

# Curso

## Trabalho Preventivo na Prática Esportiva para Fisioterapeutas

Reconhecido pela NBA



**tech** universidade  
tecnológica



## Curso

# Trabalho Preventivo na Prática Esportiva para Fisioterapeutas

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/br/fisioterapia/curso/trabalho-preventivo-pratica-esportiva-fisioterapeutas](http://www.techtute.com/br/fisioterapia/curso/trabalho-preventivo-pratica-esportiva-fisioterapeutas)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 20*

05

Metodologia

---

*pág. 24*

06

Certificado

---

*pág. 32*

# 01

# Apresentação

Para tentar evitar o aparecimento de lesões em atletas, é necessário realizar uma série de trabalhos físicos preventivos para fortalecer as estruturas mais afetadas durante os exercícios de alta intensidade. Se o seu objetivo é obter uma formação superior nesse campo para aprimorar sua prática profissional, não perca a oportunidade de estudar conosco.





“

*Conheça os exercícios mais recomendados para o trabalho preventivo no esporte e melhore a saúde dos usuários que vão ao seu consultório”*

O trabalho preventivo é essencial na prática esportiva devido ao risco de lesões, ao volume de trabalho, à alta intensidade e aos gestos técnicos esportivos não naturais. Para se especializar nesse campo, os fisioterapeutas encontrarão neste curso da TECH as informações mais atualizadas do mercado, com uma abordagem a partir de uma visão múltipla em termos de possibilidades de trabalho, com diferentes materiais e técnicas, permitindo que os fisioterapeutas façam uma melhor escolha de suas terapias para alcançar os melhores resultados, o que lhes permite complementar e alternar diferentes formas e sistemas de trabalho físico.

Praticar com a medicine ball ou pesos russos, reeducação postural, trabalho de alongamento ou treinamento com Thera Band são apenas algumas das técnicas que podem ser usadas para o trabalho preventivo na prática esportiva, obtendo ótimos resultados nos pacientes. Além disso, o pilates é um método equilibrado, essencial para tonificar os músculos, corrigir seu alinhamento e melhorar a postura e a coordenação de todo o corpo.

Uma de suas principais vantagens consiste em que, por se tratar de um curso online, o aluno não estará sujeito a horários fixos ou à necessidade de deslocar-se para um local específico, podendo acessar o conteúdo a qualquer hora do dia, conciliando seu trabalho ou vida pessoal com sua vida acadêmica.

Este **Curso de Trabalho Preventivo na Prática Esportiva para Fisioterapeutas** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ◆ O desenvolvimento de inúmeros estudos de caso apresentados por especialistas no trabalho preventivo da prática esportiva
- ◆ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático que proporciona informações que são essenciais para a prática profissional
- ◆ Contém exercícios onde o processo de autoavaliação é realizado para aprimorar o processo de aprendizagem
- ◆ O sistema de aprendizagem interativa, baseada em algoritmos para a tomada de decisões
- ◆ Sua ênfase especial em metodologias inovadoras no trabalho preventivo para a prática esportiva
- ◆ Lições teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos individuais de reflexão
- ◆ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo através de qualquer dispositivo fixo ou portátil com conexão à Internet



*Aprofunde-se no estudo deste curso de alto nível e aprimore suas habilidades como fisioterapeuta no trabalho preventivo em esportes"*

“

*Este Curso é o melhor investimento que você pode fazer na seleção de um programa de capacitação por duas razões: além de atualizar seus conhecimentos em reabilitação esportiva, você obterá um certificado da principal universidade online do mundo: a a TECH”*

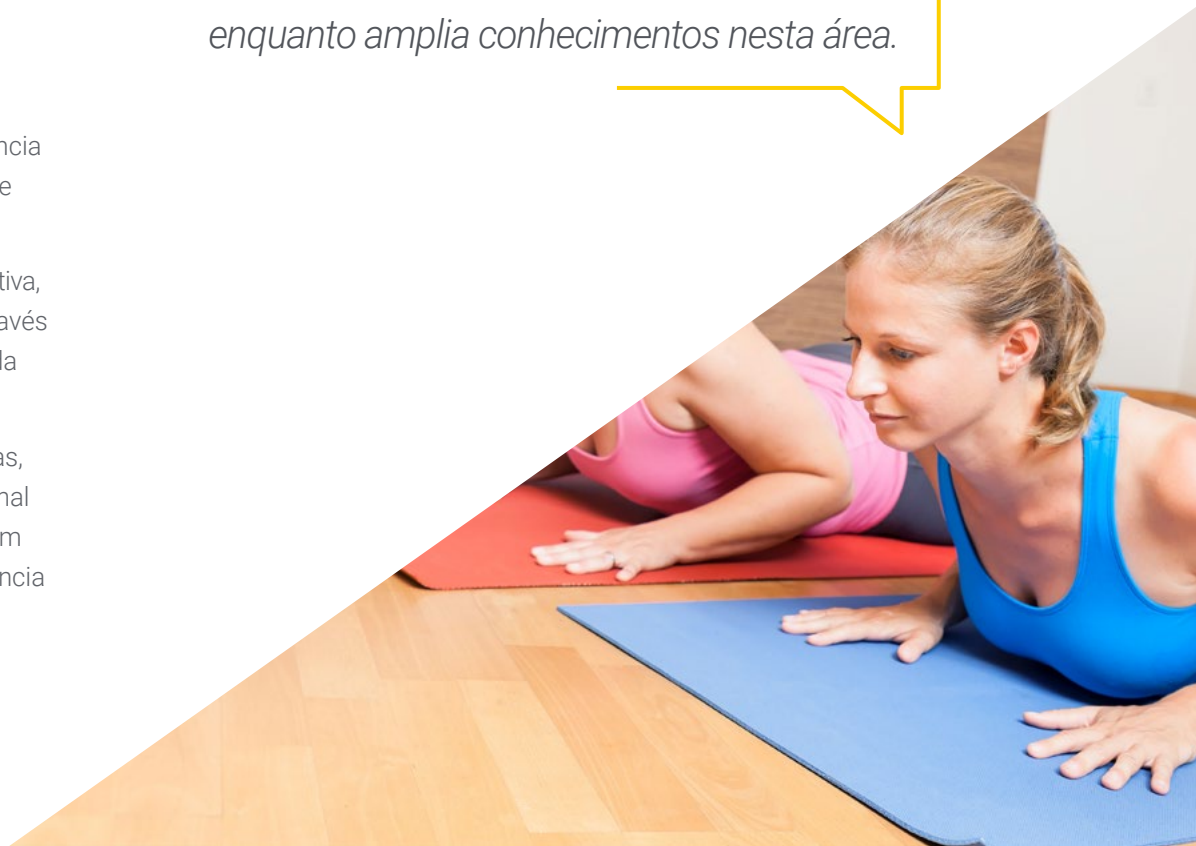
Seu corpo docente inclui profissionais da área de fisioterapia, que trazem a experiência de seu trabalho para esta capacitação, assim como especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia utilizado foi desenvolvido com a mais recente tecnologia educativa, que permitirá aos alunos uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

Este programa de estudos se fundamenta na Aprendizagem Baseada em Problemas, na qual o fisioterapeuta deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do Curso. Para isso, o profissional contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo realizado por especialistas com ampla experiência em trabalho preventivo para a prática esportiva.

*O Curso permite que o aluno se capacite em ambientes simulados, proporcionando uma aprendizagem imersiva programada para praticar em situações reais.*

*Este Curso 100% online lhe permitirá conciliar seus estudos com seu trabalho enquanto amplia conhecimentos nesta área.*



# 02

# Objetivos

O principal objetivo deste programa é o desenvolvimento da aprendizagem teórica e prática, para que o fisioterapeuta possa dominar o trabalho preventivo na prática esportiva.







“

*Nosso objetivo é atingir a excelência acadêmica e ajudar você a alcançar o sucesso profissional. Não hesite e junte-se a nós"*



## Objetivos gerais

---

- ◆ Adquirir conhecimentos especializados em readaptação esportiva, prevenção de lesões e recuperação funcional
- ◆ Avaliar o atleta do ponto de vista das condições físicas, funcionais e biomecânicas para detectar aspectos que dificultam a recuperação ou favorecem recaídas na lesão
- ◆ Planejar tanto trabalhos específicos de reabilitação e recuperação como também um trabalho individualizado integral
- ◆ Adquirir uma especialização nas patologias do sistema locomotor com a maior incidência na população como um todo
- ◆ Avaliar e monitorar o processo de recuperação e/ou reabilitação evolutiva de uma lesão de um atleta ou usuário
- ◆ Adquirir habilidades e competências em readaptação, prevenção e recuperação de lesões esportivas
- ◆ Diferenciar, do ponto de vista anatômico, as diferentes partes e estruturas do corpo humano
- ◆ Melhorar a condição física do atleta lesionado com o objetivo de alcançar uma recuperação maior e mais eficaz após a lesão





## Objetivos específicos

---

- ◆ Identificar os fatores de risco envolvidos na prática da atividade física e esportiva
- ◆ Utilizar diferentes tipos de materiais para o planejamento de diversos exercícios em um treinamento personalizado
- ◆ Aprender exercícios de pilates com diferentes tipos de máquinas projetadas para serem fundamentais no trabalho preventivo
- ◆ Ver o Alongamento e a Reeducação Postural como métodos essenciais para a prevenção de lesões e alterações do sistema locomotor

“

*A área esportiva precisa de profissionais qualificados e nós lhe damos as condições para se inserir neste setor”*

03

# Direção do curso

Nossa equipe docente formada por especialista em reabilitação esportiva, possui um amplo prestígio na profissão e são profissionais com anos de experiência de ensino que se uniram para lhe ajudar a dar um impulso a sua profissão. Por este motivo, desenvolveram este curso com os últimos avanços na área, permitindo capacitar e aprimorar suas habilidades neste setor.



“

*“Aprenda com os melhores especialistas e torne-se também um profissional de sucesso”*

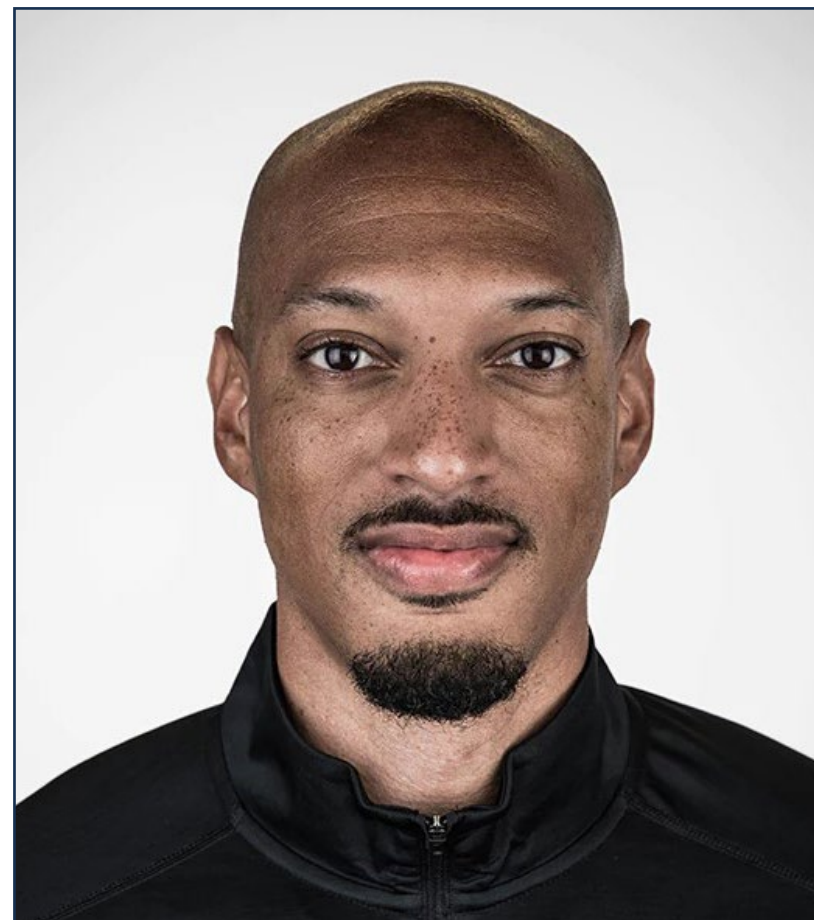
## Diretor Internacional Convidado

O Dr. Charles Loftis é um especialista renomado que atua como **terapeuta de desempenho esportivo** para o **Portland Trail Blazers da NBA**. Seu impacto na principal liga de basquete do mundo foi significativo, trazendo uma experiência diferenciada na criação de programas de força e condicionamento.

Antes de se juntar aos Trail Blazers, ele foi o treinador principal de força e condicionamento do Iowa Wolves, implementando e supervisionando o desenvolvimento de um programa abrangente para jogadores. Na verdade, sua experiência no campo do desempenho esportivo começou com a criação da XCEL Performance and Fitness, da qual ele foi o fundador e treinador principal. Lá, o Dr. Charles Loftis trabalhou com uma grande variedade de atletas para desenvolver programas de força e condicionamento, além de atuar na **prevenção e reabilitação de lesões esportivas**.

Sua formação acadêmica no campo da química e da biologia lhe dá uma perspectiva única sobre a ciência por trás do desempenho esportivo e da fisioterapia. Como tal, ele possui as designações CSCS e RSCC da National Strength and Conditioning Association (NSCA), que reconhecem seus conhecimentos e habilidades na área. Ele também é certificado em PES (Performance Enhancement Specialist), CES (Corrective Exercise Specialist) e agulhamento a seco.

Em suma, o Dr. Charles Loftis é um membro fundamental da comunidade da NBA, trabalhando diretamente com a força e o desempenho de atletas de alto rendimento, bem como com a prevenção e a reabilitação necessárias de diversas lesões esportivas.



## Dr. Charles Loftis

---

- Especialista em desempenho esportivo do Portland Trail Blazers - Oregon, EUA
- Treinador principal de força e condicionamento físico do Iowa Wolves
- Fundador e instrutor-chefe da XCEL Performance and Fitness
- Técnico principal de desempenho do time de basquete masculino da Oklahoma Christian University.
- Fisioterapeuta na Mercy
- Doutor em Terapias Físicas pela Universidade de Langston
- Formado em Química Biologia pela Universidade de Langston

“

*Graças à TECH você será capaz de aprender com os melhores profissionais do mundo”*

## Diretor Internacional Convidado

Isaiah Covington é um treinador de desempenho altamente capacitado, com vasta experiência no tratamento e abordagem de uma variedade de lesões em atletas de alto rendimento. Na verdade, sua carreira profissional foi voltada para a **NBA**, uma das ligas esportivas mais importantes do mundo. Ele é o **técnico de desempenho do Bolton Celtics**, uma das principais equipes da Conferência Leste e uma das equipes mais promissoras dos Estados Unidos.

Seu trabalho em uma liga tão exigente fez com que ele se especializasse em maximizar o **potencial físico e mental** dos jogadores. A principal razão para isso foi sua experiência anterior com outras equipes, como o Golden State Warriors e o Santa Cruz Warriors. Isso também permitiu que ele trabalhasse com lesões esportivas, concentrando-se na **prevenção e reabilitação** das lesões mais comuns em atletas de alto rendimento.

Seus interesses acadêmicos estão nas áreas de cinesiologia, ciência do exercício e esporte de alto desempenho. Isso lhe possibilitou destacar-se na NBA, trabalhando dia após dia com alguns dos mais importantes jogadores de basquete e equipes técnicas do mundo.





## Dr. Isaiah Covington

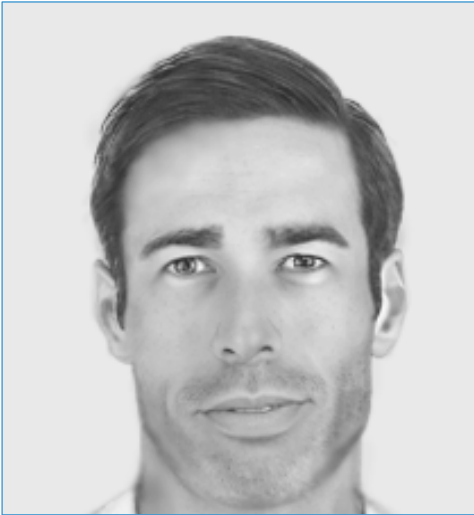
---

- Treinador de desempenho do Boston Celtics - Massachusetts, EUA
- Técnico de desempenho do Golden State Warriors
- Treinador principal de desempenho do Santa Cruz Warriors
- Treinador de desempenho na Pacers Sports & Entertainment
- Formado em Filosofia e Ciências da Educação pela Universidade de Delaware
- Especialização em Gestão de Treinamento
- Formado em Filosofia e Ciências da Educação pela Universidade de Long Island
- Mestrado em Esporte de Alto Desempenho pela Universidade Católica da Austrália

“

*Uma experiência única, fundamental e decisiva para impulsionar seu crescimento profissional”*

## Direção



### Dr. Pedro José González Matarín

- ◆ Pesquisador e professor de Ciências da Saúde
- ◆ Pesquisador Técnico de Educação para a saúde, em Múrcia
- ◆ Professor e pesquisador na Universidade de Almeria
- ◆ Técnico do Programa Activa do Departamento de Saúde de Múrcia
- ◆ Técnico de Alto Desempenho
- ◆ Doutor em Ciências da Saúde
- ◆ Formado em Educação Física
- ◆ Mestrado em Recuperação Funcional em Atividade Física e Esporte
- ◆ Mestrado em Medicina Regenerativa
- ◆ Mestrado em Atividade Física e Saúde
- ◆ Mestrado em Dietética e Terapia Dietética
- ◆ Membro: SEEDO, AEEM



# 04

## Estrutura e conteúdo

A estrutura do conteúdo foi desenvolvida por uma equipe de profissionais conhecedores das implicações da capacitação na prática diária, conscientes da relevância da educação atual de qualidade no campo da reabilitação esportiva; e comprometidos com o ensino através de novas tecnologias educacionais.



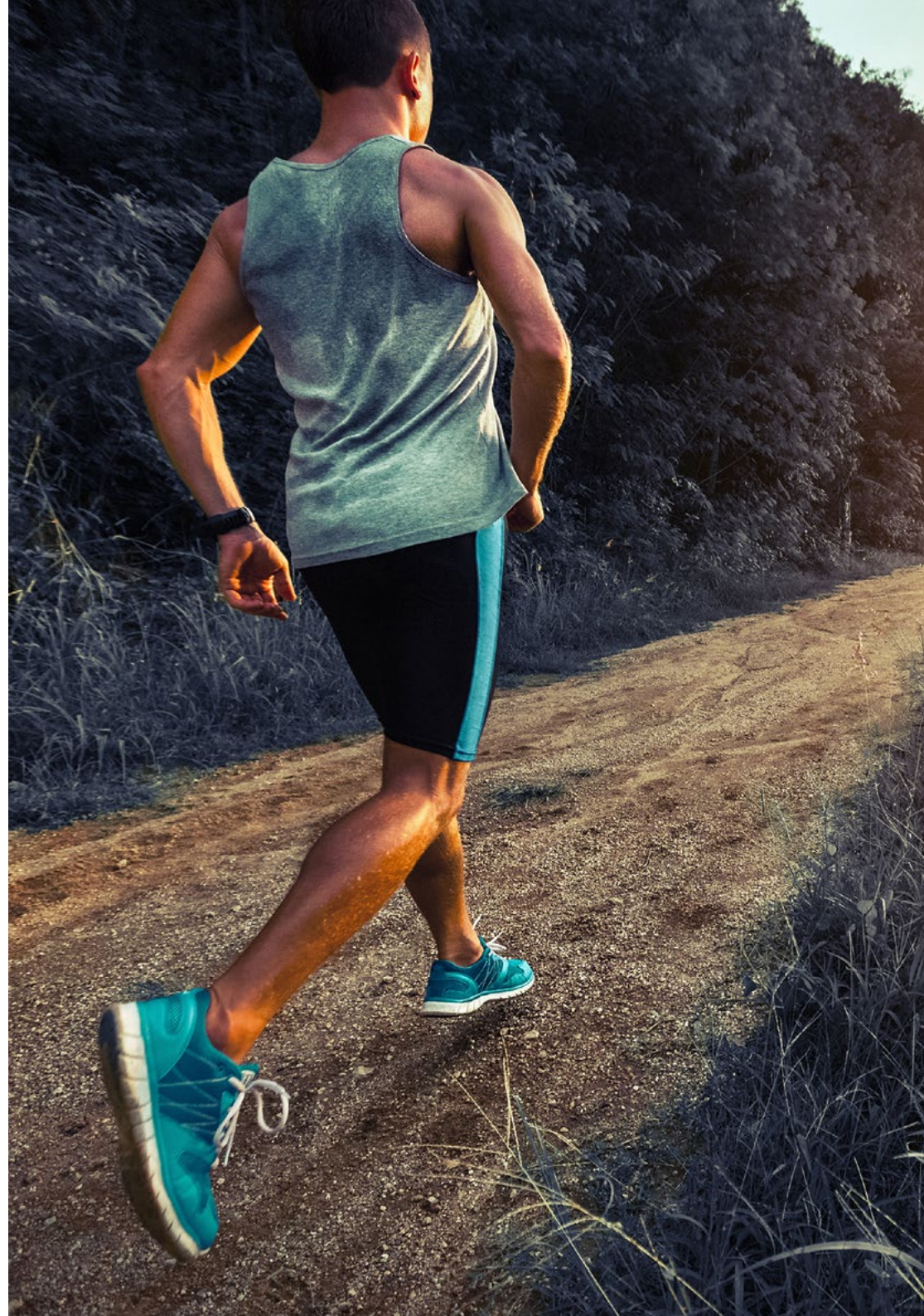


“

*Contamos com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Queremos lhe oferecer a melhor educação”*

## Módulo 1. Trabalho preventivo na prática esportiva

- 1.1. Fatores de risco no esporte
- 1.2. Trabalhando com exercícios de Mat
- 1.3. Reformador e Cadillac
- 1.4. Cadeira Wunda
- 1.5. Stretching global ativo e reeducação postural global
- 1.6. Fitball (Bola suíça)
- 1.7. TRX
- 1.8. Body Pump
- 1.9. Medicine Ball e Kettlebells
- 1.10. Thera Band
  - 1.10.1. Vantagens e propriedades
  - 1.10.2. Exercícios individuais
  - 1.10.3. Exercícios emparelhados
  - 1.10.4. Programas de treinamento





“

*Uma experiência de capacitação única,  
fundamental e decisiva para impulsionar  
seu crescimento profissional”*

# 05

# Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o **New England Journal of Medicine**.







“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”*

## Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos simulados baseados em situações reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os fisioterapeutas/profissionais de cinesiologia aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

*Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando 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 torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso estudado seja fundamentado na vida profissional atual, recriando as condições reais da prática profissional da fisioterapia.

“

*Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais e complexas para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”*

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os fisioterapeutas/profissionais de cinesiologia que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental, através de exercícios de avaliação de situações reais e de aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem se consolida através das habilidades práticas, permitindo ao fisioterapeuta/profissional de cinesiologia uma melhor integração com o mundo real.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



## Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

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



*O fisioterapeuta/profissional de cinesiologia aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de 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 concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Esta metodologia já capacitou mais de 65.000 fisioterapeutas/profissionais de cinesiologia com um sucesso sem precedentes, em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga manual/prática. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

*O Relearning lhe permitirá aprender com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais na sua capacitação, desenvolvendo seu espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões, ou seja, uma equação de sucesso.*

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A pontuação geral do nosso sistema de aprendizagem é 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



#### Material de estudo

Todo o conteúdo didático foi criado especialmente para o programa pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que permite que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.



#### Técnicas e procedimentos de fisioterapia em vídeo

A TECH aproxima o aluno das técnicas mais recentes, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda dos procedimentos atuais de fisioterapia/cinesioterapia. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistí-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

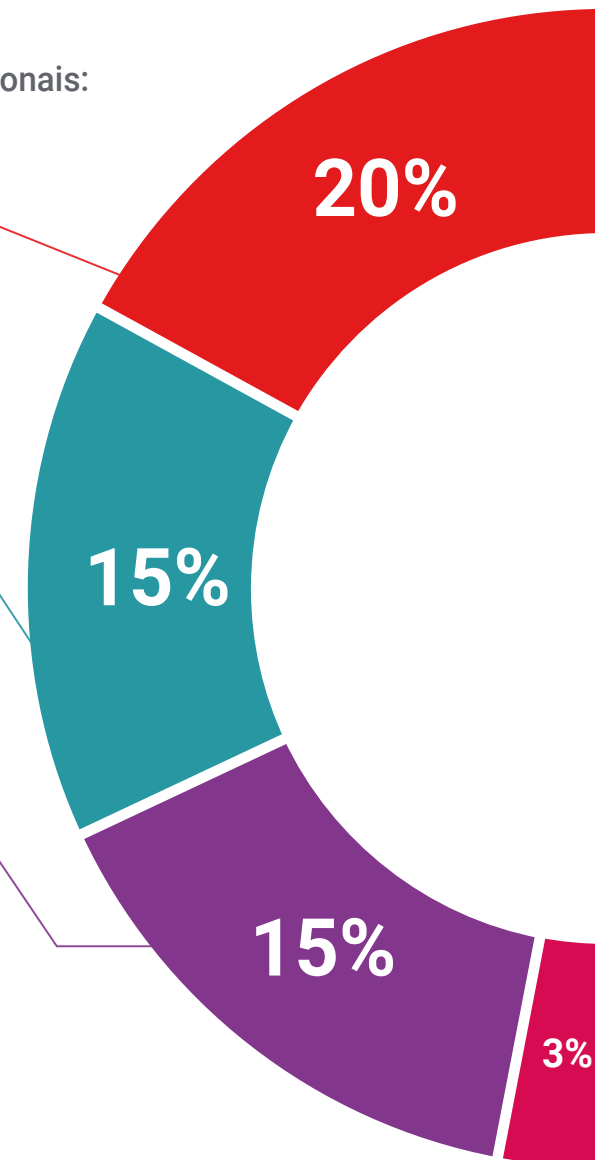
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

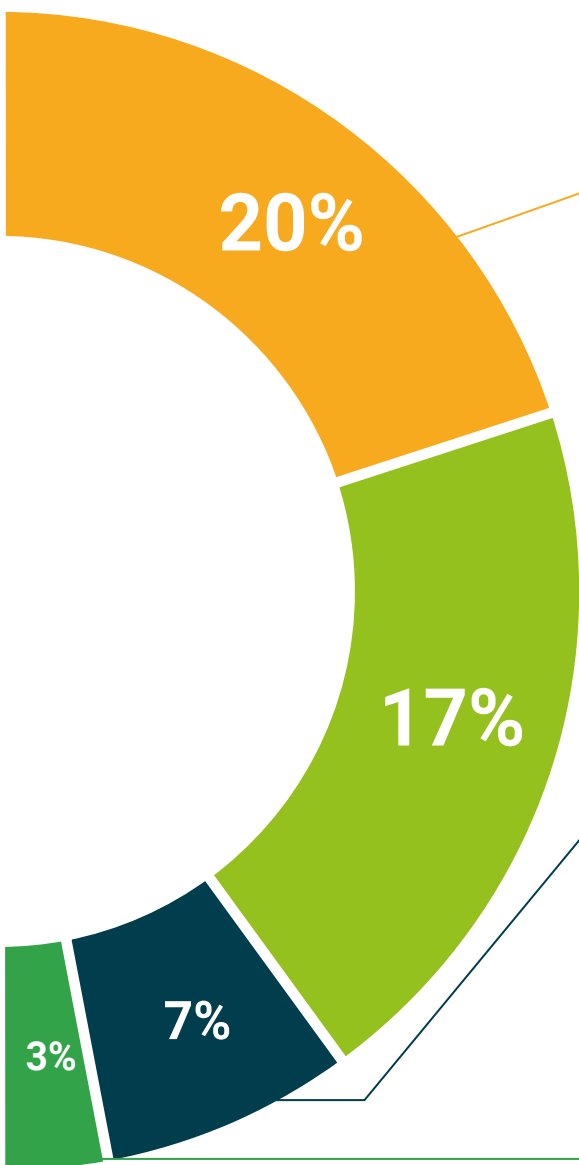
Este sistema exclusivo para a apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



#### 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 for necessário para complementar a sua capacitação.





#### Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentamos casos reais em que o especialista guia 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

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



#### Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro.



#### Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



06

# Certificado

O Curso de Trabalho Preventivo na Prática Esportiva para Fisioterapeutas garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.





“

*Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado do Curso, emitido pela TECH Universidade Tecnológica”*

Este **Curso de Trabalho Preventivo na Prática Esportiva para Fisioterapeutas** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* correspondente ao **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Trabalho Preventivo na Prática Esportiva para Fisioterapeutas**

N.º de Horas Oficiais: **150h**

**Reconhecido pela NBA**



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

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

**tech** universidade  
tecnológica

### Curso

Trabalho Preventivo  
na Prática Esportiva  
para Fisioterapeutas

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

# Curso

## Trabalho Preventivo na Prática Esportiva para Fisioterapeutas

Reconhecido pela NBA



**tech** universidade  
tecnológica