

Diplomado

Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior



Diplomado

Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Dedicación: **16h/semana**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: www.techtitute.com/medicina/cursos-universitario/pilates-alteraciones-miembro-inferior

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología

pág. 20

06

Titulación

pág. 28

01

Presentación

Estudios recientes en Fisioterapia demuestran que la implementación de Pilates en pacientes con lesiones de rodilla mejora significativamente la fuerza muscular, la flexibilidad y la calidad de vida relacionada con la salud. Dadas sus bondades, cada vez más, los profesionales médicos integran en su terapéutica esta actividad física. Por esta razón, TECH ha elaborado este programa que le ofrece al especialista una actualización en las patologías de la Cadera, Rodilla, Tobillo y Pie y los ejercicios de Pilates en máquinas más recomendados para su abordaje. Una titulación 100% en línea, que le permitirá al egresado realizar una efectiva puesta al día sobre las últimas técnicas implementadas por esta disciplina para incluirlas a su práctica diaria.



“

Gracias a esta titulación incorporarás a tus sesiones terapéuticas disciplinas complementarias y eficaces como el Método Pilates”

Las notables mejoras observadas en lesiones de Rodilla tratadas mediante terapias combinadas con Pilates son innegables. Asimismo, la integración de esta disciplina como parte de la rehabilitación integral ha demostrado ser altamente beneficioso para los pacientes. Además, estudios recientes arrojan que este tipo de tratamientos generan una disminución del dolor, la mejora de la flexibilidad y el aumento de la fuerza muscular en la zona afectada. Es por esto que para el profesional médico es fundamental estar actualizado en las prácticas más efectivas en el ámbito del Pilates implementado a la Medicina y rehabilitación de patologías del Miembro Inferior.

Por este motivo, TECH ha elaborado esta titulación universitaria que le ofrece al médico una completa actualización en la anatomía del Miembro Inferior, incluyendo la Osteología, Miología y biomecánica que le servirá de base para la realización de ejercicios adecuados. Además, ahondará en las patologías de Cadera, en los Atrapamientos Nerviosos en el Miembro Inferior y en el análisis de la cadena antero-lateral y postero-medial del Miembro Inferior y su respectivo tratamiento con ejercicios específicos de Pilates.

En este contexto, se presenta este Diplomado en modalidad 100% en línea, el cual ofrece al egresado una serie de recursos multimedia como videos en detalle o estudios de casos reales. Además, este programa incorpora en la metodología académica el sistema *Relearning*, el cual le permitirá al egresado recordar conceptos complejos en menos tiempo, y lo mejor es que no tendrá que dedicar largas horas a este proceso de actualización.

Este **Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Fisioterapia y especialistas en Pilates
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet

“

Con esta titulación universitaria estarás al día del abordaje de patologías comunes del Miembro Inferior a través de ejercicios de Pilates”

“

Impulsarás tus competencias para la rehabilitación de la Cadera, Rodilla, Tobillo y Pie con técnicas específicas y ejercicios diseñados para mejorar la funcionalidad y aliviar el dolor en estas áreas”

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.

Ahonda cuando lo desees en los atrapamientos nerviosos en el Miembro Inferior y la integración de ejercicios de Pilates para aliviar la presión en el plexo braquial.

Implementarás a tu praxis clínica una variedad de movimientos de disociación y movilización para abordar diferentes condiciones del Miembro Inferior.



02

Objetivos

Este programa tiene como finalidad ofrecerle al profesional de Medicina una actualización de conocimientos y habilidades en el ámbito de las Alteraciones de Miembro Inferior y su tratamiento mediante Pilates. De esta manera, podrá utilizar esta disciplina como una herramienta efectiva en el tratamiento y rehabilitación de las patologías que afectan esta zona del cuerpo. Para llegar a esto, TECH ha creado este programa que le permite al egresado realizar sus actividades diarias con completa normalidad ya que no tendrá que sujetarse a horarios específicos.





“

Explorarás en detalle las cadenas antero-lateral y postero-medial en el Miembro Inferior y cómo influyen en la salud y la recuperación de tus pacientes”



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

- ♦ Detectar características distintivas de cada lesión
- ♦ Abordar las alteraciones mediante ejercicios basados en el Método Pilates
- ♦ Adecuar protocolos de ejercicios específicos para el proceso de recuperación de las lesiones

“

Ahondarás en el protocolo general de ejercicios indicados en máquinas para Pilates para desarrollarlos de manera más eficaz”

03

Dirección del curso

Esta titulación dispone de un equipo docente integrado por destacados profesionales en el ámbito de la Fisioterapia, así como especialistas en el Método Pilates. En consecuencia, el médico podrá tener la certeza de obtener una actualización innovadora de la mano de expertos en activo y en continua progresión en este campo. Todo esto con el propósito de preservar el nivel de excelencia que distingue a los programas de TECH, la universidad digital más grande del mundo.





“

Gozarás de un actualizado plan de estudios diseñado por especialistas en Método Pilates, con los que profundizarás en las Alteraciones de Miembro Inferior”

Dirección



D. González Arganda, Sergio

- ♦ Fisioterapeuta del Atlético de Madrid Club de Fútbol
- ♦ CEO Físio Domicilio Madrid
- ♦ Docente en el Máster de Preparación Física y Readaptación Deportiva en Fútbol
- ♦ Docente en el Experto Universitario Pilates Clínico
- ♦ Docente en el Máster de Biomecánica y Fisioterapia Deportiva
- ♦ Máster en Osteopatía del Aparato Locomotor por la Escuela de Osteopatía de Madrid
- ♦ Máster Universitario en Biomecánica Aplicada a la Valoración del Daño y Técnicas Avanzadas en Fisioterapia
- ♦ Experto en Pilates y Rehabilitación por la Real Federación Española de Gimnasia
- ♦ Graduado en Fisioterapia por la Universidad Pontificia de Comillas



Profesores

D. Pérez Costa, Eduardo

- ♦ CEO de Move2Be Fisioterapia y Readaptación
- ♦ Fisioterapeuta autónomo, tratamiento a domicilio en Madrid
- ♦ Fisioterapeuta Clínica Natal San Sebastián de los Reyes
- ♦ Readaptador deportivo del Club Baloncesto Zona Press
- ♦ Fisioterapeuta en el filial de la UD Sanse
- ♦ Fisioterapeuta a pie de campo con la Fundación Marcet
- ♦ Fisioterapeuta en clínica Pascual & Muñoz
- ♦ Fisioterapeuta en la clínica Físio Life Plus
- ♦ Máster en Fisioterapia manual en el aparato locomotor en la Universidad de Alcalá
- ♦ Grado en Fisioterapia por la Universidad de Alcalá



Aprovecha la oportunidad para conocer los últimos avances en esta materia para aplicarla a tu práctica diaria”

04

Estructura y contenido

Este programa ofrece una actualización para profesionales de la salud en Pilates para Alteraciones de Miembro Inferior. De este modo, profundizará en la Osteología, Miología y Biomecánica del Miembro Inferior, así como en patologías comunes que pueden tratarse con Pilates y el protocolo que incluye ejercicios de disociación, movilización, fortalecimiento y funcionales. Además, ampliará conocimientos sobre Patologías de la Cadera, Rodilla y Tobillo, junto con ejercicios específicos para cada una de ellas. Asimismo, todo el contenido estará disponible en una biblioteca virtual que cuenta con recursos multimedia innovadores, permitiendo a los profesionales mantenerse al día con las últimas tendencias pedagógicas.



“

*Con el método Relearning recordarás
conceptos complejos de manera eficiente
y con resultados óptimos en menos tiempo”*

Módulo 1. Pilates en las alteraciones del Miembro Inferior

- 1.1. Recuerdo anatómico básico
 - 1.1.1. Osteología del Miembro Inferior
 - 1.1.2. Miología del Miembro Inferior
 - 1.1.3. Biomecánica del Miembro Inferior
 - 1.1.4. Buenas practicas
- 1.2. Patologías frecuentes susceptibles de tratamiento con Pilates
 - 1.2.1. Patologías del crecimiento
 - 1.2.2. Patologías en el deportista
 - 1.7.3. Otro tipo de patologías
 - 1.7.4. Conclusiones
- 1.3. Ejercicios indicados en Mat, en Máquinas y con Implementos. Protocolo general
 - 1.3.1. Ejercicios de disociación
 - 1.3.2. Ejercicios de movilización
 - 1.3.3. Ejercicios de fortalecimiento
 - 1.3.4. Ejercicios funcionales
- 1.4. Patología de la Cadera
 - 1.4.1. Patología articular
 - 1.4.2. Patología músculo tendinosa
 - 1.4.3. Patología quirúrgica. Prótesis
 - 1.4.4. Ejercicios de Cadera
- 1.5. Patología de la Rodilla
 - 1.5.1. Patología articular
 - 1.5.2. Patología músculo tendinosa
 - 1.5.3. Patología quirúrgica. Prótesis
 - 1.5.4. Ejercicios de Rodilla
- 1.6. Patología del Tobillo
 - 1.6.1. Patología articular
 - 1.6.2. Patología músculo tendinosa
 - 1.6.3. Patología quirúrgica
 - 1.6.4. Ejercicios de Tobillo





- 1.7. Patología del Pie
 - 1.7.1. Patología articular y fascial
 - 1.7.2. Patología músculo tendinosa
 - 1.7.3. Patología quirúrgica
 - 1.7.4. Ejercicios Pie
- 1.8. Atrapamientos nerviosos en el Miembro Inferior
 - 1.8.1. Plexo braquial
 - 1.8.2. Nervios periféricos
 - 1.8.3. Tipo de patología
 - 1.8.4. Ejercicios para atrapamientos nerviosos en el Miembro Inferior
- 1.9. Análisis de la cadena antero-lateral del Miembro Inferior
 - 1.9.1. Qué es la cadena antero-lateral y qué importancia tiene en el paciente
 - 1.9.2. Aspectos importantes para la valoración
 - 1.9.3. Relación de la cadena con patología ya descrita
 - 1.9.4. Ejercicios de trabajo sobre la cadena antero-lateral
- 1.10. Análisis de la cadena postero-medial del Miembro Inferior
 - 1.10.1. Qué es la cadena postero-medial y que importancia tiene en el paciente
 - 1.10.2. Aspectos importantes para la valoración
 - 1.10.3. Relación del complejo con patología ya descrita
 - 1.10.4. Ejercicios de trabajo sobre la cadena postero-medial

“ *Incorporarás el uso de buenas prácticas, técnicas avanzadas y ejercicios efectivos para abordar las alteraciones del Miembro Inferior con Pilates* ”

05

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.



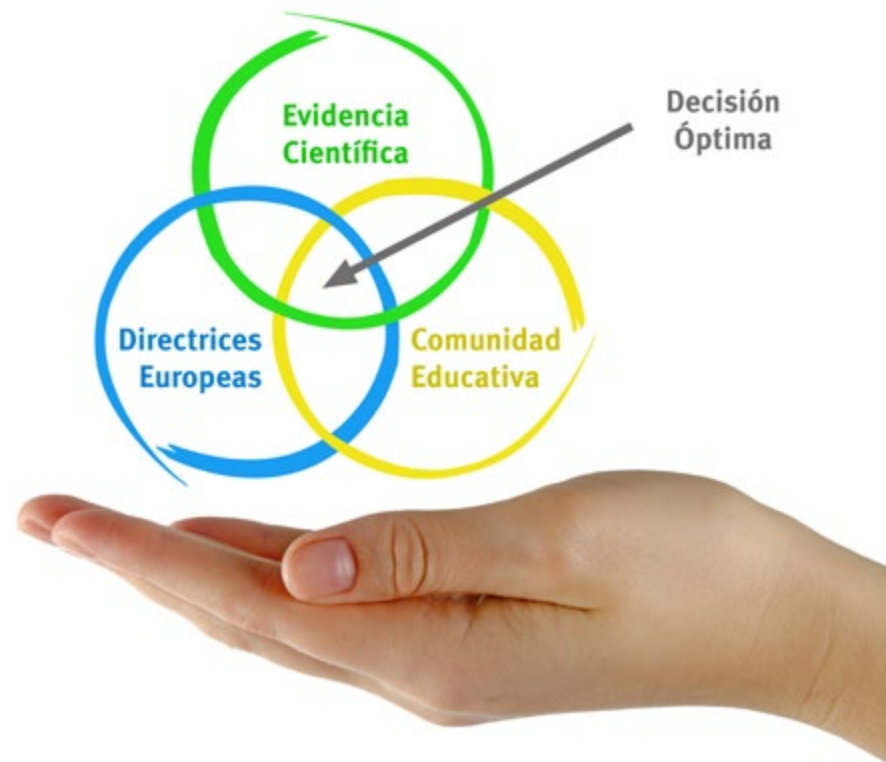
“

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”

En TECH empleamos el Método del Caso

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

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



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

“

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

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los 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.



Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

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



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

Con esta metodología, se han capacitado más de 250.000 médicos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga en cirugía. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

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

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

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



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



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, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



Técnicas quirúrgicas y procedimientos en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas médicas. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, pudiéndolo ver las veces que quiera.



Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

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



Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



06

Titulación

El Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH Universidad Tecnológica.





“

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

Este **Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad Tecnológica**.

El título expedido por **TECH Universidad Tecnológica** expresará la calificación que haya obtenido en el Diplomado, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Diplomado en Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior**

N.º Horas Oficiales: **150 h.**



*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



Diplomado

Pilates en Alteraciones de Miembro Inferior

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Dedicación: 16h/semana
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Pilates en Alteraciones
de Miembro Inferior

