

PORTADA



AUTORES

Juan Bosco Calvo

TÍTULO

**Pilates terapéutico**

SUBTÍTULO

Para la rehabilitación del aparato locomotor

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

- EAN 9788498353723
- DIMENSIONES 21 x 28 cm
- PÁGINAS 445
- EDICIÓN 1
- ENCUADERNACIÓN Rústica
- 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.
- 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.

TELÉFONO

(5255) 5025-0664

EMAIL

[infomp@medicapanamericana.com.mx](mailto:infomp@medicapanamericana.com.mx)

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

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