

Curso

Estrutura do Aparelho Locomotor
para Enfermeiros





Curso

Estrutura do Aparelho Locomotor para Enfermeiros

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Acesso ao site: www.techtute.com/pt/enfermagem/curso/estrutura-aparelho-locomotor-enfermeiros

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 18

05

Metodologia

pág. 22

06

Certificação

pág. 30

01

Apresentação

A prática prolongada de loga tem um impacto na flexibilidade, no fortalecimento muscular e no sistema de movimento em geral, o que contribui para uma diminuição da rigidez e das doenças nas articulações e nos músculos dos doentes. Assim, é essencial que os profissionais de enfermagem identifiquem as lesões comuns em cada estrutura e saibam aplicar as diferentes técnicas de prevenção de lesões e de adaptação do sistema músculo-esquelético à atividade física e ao treino. Para isso, o TECH oferece um Curso 100% online, com um conteúdo inovador sobre o aparelho locomotor e o seu impacto no loga. Devido ao seu formato, está disponível 24 horas por dia, sem aulas presenciais ou horários fixos.



“

Analise com o melhor material multimédia as estruturas do sistema músculo-esquelético do ponto de vista da loga Terapêutico”

Milhões de pessoas em todo o mundo aderiram à prática do loga devido aos seus inúmeros benefícios, que melhoram significativamente o desempenho físico. O treino físico reforça a musculatura, melhora a postura e a mobilidade, o que o torna ideal para quem sofre de problemas do aparelho locomotor.

Neste sentido, o loga Terapêutico é uma ferramenta de tratamento ideal para pacientes com diferentes patologias locomotoras. No entanto, é essencial ter um conhecimento profundo para poder combiná-lo com os tratamentos médicos convencionais, especialmente quando se presta cuidados como enfermeiro. Por isso, a TECH criou uma proposta acadêmica que proporciona ao profissional de enfermagem uma atualização completa sobre a estrutura do Aparelho Locomotor.

Este Curso intensivo permite aos alunos aprofundar a anatomia, a relação entre o sistema esquelético e muscular, a prevenção de lesões como, por exemplo, as lesões dos ligamentos, e a sua relação com a prática do loga Terapêutico. O processo de aprendizagem é realizado através de material multimídia inovador e de leituras especializadas, fornecidas por uma equipa de peritos na matéria.

Para além disso, este Curso conta com um professor internacional de grande prestígio na área do loga. Através de uma série de masterclasses, ele irá fornecer a sua visão única e perspectiva distinta sobre o impacto do loga Terapêutico no Aparelho Locomotor.

Assim, a instituição elaborou a proposta para responder às necessidades reais dos enfermeiros, que procuram uma atualização contínua através de um Curso flexível e conveniente. Para aceder a este Curso, o estudante apenas necessita de um dispositivo digital com ligação à Internet, o que lhe permite estudar o conteúdo da especialização a qualquer hora do dia. Esta opção é ideal para quem procura conciliá-la com as exigências do quotidiano.

Este **Curso de Estrutura do Aparelho Locomotor para Enfermeiros** 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 Estrutura do Aparelho Locomotor
- ◆ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ◆ Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação pode ser levado a cabo a fim de 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
- ◆ Possibilidade de aceder ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet



TECH adapta-se à sua agenda e às suas necessidades de atualização em anatomia e fisiologia do aparelho locomotor"

“

Um plano acadêmico intensivo que o levará a aprofundar os seus conhecimentos sobre as posturas e movimentos do loga mais adequados ao aparelho locomotor”

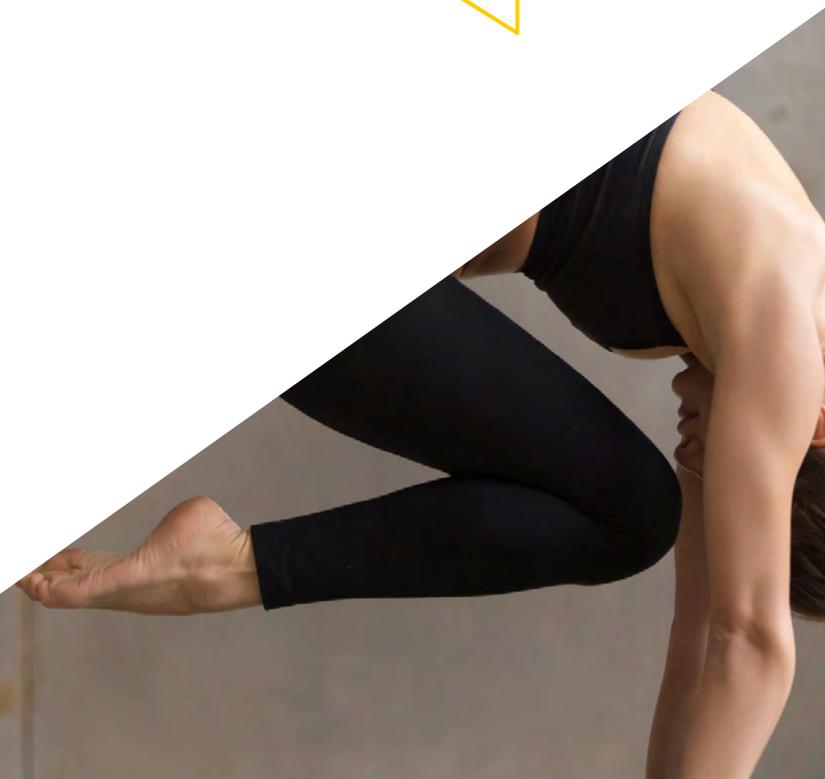
O corpo docente do Curso inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta capacitação, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educativa, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, isto é, um ambiente de simulação que proporcionará uma educação imersiva, programada para praticar em situações reais.

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

Matricule-se já e obtenha o material académico mais completo sobre a Estrutura do Aparelho Locomotor para Enfermeiros.

Esclareça todas as dúvidas sobre as estruturas músculo-esqueléticas e os diversos tratamentos para pôr em prática o loga Terapêutico.



02

Objetivos

Este Curso de Estrutura do Aparelho Locomotor para Enfermeiros tem como objetivo proporcionar aos profissionais de enfermagem uma atualização sobre a Estrutura do Aparelho Osteomuscular, com destaque para a anatomia dos sistemas muscular, ósseo e articular, as suas funções, a exploração de diferentes posturas e movimentos e a correta aplicação do loga Terapêutico no tratamento das diferentes patologias que afetam este sistema músculo-esquelético.





“

Atualize-se sobre as diferentes lesões do Aparelho Locomotor e a abordagem do loga Terapêutico nos seus diversos tratamentos”



Objetivos gerais

- ◆ Incorporar conhecimentos e competências específicas na área do Aparelho Locomotor para o correto desenvolvimento e aplicação de técnicas de tratamento
- ◆ Aprofundar os tratamentos mais adequados em função das características da pessoa e das lesões que apresenta
- ◆ Estudos complementares sobre a biomecânica e a aplicação de tratamentos para o aparelho locomotor
- ◆ Estudar as bases neurofisiológicas das estruturas músculo-esquelética





Objetivos específicos

- ◆ Estudar a anatomia e a fisiologia dos sistemas esquelético, muscular e articular do corpo humano
- ◆ Identificar as diferentes estruturas e funções do sistema músculo-esquelético e como elas se inter-relacionam entre si
- ◆ Explorar as diferentes posturas e movimentos do corpo humano e compreender como estes afetam a estrutura do sistema locomotor
- ◆ Aprofundar os conhecimentos sobre as lesões comuns do sistema músculo-esquelético e saber como as prevenir

“

Estudar as Neurofisiologias das estruturas osteomusculares”

03

Direção do curso

A TECH reuniu para este Curso um corpo docente com uma vasta experiência no domínio das Ciências Biológicas do Sistema Osteomuscular e do Ioga. Desta forma, os alunos deste Curso terão acesso a um plano de estudos preparado por especialistas que lhes fornecerão as informações mais recentes sobre a prevenção de lesões e o impacto desta atividade física no Aparelho Locomotor. Além disso, graças à sua proximidade dos professores poderá resolver quaisquer dúvidas que possam surgir relativamente ao conteúdo deste Curso.





“

Irá conhecer as orientações necessárias para assistir os problemas locomotores dos seus pacientes com exercícios de loga Terapêutico”

Diretora Convidada Internacional

Como diretora de professores e responsável pela formação de instrutores do Integral Yoga Institute de Nova Iorque, Dianne Galliano afirmou-se como uma das figuras mais importantes da área a nível internacional. O seu foco académico tem sido principalmente o yoga terapêutico, com mais de 6.000 horas documentadas de ensino e qualificação contínua.

Assim, tem vindo a orientar, a desenvolver protocolos e critérios de qualificação e a proporcionar educação contínua aos instrutores do Integral Yoga Institute. Concilia este trabalho com o seu papel de terapeuta e instrutora noutras instituições como o The 14TH Street Y, o Integral Yoga Institute Wellness Spa ou a Educational Alliance: Center for Balanced Living.

O seu trabalho também se estende à criação e condução de programas de yoga, desenvolvendo exercícios e avaliando os desafios que possam surgir. Ao longo da sua carreira, trabalhou com diferentes perfis de pessoas, incluindo homens e mulheres idosos e de meia-idade, indivíduos em período pré-natal e pós-natal, jovens adultos e até veteranos de guerra com diversos problemas de saúde física e mental.

Para cada um deles desenvolve um trabalho cuidado e personalizado, tendo tratado pessoas com osteoporose, em processo de recuperação de cirurgia cardíaca ou pós-cancro da mama, vertigens, dores de costas, síndrome do intestino irritável e obesidade. Possui várias certificações, incluindo E-RYT 500 da Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) da American Health Training e Instrutora de Exercício Certificada pelo Centro de Movimento Somático.



Dra. Dianne Galliano

- Diretora de Professores no Integral Yoga Institute – Nova Iorque, EUA
- Instrutora de Yoga Terapêutico no The 14TH Street Y
- Terapeuta de Yoga no Integral Yoga Institute Wellness Spa de Nova Iorque
- Instrutora Terapêutica na Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Licenciada em Educação Primária pela State University of New York
- Mestrado em Yoga Terapêutico pela Universidade de Maryland

“

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

Direção



Dra. Zoraida Escalona García

- Vice-presidente da Associação Espanhola de Ioga Terapêutico
- Fundadora do método *Air Core* (aulas que combinam TRX e Treino Funcional com Ioga)
- Formadora de Ioga Terapêutico
- Licenciada em Ciências Biológicas pela Universidade Autónoma de Madrid
- Curso de Professora de: Ashtanga Ioga Progressivo, FisiomYoga, Ioga Miofascial e Ioga eCáncer
- Curso de Monitora de Pilates de Chão
- Curso de Fisioterapia e Nutrição
- Curso de Professora de Meditação

Professores

Dra. Mar García

- Diretora e Instrutora do centro de Ioga Satnam Yoga
- Professora da Vinyasa Yoga
- Instrutora de Ioga Especial
- Instrutora de Ioga para crianças e famílias



03

Estrutura e conteúdo

O Curso abrange os aspetos mais importantes da anatomia e fisiologia básicas do corpo humano, começando pela posição anatómica e pelos eixos e planos anatómicos do corpo. Em seguida, aborda os diferentes componentes do sistema músculo-esquelético, incluindo os ossos, as articulações e a cartilagem. Graças a um Curso muito completo, com material multimédia de alta qualidade e todos os recursos didáticos necessários para que o profissional de enfermagem esteja na vanguarda clínica.





“

Descarregue todos os conteúdos deste Curso, tais como leituras especializadas e material multimédia, mesmo depois de ter concluído a especialização”

Módulo 1 Estrutura do sistema locomotor

- 1.1. Posição anatômica, eixos e planos
 - 1.1.1. Anatomia e fisiologia básica do corpo humano
 - 1.1.2. Posição anatômica
 - 1.1.3. Os eixos do corpo
 - 1.1.4. Os planos anatômicos
- 1.2. Osso
 - 1.2.1. Anatomia óssea do corpo humano
 - 1.2.2. Estrutura e função dos ossos
 - 1.2.3. Diferentes tipos de ossos e a sua relação com a postura e o movimento
 - 1.2.4. A relação entre o sistema esquelético e o sistema muscular
- 1.3. Articulações
 - 1.3.1. Anatomia e fisiologia das articulações do corpo humano
 - 1.3.2. Diferentes tipos de articulações
 - 1.3.3. O papel das articulações na postura e no movimento
 - 1.3.4. As lesões articulares mais comuns e como as prevenir
- 1.4. Cartilagem
 - 1.4.1. Anatomia e fisiologia da cartilagem do corpo humano
 - 1.4.2. Diferentes tipos de cartilagem e a sua função no corpo
 - 1.4.3. O papel da cartilagem nas articulações e na mobilidade
 - 1.4.4. As lesões mais comuns nas cartilagens e a sua prevenção
- 1.5. Tendões e ligamentos
 - 1.5.1. Anatomia e fisiologia dos tendões e ligamentos do corpo humano
 - 1.5.2. Diferentes tipos de tendões e ligamentos e a sua função no corpo
 - 1.5.3. O papel dos tendões e ligamentos na postura e no movimento
 - 1.5.4. As lesões mais comuns nos tendões e ligamentos e como as prevenir
- 1.6. Músculo-esquelético
 - 1.6.1. Anatomia e fisiologia do sistema musculoesquelético do corpo humano
 - 1.6.2. A relação entre músculos e ossos na postura e no movimento
 - 1.6.3. O papel da fáscia no sistema músculo-esquelético e a sua relação com a prática do loga Terapêutico
 - 1.6.4. As lesões musculares mais comuns e como as prevenir





- 1.7. Desenvolvimento do sistema músculo-esquelético
 - 1.7.1. Desenvolvimento embrionário e fetal do sistema músculo-esquelético
 - 1.7.2. Crescimento e desenvolvimento do sistema músculo-esquelético na infância e na adolescência
 - 1.7.3. Alterações músculo-esquelético associadas ao envelhecimento
 - 1.7.4. Desenvolvimento e adaptação do sistema músculo-esquelético à atividade física e ao treino
- 1.8. Componentes do sistema músculo-esquelético
 - 1.8.1. Anatomia e fisiologia dos músculos esqueléticos e a sua relação com a prática do loga Terapêutico
 - 1.8.2. O papel dos ossos no sistema músculo-esquelético e a sua relação com a postura e no movimento
 - 1.8.3. A função das articulações no sistema músculo-esquelético e os cuidados a ter com estas durante prática do loga Terapêutico
 - 1.8.4. O papel da fásia e de outros tecidos conjuntivos no sistema músculo-esquelético e a sua relação com a prática do loga Terapêutico
- 1.9. Controlo nervoso dos músculos esqueléticos
 - 1.9.1. Anatomia e fisiologia do sistema nervoso e a sua relação com a prática do loga Terapêutico
 - 1.9.2. O papel do sistema nervoso na contração muscular e no controlo do movimento
 - 1.9.3. A relação entre o sistema nervoso e o sistema músculo-esquelético na postura e no movimento durante a prática do loga Terapêutico
 - 1.9.4. A importância do controlo neuromuscular para a prevenção de lesões e melhoria do desempenho na prática do loga Terapêutico
- 1.10. Contração muscular
 - 1.10.1. Anatomia e fisiologia da contração muscular e a sua relação com a prática do loga Terapêutico
 - 1.10.2. Os diferentes tipos contração muscular e a sua aplicação na prática do loga Terapêutico
 - 1.10.3. O papel da ativação neuromuscular na contração muscular e a sua relação com a prática do loga Terapêutico
 - 1.10.4. A importância do alongamento e do fortalecimento muscular na prevenção de lesões e na melhoria do desempenho na prática do loga Terapêutico

04

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 Escola de Enfermagem da 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 enfermeiros 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 se baseie na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais na prática profissional de enfermagem.

“

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 enfermeiros 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 enfermeiro 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).

Esta metodologia já formou mais de 175.000 enfermeiros com sucesso sem precedentes em todas as especialidades, independentemente da carga prática. 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 e procedimentos de enfermagem 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

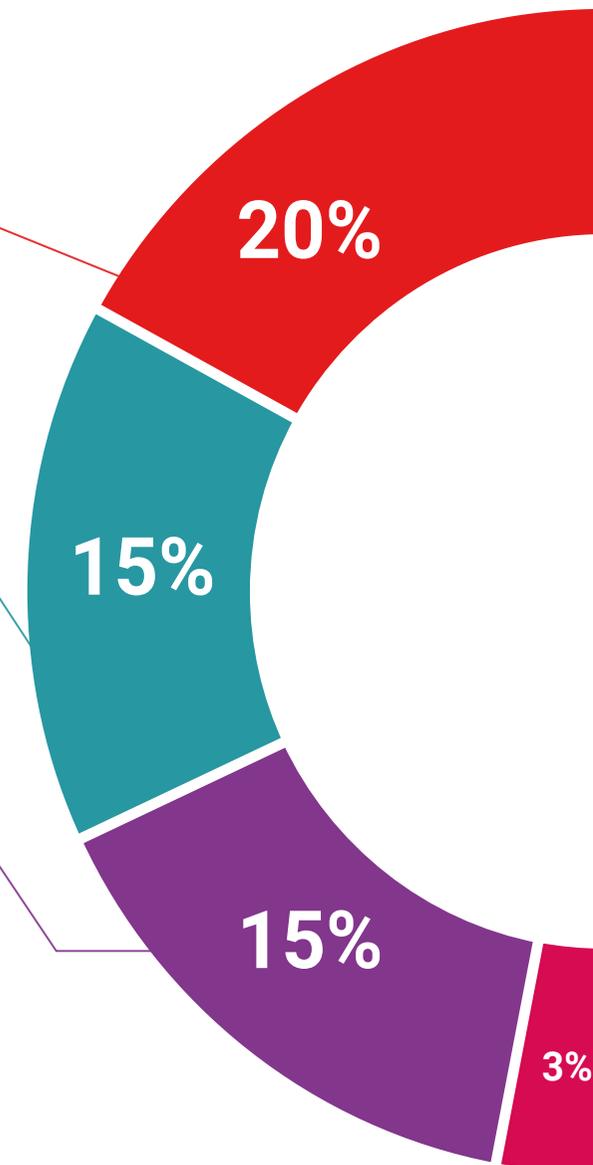
A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

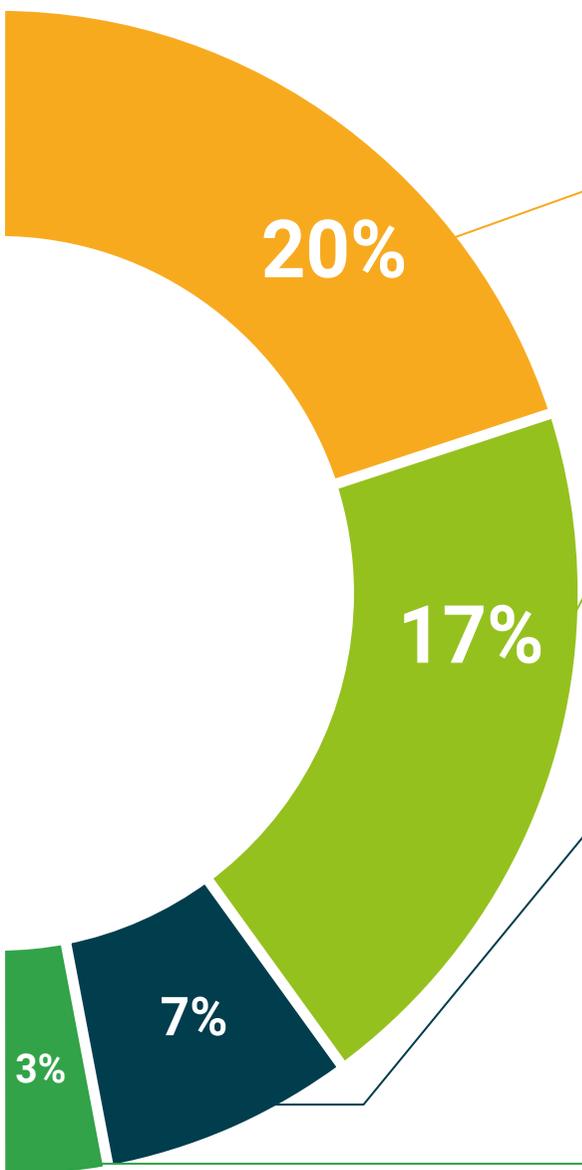
Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu".



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.





Análises de casos desenvolvidas e conduzidas por especialistas

A aprendizagem eficaz deve necessariamente ser contextual. Por esta razão, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o perito guiará o estudante através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializada. O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



Guias rápidos de atuação

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de folhas de trabalho ou guias de ação rápida. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar os estudantes a progredir na sua aprendizagem.



05

Certificação

O Curso de Estrutura do Aparelho Locomotor para Enfermeiros garante, para além do conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um certificado de Curso 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 **Curso de Estrutura do Aparelho Locomotor para Enfermeiros** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio, com aviso de recepção, o certificado* correspondente ao título de **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

Este certificado contribui significativamente para o desenvolvimento da capacitação continuada dos profissionais e proporciona um importante valor para a sua capacitação universitária, sendo 100% válido e atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Estrutura do Aparelho Locomotor para Enfermeiros**

Modalidade: **online**

Duração: **6 semanas**

ECTS: **6**



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.



Curso

Estrutura do Aparelho

Locomotor para Enfermeiros

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificação: TECH Universidade Tecnológica
- » Créditos: 6 ECTS
- » Horário: ao seu próprio ritmo
- » Exames: online

Curso

Estrutura do Aparelho Locomotor
para Enfermeiros