

Juan Bosco Calvo

PILATES TERAPÉUTICO

Para la rehabilitación del aparato locomotor

AUTOR

Juan Bosco Calvo

EAN: 9788498353723

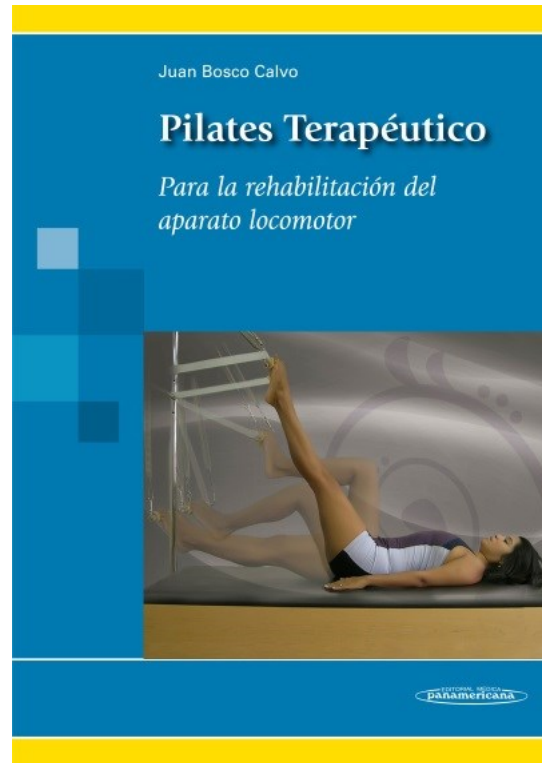
Especialidad: Fisioterapia

Páginas: 445

Encuadernación: Rústica

Formato: 21 cm x 28 cm

© 2012



80 USD

PUNTOS CLAVE

- 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.

- 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.

AUTOR

Juan Bosco Calvo: Médico. Profesor titular en la Facultad de Medicina (Anatomía Humana), Escuela de Fisioterapia y Facultad de Ciencias del Deporte (Valoración Funcional del Movimiento), Universidad de Alcalá de Henares. Diplomado en Medicina del Deporte. Miembro fundador de la International Association for Dance Medicine and Sciences. External examiner del Laban Center (Trinity College, London City University). Especializado en Medicina de las Artes Escénicas (Música y Danza).

ESPECIALIDADES RELACIONADAS

Ciencias de la Actividad Física - Medicina del Deporte
Terapia Ocupacional
Rehabilitación y Medicina Física
Ortopedia y Traumatología
Enfermería

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PARTE GENERAL

Capítulo 1. Fundamentos del método Pilates
El método Pilates. Reseña histórica
Los principios originales
Los principios Pilates para la rehabilitación

Capítulo 2. El gimnasio Pilates
Las máquinas
Implementos
Gimnasio Pilates
El gimnasio en casa
Pilates en el gimnasio

Capítulo 3. Objetivos y metodología de la rehabilitación basada en Pilates
Áreas de prescripción de los ejercicios Pilates
Objetivos del método Pilates en la rehabilitación del aparato locomotor
Metodología de las sesiones
Ejercicios

Capítulo 4. Pilates y otras técnicas de rehabilitación
Técnicas manuales
Terapias corporales
Mejoría física
Técnicas energéticas
Técnicas de bienestar
Otras técnicas

PARTE ESPECIAL

Capítulo 5. La columna

Recuerdo anatómico
Patrones de ejercicio en la rehabilitación funcional con Pilates
Patología lumbar
Dorsalgias
Patología cervical
Patología postural
Escoliosis

El miembro inferior

Capítulo 6. La cadera
Recuerdo anatómico
Patrones de ejercicio en el tratamiento y rehabilitación funcional de la cadera con Pilates
Patología médica de la cadera y del muslo
Patología quirúrgica

Capítulo 7. La rodilla
Recuerdo anatómico
Patrones de ejercicio en la rehabilitación funcional con Pilates
Patología médica
Patología quirúrgica

Capítulo 8. El tobillo y el pie
Recuerdo anatómico
Patrones de ejercicio en el tratamiento y rehabilitación del tobillo y el pie con Pilates
Patología médica del tobillo
Patología quirúrgica del tobillo
Patología del pie

El miembro superior

Capítulo 9. El hombro
Recuerdo anatómico
Patrones de ejercicio en la rehabilitación del hombro con Pilates
Patología del hombro

Capítulo 10. El codo y antebrazo
Recuerdo anatómico
Rehabilitación con Pilates: patrones de ejercicio
Patología médica por sobrecarga
Traumatismos del codo y antebrazo

Capítulo 11. La muñeca y la mano
Recuerdo anatómico
Rehabilitación con Pilates: patrones de ejercicio
Patología de la muñeca y la mano
Síndromes canaliculares del miembro superior

Capítulo 12. Problemas generales del aparato locomotor
Osteoporosis
Fibromialgia
Pacientes ancianos
Pacientes con síndrome de inmovilismo y encamados

Capítulo 13. Lesiones en el entorno pilates
El entorno Pilates
Accidentes relacionados con las máquinas
Accidentes debidos a los ejercicios
Lesiones por sobrecarga
Problemas médicos de interés
Síndromes del monitor Pilates
Prevención: la importancia del “cómo” en Pilates
Bibliografía general

Bibliografía específica de Pilates Terapéutico

Anexos

Índice analítico
