

# Programa Avançado

## Instrutor de Pilates





## Programa Avançado Instrutor de Pilates

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/br/medicina/programa-avancado/programa-avancado-instrutor-pilates](http://www.techtute.com/br/medicina/programa-avancado/programa-avancado-instrutor-pilates)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 16*

05

Metodologia

---

*pág. 22*

06

Certificado

---

*pág. 30*

# 01

# Apresentação

O exercício terapêutico, do qual o Pilates faz parte, é considerado uma peça fundamental no processo de recuperação e prevenção de doenças ou patologias que afetam as capacidades físicas do paciente. Por esse motivo, cada vez mais profissionais de saúde estão incorporando esse método de exercício em sua prática. Por esse motivo, a TECH criou esta capacitação, que proporciona ao médico uma atualização completa sobre os benefícios do Pilates em patologias do Sistema Nervoso, Osteoporose ou em pacientes grávidas. E tudo isso com uma metodologia 100% online e flexível que permite o acesso ao conteúdo, em qualquer lugar e a qualquer momento.





“

*Graças a este Programa Avançado, você atualizará seus conhecimentos sobre as mudanças fisiológicas durante a gravidez e os exercícios de Pilates recomendados durante esse processo”*

O Pilates Terapêutico oferece uma vantagem notável, pois é facilmente adaptável às diferentes habilidades do paciente, independentemente da lesão ou condição que esteja sendo tratada. Isso se deve à capacidade de ajustar a intensidade, o ritmo, a frequência e os movimentos dos exercícios. Portanto, é essencial que o médico se mantenha atualizado com os exercícios e as técnicas mais eficazes para lidar com várias patologias.

Diante dessa realidade, a TECH desenvolveu esse programa de estudos que oferece aos profissionais a oportunidade de atualizar suas habilidades como Instrutores de Pilates por meio de um Programa Avançado que consiste em 450 horas letivas e duração de 6 meses.

Em resposta a essa realidade, os especialistas explorarão as vias neurais e os benefícios do Pilates em pacientes com patologias Neurológicas, relacionadas ao envelhecimento ou à Osteoporose. Além disso, o aluno aprenderá mais sobre a abordagem do Pilates para gravidez, incontinência urinária e Assoalho Pélvico e os exercícios recomendados para esses casos clínicos.

Graças aos inúmeros materiais didáticos (resumos em vídeo de cada tópico, vídeos detalhados, leituras especializadas), o estudante estará atualizado com as técnicas usadas durante o período pós-parto tardio e o tratamento de distúrbios através do Pilates.

Além disso, graças ao formato de ensino 100% online, o profissional terá total flexibilidade para organizar as atividades diárias juntamente com os cursos de atualização, sem estar sujeito a horários rígidos. Uma oportunidade única de atualizar seus conhecimentos por meio de uma proposta universitária que está na vanguarda acadêmica.

Este **Programa Avançado de Instrutor de Pilates** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Fisioterapia e Pilates
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil, fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas essenciais para o exercício da profissão
- ♦ Contém exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar o aprendizado
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Lições teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



*Aprenda mais sobre o Pilates e como ele pode beneficiar pacientes com patologias neurológicas do sistema nervoso central e periférico”*

“

*Aprofunde-se nas condições neurológicas tratadas com o Pilates, como Esclerose Múltipla, AVC, Parkinson e Paralisia Cerebral”*

O corpo docente deste curso inclui profissionais da área que transferem a experiência do seu trabalho para este curso, além de especialistas reconhecidos de sociedades científicas de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, na qual o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surjam ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

*Avalie as habilidades de seus pacientes idosos e aplique os exercícios de Pilates adequados à idade.*

*Aprofunde seus conhecimentos sobre como o Pilates pode ajudar no tratamento da Osteoporose, graças a este Curso de Instrutor de Pilates 100% online.*

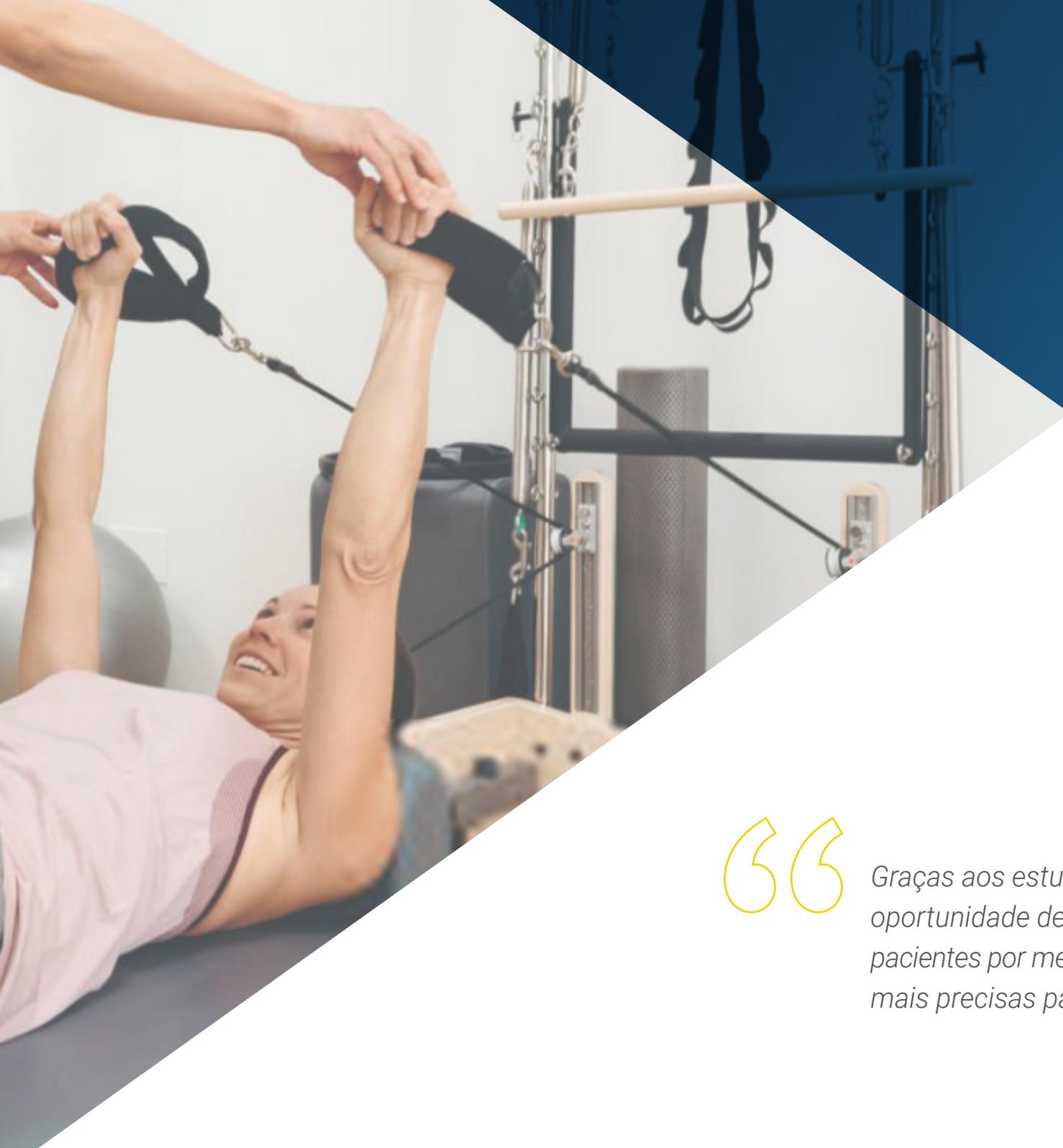


# 02

## Objetivos

O objetivo desta capacitação é atualizar o conhecimento do profissional de saúde sobre o método Pilates e a abordagem de várias patologias. Nesse sentido, este programa acadêmico permitirá que o aluno se aprofunde nos exercícios específicos para cada fase da gravidez, identifique as principais alterações de cada patologia e as aborde por meio de exercícios baseados nessa atividade física. Para que isso seja feito com sucesso, esta capacitação oferece uma variedade de recursos multimídia de alta qualidade.





“

*Graças aos estudos de caso, você terá a oportunidade de abordar o tratamento de pacientes por meio das posturas de Pilates mais precisas para cada patologia”*



## Objetivos gerais

---

- ♦ Aprimorar o conhecimento e as habilidades profissionais na prática e no ensino de exercícios de Pilates no solo, em diferentes máquinas e com implementos
- ♦ Diferenciar as aplicações dos exercícios de Pilates e as adaptações a serem feitas para cada paciente
- ♦ Estabelecer um protocolo de exercícios adaptado à sintomatologia e à patologia de cada paciente
- ♦ Definir as progressões e regressões dos exercícios de acordo com as diferentes fases do processo de recuperação de uma lesão
- ♦ Evitar exercícios contraindicados com base na avaliação prévia de pacientes e clientes
- ♦ Manejar com profundidade os aparelhos usados no Método Pilates
- ♦ Fornecer as informações necessárias para a busca de informações científicas e atualizadas sobre os tratamentos de Pilates aplicáveis a diferentes patologias
- ♦ Analisar as necessidades e melhorias dos equipamentos de Pilates em um espaço terapêutico para exercícios de Pilates
- ♦ Desenvolver ações para melhorar a eficácia dos exercícios de Pilates com base nos princípios do método
- ♦ Executar correta e analiticamente os exercícios baseados no Método Pilates
- ♦ Analisar as mudanças fisiológicas e posturais que afetam as mulheres grávidas
- ♦ Elaborar exercícios adaptados à mulher durante a gravidez até o parto
- ♦ Descrever a aplicação do Método Pilates em esportistas de alto nível





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Pilates durante a gravidez, o parto e o pós-parto

- ♦ Diferenciar as diversas fases da gravidez
- ♦ Determinar exercícios específicos para cada fase
- ♦ Orientar mulheres durante a gravidez, o parto e o período pós-parto

### Módulo 2. Patologia geral e seu tratamento com Pilates

- ♦ Dominar características de cada patologia
- ♦ Identificar os principais sinais de cada patologia
- ♦ Abordar alterações por meio de exercícios baseados no Método Pilates

### Módulo 3. A academia de Pilates

- ♦ Descrever o espaço onde o Pilates é realizado
- ♦ Atualizar-se em relação aos aparelhos de Pilates
- ♦ Apresentar protocolos e progressões de exercícios



*Você poderá aprender de maneira confortável, sempre que desejar, as melhores práticas em termos de equipamentos e instrumentos usados nas aulas de Pilates”*

# 03

## Direção do curso

A TECH selecionou especialistas reconhecidos na área de Fisioterapia para este curso. Dessa forma, os profissionais terão a oportunidade de acessar um programa de estudos avançado desenvolvido por autênticos líderes do Método Pilates. Além disso, a instituição oferece aos alunos uma experiência excepcional de atualização com os principais especialistas da área, com os quais eles podem resolver quaisquer dúvidas que possam ter sobre o conteúdo do programa de estudos.



“

*A TECH reuniu os maiores especialistas no Método Pilates, que orientarão você na adaptação dos exercícios corretos para manter a estabilidade do corpo durante a gravidez”*

## Diretor Internacional Convidado

O Dr. Edward Laskowski é uma figura destacada internacionalmente no campo da **Medicina Esportiva e Reabilitação Física**. Certificado pela **Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação**, ele tem sido parte integrante do prestigioso corpo clínico da **Clínica Mayo**, onde atuou como **Diretor do Centro de Medicina Esportiva**.

Sua experiência abrange uma ampla gama de disciplinas, desde **Medicina Esportiva** até **Fitness, Treinamento de Força e Estabilidade**. Trabalha em estreita colaboração com uma equipe multidisciplinar de especialistas em **Medicina Física, Reabilitação, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia Esportiva**, oferecendo uma abordagem abrangente no cuidado de seus pacientes.

Além de sua prática clínica, ele é reconhecido **nacional e internacionalmente** por suas contribuições para o mundo do **esporte e da saúde**. Foi nomeado pelo presidente **George W. Bush** para o **Conselho Presidencial sobre Aptidão Física e Esportes** e recebeu o **Prêmio de Serviço Distinto do Departamento de Saúde e Serviços Humanos**, destacando seu compromisso com a promoção de estilos de vida saudáveis.

Ele também desempenhou um papel crucial em **eventos esportivos** de prestígio, como os **Jogos Olímpicos de Inverno de 2002 em Salt Lake City** e a **Maratona de Chicago**, proporcionando **cuidados médicos** de qualidade. Sua dedicação à **divulgação** é evidente em seu extenso trabalho na criação de recursos acadêmicos, incluindo o **CD-ROM da Clínica Mayo sobre Esportes, Saúde e Fitness**, e como **Editor Contribuinte** do livro **"Mayo Clinic Fitness for EveryBody"**. Com paixão por desmistificar mitos e fornecer informações precisas e atualizadas, o Dr. Edward Laskowski continua sendo uma voz influente na **Medicina Esportiva e Fitness** global.



## Dr. Laskowski, Edward

---

- Diretor do Centro de Medicina Esportiva da Clínica Mayo, Estados Unidos
- Médico Consultor na Associação de Jogadores da Liga Nacional de Hóquei, Estados Unidos
- Médico na Clínica Mayo, Estados Unidos
- Membro do Policlínico Olímpico nos Jogos Olímpicos de Inverno de 2002, Salt Lake City
- Especialista em Medicina Esportiva, Fitness, Treinamento de Força e Estabilidade
- Certificado pela Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação
- Editor Contribuinte do livro “Mayo Clinic Fitness for EveryBody”
- Prêmio de Serviço Distinto do Departamento de Saúde e Serviços Humanos
- Membro: American College of Sports Medicine

“

*Graças à TECH você será capaz de aprender com os melhores profissionais do mundo”*

## Direção



### Sr. Sergio González Arganda

- ♦ Fisioterapeuta do Clube Atlético de Madrid
- ♦ CEO da Físio Domicilio Madrid
- ♦ Docente no Mestrado em Preparação Física e Reabilitação Esportiva no Futebol
- ♦ Docente no Curso de Especialização em Pilates Clínico
- ♦ Docente no Mestrado em Biomecânica e Fisioterapia Esportiva
- ♦ Mestrado em Osteopatia do Aparelho Locomotor pela Escola de Osteopatia de Madrid
- ♦ Especialista em Pilates e Reabilitação pela Real Federação Espanhola de Ginástica
- ♦ Mestrado Universitário em Biomecânica Aplicada à Avaliação de Danos e Técnicas Avançadas em Fisioterapia
- ♦ Graduado em Fisioterapia pela Universidad Pontificia de Comillas



## Professores

### Sra. Virginia Parra Nebreda

- ◆ Fisioterapeuta de Assoalho Pélvico na Fundación de Esclerosis Múltiple de Madrid
- ◆ Fisioterapeuta de Assoalho Pélvico na Fundación de Esclerosis Múltiple de Madrid
- ◆ Fisioterapeuta de Assoalho Pélvico na Clínica Letfísio
- ◆ Fisioterapeuta na Residencia de Ancianos Orpea
- ◆ Mestrado em Fisioterapia em Pelviperineologia pela Universidade de Castilla-La Mancha
- ◆ Capacitação em Ultrassonografia Funcional em Fisioterapia do Assoalho Pélvico em Homens e Mulheres na FISIOMEDIT Formación
- ◆ Capacitação em Hipopressivos na LOW PRESSURE FITNES
- ◆ Formada em Fisioterapia pela Universidade Complutense de Madri

### Sra. Marina García Ibáñez

- ◆ Fisioterapeuta na Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid e consulta privada a domicilio
- ◆ Fisioterapeuta de tratamento domiciliar em crianças e adultos com patologia neurológica
- ◆ Fisioterapeuta na Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid
- ◆ Fisioterapeuta e Psicóloga na Clínica Kinés
- ◆ Fisioterapeuta na Clínica San Nicolás
- ◆ Mestrado em Fisioterapia Neurológica: Técnicas de Avaliação e Tratamento pela Universidade Europeia de Madri
- ◆ Programa Avançado de Fisioterapia Neurológica pela Universidade Europeia de Madri
- ◆ Formada em Psicologia pela Universidade Nacional de Educação a Distância (UNED)

# 04

## Estrutura e conteúdo

Graças a este Programa Avançado de Instrutor de Pilates, o profissional conhecerá os métodos, as técnicas e os equipamentos utilizados nas sessões realizadas com essa atividade física. O conteúdo é especialmente voltado para pacientes grávidas, pacientes com dificuldades pré e pós-parto e pessoas com patologias neurológicas. Tudo isso pode ser alcançado graças à flexibilidade da metodologia 100% online da TECH e à ampla variedade de recursos pedagógicos, com os quais você pode obter uma atualização intensiva e eficaz.



“

*Com o método Relearning, você poderá otimizar seu processo de atualização e reduzir as longas horas de estudo”*

## Módulo 1. Pilares durante a gravidez, o parto e o pós-parto

- 1.1. Primeiro trimestre
  - 1.1.1. Mudanças no primeiro trimestre
  - 1.1.2. Benefícios e objetivos
  - 1.1.3. Exercícios indicados
  - 1.1.4. Contraindicações
- 1.2. Segundo trimestre
  - 1.2.1. Mudanças no segundo trimestre
  - 1.2.2. Benefícios e objetivos
  - 1.2.3. Exercícios indicados
  - 1.2.4. Contraindicações
- 1.3. Terceiro trimestre
  - 1.3.1. Mudanças no terceiro trimestre
  - 1.3.2. Benefícios e objetivos
  - 1.3.3. Exercícios indicados
  - 1.3.4. Contraindicações
- 1.4. Parto
  - 1.4.1. Fase de dilatação e parto
  - 1.4.2. Benefícios e objetivos
  - 1.4.3. Recomendações
  - 1.4.4. Contraindicações
- 1.5. Pós-parto imediato
  - 1.5.1. Recuperação e puerpério
  - 1.5.2. Benefícios e objetivos
  - 1.5.3. Exercícios indicados
  - 1.5.4. Contraindicações
- 1.6. Incontinência urinária e Assoalho Pélvico
  - 1.6.1. Anatomia implicada
  - 1.6.2. Fisiopatologia
  - 1.6.3. Exercícios indicados
  - 1.6.4. Contraindicações

- 1.7. Problemas na gravidez e abordagem usando o Método Pilates
  - 1.7.1. Mudança na estática corporal
  - 1.7.2. Problemas mais frequentes
  - 1.7.3. Exercícios indicados
  - 1.7.4. Contraindicações
- 1.8. Preparação para a gravidez
  - 1.8.1. Benefícios da preparação física durante a gravidez
  - 1.8.2. Atividade física recomendada
  - 1.8.3. Exercícios indicados na primeira gravidez
  - 1.8.4. Preparação durante a busca da segunda gravidez e subsequentes
- 1.9. Pós-parto tardio
  - 1.9.1. Alterações anatômicas de longo prazo
  - 1.9.2. Preparação para o retorno à atividade física
  - 1.9.3. Exercícios indicados
  - 1.9.4. Contraindicações
- 1.10. Alterações pós-parto
  - 1.10.1. Diástase abdominal
  - 1.10.2. Prolapsos dos Órgãos Pélvicos
  - 1.10.3. Alterações na musculatura abdominal profunda
  - 1.10.4. Indicações e contraindicações na cesárea

## Módulo 2. Patologia geral e seu tratamento com Pilates

- 2.1. Sistema nervoso
  - 2.1.1. Sistema nervoso central
  - 2.1.2. Sistema nervoso periférico
  - 2.1.3. Breve descrição das vias neurais
  - 2.1.4. Benefícios do Pilates na patologia neurológica

- 2.2. Avaliação neurológica com foco em Pilates
  - 2.2.1. Anamnese
  - 2.2.2. Avaliação da força e tom
  - 2.2.3. Avaliação da sensibilidade
  - 2.2.4. Testes e escalas
- 2.3. Patologias neurológicas mais prevalentes e evidências científicas no Pilates
  - 2.3.1. Breve descrição das patologias
  - 2.3.2. Princípios básicos de Pilates na patologia neurológica
  - 2.3.3. Adaptação das posições de Pilates
  - 2.3.4. Adaptação dos exercícios de Pilates
- 2.4. Esclerose múltipla
  - 2.4.1. Descrição da patologia
  - 2.4.2. Avaliação das capacidades do paciente
  - 2.4.3. Adaptação dos exercícios de Pilates Solo
  - 2.4.4. Adaptação dos exercícios de Pilates com elementos
- 2.5. Acidente Vascular Cerebral (AVC)
  - 2.5.1. Descrição da patologia
  - 2.5.2. Avaliação das capacidades do paciente
  - 2.5.3. Adaptação dos exercícios de Pilates Solo
  - 2.5.4. Adaptação dos exercícios de Pilates com aparelhos
- 2.6. Parkinson
  - 2.6.1. Descrição da patologia
  - 2.6.2. Avaliação das capacidades do paciente
  - 2.6.3. Adaptação dos exercícios de Pilates Solo
  - 2.6.4. Adaptação dos exercícios de Pilates com aparelhos
- 2.7. Paralisia cerebral
  - 2.7.1. Descrição da patologia
  - 2.7.2. Avaliação das capacidades do paciente
  - 2.7.3. Adaptação dos exercícios de Pilates Solo
  - 2.7.4. Adaptação dos exercícios de Pilates com aparelhos

- 2.8. Adultos idosos
  - 2.8.1. Doenças associadas à idade
  - 2.8.2. Avaliação das capacidades do paciente
  - 2.8.3. Exercícios indicados
  - 2.8.4. Exercícios contraindicados
- 2.9. Osteoporose
  - 2.9.1. Descrição da patologia
  - 2.9.2. Avaliação das capacidades do paciente
  - 2.9.3. Exercícios indicados
  - 2.9.4. Exercícios contraindicados
- 2.10. Problemas do Assoalho Pélvico: Incontinência Urinária
  - 2.10.1. Descrição da patologia
  - 2.10.2. Incidência e prevalência
  - 2.10.3. Exercícios indicados
  - 2.10.4. Exercícios contraindicados

### Módulo 3. A academia/estudio de Pilates

- 3.1. O Reformer
  - 3.1.1. Introdução ao Reformer
  - 3.1.2. Benefícios do Reformer
  - 3.1.3. Principais exercícios no Reformer
  - 3.1.4. Principais erros no Reformer
- 3.2. O Cadillac ou Trapeze table
  - 3.2.1. Introdução ao Cadillac
  - 3.2.2. Benefícios do Cadillac
  - 3.2.3. Principais exercícios no Cadillac
  - 3.2.4. Principais erros no Cadillac

- 3.3. Chair/Cadeira
  - 3.3.1. Introdução à cadeira
  - 3.3.2. Benefícios da cadeira
  - 3.3.3. Principais exercícios na cadeira
  - 3.3.4. Principais erros na cadeira
- 3.4. Barrel
  - 3.4.1. Introdução ao Barrel
  - 3.4.2. Benefícios do Barrel
  - 3.4.3. Principais exercícios no Barrel
  - 3.4.4. Principais erros no Barrel
- 3.5. Modelos "Combo"
  - 3.5.1. Introdução ao modelo Combo
  - 3.5.2. Benefícios do modelo Combo
  - 3.5.3. Principais exercícios do modelo Combo
  - 3.5.4. Principais erros do modelo Combo
- 3.6. O aro flexível
  - 3.6.1. Introdução ao aro flexível
  - 3.6.2. Benefícios do aro flexível
  - 3.6.3. Principais exercícios do aro flexível
  - 3.6.4. Principais erros do aro flexível
- 3.7. O Spine Corrector
  - 3.7.1. Introdução ao Spine corrector
  - 3.7.2. Benefícios do Spine corrector
  - 3.7.3. Principais exercícios no Spine corrector
  - 3.7.4. Principais erros do Spine corrector





- 3.8. Implementos adaptados ao método
  - 3.8.1. Foam roller
  - 3.8.2. Fit Ball
  - 3.8.4. Faixas elásticas
  - 3.8.5. Bosu
- 3.9. Espaço
  - 3.9.1. Preferências de equipamento
  - 3.9.2. O espaço de Pilates
  - 3.9.3. Instrumental de pilates
  - 3.9.4. Boas práticas de espaço
- 3.10. O ambiente
  - 3.10.1. Conceito de ambiente
  - 3.10.2. Características de diferentes ambientes
  - 3.10.3. Escolha do ambiente
  - 3.10.4. Conclusões

“

*Com o melhor material didático multimídia, você aprenderá em profundidade sobre diástase abdominal, mudanças na estática pélvica e alterações musculares com exercícios específicos de Pilates”*

05

# Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o ***New England Journal of Medicine***.



“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”*

## Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos simulados baseados em situações reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os especialistas aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.*



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais na prática profissional do médico.

“

*Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações complexas reais para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”*

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os alunos que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios de avaliação de situações reais e de aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas permitindo ao aluno integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



## Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

*O profissional aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de um software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.*



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Usando esta metodologia, mais de 250 mil médicos se capacitaram, com sucesso sem precedentes, em todas as especialidades clínicas independentemente da carga cirúrgica. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

*O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



#### Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.



#### Técnicas cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima os alunos às técnicas mais recentes, aos últimos avanços educacionais e à vanguarda das técnicas médicas atuais. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistí-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

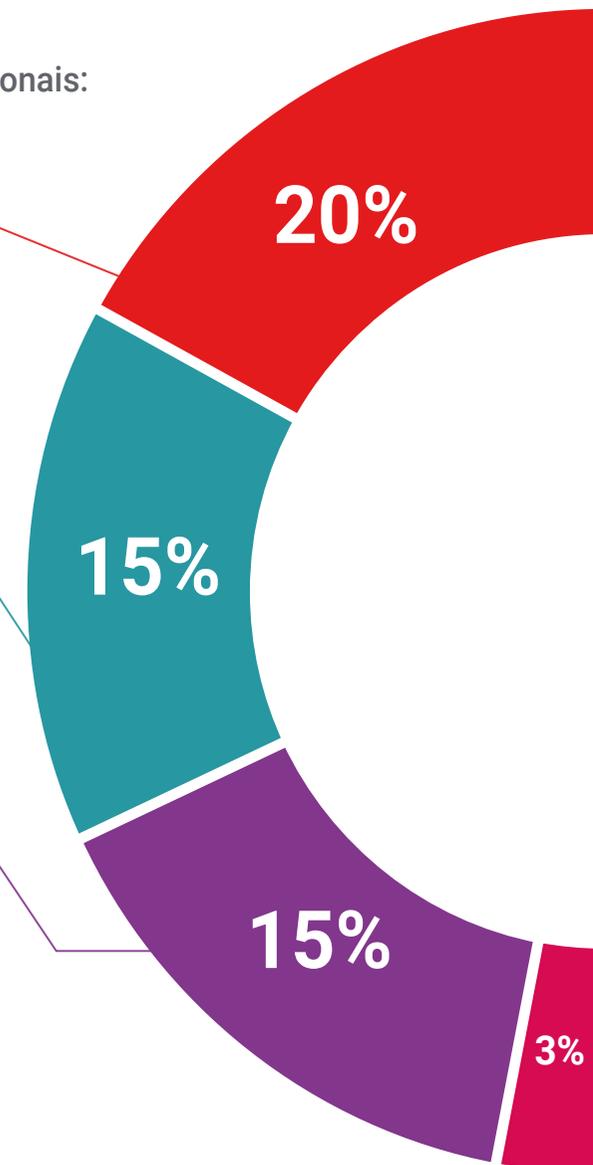
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

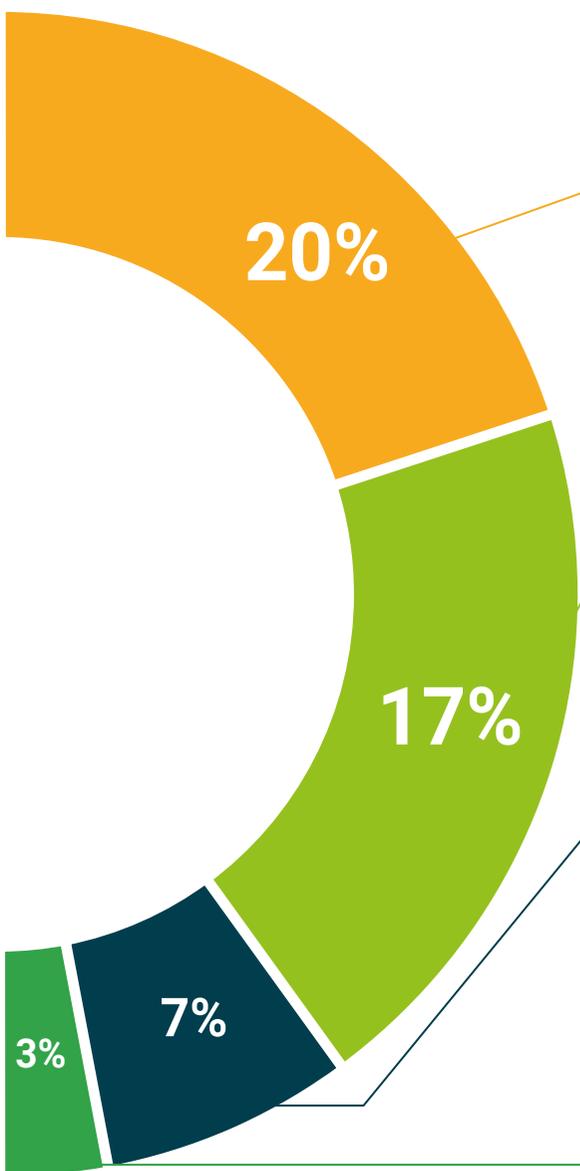
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa"



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





#### Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentaremos casos reais em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



#### Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



#### Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória e aumenta a nossa confiança para tomar decisões difíceis no futuro.



#### Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



06

# Certificado

O Programa Avançado de Instrutor de Pilates garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Programa Avançado emitido pela TECH Universidade Tecnológica.





“

*Conclua este programa de estudos  
com sucesso e receba seu certificado  
sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Programa Avançado de Instrutor de Pilates** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* correspondente ao título de **Programa Avançado** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Programa Avançado, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Programa Avançado de Instrutor de Pilates**

N.º de Horas Oficiais: **450h**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro  
saúde confiança pessoas  
informação orientadores  
educação certificação ensino  
garantia aprendizagem  
instituições tecnologia  
comunidade compromisso  
atenção personalizada  
conhecimento  
presente  
desenvolvimento

**tech** universidade  
tecnológica

## Programa Avançado Instrutor de Pilates

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

# Programa Avançado

## Instrutor de Pilates

