

Curso de Especialização

Instrutor de Pilates





Curso de Especialização Instrutor de Pilates

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 18 ECTS
- » Horário: Ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Acesso ao site: www.techitute.com/pt/medicina/curso-especializacao/curso-especializacao-instrutor-pilates

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 18

05

Metodologia

pág. 24

06

Certificação

pág. 32

01

Apresentação

O exercício terapêutico, no qual se enquadra o Pilates, é considerado uma parte fundamental do processo de recuperação e prevenção de doenças ou patologias que afetam as capacidades físicas do paciente. Por esta razão, cada vez mais profissionais de saúde estão a incorporar este tipo de exercício na sua prática. Assim, a TECH criou esta especialização, que proporciona ao médico uma atualização completa sobre os benefícios do Pilates em patologias do sistema nervoso, osteoporose ou em pacientes grávidas. Tudo isto através de uma metodologia flexível, 100% online, que permite o acesso ao conteúdo em qualquer momento ou lugar.



“

Graças a este Curso de Especialização atualizará os seus conhecimentos em torno das alterações fisiológicas durante a gravidez e os exercícios de Pilates recomendados durante o processo”

O Pilates Terapêutico oferece uma vantagem significativa na medida em que é facilmente adaptável às diferentes capacidades do paciente, independentemente da lesão ou condição que está a ser tratada. Isto deve-se à capacidade de ajustar a intensidade, o ritmo, a frequência e os movimentos dos exercícios. Portanto, é essencial que o profissional médico se mantenha atualizado relativamente aos exercícios e técnicas mais eficazes na abordagem de múltiplas patologias.

Perante esta realidade, a TECH desenvolveu este Curso de Especialização que oferece aos profissionais a oportunidade de se atualizarem como Instrutor de Pilates através de um Curso de Especialização que conta com 450 horas letivas e seis meses de duração.

Como resposta a esta realidade, os especialistas irão explorar as vias neuronais e os benefícios do Pilates em pacientes com patologias, neurológicas relacionadas com o envelhecimento ou a osteoporose. Além disso, ampliará os seus conhecimentos sobre a abordagem da gravidez utilizando o método Pilates, bem como sobre a incontinência urinária e o pavimento pélvico ou os exercícios recomendados para estes casos clínicos.

Além disso, graças aos numerosos materiais didáticos (resumos em vídeo de cada tema, vídeos detalhados, leituras especializadas), ficará a par das técnicas utilizadas durante o pós-parto tardio e do tratamento das alterações através do Pilates.

Além disso, graças ao formato de ensino 100% online, o profissional terá total flexibilidade para organizar as atividades diárias juntamente com o Curso de Especialização de atualização, sem estar sujeito a horários rígidos. Uma oportunidade única de realizar uma atualização através de uma proposta universitária que se encontra na vanguarda académica.

Este **Curso de Especialização em Instrutor de Pilates** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. As suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em fisioterapia e pilates
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático do livro fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ♦ Exercícios práticos em que o processo de autoavaliação pode ser utilizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ A sua ênfase especial em metodologias inovadoras
- ♦ Palestras teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- ♦ a disponibilidade de acesso ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet



Ficará a saber mais sobre o Pilates e como pode beneficiar os doentes com patologias neurológicas do sistema nervoso central e periférico"

“

Adaptará os exercícios de Pilates a patologias como a Esclerose Múltipla, Acidente Vascular Cerebral, Parkinson e Paralisia Cerebral"

O corpo docente do Curso de Especialização inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta especialização, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educativa, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará uma capacitação imersiva programada para se especializar em situações reais.

A elaboração desta especialização baseia-se na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o instrutor deve tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do Curso de Especialização. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

Avaliará as capacidades dos seus pacientes idosos e aplicará exercícios de Pilates adequados à idade.

Graças a este Curso de Especialização 100% online, vai poder descobrir como o Pilates pode ajudar no tratamento da osteoporose.

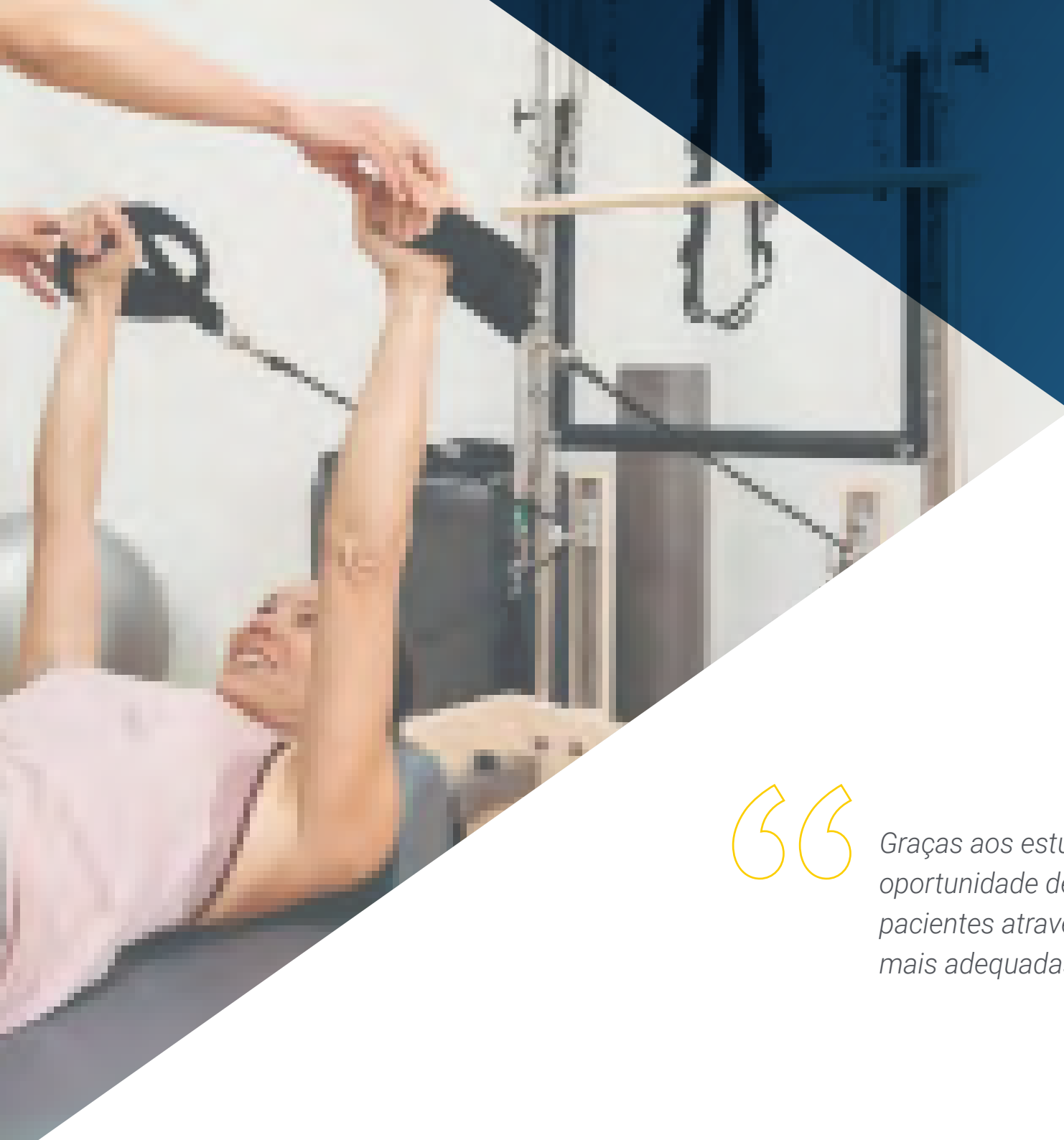


02

Objetivos

O objetivo desta especialização universitária é atualizar os conhecimentos do profissional de saúde sobre o método Pilates e a abordagem de diversas patologias. Neste sentido, este plano académico permitir-lhe-á aprofundar os exercícios específicos para cada fase da gravidez, identificar as principais alterações de cada patologia e abordá-las através de exercícios baseados nesta atividade física. Para atingir este objetivo com êxito, este programa fornece uma série de recursos multimédia de alta qualidade





“

Graças aos estudos de caso, terá a oportunidade de abordar o tratamento dos pacientes através das posições de Pilates mais adequadas a cada patologia"



Objetivos gerais

- ♦ Promover o conhecimento e competências profissionais na prática e ensino de exercícios de Pilates no chão, em diferentes máquinas e com acessórios
- ♦ Distinguir as aplicações dos exercícios de Pilates e as adaptações a efetuar para cada paciente
- ♦ Estabelecer um protocolo de exercícios adaptado à sintomatologia e à patologia de cada paciente
- ♦ Definir as progressões e regressões dos exercícios em função das diferentes fases do processo de recuperação de uma lesão.
- ♦ Evitar os exercícios contraindicados com base numa avaliação prévia dos pacientes e dos clientes
- ♦ Domínio aprofundado dos aparelhos utilizados no Método Pilates
- ♦ Fornecer as informações necessárias para poder procurar informações científicas e atualizadas sobre os tratamentos de Pilates aplicáveis a diferentes patologias.
- ♦ Analisar as necessidades e melhorias do equipamento de Pilates num espaço terapêutico destinado ao exercício de Pilates
- ♦ Desenvolver atividades para melhorar a eficácia dos exercícios de Pilates com base nos princípios do método
- ♦ Executar corretamente e de forma analítica os exercícios baseados no Método Pilates
- ♦ Analisar as alterações fisiológicas e posturais que afetam a mulher grávida
- ♦ Elaborar exercícios adaptados à mulher no decurso da gravidez até ao parto
- ♦ Descrever a aplicação do Método Pilates em desportistas de alto nível





Objetivos específicos

Módulo 1 Pilates durante a gravidez, parto e pós-parto

- ♦ Distinguir as diferentes fases da gravidez
- ♦ Determinar os exercícios específicos para cada fase
- ♦ Aconselhamento de mulheres durante a gravidez, o parto e pós-parto

Módulo 2 Patologia geral e o seu tratamento com Pilates

- ♦ Dominar as características de cada patologia
- ♦ Identificar as principais perturbações de cada patologia
- ♦ Tratamento das perturbações através de exercícios baseados no Método Pilates

Módulo 3 O ginásio de Pilates

- ♦ Descrever o espaço onde se pratica Pilates
- ♦ Estar a par das máquinas para fazer Pilates
- ♦ Apresentar protocolos e progressões de exercícios



Poderá investigar confortavelmente, sempre que desejar, as melhores práticas em termos de equipamento, instrumentos, utilizados nas sessões de Pilates"

03

Direção do curso

Para esta especialização, TECH selecionou especialistas conceituados na área da Fisioterapia. Desta forma, os profissionais terão a oportunidade de aceder a um programa sofisticado desenvolvido por autênticos líderes do Método Pilates. Desta forma, a instituição oferece aos participantes uma experiência excecional de atualização com os maiores especialistas da área, com os quais podem resolver quaisquer dúvidas que possam ter sobre o conteúdo do programa.



“

A TECH reuniu os maiores especialistas do Método Pilates, que o irão orientar na adaptação dos exercícios corretos para a manutenção da estabilidade corporal durante a gravidez”

Diretor Internacional Convidado

O Dr. Edward Laskowski é uma figura internacional de destaque no campo da Medicina Desportiva e Reabilitação Física. Certificado pelo Conselho Americano de Medicina Física e Reabilitação, tem sido parte integrante do prestigioso corpo clínico da Clínica Mayo, onde foi Diretor do Centro de Medicina Desportiva.

A sua experiência abrange um vasto leque de disciplinas, desde Medicina Desportiva até ao Fitness e ao Treino de Força e Estabilidade. Trabalha em estreita colaboração com uma equipa multidisciplinar de especialistas em Medicina Física, Reabilitação, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia Desportiva, proporcionando uma abordagem abrangente no cuidado dos seus pacientes.

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

Desempenhou também um papel crucial em eventos desportivos de prestígio, como os Jogos Olímpicos de Inverno de 2002 em Salt Lake City e a Maratona de Chicago, proporcionando cuidados médicos de qualidade. A sua dedicação à divulgação é evidente no seu extenso trabalho na criação de recursos académicos, incluindo o CD-ROM da Clínica Mayo sobre Desportos, 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 a ser uma voz influente na Medicina Desportiva e Fitness mundialmente.



Dr. Edward, Laskowski

- 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 Desportiva, Fitness, Treino de Força e Estabilidade
- Certificado pela Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação
- Editor Contribuinte do livro "Mayo Clinic Fitness for EveryBody"
- Prémio de Distinção do Serviço do Departamento de Saúde e Serviços Humanos
- Membro da: American College of Sports Medicine

“

*Graças à TECH, poderá
aprender com os melhores
profissionais do mundo”*

Direção



Dr. Sergio González Arganda

- ♦ Fisioterapeuta do Clube de Futebol Atlético de Madrid (2005-2023)
- ♦ CEO da Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Docente do Mestrado em Preparação Física e Readaptação Desportiva no Futebol
- ♦ Docente do Curso de Especialização em Pilates Clínico
- ♦ Docente do Mestrado em Biomecânica e Fisioterapia Desportiva
- ♦ Mestrado em Osteopatia do Aparelho Locomotor pela Faculdade de Osteopatia de Madrid
- ♦ Mestrado em Biomecânica Aplicada à Avaliação da Lesão e Técnicas Avançadas em Fisioterapia.
- ♦ Especialista em Pilates e Reabilitação pela Real Federação Espanhola de Ginástica
- ♦ Licenciado em Fisioterapia pela Universidad Pontificia de Comillas



Professores

Dra. Virginia Parra Nebreda

- ♦ Fisioterapeuta de Pavimento Pélvico na Fundação de Esclerose Múltipla de Madrid
- ♦ Fisioterapeuta de Pavimento Pélvico na Fundação de Esclerose Múltipla de Madrid
- ♦ Fisioterapeuta do Pavimento Pélvico na Clínica Letfizio
- ♦ Fisioterapeuta no Lar de Idosos Orpea
- ♦ Mestrado em Fisioterapia em Pelviperineologia pela Universidade de Castilla-la Mancha
- ♦ Formação de Ecografia Funcional em Fisioterapia do Pavimento Pélvico em Homens e Mulheres na FISIOMEDIT Formação
- ♦ Formação em Hipopresdivos na LOW PRESSURE FITNES
- ♦ Licenciatura em Fisioterapia pela Universidade Complutense de Madrid

Dra. Marina García Ibáñez

- ♦ Fisioterapeuta na Fundação de Esclerose Múltipla de Madrid e consulta privada ao domicílio
- ♦ Fisioterapeuta de tratamento ao domicílio de crianças e adultos com patologia neurológica
- ♦ Fisioterapeuta na Fundação de Esclerose Múltipla de Madrid
- ♦ Fisioterapeuta e psicóloga da Clínica Kinés
- ♦ Fisioterapeuta na Clínica San Nicolás
- ♦ Mestrado Universitário em Fisioterapia Neurológica: Técnicas de avaliação e tratamento na Universidade Europeia de Madrid
- ♦ Curso de Especialização em Fisioterapia Neurológica Universidade Europeia de Madrid
- ♦ Licenciatura em Psicologia pela Universidade Nacional de Educación a Distancia (UNED)

04

Estrutura e conteúdo

Graças a este Curso de Especialização em Instrutor de Pilates, o profissional estará informado acerca dos métodos, técnicas e equipamento utilizado nas sessões desta atividade física. O conteúdo é especialmente orientado para grávidas, pacientes com dificuldades pré e pós-natais e pessoas com patologias neurológicas. Tudo isto pode ser conseguido graças à flexibilidade da metodologia 100% online da TECH e à vasta gama de recursos pedagógicos com os quais se pode obter uma atualização intensiva e eficaz.



“

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

Módulo 1 Pilates durante a gravidez, parto e pós-parto

- 1.1. Primeiro trimestre
 - 1.1.1. Alterações no primeiro trimestre
 - 1.1.2. Benefícios e objetivos
 - 1.1.3. Exercícios indicados
 - 1.1.4. Contraindicações
- 1.2. O segundo trimestre
 - 1.2.1. Alterações no segundo trimestre
 - 1.2.2. Benefícios e objetivos
 - 1.2.3. Exercícios indicados
 - 1.2.4. Contraindicações
- 1.3. O terceiro trimestre
 - 1.3.1. Alterações 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 expulsão
 - 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 do Pavimento 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 tratamento através do Método Pilates
 - 1.7.1. Alteração da estática do corpo
 - 1.7.2. Problemas 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 procura do segundo e seguintes
- 1.9. Pós-parto tardio
 - 1.9.1. Alterações anatómicas a longo prazo
 - 1.9.2. Preparar o regresso 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. Alteração estática pélvico-prolapso
 - 1.10.2.1. Distúrbios da musculatura abdominal profunda
 - 1.10.2.2. Indicações e contra-indicações na cesariana

Módulo 2 Patologia geral e o 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 do tônus
 - 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 de exercícios de Pilates
- 2.4. Esclerose Múltipla
 - 2.4.1. Descrição da patologia
 - 2.4.2. Avaliação das capacidade do paciente
 - 2.4.3. Adaptação de exercícios de Pilates de Chão
 - 2.4.4. Adaptação de exercícios de Pilates com acessórios
- 2.5. AVC
 - 2.5.1. Descrição da patologia
 - 2.5.2. Avaliação das capacidade do paciente
 - 2.5.3. Adaptação de exercícios de Pilates de Chão
 - 2.5.4. Adaptação de exercícios de Pilates com acessórios
- 2.6. Parkinson
 - 2.6.1. Descrição da patologia
 - 2.6.2. Avaliação das capacidade do paciente
 - 2.6.3. Adaptação de exercícios de Pilates de Chão
 - 2.6.4. Adaptação de exercícios de Pilates com acessórios
- 2.7. Paralisia cerebral
 - 2.7.1. Descrição da patologia
 - 2.7.2. Avaliação das capacidade do paciente
 - 2.7.3. Adaptação de exercícios de Pilates de Chão
 - 2.7.4. Adaptação de exercícios de Pilates com acessórios
- 2.8. Adultos mais velhos
 - 2.8.1. Patologias relacionadas com a idade
 - 2.8.2. Avaliação das capacidade do paciente
 - 2.8.3. Exercícios indicados
 - 2.8.4. Exercícios desaconselhados

- 2.9. Osteoporose
 - 2.9.1. Descrição da patologia
 - 2.9.2. Avaliação das capacidade do paciente
 - 2.9.3. Exercícios indicados
 - 2.9.4. Exercícios desaconselhados
- 2.10. Problemas do pavimento pélvico: incontinência urinária
 - 2.10.1. Descrição da patologia
 - 2.10.2. Incidência e prevalência
 - 2.10.3. Exercícios indicados
 - 2.10.4. Exercícios desaconselhados

Módulo 3 O ginásio/estúdio de Pilates

- 3.1. O Reformer
 - 3.1.1. Introdução ao Reformer
 - 3.1.2. Benefícios do Reformer
 - 3.1.3. Principais exercícios do Reformer
 - 3.1.4. Principais erros do 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 do Cadillac
 - 3.2.4. Principais erros do Cadillac
- 3.3. A 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. O barril
 - 3.4.1. Introdução ao barril
 - 3.4.2. Benefícios do barril
 - 3.4.3. Principais exercícios do barril
 - 3.4.4. Principais erros do barril

- 3.5. Modelos “Combo”
 - 3.5.1. Introdução ao modelo Combo
 - 3.5.2. Benefícios do modelo Combo
 - 3.5.3. Principais exercícios no modelo Combo
 - 3.5.4. Principais erros no modelo Combo
- 3.6. O anel flexível
 - 3.6.1. Introdução ao anel flexível
 - 3.6.2. Benefícios do anel flexível
 - 3.6.3. Principais exercícios no anel flexível
 - 3.6.4. Principais erros no anel 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 no Spine corrector
- 3.8. Acessórios adaptados ao método
 - 3.8.1. Foam roller
 - 3.8.2. Fit Ball
 - 3.8.4. Bandas elásticas
 - 3.8.5. Bosu
- 3.9. Espaço
 - 3.9.1. Preferências de equipamento
 - 3.9.2. O espaço Pilates
 - 3.9.3. Equipamento de Pilates
 - 3.9.4. Boas práticas relativas ao espaço
- 3.10. O ambiente
 - 3.10.1. Conceito de ambiente
 - 3.10.2. Características dos diferentes ambientes
 - 3.10.3. Escolha do ambiente
 - 3.10.4. Conclusões





“

Com o melhor material didático multimédia, aprenderá em profundidade sobre a diástase abdominal, as alterações da estática pélvica e as alterações musculares com exercícios específicos de Pilates"

05

Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem. A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: o Relearning. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a New England Journal of Medicine.



“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Na TECH utilizamos o Método de Caso

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos clínicos simulados com base em pacientes reais nos quais terão de investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver a situação. Há abundantes provas científicas sobre a eficácia do método. Os especialistas aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo.



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

“

Sabia que este método foi desenvolvido em 1912 em Harvard para estudantes de direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais complexas para que tomassem decisões e justificassem a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

- 1 Os estudantes que seguem este método não só conseguem a assimilação de conceitos, mas também desenvolvem a sua capacidade mental através de exercícios para avaliar situações reais e aplicar os seus conhecimentos.
- 2 A aprendizagem é solidamente traduzida em competências práticas que permitem ao educador integrar melhor o conhecimento na prática diária.
- 3 A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir de um ensino real.
- 4 O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os estudantes, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento do tempo passado a trabalhar no curso.



Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos 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 de aprendizagem simulados. Estas simulações são desenvolvidas utilizando software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis globais de satisfação dos profissionais que concluem os seus estudos, no que diz respeito aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Utilizando esta metodologia, mais de 250.000 médicos foram formados com sucesso sem precedentes em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga cirúrgica. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01, de acordo com os mais elevados padrões internacionais.

Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Técnicas cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH traz as técnicas mais inovadoras, com os últimos avanços educacionais, para a vanguarda da atualidade em enfermagem. Tudo isto, na primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do estudante.

E o melhor de tudo, pode observá-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

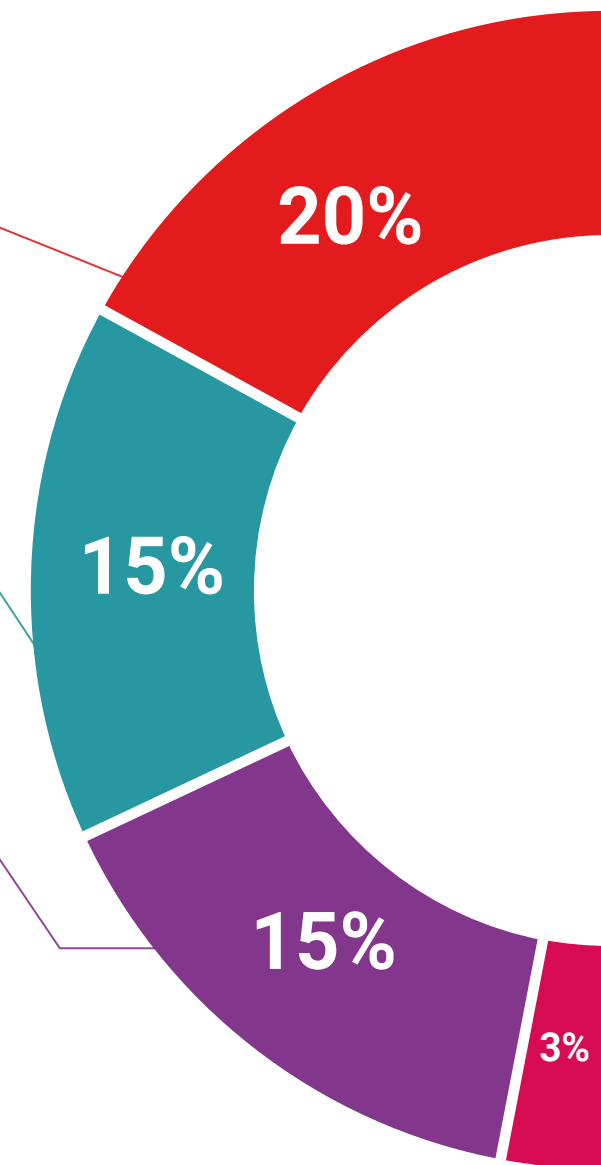
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

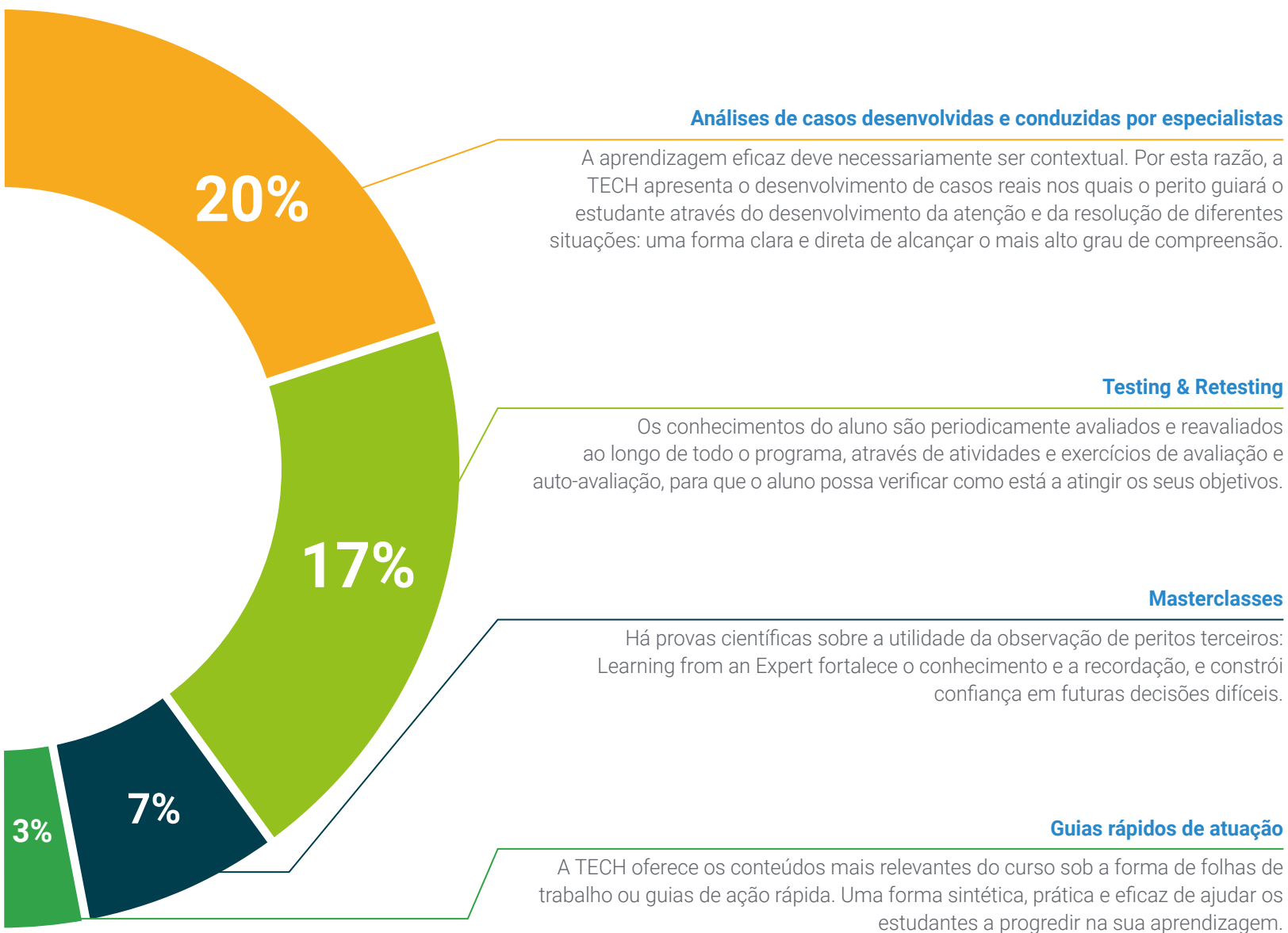
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu".



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 necessita para completar a sua capacitação.





06 Certificação

O Curso de Especialização em Instrutor de Pilates garante, para além do conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um certificado de Curso de Especialização emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”

Este programa permitirá-lhe obter o certificado de **Curso de Especialização em Instrutor de Pilates** apoiado por **TECH Global University**, a maior Universidade digital do mundo.

A **TECH Global University** é uma Universidade Europeia Oficial reconhecida publicamente pelo Governo de Andorra ([*bollettino ufficiale*](#)). Andorra faz parte do Espaço Europeu de Educação Superior (EEES) desde 2003. O EEES é uma iniciativa promovida pela União Europeia com o objetivo de organizar o modelo de formação internacional e harmonizar os sistemas de ensino superior dos países membros desse espaço. O projeto promove valores comuns, a implementação de ferramentas conjuntas e o fortalecimento de seus mecanismos de garantia de qualidade para fomentar a colaboração e a mobilidade entre alunos, pesquisadores e acadêmicos.

Esse título próprio da **TECH Global University** é um programa europeu de formação contínua e atualização profissional que garante a aquisição de competências em sua área de conhecimento, conferindo um alto valor curricular ao aluno que conclui o programa.

Certificação: **Curso de Especialização em Instrutor de Pilates**

ECTS: **18**

Carga horária: **450 horas**





Curso de Especialização Instrutor de Pilates

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 18 ECTS
- » Horário: Ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Curso de Especialização

Instrutor de Pilates