

# Certificat

## Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur



## Certificat

### Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur

- » 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/medecine/cours/pilates-troubles-membre-inferieur](http://www.techtitute.com/fr/medecine/cours/pilates-troubles-membre-inferieur)

# 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

Des études récentes en Kinésithérapie montrent que la pratique du Pilates chez des patients souffrant de lésions du genou améliore significativement la force musculaire, la flexibilité et la qualité de vie liée à la santé. Compte tenu de ses avantages, les professionnels de la santé intègrent de plus en plus cette activité physique dans leur thérapie. C'est pourquoi TECH a développé ce programme qui offre au spécialiste une mise à jour sur les pathologies de la Hanche, du Genou, de la Cheville et du Pied et les exercices de Pilates sur machines les plus recommandés pour leur approche. Une qualification 100% en ligne, qui permettra au diplômé de se mettre à jour efficacement sur les dernières techniques mises en œuvre par cette discipline pour les inclure dans leur pratique quotidienne.



“

*Grâce à cette qualification, vous pourrez intégrer dans vos séances thérapeutiques des disciplines complémentaires et efficaces telles que la Méthode Pilates”*

Les améliorations remarquables observées dans les lésions du Genou traitées par des thérapies combinées avec le Pilates sont indéniables. De plus, l'intégration de cette discipline dans le cadre d'une rééducation globale s'est avérée très bénéfique pour les patients. De plus, des études récentes montrent que ce type de traitement entraîne une diminution de la douleur, une amélioration de la souplesse et une augmentation de la force musculaire dans la zone touchée. C'est pourquoi il est essentiel pour le professionnel médical de se tenir au courant des pratiques les plus efficaces dans le domaine du Pilates mis en œuvre dans la Médecine et la réhabilitation des pathologies du Membre Inférieur.

C'est pourquoi TECH a développé ce diplôme universitaire qui offre au médecin une mise à jour complète de l'anatomie du Membre Inférieur, y compris l'Ostéologie, la Myologie et la biomécanique qui serviront de base à la mise en œuvre d'exercices appropriés. En outre, il abordera les pathologies de la Hanche, le Blocage des Nerfs du Membre Inférieur et l'analyse de la chaîne antéro-latérale et postéro-médiale du Membre Inférieur et son traitement respectif par des exercices spécifiques de Pilates.

Dans ce contexte, ce Certificat est présenté en mode 100% en ligne, ce qui offre au diplômé une série de ressources multimédias telles que des vidéos en détail ou des études de cas réels. En outre, ce programme incorpore le système *Relearning*, dans la méthodologie académique, ce qui permettra au diplômé de mémoriser des concepts complexes en moins de temps, et la meilleure chose est qu'il n'aura pas à consacrer de longues heures à ce processus d'actualisation.

Ce **Certificat en Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- Le développement d'études de cas pratiques présentées par des experts en Kinésithérapie et des spécialistes 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 où effectuer 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



*Avec cette qualification universitaire, vous serez à jour dans l'approche des pathologies courantes du Membre Inférieur par des exercices de Pilates”*

“

*Vous développerez vos compétences dans la rééducation de la Hanche, du Genou, de la Cheville et du Pied avec des techniques et des exercices spécifiques conçus pour améliorer la fonctionnalité et soulager la douleur dans ces régions”*

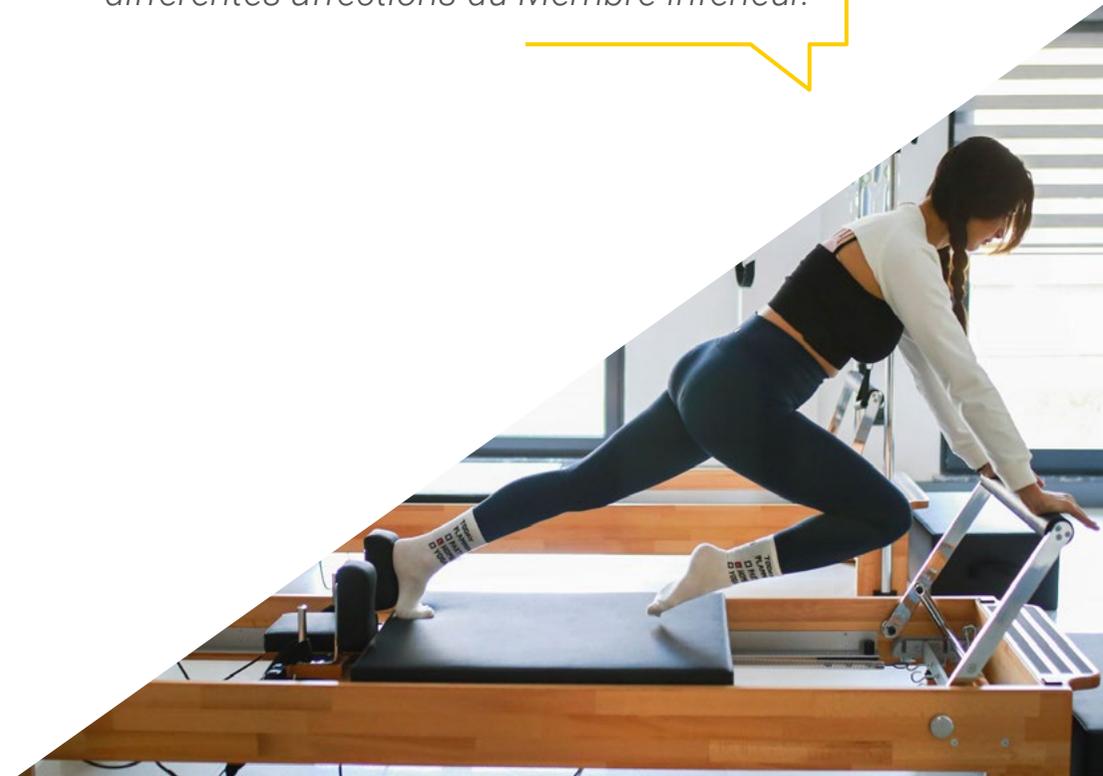
Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

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 programme académique. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

*Découvrez le piégeage des nerfs dans le Membre Inférieur et l'intégration des exercices Pilates pour soulager la pression sur le plexus brachial.*

*Vous mettrez en œuvre une variété de mouvements de dissociation et de mobilisation dans votre pratique clinique pour traiter différentes affections du Membre Inférieur.*



# 02

## Objectifs

L'objectif de ce programme est de fournir aux professionnels de la Médecine des connaissances et des compétences actualisées dans le domaine des Troubles du Membre Inférieur et de leur traitement par la méthode Pilates. Ils pourront ainsi utiliser cette discipline comme un outil efficace dans le traitement et la réhabilitation des pathologies qui affectent cette partie du corps. Pour ce faire, TECH a créé ce programme qui permet au diplômé de mener ses activités quotidiennes en toute normalité, puisqu'il n'aura pas à respecter d'horaires spécifiques.





“

*Vous explorerez en détail les chaînes antéro-latérales et postéro-médiales du Membre Inférieur et comment elles influencent la santé et la récupération de vos patients”*



## Objectifs généraux

---

- ♦ Améliorer les connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement des exercices de la méthode Pilates au sol, sur différentes machines et avec des outils
- ♦ Différencier les applications des exercices de 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 selon l'évaluation préalable des patients et des clients
- ♦ Manipuler en profondeur les appareils utilisés dans la Méthode Pilates
- ♦ Fournir les informations nécessaires pour pouvoir rechercher des informations scientifiques et actualisées sur les traitements Pilates applicables à différentes pathologies
- ♦ Analyser les besoins et les améliorations de l'équipement Pilates dans un espace thérapeutique destiné à l'exercice Pilates
- ♦ Développer des actions qui améliorent l'efficacité des exercices Pilates en se basant sur les principes de la méthode
- ♦ Exécuter correctement et analytiquement les exercices basés sur la Méthode Pilates
- ♦ Analyser les changements physiologiques et posturaux qui affectent les femmes enceintes
- ♦ Concevoir des exercices adaptés à la femme au cours de la grossesse jusqu'à l'accouchement
- ♦ Décrire l'application de la Méthode Pilates chez les sportifs de haut niveau





## Objectifs spécifiques

---

- ♦ Détecter les caractéristiques distinctives de chaque blessure
- ♦ Traiter les altérations au moyen d'exercices basés sur la Méthode Pilates
- ♦ Adapter des protocoles d'exercices spécifiques au processus de récupération des lésions

“

*Vous approfondirez le protocole général des exercices indiqués sur les machines Pilates afin de les développer plus efficacement”*

# 03

## Direction de la formation

Cette formation dispose d'une équipe d'enseignants composée de professionnels de premier plan dans le domaine de la Kinésithérapie, ainsi que de spécialistes de la Méthode Pilates. Ainsi, le médecin pourra être sûr d'obtenir une mise à jour innovante de la part d'experts actifs et en progression continue dans ce domaine. Tout cela dans le but de préserver le niveau d'excellence qui distingue les programmes de TECH, la plus grande université numérique du monde.

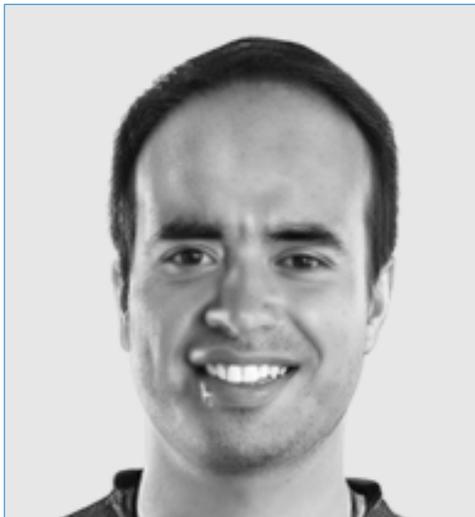




“

*Vous profiterez d'un programme actualisé, conçu par des spécialistes de la Méthode Pilates, avec lequel vous approfondirez les Troubles du Membre Inférieur”*

## Direction



### M. González Arganda, Sergio

- Kinésithérapeute de l'Atlético de Madrid et PDG de Fisio Domicilio Madrid
- Kinésithérapeute à l'Atlético de Madrid Club de Football
- Directeur Général de Fisio Domicilio Madrid
- Master en Ostéopathie du Système Locomoteur de l'École d'Ostéopathie de Madrid
- Master en Biomécanique Appliquée à l'Évaluation des Blessures et aux Techniques Avancées de kinésithérapie
- Certificat en Réhabilitation Pilates de la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- Diplôme en Kinésithérapie à l'Université Pontificale de Comillas

## Professeurs

### M. Pérez Costa, Eduardo

- ♦ CEO de Move2Be Kinésithérapie et Réadaptation
- ♦ Kinésithérapeute indépendant, Traitement à domicile à Madrid
- ♦ Kinésithérapeute Clinique Natal San Sebastian de los Reyes
- ♦ Rééducateur sportif du Club de Basket-ball Zona Press
- ♦ Kinésithérapeute dans l'équipe filiale de l'UD Sanse
- ♦ Kinésithérapeute sur le terrain de la Fondation Marcet
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Pascual & Muñoz
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Fisio Life Plus
- ♦ Master en Kinésithérapie Manuelle de l'Appareil Locomoteur de l'Université d'Alcalá
- ♦ Diplôme de Kinésithérapie de l'Université d'Alcalá



# 04

## Structure et contenu

Ce programme propose une mise à jour pour les professionnels de la santé sur le Pilates pour les Troubles du Membre Inférieur. Ainsi, vous approfondirez l'Ostéologie, la Myologie et la Biomécanique du Membre Inférieur, ainsi que les pathologies courantes qui peuvent être traitées par le Pilates et le protocole qui comprend la dissociation, la mobilisation, le renforcement et les exercices fonctionnels. En outre, il élargira les connaissances sur les pathologies de la Hanche, du Genou et de la Cheville, ainsi que sur les exercices spécifiques pour chacune d'entre elles. Tout le contenu sera également disponible dans une bibliothèque virtuelle avec des ressources multimédias innovantes, permettant aux professionnels de se tenir au courant des dernières tendances pédagogiques.



“

*Grâce à la méthode Relearning, vous mémoriserez des concepts complexes de manière efficace et avec des résultats optimaux en moins de temps”*

## Module 1. Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur

- 1.1. Recueil anatomique de base
  - 1.1.1. Ostéologie du Membre Inférieur
  - 1.1.2. Myologie du Membre Inférieur
  - 1.1.3. Biomécanique du Membre Inférieur
  - 1.1.4. Bonnes pratiques
- 1.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées par la méthode Pilates
  - 1.2.1. Pathologies de croissance
  - 1.2.2. Pathologies chez le sportif
  - 1.2.3. Autres types de pathologies
  - 1.2.4. Conclusions
- 1.3. Exercices indiqués en Mat, sur Machines et avec 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 musculo-tendineuse
  - 1.4.3. Pathologie chirurgicale Prothèse
  - 1.4.4. Exercices pour la Hanche
- 1.5. Pathologie du Genou
  - 1.5.1. Pathologie des articulations
  - 1.5.2. Pathologie musculo-tendineuse
  - 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 musculo-tendineuse
  - 1.6.3. Pathologie chirurgicale
  - 1.6.4. Exercices pour la Cheville





- 1.7. Pathologie du Pied
  - 1.7.1. Pathologie articulaire et fasciale
  - 1.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
  - 1.7.3. Pathologie chirurgicale
  - 1.7.4. Exercices du Pied
- 1.8. Piégeage des nerfs du Membre Inférieur
  - 1.8.1. Plexus brachial
  - 1.8.2. Nerfs périphériques
  - 1.8.3. Types de pathologies
  - 1.8.4. Exercices pour le piégeage nerveux dans le Membre Inférieur
- 1.9. Analyse de la chaîne antéro-latérale du Membre Inférieur
  - 1.9.1. Qu'est-ce que la chaîne antéro-latérale et quelle est son importance pour le patient?
  - 1.9.2. Aspects importants pour l'évaluation
  - 1.9.3. Relation entre la chaîne et la pathologie déjà décrite
  - 1.9.4. Exercices pour travailler la chaîne antérolatérale
- 1.10. Analyse de la chaîne postéro-médiale du Membre Inférieur
  - 1.10.1. Qu'est-ce que la chaîne postéro-médiale et quelle est son importance pour le patient?
  - 1.10.2. Aspects importants pour l'évaluation
  - 1.10.3. Relation du complexe avec la pathologie déjà décrite
  - 1.10.4. Exercices pour travailler la chaîne postéro-médiale

“ Vous intégrerez l'utilisation des meilleures pratiques, des techniques avancées et des exercices efficaces pour traiter les Troubles du Membre Inférieur avec la méthode Pilates ”

# 05

# Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: ***le 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, nous utilisons la méthode des cas

Face à une situation 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 spécialistes apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

*Avec TECH, vous ferez 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 actuelle, en essayant de recréer les conditions réelles de la pratique professionnelle du médecin.

“

*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 réalisations clés:

1. Les étudiants 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 à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. Grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité, on obtient une assimilation plus simple et plus efficace des idées et des concepts.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort fourni devient un stimulus très important pour l'étudiant, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps consacré à travailler les cours.



## Relearning Methodology

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

Cette université est la première au monde à combiner des études de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque leçon, ce qui constitue une véritable révolution par rapport à la simple étude et analyse de cas.

*Le professionnel apprendra à travers des cas réels et la résolution de situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe qui facilitent l'apprentissage immersif.*



À la pointe de la pédagogie mondiale, la méthode Relearning a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels qui terminent leurs études, par rapport aux indicateurs de qualité de la meilleure université en (Columbia University).

Grâce à cette méthodologie, nous, formation plus de 250.000 médecins avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques, quelle que soit la charge chirurgicale. 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.



Dans ce programme, vous aurez accès aux meilleurs supports pédagogiques élaborés spécialement pour vous:



#### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH online. 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 chirurgicales en vidéo

TECH rapproche les étudiants des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques et de l'avant-garde des techniques médicales actuelles. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les regarder 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

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



#### Cours magistraux

Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de 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 Troubles du Membre Inférieur 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.





“

*Réussissez ce programme et recevez  
votre diplôme sans déplacements ni  
formalités administratives”*

Ce **Certificat en Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur** 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 Troubles du Membre Inférieur**

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 Troubles du Membre Inférieur

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

# Certificat

## Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur

