

Diplomado

Pilates en Alteraciones de la Columna
Vertebral para Enfermería





Diplomado

Pilates en Alteraciones de la Columna Vertebral para Enfermería

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtute.com/enfermeria/curso-universitario/pilates-alteraciones-columna-vertebral-enfermeria

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 18

05

Metodología

pág. 22

06

Titulación

pág. 30

01

Presentación

El Método Pilates es más que una actividad para ponerse en forma, también ejerce un efecto muy positivo en la espalda, sobre todo en la región lumbar, que es la zona que más dolores y molestias provoca entre la población. Por ello, resulta eficaz la práctica del Pilates como técnica de rehabilitación, siendo una de las más utilizadas. Debido a la importancia de esta disciplina, se ha diseñado esta titulación universitaria, proporcionando al profesional en Enfermería las herramientas necesarias en este campo de estudio con un contenido exclusivo en los principales problemas de la columna y su abordaje. Esto contando con el apoyo de material audiovisual que le dará dinamismo al programa y con la comodidad del formato de la modalidad 100% online.



“

TECH te proporcionará material de primera mano en el sector del Pilates Terapéutico, además de contar con apoyo audiovisual del más alto nivel”

La patología en Columna Lumbar se sitúa como una de las primeras causas de dolor crónico. En este sentido, la mayoría de los casos están provocado por dolores vertebrales de acuerdo a las malas posturas o movimientos mal hechos en la ejecución de alguna acción. Y aquí es donde interviene el profesional en Enfermería, el cual acudirá a las técnicas y metodologías más actuales e innovadoras para el tratamiento de este tipo de molestias, todo esto a través del Método Pilates. De esta forma, las intervenciones de rehabilitación en la zona lumbar tendrán una efectividad de recuperación óptima y en el que el paciente dispondrá de una guía para la realización de los ejercicios a través del conocimiento y supervisión del especialista.

Por eso, los estudios, las pruebas e investigaciones realizadas se ha desarrollado con un gran éxito, implementando una disciplina como mecanismo para la recuperación en pacientes. Así, el profesional de esta área del conocimiento deberá estar al día con las actualizaciones sobre el sector a tratar. De este modo, el presente Diplomado aportará al profesional competencias y herramientas innovadoras sobre la aplicación de protocolos en ejercicios específicos para el proceso de recuperación de las lesiones.

El egresado ampliará sus habilidades en diferentes aspectos de acuerdo a la actualización del conocimiento sobre los principales problemas de la espalda y su abordaje. En ese sentido, este programa cuenta con un cuadro docente de gran recorrido en el campo y de un amplio bagaje, además de contar con los recursos de contenido audiovisual en alta calidad y una carga de 150 horas que puede distribuir de cualquier forma para acceder a la Plataforma Virtual en cualquier momento.

Es por eso que TECH coordina la eficiencia y el confort de la mejor forma, por lo que esta titulación proporciona las novedades más innovadoras, posicionando a su alumnado con los mejores estándares académicos al culminar el programa. El estudiante tan sólo necesitará de un dispositivo electrónico con cobertura a internet obteniendo así, la flexibilidad horaria y comodidad en el sitio en donde esté. Además, quienes egresen contarán con el material más actualizado gracias a una *Masterclass* exclusiva guiada por un reconocido docente mundial en el campo del Pilates en Alteraciones de Columna Vertebral.

Este **Diplomado en Pilates en Alteraciones de la Columna Vertebral para Enfermería** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Fisioterapia y especialistas en Pilates
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Implementarás los mecanismos más innovadores en rehabilitación por medio del Método Pilates en tan solo 6 semanas y asistiendo a una Masterclass única”

“

Este Diplomado te llevará a aplicar los pilares fundamentales en Patología articular y muscular a través de la modalidad 100% online”

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

Reforzarás tus conocimientos en áreas específicas referentes a los síndromes cervicales mediante 150 horas del mejor contenido teórico y práctico.

En TECH dispones de una titulación de gran flexibilidad, sin un horario fijo y podrás presentar tus sesiones desde la comodidad de tu hogar.



02

Objetivos

Este Diplomado en Pilates en Alteraciones de la Columna Vertebral para Enfermería permitirá al egresado adquirir las habilidades principales de los mejores profesionales de esta área, logrando adquirir las novedades más indispensables para la profesión y a los retos que dispone la misma. De ese modo, el alumnado tendrá a su disposición diferentes herramientas de los más altos estándares, asegurando el éxito del programa. Al terminar la titulación, habrá reforzado sus conocimientos de acuerdo a las patologías frecuentes susceptibles de tratamiento con Pilates.





“

Uno de los objetivos de TECH es garantizar tu crecimiento profesional a partir de la implementación del material más innovador del sector”



Objetivos generales

- ♦ Establecer un protocolo de ejercicios adaptados a la sintomatología y patología de cada paciente
- ♦ Delimitar las progresiones y regresiones de los ejercicios en función de las distintas fases en el proceso de recuperación de una lesión
- ♦ Evitar los ejercicios contraindicados en función de la valoración previa realizada a los pacientes y clientes
- ♦ Aportar la información necesaria para ser capaz buscar información científica y actualizada de los tratamientos con Pilates aplicables a las diferentes patologías
- ♦ Analizar las necesidades y mejoras de equipamiento Pilates en un espacio terapéutico destinado al ejercicio Pilates





Objetivos específicos

- ♦ Indagar en los principales problemas de la Columna y su abordaje
- ♦ Actualizar conocimiento sobre los principales problemas de la Espalda y su abordaje
- ♦ Aplicar protocolos de ejercicios específicos para el proceso de recuperación de las lesiones

“

Conseguirás tus objetivos gracias a las herramientas audiovisuales, donde estarás también acompañado de los mejores especialistas del campo de estudio”

03

Dirección del curso

TECH está a la vanguardia en la educación, ofreciendo una enseñanza del más alto nivel para el estudiante que cursa sus programas con el apoyo de herramientas tecnológicas que logran con éxito el desarrollo de cada una de sus titulaciones. En este sentido, el egresado accederá a un contenido diseñado por un equipo profesional experimentado y especializado en Osteología, Biomecánica y Miología de la columna. Su robusta experiencia y su dilatado bagaje en el sector permitirán que el profesional resuelva todo tipo de cuestionamientos generados en el desarrollo del curso.



“

Este programa cuenta con un cuadro docente de gran bagaje con énfasis en Biomecánica aplicada a la Valoración del Daño”

Director Invitado Internacional

El Doctor Edward Laskowski es una figura destacada internacional en el campo de la **Medicina Deportiva** y la **Rehabilitación Física**. Certificado por la **Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación**, ha sido una parte integral del prestigioso personal de la **Clínica Mayo**, donde se ha desempeñado como **Director del Centro de Medicina Deportiva**.

Asimismo, su experiencia abarca una amplia gama de disciplinas, desde la **Medicina Deportiva**, hasta el **Fitness** y el **Entrenamiento de Fuerza y Estabilidad**. Así, ha trabajado en estrecha colaboración con un equipo multidisciplinario de especialistas en **Medicina Física, Rehabilitación, Ortopedia, Fisioterapia y Psicología Deportiva**, para proporcionar un enfoque integral en el cuidado de sus pacientes.

Igualmente, su influencia se extiende más allá de la **práctica clínica**, ya que ha sido reconocido **nacional e internacionalmente** por sus contribuciones al mundo del **deporte** y la **salud**. De esta forma, fue nombrado por el presidente **George W. Bush** para el **Consejo del Presidente sobre Aptitud Física y Deportes**, y galardonado con un **Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos**, subrayando su compromiso con la promoción de **estilos de vida saludables**.

Además, ha sido un elemento clave en **eventos deportivos** de renombre, como los **Juegos Olímpicos de Invierno (2002)**, en **Salt Lake City**, y el **Maratón de Chicago**, proporcionando **atención médica** de calidad. A esto hay que sumar su dedicación a la **divulgación**, que ha quedado reflejada en su extenso trabajo en la creación de **recursos académicos**, incluido el **CD-ROM de la Clínica Mayo sobre Deportes, Salud y Fitness**, así como su papel como **Editor Contribuyente** del libro **"Mayo Clinic Fitness for Everybody"**. Con una pasión por desterrar mitos y proporcionar información precisa y actualizada, el Doctor Edward Laskowski continúa siendo una voz influyente en la **Medicina Deportiva** y el **Fitness** mundial.



Dr. Laskowski, Edward

- Director del Centro de Medicina Deportiva de la Clínica Mayo, Estados Unidos
- Médico Consultor en la Asociación de Jugadores de la Liga Nacional de Hockey, Estados Unidos
- Médico en la Clínica Mayo, Estados Unidos
- Miembro del Policlínico Olímpico en los Juegos Olímpicos de Invierno (2002), Salt Lake City
- Especialista en Medicina Deportiva, *Fitness*, Entrenamiento de Fuerza y Entrenamiento de Estabilidad
- Certificado por la Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación
- Editor Contribuyente del libro "*Mayo Clinic Fitness for Everybody*"
- Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos
- Miembro de: *American College of Sports Medicine*

“

Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”

Dirección



D. González Arganda, Sergio

- ♦ Fisioterapeuta del Atlético de Madrid Club de Fútbol
- ♦ CEO Físio Domicilio Madrid
- ♦ Docente en el Máster de Preparación Física y Readaptación Deportiva en Fútbol
- ♦ Docente en el Experto Universitario Pilates Clínico
- ♦ Docente en el Máster de Biomecánica y Fisioterapia Deportiva
- ♦ Máster en Osteopatía del Aparato Locomotor por la Escuela de Osteopatía de Madrid
- ♦ Máster Universitario en Biomecánica Aplicada a la Valoración del Daño y Técnicas Avanzadas en Fisioterapia
- ♦ Experto en Pilates y Rehabilitación por la Real Federación Española de Gimnasia
- ♦ Graduado en Fisioterapia por la Universidad Pontificia de Comillas



04

Estructura y contenido

Esta titulación universitaria implementa un plan de estudios que otorga un excelente contenido en Pilates en Alteraciones de la Columna Vertebral para Enfermería mediante los recientes estudios en el campo del Pilates Terapéutico. Este Diplomado tiene el propósito de aportar al estudiante un material único referente a la Patología Sacroilíaca, su sintomatología y protocolos específicos. Todo esto por medio del sistema *Relearning* que ofrece un gran dinamismo de aprendizaje y un mayor atractivo a esta titulación universitaria.



“

Un plan de estudios realizado con el propósito de profundizar en Ejercicios indicados en MATT, en máquinas y con implementos”

Módulo 1. Pilates en las alteraciones de la Columna Vertebral

- 1.1. Recuerdo anatómico básico
 - 1.1.1. Osteología de la columna
 - 1.1.2. Miología de la columna
 - 1.1.3. Biomecánica de la columna
 - 1.1.4. Conclusiones
- 1.2. Patologías frecuentes susceptibles de tratamiento con Pilates
 - 1.2.1. Patologías del crecimiento
 - 1.2.2. Patologías en el paciente de edad
 - 1.2.3. Patologías en el sedentario
 - 1.2.4. Patologías en el deportista
- 1.3. Ejercicios indicados en MATT, en Máquinas y con Implementos. Protocolo general
 - 1.3.1. Ejercicios de alargamiento
 - 1.3.2. Ejercicios de estabilización central
 - 1.3.3. Ejercicios de movilización articular
 - 1.3.4. Ejercicios de fortalecimiento
 - 1.3.5. Ejercicios funcionales
- 1.4. Patología discal
 - 1.4.1. Patomecánica
 - 1.4.2. Síndromes discales
 - 1.4.3. Diferencias entre tipos de patologías
 - 1.4.4. Buenas practicas
- 1.5. Patología articular
 - 1.5.1. Patomecánica
 - 1.5.2. Síndromes articulares
 - 1.5.3. tipos de patología
 - 1.5.4. Conclusiones
- 1.6. Patología muscular
 - 1.6.1. Patomecánica
 - 1.6.2. Síndromes musculares
 - 1.6.3. Tipos de patología
 - 1.6.4. Conclusiones





- 1.7. Patología Columna Cervical
 - 1.7.1. Sintomatología
 - 1.7.2. Síndromes cervicales
 - 1.7.3. Protocolos específicos
 - 1.7.4. Conclusiones
- 1.8. Patología Columna Dorsal
 - 1.8.1. Sintomatología
 - 1.8.2. Síndromes dorsales
 - 1.8.3. Protocolos específicos
 - 1.8.4. Conclusiones
- 1.9. Patología Columna Lumbar
 - 1.9.1. Sintomatología
 - 1.9.2. Síndromes lumbares
 - 1.9.3. Protocolos específicos
 - 1.9.4. Conclusiones
- 1.10. Patología Sacroilíaca
 - 1.10.1. Sintomatología
 - 1.10.2. Síndromes lumbares
 - 1.10.3. Protocolos específicos
 - 1.10.4. Conclusiones

“ *Un programa creado por un cuerpo docente altamente distinguido y con un enfoque en ejercicios de estabilización central y movilización articular*”

05

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning.***

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine.***





“

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”

En TECH Nursing School empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación concreta, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los enfermeros aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

Con TECH los enfermeros experimentan una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional de la enfermería.

“

¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los enfermeros que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al profesional de la enfermería una mejor integración del conocimiento en el ámbito hospitalario o de atención primaria.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.



El enfermero(a) aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.

Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 175.000 enfermeros con un éxito sin precedentes en todas las especialidades con independencia de la carga práctica.

Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 41.5 años.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene el sistema de aprendizaje de TECH es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el programa universitario, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Técnicas y procedimientos de enfermería en vídeo

Te acercamos a las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos, al primer plano de la actualidad en técnicas y procedimientos de enfermería. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para tu asimilación y comprensión. Y lo mejor, puedes verlos las veces que quieras.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema educativo exclusivo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales..., en nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, te presentaremos los desarrollos de casos reales en los que el experto te guiará a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos: para que compruebes cómo vas consiguiendo tus metas.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

Te ofrecemos los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudarte a progresar en tu aprendizaje.



06

Titulación

El Diplomado en Pilates en Alteraciones de la Columna Vertebral para Enfermería garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este **Diplomado en Pilates en Alteraciones de la Columna Vertebral para Enfermería** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad Tecnológica**.

El título expedido por **TECH Universidad Tecnológica** expresará la calificación que haya obtenido en el Diplomado, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Diplomado en Pilates en Alteraciones de la Columna Vertebral para Enfermería**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**



*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional



Diplomado
Pilates en Alteraciones
de la Columna Vertebral
para Enfermería

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Pilates en Alteraciones de la Columna
Vertebral para Enfermería

