

Curso

Pilates Terapêutico
para Patologias Gerais





Curso

Pilates Terapêutico para Patologias Gerais

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

Acesso ao site: www.techtute.com/pt/fisioterapia/curso/curso-pilates-terapeutico-patologias-gerais

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

Uma das disciplinas de atividade física que se tem consolidado nos últimos anos para tratar patologias gerais com menos impacto é o método Pilates. As suas técnicas permitem tratar da melhor forma pacientes com problemas neurológicos e músculo-esqueléticos, o que levou à sua integração como estratégia terapêutica no domínio da fisioterapia. Como resultado deste desenvolvimento nesta área, foi criada esta qualificação TECH 100% online, que fornece ao aluno uma atualização abrangente sobre as técnicas mais eficazes, indicações e contra-indicações de cada exercício para pacientes com doença de Parkinson, paralisia cerebral ou osteoporose. Desta forma, em apenas 6 semanas e a partir de uma abordagem teórico-prática, o aluno conseguirá obter uma atualização eficaz em Pilates terapêutico.



“

Este curso está orientado para fornecer informações avançadas sobre as diferentes patologias, a sua descrição e a sua adaptação aos exercícios de Pilates terapêutico”

O Pilates terapêutico tornou-se uma das alternativas mais eficazes para o tratamento de patologias neurológicas. Ao mesmo tempo, continua a ser uma área de investigação em constante evolução que permite aperfeiçoar as técnicas deste método de acordo com os diferentes problemas músculo-esqueléticos ou neurológicos dos pacientes.

Neste contexto, a fisioterapia beneficiou dos progressos desta disciplina, integrando os seus avanços como complemento das terapias tradicionais. Por esta razão, a TECH desenvolveu este curso que irá apresentar ao profissional as mais recentes atualizações em matéria de Pilates Terapêutico para Patologias Gerais.

Neste curso académico, o especialista irá alargar os seus conhecimentos sobre critérios como a abordagem dos problemas do pavimento pélvico, a sua incidência e prevalência, e analisar os exercícios indicados e contra-indicados para evitar este problema de saúde. Também se irá debruçar sobre a integração de diferentes técnicas para o tratamento de doentes com doença de Parkinson, esclerose múltipla, paralisia cerebral ou osteoporose.

Um plano de estudos abrangente desenvolvido por uma grande equipa de professores especializados e acompanhado por uma série de ferramentas audiovisuais de alta qualidade.

Além disso, na TECH é muito mais fácil e prático obter uma atualização, uma vez que o formato 100% online facilita o acesso aos conteúdos do curso a partir de qualquer dispositivo eletrónico com ligação à Internet. De igual modo, a metodologia *Relearning*, irá ajudar o aluno a consolidar o processo didático, permitindo-lhe desenvolver competências práticas durante as 150 horas letivas que compõem este curso.

Este **Curso de Pilates Terapêutico para Patologias Gerais** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. As características que mais se destacam são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em fisioterapia centrada no Pilates terapêutico
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático com o qual está concebido recorre a 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
- ♦ Aulas teóricas, perguntas ao especialista, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- ♦ A disponibilidade de acesso ao conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet



Na TECH, o profissional irá atualizar os seus conhecimentos com base nas mais recentes técnicas terapêuticas do momento”

“ *O Pilates terapêutico tornou-se uma das alternativas mais eficazes para o tratamento de patologias neurológicas. Atualize-se com este curso*”

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

Graças ao seu conteúdo multimédia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, o profissional terá acesso a uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente de simulação que proporcionará um programa imersivo programado para se formar em situações reais.

A conceção deste programa centra-se na Aprendizagem Baseada nos Problemas, através da qual o profissional deve tentar resolver as diferentes situações da atividade profissional que surgem ao longo do curso académico. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo desenvolvido por especialistas reconhecidos.

Irá alargar os seus conhecimentos sobre a gestão dos problemas do pavimento pélvico, a sua incidência e prevalência.

Com o formato 100% online, basta aceder à plataforma virtual através de um dispositivo eletrónico com ligação à Internet para visualizar o plano de estudos.



02

Objetivos

Este Curso de Pilates Terapêutico para Patologias Gerais foi criado principalmente para proporcionar ao profissional as mais recentes atualizações no campo da fisioterapia. Por isso, a TECH fornece aos alunos ferramentas para a inovação acadêmica, garantindo uma conclusão bem sucedida do processo de qualificação. Após a conclusão deste curso, o especialista terá adquirido conhecimentos sobre a avaliação neurológica centrada no Pilates, testes e escalas ou os múltiplos exercícios que existem nesta disciplina.



“

A TECH proporciona aos alunos ferramentas de inovação acadêmica, garantindo o sucesso do processo de atualização de competências desta qualificação”



Objetivos gerais

- ◆ Aprofundar conhecimentos e competências profissionais na prática e no ensino de exercícios de Pilates no solo, em diferentes máquinas e com acessórios
- ◆ Diferenciar as aplicações dos exercícios de Pilates e as adaptações a efetuar para cada paciente
- ◆ Estabelecer um protocolo de exercícios adaptado à sintomatologia e à patologia de cada paciente
- ◆ Definir as progressões e regressões dos exercícios em função das diferentes fases do processo de recuperação de uma lesão
- ◆ Evitar os exercícios contra-indicados com base numa avaliação prévia dos pacientes e clientes
- ◆ Gerir eficazmente os aparelhos utilizados no método Pilates
- ◆ Fornecer as informações necessárias para poder procurar informações científicas e atualizadas sobre os tratamentos com Pilates aplicáveis a diferentes patologias
- ◆ Analisar as necessidades e melhorias do equipamento de Pilates num espaço terapêutico para o exercício de Pilates
- ◆ Desenvolver ações para melhorar a eficácia dos exercícios de Pilates com base nos princípios do método
- ◆ Executar corretamente e de forma analítica os exercícios baseados no método Pilates
- ◆ Analisar as alterações fisiológicas e posturais que afetam a mulher grávida
- ◆ Conceber exercícios adaptados à mulher durante a gravidez até ao parto
- ◆ Descrever a aplicação do método Pilates em desportistas de alto nível





Objetivos específicos

- ◆ Dominar as características de cada patologia
- ◆ Identificar as principais alterações de cada patologia
- ◆ Abordar as perturbações através de exercícios baseados no método Pilates

“

Estude com o melhor material didático multimédia sobre as principais alterações de cada patologia graças à TECH”

03

Direção do curso

Os professores deste curso académico têm uma vasta experiência na utilização do Pilates terapêutico para tratar diferentes patologias. Estes especialistas aplicaram os seus conhecimentos de fisioterapia neurológica e de técnicas de avaliação e tratamento num curso que fornece as competências atualizadas que os alunos procuram. Além disso, a sua vasta experiência e o seu profundo conhecimento do Pilates terapêutico irão permitir ao aluno resolver dúvidas ou responder a questões que possam surgir ao longo do curso.





“

Estes especialistas aplicaram os seus conhecimentos de fisioterapia neurológica ao longo das 150 horas letivas deste curso”

Diretor Convidado Internacional

O Dr. Edward Laskowski é uma figura internacional de destaque no campo da **Medicina Desportiva e Reabilitação Física**. Certificado pelo **Conselho Americano de Medicina Física e Reabilitação**, tem sido parte integrante do prestigioso corpo clínico da **Clínica Mayo**, onde foi **Diretor do Centro de Medicina Desportiva**.

A sua experiência abrange um vasto leque de disciplinas, desde **Medicina Desportiva** até ao **Fitness e ao Treino de Força e Estabilidade**. Trabalha em estreita colaboração com uma equipa multidisciplinar de especialistas em **Medicina Física, Reabilitação, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia Desportiva**, proporcionando uma abordagem abrangente no cuidado dos seus pacientes.

Além da sua **prática clínica**, é reconhecido **nacional e internacionalmente** pelas suas contribuições para o mundo do **desporto e da saúde**. Foi nomeado pelo presidente **George W. Bush** para o **Conselho Presidencial sobre Aptidão Física e Desportos** e recebeu o **Prémio de Serviço Distinto do Departamento de Saúde e Serviços Humanos**, destacando o seu compromisso com a promoção de **estilos de vida saudáveis**.

Desempenhou também um papel crucial em **eventos desportivos** de prestígio, como os **Jogos Olímpicos de Inverno de 2002 em Salt Lake City** e a **Maratona de Chicago**, proporcionando **cuidados médicos de qualidade**. A sua dedicação à **divulgação** é evidente no seu extenso trabalho na criação de **recursos académicos**, incluindo o **CD-ROM da Clínica Mayo sobre Desportos, Saúde e Fitness**, e como **Editor Contribuinte** do livro **"Mayo Clinic Fitness for EveryBody"**. Com paixão por desmistificar mitos e fornecer informações precisas e atualizadas, o Dr. Edward Laskowski continua a ser uma voz influente na **Medicina Desportiva e Fitness** mundialmente.



Dr. Laskowski, Edward

- Diretor do Centro de Medicina Esportiva da Clínica Mayo, Estados Unidos
- Médico Consultor na Associação de Jogadores da Liga Nacional de Hóquei, Estados Unidos
- Médico na Clínica Mayo, Estados Unidos
- Membro do Policlínico Olímpico nos Jogos Olímpicos de Inverno de 2002, Salt Lake City
- Especialista em Medicina Desportiva, Fitness, Treino de Força e Estabilidade
- Certificado pela Junta Americana de Medicina Física e Reabilitação
- Editor Contribuinte do livro "Mayo Clinic Fitness for EveryBody"
- Prémio de Distinção do Serviço do Departamento de Saúde e Serviços Humanos
- Membro da: *American College of Sports Medicine*

“

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

Direção



Dr. Sergio González Arganda

- ◆ Fisioterapeuta do Clube de Futebol Atlético de Madrid (2005-2023)
- ◆ CEO da Fisio Domicilio Madrid
- ◆ Docente do Mestrado em Preparação Física e Readaptação Desportiva no Futebol
- ◆ Docente do Curso de Especialização em Pilates Clínico
- ◆ Docente do Mestrado em Biomecânica e Fisioterapia Desportiva
- ◆ Mestrado em Osteopatia do Aparelho Locomotor pela Faculdade de Osteopatia de Madrid
- ◆ Mestrado em Biomecânica Aplicada à Avaliação da Lesão e Técnicas Avançadas em Fisioterapia.
- ◆ Especialista em Pilates e Reabilitação pela Real Federação Espanhola de Ginástica
- ◆ Licenciado em Fisioterapia pela Universidad Pontificia de Comilla

Professores

Dra. Marina García Ibáñez

- ◆ Fisioterapeuta na Fundação Esclerose Múltipla de Madrid e clínica privada ao domicílio
- ◆ Fisioterapeuta em tratamentos domiciliários de pediatria e adultos com patologia neurológica
- ◆ Fisioterapeuta na Fundação Esclerose Múltipla de Madrid
- ◆ Fisioterapeuta na Clínica Kinés
- ◆ Fisioterapeuta na Clínica San Nicolás
- ◆ Especialista em Fisioterapia Neurológica pela Universidad Europea de Madrid
- ◆ Mestrado em Fisioterapia Neurológica: Técnicas de Avaliação e Tratamento pela Universidade Europeia de Madrid
- ◆ Licenciada em Fisioterapia pela Universidade de Alcalá



04

Estrutura e conteúdo

Este curso foi criado e orientado pelas mais recentes investigações no campo fisioterapêutico, estabelecendo um plano de estudos que fornece uma riqueza de conteúdos sobre Pilates Terapêutico para Patologias Gerais. Este curso tem como objetivo fornecer informações avançadas sobre a avaliação neurológica centrada no Pilates, o sistema nervoso e as diferentes patologias, a sua descrição e a sua adaptação aos exercícios de Pilates terapêutico. Tudo isto, através de múltiplas ferramentas multimédia que conferem dinamismo e aumentam a atratividade deste curso.





“

Este curso apresenta um plano de estudos que fornece uma riqueza de conteúdos sobre Pilates Terapêutico para Patologias Gerais”

Módulo 1. Patologias gerais e o seu tratamento com Pilates

- 1.1. Sistema nervoso
 - 1.1.1. Sistema nervoso central
 - 1.1.2. Sistema nervoso periférico
 - 1.1.3. Breve descrição das vias neurais
 - 1.1.4. Benefícios do Pilates na patologias neurológicas
- 1.2. Avaliação neurológica centrada no Pilates
 - 1.2.1. Anamnese
 - 1.2.2. Avaliação da força e do tônus
 - 1.2.3. Avaliação da sensibilidade
 - 1.2.4. Testes e escalas
- 1.3. Patologias neurológicas mais prevalentes e evidências científicas no Pilates
 - 1.3.1. Breve descrição das patologias
 - 1.3.2. Princípios básicos de Pilates nas patologias neurológicas
 - 1.3.3. Adaptação de posições de Pilates
 - 1.3.4. Adaptação de exercícios de Pilates
- 1.4. Esclerose múltipla
 - 1.4.1. Descrição da patologia
 - 1.4.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 1.4.3. Adaptação de exercícios de Pilates no solo
 - 1.4.4. Adaptação de exercícios de Pilates com acessórios
- 1.5. AVC
 - 1.5.1. Descrição da patologia
 - 1.5.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 1.5.3. Adaptação de exercícios de Pilates no solo
 - 1.5.4. Adaptação de exercícios de Pilates com acessórios
- 1.6. Parkinson
 - 1.6.1. Descrição da patologia
 - 1.6.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 1.6.3. Adaptação de exercícios de Pilates no solo
 - 1.6.4. Adaptação de exercícios de Pilates com acessórios





- 1.7. Paralisia cerebral
 - 1.7.1. Descrição da patologia
 - 1.7.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 1.7.3. Adaptação de exercícios de Pilates no solo
 - 1.7.4. Adaptação de exercícios de Pilates com acessórios
- 1.8. Idosos
 - 1.8.1. Patologias associadas à idade
 - 1.8.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 1.8.3. Exercícios indicados
 - 1.8.4. Exercícios contra-indicados
- 1.9. Osteoporose
 - 1.9.1. Descrição da patologia
 - 1.9.2. Avaliação das capacidades do paciente
 - 1.9.3. Exercícios indicados
 - 1.9.4. Exercícios contra-indicados
- 1.10. Problemas do pavimento pélvico: incontinência urinária
 - 1.10.1. Descrição da patologia
 - 1.10.2. Incidência e prevalência
 - 1.10.3. Exercícios indicados
 - 1.10.4. Exercícios contra-indicados



Fique a conhecer os exercícios mais adequados para tratar pacientes com problemas do pavimento pélvico ou osteoporose como fisioterapeuta”

05

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 TECH usamos o Método de Caso

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Ao longo do curso, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos de simulação baseados em pacientes clínicos reais em que devem investigar, estabelecer hipóteses e, finalmente, resolver a situação. Há provas científicas abundantes sobre a eficácia do método. Os fisioterapeutas, aprendem melhor, mais depressa e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH poderá experimentar uma forma de aprendizagem que está a abalar as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente ou grupo de pacientes, que se converte num "caso", num 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 da Fisioterapia.

“

Sabia que este método foi desenvolvido em Harvard, em 1912, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar-lhes situações verdadeiramente 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 justifica-se em quatro objetivos fundamentais:

1. Os fisioterapeutas que seguem este método não só conseguem uma assimilação dos conceitos, como também o desenvolvimento da sua capacidade mental, através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem traduz-se solidamente em competências práticas que permitem ao fisioterapeutas uma melhor integração no mundo real.
3. A assimilação de ideias e conceitos é facilitada e mais eficiente, graças à utilização de situações que surgiram a partir da realidade.
4. O sentimento de eficiência do esforço investido torna-se um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz num maior interesse pela aprendizagem e num aumento da dedicação ao 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.

Potenciamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

O fisioterapeuta/cinesiolegista 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 de satisfação geral dos profissionais que concluem os seus estudos, no que respeita aos indicadores de qualidade da melhor universidade online em espanhol do mundo (Universidade da Columbia).

Esta metodologia já formou mais de 65.000 fisioterapeutas/cinesiólogistas com enorme sucesso em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga manual/prática. A nossa metodologia de ensino é desenvolvida num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário, com um perfil socioeconómico alto e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais rendimento, envolvendo-o mais na sua especialização, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: a receita perfeita para o sucesso.

No nosso curso, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Por isso, combinamos cada um destes elementos de forma concêntrica.

A pontuação global do nosso sistema de aprendizagem é de 8,01 em relação aos mais elevados padrões internacionais.



Este curso oferece o melhor material educacional, cuidadosamente preparado para profissionais:



Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que vão ministrar o curso universitário, especificamente para ele, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são então aplicados em formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem componentes de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Técnicas e procedimentos de fisioterapia em vídeo

A TECH faz chegar ao aluno as técnicas mais inovadoras, os últimos avanços educacionais, que estão na vanguarda da atual situação nas técnicas e procedimentos de fisioterapia/cinesiologia. Tudo isto, em primeira pessoa, com o máximo rigor, explicado e detalhado para a assimilação e compreensão do aluno. E o melhor de tudo é que você pode assistir quantas vezes quiser.



Resumos interativos

A equipa da TECH apresenta os conteúdos de forma atrativa e dinâmica em conteúdos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, esquemas e mapas conceituais, com o objetivo de reforçar o conhecimento.

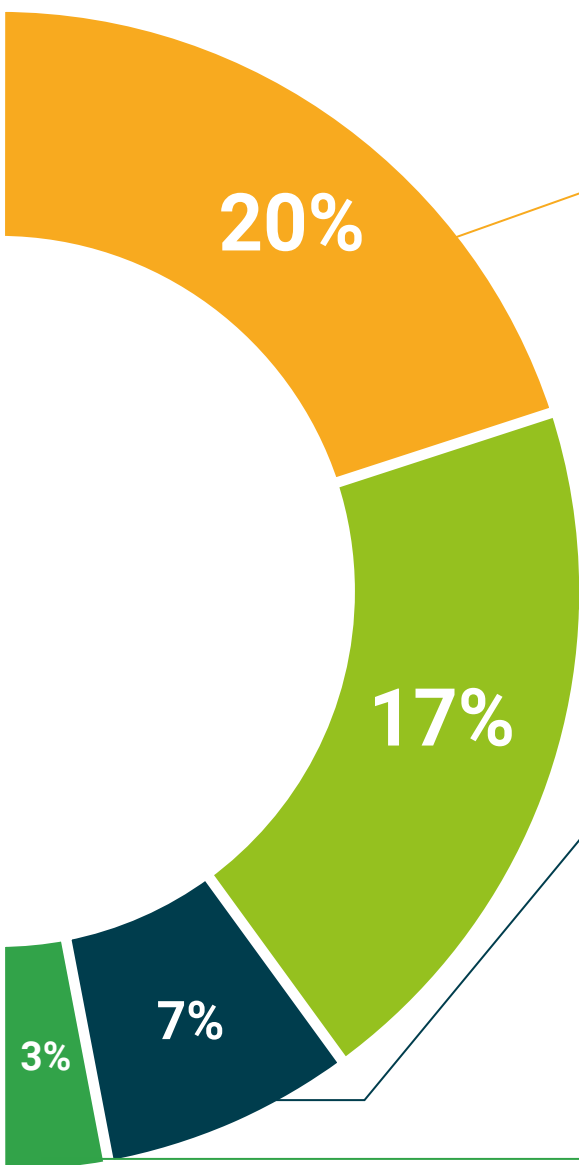
Este sistema de estudo para a apresentação de conteúdos multimédia foi atribuído pela Microsoft como "Caso de Sucesso na Europa".



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e guias internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH, o aluno terá acesso a tudo o que precisa para completar a sua especialização.





Análises de casos desenvolvidos e liderados por especialistas

A aprendizagem eficaz deve ser necessariamente contextual. Por isso, a TECH apresenta o desenvolvimento de casos reais nos quais o especialista guiará o aluno 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 do curso, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que o aluno compreenda como atinge os seus objetivos.



Masterclasses

Existem provas científicas acerca da utilidade da observação por terceiros especialistas. O que se designa de Learning from an Expert fortalece o conhecimento e a memória e cria confiança em futuras decisões difíceis.



Guias práticos

A TECH oferece os conteúdos mais relevantes do curso sob a forma de fichas ou guias práticos. Uma forma sintética, prática e eficaz de ajudar o aluno a progredir na sua aprendizagem.



06

Certificação

O Curso de Pilates Terapêutico para Patologias Gerais garante, para além da qualificação mais rigorosa e atualizada, 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 Pilates Terapêutico para Patologias Gerais** 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 contínua dos profissionais e proporciona um importante valor para a sua qualificação universitária, sendo 100% válido e atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de emprego, concursos públicos e avaliação de carreiras profissionais.

Certificação: **Curso de Pilates Terapêutico para Patologias Gerais**

ECTS: **6**

Carga horária: **150 horas**



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

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade compromisso
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento site

tech universidade
tecnológica

Curso

Pilates Terapêutico
para Patologias Gerais

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

Curso

Pilates Terapêutico
para Patologias Gerais