédia de qualité qui offre dynamisme et confort grâce à la mobilité 100% en ligne.

De même, TECH pense au confort et à l'excellence, c'est pourquoi ce programme offre la mise à jour la plus complète et de la plus haute qualité, et ce d'une manière très flexible puisqu'il suffit d'un appareil doté d'une connexion Internet pour accéder facilement à la plateforme virtuelle, où que l'on se trouve.

Ce **Certificat en Pilates dans les Altérations des Membres Supérieurs 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
- ♦ Il est possible d'accéder aux contenus depuis tout appareil fixe ou portable doté d'une connexion à internet



*Les experts ont mené une série de recherches pour mettre en œuvre de nouvelles méthodes de rééducation physique chez les patients et, avec TECH, vous ne serez pas en reste”*

“

*Avec TECH et ce Certificat, vous obtiendrez les outils nécessaires pour être à l'avant-garde dans le domaine du Pilates Thérapeutique”*

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 Mastère Spécialisé. Pour ce faire, il sera assisté d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts reconnus.

*Approfondissez vos connaissances et devenez un expert en Pilates Thérapeutique en seulement 12 semaines.*

*Avec ce Certificat, vous élargirez vos connaissances de la compression des nerfs dans les membres supérieurs grâce à 150 heures de contenu diversifié.*



# 02 Objectifs

Ce Certificat Pilates dans les Altérations des Membres Supérieurs en Soins Infirmiers en fournira à l'expert des développements importants dans le domaine du Pilates Thérapeutique qui l'aideront dans la pratique en tant que complément précieux à sa carrière professionnelle. De cette manière, TECH fournit des outils essentiels au cours du processus académique, assurant le développement réussi du programme. Par conséquent, à la fin du programme, l'étudiant aura développé ses connaissances dans les exercices fonctionnels MATT et appareil.





“

*Avec TECH, vous approfondirez vos compétences dans des concepts pertinents tels que le plexus brachial et les nerfs périphériques”*



## 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 guérison d'une blessure
- Éviter les exercices contre-indiqués en fonction de l'évaluation préalable des patients et des clients
- Fournir les informations nécessaires pour pouvoir rechercher des informations scientifiques actualisées sur la méthode Pilates applicables à différentes pathologies





## Objectifs spécifiques

---

- ◆ Identifier les Pathologie de l'Épaule et leur gestion
- ◆ Développer les connaissances sur les pathologies du coude et leur approche
- ◆ Approfondir les pathologies du poignet et comment les aborder



*Vous atteindrez vos objectifs grâce à nos outils didactiques et vous serez accompagné tout au long de votre cursus par les meilleurs professionnels”*



# 03

## Direction de la formation

TECH est à l'avant-garde de l'éducation et c'est pour cette raison qu'elle offre un enseignement d'élite aux étudiants qui obtiennent ses diplômes, ainsi que des ressources didactiques qui permettent de développer avec succès chacun de ses programmes académiques. Ainsi, le diplômé aura accès à un matériel important développé par un corps enseignant expérimenté et hautement qualifié dans la prévention et le traitement des blessures sportives, les différentes techniques de physiothérapie et de tecarthérapie et les techniques de rééducation les plus avancées. Leur solide expérience et leur vaste parcours dans le secteur apporteront de solides connaissances aux étudiants qui suivent ce programme.





“

*Vous voulez être le meilleur? Travaillez main dans la main avec des experts et mettez à jour les compétences nécessaires grâce à une formation de premier ordre”*

## Direction



### **M. González Arganda, Sergio**

- ♦ Kinésithérapeute de l'Atletico Madrid Club de Football
- ♦ CEO de Fisis 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 Rééducation Pilates 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

### **Mme Cortés Lorenzo, Laura**

- ♦ Kinésithérapeute, Clinique Fiosiomon et Fédération Madrilène de Hockey
- ♦ Kinésithérapeute, Centre Technique de la Fédération Madrilène de Hockey
- ♦ Kinésithérapeute d'Entreprise, Fisiowork S.L
- ♦ Kinésithérapie Traumatologique, Clinique Artros
- ♦ Kinésithérapeute du Club SPV51 et du Club Valeluz de Hockey sur Gazon
- ♦ Diplômée en Kinésithérapie Université Complutense de Madrid



# 04

## Structure et contenu

Cette formation académique offre un programme prestigieux qui fournit un contenu exclusif en Pilates dans les Altérations des Membres Supérieurs en Soins Infirmiers, selon les études de recherche les plus récentes dans le domaine du Pilates Thérapeutique. Ce Certificat vise à fournir à l'étudiant un matériel d'élite relatif à la pathologie musculo-tendineuse et au coude post-traumatique ou post-chirurgical. Tout cela par le biais d'une variété d'outils multimédias qui offrent un dynamisme et une plus grande attractivité à cette formation universitaire.





“

*Vous découvrirez les derniers développements  
des outils les plus avancés pour les exercices  
de piégeage des nerfs des membres supérieurs”*

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

- 1.1. Rappel anatomique basic
  - 1.1.1. Ostéologies des membres supérieurs
  - 1.1.2. Myologie des membres supérieurs
  - 1.1.3. Biomécanique des membres supérieurs
  - 1.1.4. Bonnes pratiques
- 1.2. Exercices de stabilisation
  - 1.2.1. Introduction aux exercices de stabilisation
  - 1.2.2. Exercices de stabilisation MATT
  - 1.2.3. Exercices de stabilisation avec appareil
  - 1.2.4. Meilleurs exercices de stabilisation
- 1.3. Exercices de mobilisation articulaire
  - 1.3.1. Introduction aux exercices de mobilité articulaire
  - 1.3.2. Exercices de mobilité articulaire MATT
  - 1.3.3. Exercices de mobilité articulaire avec appareil
  - 1.3.4. Meilleurs exercices de mobilité articulaire
- 1.4. Exercices de renforcement
  - 1.4.1. Introduction aux exercices de renforcement
  - 1.4.2. Exercices de renforcement MATT
  - 1.4.3. Exercices de renforcement avec appareil
  - 1.4.4. Meilleurs exercices de renforcement
- 1.5. Exercices fonctionnels
  - 1.5.1. Introduction aux exercices fonctionnels
  - 1.5.2. Exercices fonctionnels MATT
  - 1.5.3. Exercices fonctionnels avec appareil
  - 1.5.4. Meilleurs exercices fonctionnels
- 1.6. Pathologie de l'épaule Protocoles spécifiques
  - 1.6.1. Épaule douloureuse
  - 1.6.2. Épaule congelée
  - 1.6.3. Épaule hypomobile
  - 1.6.4. Exercices de l'épaule





- 1.7. Pathologie du coude. Protocoles spécifiques
  - 1.7.1. Pathologie des articulations
  - 1.7.2. Pathologie des muscles et des tendons
  - 1.7.3. Coude post-traumatique ou post-chirurgical
  - 1.7.4. Exercices du coude
- 1.8. Pathologie du poignet
  - 1.8.1. Principaux syndromes
  - 1.8.2. Types de pathologies du poignet
  - 1.8.3. Exercices du poignet
  - 1.8.4. Conclusions
- 1.9. Pathologie de la main
  - 1.9.1. Principaux syndromes
  - 1.9.2. Types de pathologies de la main
  - 1.9.3. Exercices de la main
  - 1.9.4. Conclusions
- 1.10. Coincement d'un nerf dans les membres supérieurs
  - 1.10.1. Plexus brachial
  - 1.10.2. Nerfs périphériques
  - 1.10.3. Types de pathologies
  - 1.10.4. Exercices pour coincement d'un nerf dans les membres supérieurs

“ Avec **TECH**, vous pourrez accéder à tout moment à la plate-forme virtuelle, puisqu'elle vous offre une flexibilité horaire avec un mode 100% en ligne ”

# 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 Supérieurs 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 Supérieurs 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 Supérieurs 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.

future  
santé confiance personnes  
éducation information tuteurs  
garantie accréditation enseignement  
institutions technologie apprentissage  
communauté engagement  
service personnalisé innovation  
connaissance présent qualité  
en ligne formation  
développement institutions  
classe virtuelle langues

**tech** université  
technologique

### Certificat

Pilates dans les Altérations  
des Membres Supérieurs  
en Soins Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

# Certificat

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

