

PORTADA



AUTORES

Juan Bosco Calvo

TÍTULO

**Pilates Terapéutico**

SUBTÍTULO

Para la rehabilitación del aparato locomotor

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

- |                                  |               |
|----------------------------------|---------------|
| - EAN 9788498355833              | - DIMENSIONES |
| - PÁGINAS 445                    | - EDICIÓN 1   |
| - ENCUADERNACIÓN Versión Digital | - AÑO 2012    |

PUNTOS CLAVES

- El primer libro sobre el método Pilates aplicado a la rehabilitación de los problemas del aparato locomotor, con los mejores ejercicios para la solución de cada problema, cada lesión o la recuperación tras una operación y protocolos organizados según las diferentes fases del tratamiento.
- Da una explicación exhaustiva de los fundamentos de la aplicación de Pilates a la medicina y fisioterapia.
- Dirigida a todos los interesados en el método Pilates, en la salud, la rehabilitación y la aplicación del movimiento, esta obra, cuyo autor es quien introdujo el método Pilates en España, resultará una fuente valiosa de información y guía para quienes trabajen con esta excelente terapia.

DESCRIPCIÓN

Éste es el primer libro sobre el método Pilates aplicado a la rehabilitación de los problemas del aparato locomotor. La obra da una explicación exhaustiva de los fundamentos de la aplicación de Pilates a la medicina y la fisioterapia y presenta protocolos organizados según las diferentes fases del tratamiento.

Pilates es un sistema de ejercicios diseñado para promover la salud física y mental, situado hoy en la cima de la popularidad por sus resultados constatables. Sin embargo, la dificultad de encontrar fuentes fiables de protocolos terapéuticos actualizados y adaptados a las diferentes patologías, hace imprescindible establecer pautas concretas y someterlas a una evaluación permanente para conseguir los mejores resultados. Este libro, en el que el autor resume toda su experiencia clínica, tiene como características destacadas:

- Establecer los criterios y los fundamentos que avalan la transferencia de los ejercicios Pilates a un entorno terapéutico y detallar la multitud de aspectos prácticos para llevarlos a cabo.

TELÉFONO

(5255) 5025-0664

EMAIL

infomp@medicapanamericana.com.mx

- Abordar los problemas del aparato locomotor en los que tienen mayores indicaciones los ejercicios basados en el método Pilates, organizados según las grandes regiones y articulaciones corporales.
- Exponer, en cada uno de los capítulos, los patrones de ejercicios que actúan más específicamente sobre cada articulación.
- Incluir un capítulo sobre problemas generales del aparato locomotor que requieren un planteamiento diferente, y otro sobre las lesiones que provoca el propio método Pilates cuando se practica de forma inadecuada.

Dirigida a todos los interesados en el método Pilates, en la salud, la rehabilitación y la aplicación del movimiento, esta obra, cuyo autor es el doctor Juan Bosco Calvo, quien introdujo el método Pilates en España, resultará una fuente valiosa de información y guía para quienes trabajen con esta excelente terapia.

#### CONTENIDO

---

PARTE GENERAL	Mejoría física
Capítulo 1. Fundamentos del método Pilates	Técnicas energéticas
El método Pilates. Reseña histórica	Técnicas de bienestar
Los principios originales	Otras técnicas
Los principios Pilates para la rehabilitación	PARTE ESPECIAL
Capítulo 2. El gimnasio Pilates	Capítulo 5. La columna
Las máquinas	Recuerdo anatómico
Implementos	Patrones de ejercicio en la rehabilitación funcional con Pilates
Gimnasio Pilates	Patología lumbar
El gimnasio en casa	Dorsalgias
Pilates en el gimnasio	Patología cervical
Capítulo 3. Objetivos y metodología de la rehabilitación basada en Pilates	Patología postural
Áreas de prescripción de los ejercicios Pilates	Escoliosis
Objetivos del método Pilates en la rehabilitación del aparato locomotor	El miembro inferior
Metodología de las sesiones	Capítulo 6. La cadera
Ejercicios	Recuerdo anatómico
Capítulo 4. Pilates y otras técnicas de rehabilitación	Patrones de ejercicio en el tratamiento y rehabilitación funcional de la cadera con Pilates
Técnicas manuales	Patología médica de la cadera y del muslo
Terapias corporales	Patología quirúrgica
	Capítulo 7. La rodilla

Recuerdo anatómico	Recuerdo anatómico
Patrones de ejercicio en la rehabilitación funcional con Pilates	Rehabilitación con Pilates: patrones de ejercicio
Patología médica	Patología de la muñeca y la mano
Patología quirúrgica	Síndromes canaliculares del miembro superior
Capítulo 8. El tobillo y el pie	Capítulo 12. Problemas generales del aparato locomotor
Recuerdo anatómico	Osteoporosis
Patrones de ejercicio en el tratamiento y rehabilitación del tobillo y el pie con Pilates	Fibromialgia
Patología médica del tobillo	Pacientes ancianos
Patología quirúrgica del tobillo	Pacientes con síndrome de inmovilismo y encamados
Patología del pie	Capítulo 13. Lesiones en el entorno pilates
El miembro superior	El entorno Pilates
Capítulo 9. El hombro	Accidentes relacionados con las máquinas
Recuerdo anatómico	Accidentes debidos a los ejercicios
Patrones de ejercicio en la rehabilitación del hombro con Pilates	Lesiones por sobrecarga
Patología del hombro	Problemas médicos de interés
Capítulo 10. El codo y antebrazo	Síndromes del monitor Pilates
Recuerdo anatómico	Prevención: la importancia del “cómo” en Pilates
Rehabilitación con Pilates: patrones de ejercicio	Bibliografía general
Patología médica por sobrecarga	Bibliografía específica de Pilates Terapéutico
Traumatismos del codo y antebrazo	Anexos
Capítulo 11. La muñeca y la mano	Índice analítico