

Diploma de Experto en Pilates Terapéutico

Título propio
de Diploma
de Experto



20
ECTS

6
MESES

100%
ONLINE



PRESENTACIÓN

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.

Dirigida a todos los interesados en el método Pilates, en la salud, la rehabilitación y la aplicación del movimiento, esta formación resultará una fuente valiosa de información y guía para quienes trabajen con esta excelente terapia.

DIRECCIÓN DEL CURSO

Juan Bosco Calvo

- Médico.
- Profesor Titular de Anatomía Humana. Facultad de Medicina y Facultad Ciencias del Deporte. Universidad de Alcalá de Henares. Escuela Fisioterapia y Enfermería. Universidad de Alcalá de Henares.
- Director de SANART-Medicina de las Artes. Centro dedicado a Traumatología y Recuperación de profesionales de la escena.
- Introdutor del Método Pilates en España. Certificado en Pilates.



OBJETIVOS

Objetivo general:

Describir 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.

Objetivos específicos:

- Identificar aquellos problemas del aparato locomotor en los que tienen mayores indicaciones los ejercicios basados en el método Pilates.
- Describir los patrones de ejercicios que actúan más específicamente sobre cada articulación.
- Identificar aquellos problemas generales del aparato locomotor que requieran un abordaje diferente.
- Reconocer las lesiones que provoca el propio método Pilates cuando se practica de forma inadecuada.



Diploma de Experto en Pilates Terapéutico



La superación de la evaluación final supondrá la obtención de un Certificado académico electrónico de la superación de un título propio de Diploma de Experto otorgado por el Instituto de Formación Continua de la Universidad de Barcelona (IL3-UB), acreditado con 20 créditos ECTS (European Credit Transfer System), el cual es un programa adaptado al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Este título aporta méritos y conocimientos para el alumno de cara a su carrera profesional, oposiciones y bolsas de trabajo. No obstante, recomendamos revisar las bases de las convocatorias de su Comunidad Autónoma ya que están sujetas a cambios.



Módulo 1. *Conceptos generales*

- 1.1. Fundamentos del método Pilates
- 1.2. El gimnasio Pilates (documento pdf)
- 1.3. Objetivos y metodología de la rehabilitación basada en Pilates
- 1.4. Pilates y otras técnicas de rehabilitación

Módulo 2. *El miembro inferior*

- 2.1. La cadera
 - Patología médica
 - Patrones de ejercicios
 - Casos prácticos
 - Caso evaluativo
- 2.2. La rodilla
 - Casos prácticos
 - Caso evaluativo
 - Patrones de ejercicios
- 2.3. El tobillo y el pie
 - Patologías médica y quirúrgica del tobillo
- 2.4. Patología del pie
 - Patrones de ejercicio
 - Caso práctico
 - Caso evaluativo

Módulo 3. *El miembro superior*

- 3.1. El hombro
 - Patologías del hombro
 - Patrones de ejercicio
 - Caso práctico
 - Caso evaluativo
- 3.2. Recuerdo anatómico y patologías del codo
 - Patrones de ejercicio

- Caso práctico
 - Caso evaluativo
- 3.3. Recuerdo anatómico y patologías de la muñeca y la mano
 - Patrones de ejercicio
 - Caso práctico

Módulo 4. *Problemas generales del aparato locomotor*

- 4.1. La columna
 - Casos prácticos
 - Patología
 - Casos evaluativos
 - Patrones de ejercicio
- 4.2. Osteoporosis, fibromialgia, pacientes ancianos y pacientes con síndromes de inmovilismo y encamados
 - Caso práctico
 - Caso evaluativo

Módulo 5. *Lesiones en el entorno Pilates*

- 5.1. Lesiones en el entorno Pilates
 - Caso práctico
 - Caso evaluativo
 - Vídeo Sesiones Tutoriales



Diploma de Experto en Pilates Terapéutico

Módulo I. Conceptos generales

Módulo II. El miembro inferior

Módulo III. El miembro superior

Módulo IV. Problemas generales del aparato locomotor

Módulo V. Lesiones en el entorno Pilates

Información válida salvo error tipográfico.

www.medicapanamericana.com


Institut de
Formació Contínua-IL3
UNIVERSITAT DE BARCELONA

EDITORIAL MEDICA
panamericana